* Непосредственно после сдачи крови посидите расслабленно в течение 10–15 минут.
* Если вы чувствуете головокружение или слабость, обратитесь к персоналу. Самый простой способ победить головокружение: лечь на спину и поднять ноги выше головы, либо сесть и опустить голову между колен).
* Воздержитесь от курения в течение часа до и после кроводачи.
* Не снимайте повязку в течение 3–4 часов, старайтесь , чтобы она не намокла.
* Старайтесь не подвергаться значительным физическим нагрузкам в течение суток.
* Воздержитесь от употребления алкоголя в течение суток.
* Старайтесь обильно и регулярно питаться в течение двух суток.
* Употребляйте повышенное количество жидкости в течение двух суток.
* Прививки после сдачи крови реомендуются не ранее чем через 10 суток.
* Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет. За руль мотоцикла можно садиться через 2 часа после кроводачи.