

**Viktigt att  
veta när du  
ger blod.**

**GeBlod.**

**Tack  
för att du vill  
hjälpa en med-  
människa!**

## **Som blodgivare har du ett ansvar**

Som blodgivare bidrar du till att rädda andra människors liv och hälsa, därför har du också ett ansvar att avstå från givning när du av någon anledning inte ska ge blod.

## **Blodet måste vara fritt från smitta**

Personer som kan ha utsatts för risk för blodsmitta ska inte ge blod. Socialstyrelsens regler för blodgivning är till för att skydda mottagare av blod.

Tester kan inte upptäcka smitta när en person är helt nysmittad. Därför är det nödvändigt att svara utförligt på våra frågor, även om det vid varje blodgivning testas för blodsmitta.

Vid varje blodgivning tas prov för HIV, hepatit B och C (gulsof) och syfilis. Blod från nya blodgivare testas även för HTLV I+II, en sällsynt förekommande virusinfektion. Vi saknar däremot bra tester för vissa parasiter som kan smitta med blod, till exempel malaria.

## Det finns tillfällen då du inte ska ge blod

Ibland ska du inte ge blod, som efter resor till en del länder, vid vissa sjukdomar, behandlingar och läkemedel, om du tatuerat dig, har ny sexpartner och i några andra fall som du kan läsa om på följande sidor.

Risk för blodsmitta kan finnas om du har vuxit upp eller varit bosatt i ett land där parasiter är vanliga, till exempel ett land med tropiskt klimat. Har du besökt sådana områden ska du inte ge blod en viss tid efteråt.

Blodsmitta kan också överföras sexuellt. Har du haft sexuellt umgänge med en person med känd eller ökad risk för blodsmitta måste du avstå från blodgivning en viss tid.

Sexuellt umgänge med en person som vistats länge i ett område där blodsmitta har stor spridning innebär också en ökad risk.

**Har du minsta anledning att misstänka att du varit i en situation med ökad risk för blodsmitta, ska du vänta med att ge blod.**

## För att bli blodgivare

- Du ska vara frisk.
- Du ska vara mellan 18 och 60 år.\*
- Du ska väga minst 50 kilo.
- Ditt blodvärde (Hb) ska vara minst 125 g/L för kvinnor eller 135 g/L för män.
- Du måste visa giltig identitetshandling med svenskt personnummer.

\*På vissa orter 18-65 år.

## Har du varit sjuk eller behandlats för någon sjukdom?

Läkemedel eller vaccination	Rådgör med oss på blodcentralen
Svår förkylning eller annan akut infektionssjukdom	Vänta tills du varit frisk i 2 veckor (i vissa fall längre tid)
Allergiska besvär	Vänta om du har pågående besvär
Mindre kirurgiskt ingrepp	Vänta minst 1 vecka
Större kirurgiskt ingrepp	Vänta 6 månader
Fått blodtransfusion	Vänta 6 månader
Sjukskrivnen	Vänta tills du är frisk och sjukskrivningen är slut. Rådgör med oss på blodcentralen
Akupunktur	Inget hinder om behandling utförts av sjukvårdspersonal inom hälso- och sjukvården i Sverige. I övriga fall vänta 6 månader
Behandlad av tandläkare eller tandhygienist	Vänta minst till dagen efter. Rådgör med oss på blodcentralen
Har haft vissa tropiska sjukdomar, t.ex. malaria eller Chagas sjukdom	Ska inte ge blod
Är eller har varit smittad med gulsof (hepatit B eller C), HIV eller HTLV I+II	Ska inte ge blod. Har du haft hepatit B och är immun kan du i vissa fall ge blod

## Har du varit ute och rest eller bott utomlands?

Besökt tropiska områden (fria från malaria)	Vänta 4 veckor
Besökt område där malaria finns	Vänta 6 månader
Varit bosatt dina första 5 år i område där malaria finns	Vänta 3 år efter utresa innan du blir blodgivare. Nyligen gjort ett tillfälligt besök - vänta 3 år

## Samlevnad

Med sexuellt umgänge menar vi vaginalt, oralt eller analt sex, även om kondom eller annat skydd har använts.

Haft sex med ny partner	Vänta 3 månader
Haft sex med person som har utsatts för risk för blodsmitta eller som är smittad med gulsot (typ B eller C), HIV eller HTLV	Vänta 6 månader*
Betalat eller fått betalt för sex	Vänta 6 månader*
Är man och har haft sex med en man	Vänta 6 månader*
Är kvinna och har haft sex med en man som har haft sex med en man	Vänta 6 månader*

\*För dig som ger plasma kan andra regler gälla. Vänligen kontakta din blodcentral.

## Tatuering, piercing och övrigt

Blivit tatuerad eller piercad (håitagning)	Vänta 6 månader
Varit utsatt för blodsmittorisk, t.ex. stickskada eller blodstänk från en person med känd eller misstänkt blodsmitta	Vänta 6 månader
Har injicerat narkotika, anabola steroider, tillväxthormon eller något annat preparat, om det inte har skett inom sjukvården	Ska inte ge blod

## För kvinnor

Graviditet	Vänta 9 månader efter förlossningen
Avbruten graviditet/missfall	Vänta lika länge som graviditeten pågått, men minst 3 månader. Om ingrepp gjorts med instrument måste du vänta 6 månader

## Kontakta oss gärna

Är du tveksam om du kan ge blod, rådgör alltid med oss på blodcentralen. Även om du först efter blodgivningen funderar på om det var lämpligt, vill vi att du kontaktar oss. Du behöver inte ange någon orsak. Vi har tystnadsplikt!

## Vad händer när du har lämnat prov för att bli blodgivare?

- Ditt blod skickas till laboratoriet. Vi hör av oss om något av dina provresultat behöver diskuteras.
- Har du en bokad tid är du välkommen då. Har du inte en bokad tid blir du kallad efter 2-6 veckor. Om du har besökt en blodbuss kan det ta några månader innan blodbussen kommer tillbaka till samma ställe. Först när besöket närmar sig får du en kallelse.

## När du ger blod

När du ger blod ska du må bra och känna dig utvilad. Det är viktigt att dricka vätska både innan och efter blodgivningen för att fortsätta må bra. När du har gett blod ska du ta det lugnt en stund efteråt.

**Du är välkommen att ringa oss om du har frågor.  
Telefonnummer och adress hittar du på [GeBlod.nu](http://GeBlod.nu).**

**Tack! Du  
gör en god  
gärning för en  
medmänniska.**

Tack vare blodgivare kan tusentals personer hjälpas vid operationer, transplantationer och sjukdomsbehandlingar. Blod kan inte tillverkas på konstgjord väg. Det kan bara ges från människa till människa. Därför behövs ditt blod.

**GeBlod.**