



**Institut Català de la Salut**  
**Servei d'Atenció Primària**  
**EAP Sant Rafael**  
**Tel 934 289 541**

### **RECOMANACIONS PER A L'EXTRACCIÓ DE SANG**

1. La nit abans de l'extracció podeu prendre un sopar lleuger.
2. Estigueu de 8 hores a 10 en dejú abans de l'extracció. Podeu beure aigua.
3. Vestiu roba amb mànigues i punys amples.
4. No feu exercici intens abans de l'extracció.
5. Sigueu puntuals, però no vingueu abans de l'hora per evitar que els pacients s'acumulin a la sala d'espera.
6. Després de l'extracció, pressioneu la zona punxada durant 10 minuts mantenint el braç lleugerament aixecat.

### **Prova d'O'Sullivan**

1. Presenteu-vos en el lloc de l'extracció a l'hora indicada.
2. No cal fer dieta prèvia.
3. No cal que estigueu en dejú.
4. Us donarem una solució via oral de 50g de glucosa.
5. La prova dura una hora, durant la qual haureu d'estar asseguda a la sala d'espera i no podreu menjar ni beure, llevat d'una mica d'aigua.