

# LE DON DE SANG, QU'EST CE QUE C'EST ?



Une expérience riche qui place les donneurs et les receveurs au cœur d'une dynamique de partage !  
Un acte citoyen pendant lequel, 3 principaux composants du sang sont prélevés : globules rouges, plasma et plaquettes.

## Qui soigne-t-on grâce à vos dons ?

- Les patients qui subissent des traitements lourds (chimiothérapie), ceux atteints de maladies du sang... sont soignés grâce aux globules rouges et aux plaquettes.
  - Les personnes atteintes de déficit immunitaire, de maladies auto-immunes (dont les maladies rares et orphelines)... sont soignés grâce aux médicaments dérivés du plasma.
- En cas d'hémorragie importante, à la suite d'un accident ou d'une opération, l'ensemble des produits sanguins sont nécessaires.

## Les informations utiles en un clin d'oeil 😊

	Don de sang	Don de plasma	Don de plaquettes
Durée du prélèvement	10 min	1 h	1h30
<b>Durée totale</b>	1 h	1h30	2h
Conservation	42 jours (globules rouges)	/	7 jours
Fréquence	4 fois par an maximum pour une femme et 6 pour un homme en respectant un délai de 8 semaines entre chaque don de sang.	24 fois par an maximum en respectant un délai de 2 semaines entre chaque don de plasma et tout autre don.	12 fois par an maximum en respectant un délai de 4 semaines entre chaque don de plaquettes.

# 1 HEURE DANS UNE VIE, C'EST QUOI ?

1 heure c'est le temps qu'il faut pour donner son sang et c'est aussi le temps qu'il faut pour sauver 3 vies. Suivez le guide ! 😊

## 1 Accueil et inscription



L'équipe de l'EFS enregistre votre dossier et vous remet un questionnaire pour préparer l'entretien préalable au don.

## 2 Entretien préalable au don



Avant chaque don, un médecin ou un(e) infirmier(e) habilité(e) réalise cet entretien confidentiel. Il s'assure que vous pouvez bien donner votre sang dans le respect de votre sécurité et de celle du patient.

## 3 Prélèvement

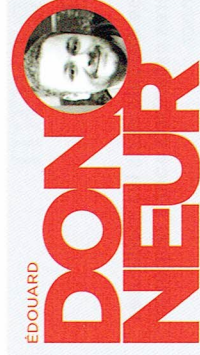


Votre sang est prélevé à l'aide de matériel stérile et à usage unique.  
• Si vous êtes nouveau donneur ou si votre dernier don date de plus de 2 ans, une mesure de votre taux d'hémoglobine est effectuée afin d'identifier une éventuelle anémie.

## 4 Pause A+



Après votre don, vous restez une vingtaine de minutes à la pause A+. Ce moment convivial est l'occasion de vous offrir une collation, de s'assurer de votre bonne récupération après le don et de vous donner envie de revenir !



Je donne parce que je me dis que si j'avais besoin d'une transfusion, je serais bien content que des gens donnent leur sang. Le don de sang, c'est un geste responsable, basé sur le partage. Il y a deux mois, j'ai aussi donné mon plasma pour la première fois.



Je donne mon sang régulièrement. Ça ne prend pas beaucoup de temps, ça peut sauver des vies, c'est important. C'est habituel pour moi car toute petite j'accompagnais ma mère qui donnait son sang régulièrement. Les équipes de l'EFS sont très sympas.

10 000 dons de sang sont nécessaires chaque jour.

La durée de vie des produits sanguins est limitée ! C'est pourquoi il est important de donner régulièrement.