



ÉTABLISSEMENT FRANÇAIS DU SANG

POUR SAUVER DES VIES
DONNEZ
VOTRE SANG

www.dondusang.net

Le don de sang, un geste incontournable

En donnant votre sang, vous aidez par exemple une femme qui a perdu beaucoup de sang lors de son accouchement à reprendre des forces, vous participez au rétablissement d'une personne atteinte d'un cancer que la chimiothérapie a affaiblie, vous permettez de soigner des personnes souffrant de drépanocytose. Vous contribuez à la fabrication d'immunoglobulines qui agissent dans la défense immunitaire de nombreux malades et qui sont produites à partir du plasma.

Aujourd'hui, il n'existe pas de produit capable de se substituer au sang humain, le don de sang est donc indispensable.

Le sang et ses composants

Le sang comprend 3 composants majeurs : les globules rouges, les plaquettes et le plasma. On ne transfuse jamais du sang total à un patient mais seulement le composant dont il a besoin. Il peut arriver, bien sûr, qu'un malade ait besoin de recevoir les 3 composants.

Donner son sang
est un acte généreux,
qui permet chaque année
de soigner 1 million
de malades.

Quelles sont les différentes formes de dons ?

Le don de sang total est la forme de don la plus courante. Il permet de prélever en même temps tous les composants du sang : globules rouges, plasma et plaquettes qui sont ensuite séparés.

Le don en aphérèse est moins connu. Il permet de prélever un seul composant sanguin (plasma, plaquettes, globules rouges) au moyen d'un séparateur de cellules, les autres étant restitués au donneur au fur et à mesure du don. Il est également possible de prélever 2 composants simultanément, on parle alors de don combiné ou d'aphérèse combinée.

Le don en aphérèse offre l'avantage de prélever en plus grande quantité le composant dont les malades ont besoin. Il dure un peu plus longtemps que le don de sang total. Toutefois, ce type de don est en général proposé aux donneurs qui ont déjà une expérience du don de sang.

Les donneurs ont ainsi la possibilité d'alterner don de sang total et don en aphérèse.

Délai entre chaque don (exprimé en semaines)

Don initial \ Don suivant	Sang total	Plasma	Plaquettes
Sang total	8	2	4
Plasma	2	2	2
Plaquettes	4	2	4

→ Comment se passe un don ?

Pour donner son sang, il ne faut pas être à jeun (avoir fait un repas léger et bu une boisson non alcoolisée).

Le don, quel qu'il soit, se déroule toujours en 4 étapes.

L'inscription

L'équipe de l'EFS enregistre votre dossier et vous remet le questionnaire pré-don, que vous remplissez afin de préparer l'entretien pré-don.

L'entretien pré-don

Avant chaque don, vous rencontrez un médecin de l'EFS qui réalise un entretien confidentiel et un examen médical, afin de vérifier votre aptitude au don dans le respect de votre sécurité et de celle du receveur.

Le prélèvement

Votre sang est prélevé par un(e) infirmier(e) de l'EFS spécialement qualifié(e).

Le temps du repos et de la collation

Après avoir donné, vous restez une vingtaine de minutes dans notre espace de collation. C'est aussi l'occasion de nous assurer de votre bonne récupération après le don.





Que devient votre don ?

Quel que soit le lieu où il est collecté, le sang suit une procédure identique qui le conduit en toute sécurité du donneur au receveur.

1

Le prélèvement

Avant de donner son sang, le candidat remplit un questionnaire et rencontre un médecin qui détermine son aptitude au don. Un(e) infirmier(e) réalise ensuite le prélèvement.

2

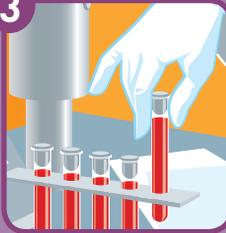
La préparation

Le malade reçoit uniquement le composant dont il a besoin. Ce composant résulte de la préparation du sang, au cours de laquelle les globules blancs sont filtrés (on parle de déleucocytation), et les autres composants séparés (globules rouges, plaquettes et plasma).

3

La qualification biologique des dons

Les tubes échantillons recueillis lors du prélèvement sont analysés (virologie, sérologie, immunologie, numération sanguine). Si une anomalie est détectée, la poche est écartée et le donneur est ensuite averti par courrier.



4

La distribution

Le produit sanguin, préparé et qualifié, est distribué aux hôpitaux et cliniques qui en font la demande. Juste avant de transfuser le malade, un dernier test de contrôle est effectué pour empêcher tout risque d'incompatibilité donneur/receveur.



Un maître-mot : la sécurité du donneur et du receveur

Chaque candidat au don est reçu par un médecin afin de s'assurer que le don ne présente pas de risque ni pour lui, donneur, ni pour les receveurs.

Chaque poche prélevée et les tubes échantillons correspondants sont enregistrés et dotés d'un code-barres afin d'assurer, d'un bout à l'autre de la chaîne transfusionnelle, une parfaite traçabilité, gage de sécurité des produits sanguins.



Quelles sont les conditions pour donner son sang ?

Vous pouvez donner votre sang :

- ☑ De 18 jusqu'à 70 ans (de 18 jusqu'à 65 ans pour un don de plasma ou de plaquettes)
- ☑ Si vous êtes reconnu apte au don par le médecin de prélèvement
- ☑ Si votre poids est au moins égal à 50 kg
- ☑ Si votre taux d'hémoglobine est suffisant
Dans certains cas, comme par exemple lors d'un premier don, un dosage de votre taux d'hémoglobine est réalisé

Pour un premier don, vous devez vous munir d'une pièce d'identité.

Dans certaines situations, vous devrez attendre pour donner votre sang :

- ☑ **7 jours** après la fin d'un traitement par antibiotiques
- ☑ **7 jours** après des soins dentaires (sauf soin de carie : 1 jour)
- ☑ **14 jours** minimum après un épisode infectieux
- ☑ **4 mois** après un voyage dans un pays où sévit le paludisme (malaria), ou d'autres parasitoses comme la maladie de Chagas
- ☑ **4 mois** après une intervention chirurgicale importante (hospitalisation > 24 h)

Pour toute question médicale, n'hésitez pas à contacter un médecin du site EFS le plus proche de chez vous
ou

rendez-vous sur notre site internet www.dondusang.net, rubrique « Donner »



Quelle éthique pour le don de sang ?

Anonymat : seul l'EFS connaît l'identité du donneur et du receveur et les données les concernant.

Bénévolat : le don de sang est gratuit et ne peut être rémunéré sous quelque forme que ce soit (argent, congé...). L'absence de contrepartie participe à la sécurité transfusionnelle.

Volontariat : le don de sang est un acte librement consenti, sans aucune contrainte.

Non-profit : le sang et les produits sanguins ne peuvent pas être source de profit. Le tarif d'une poche de sang est fixé par l'Etat et correspond aux frais engagés pour collecter, préparer, qualifier et distribuer les produits sanguins.

Sécurité : le bénévolat, l'entretien pré-don, la traçabilité et les tests biologiques ainsi que le professionnalisme des équipes de l'EFS concourent à la sécurité des donneurs et des produits transfusés aux malades.

Hygiène : pour chaque donneur, le matériel utilisé lors du prélèvement est stérile et à usage unique.

Qualité : le respect de bonnes pratiques et les nombreux contrôles sur le matériel et les produits garantissent la meilleure qualité des produits sanguins.

Le don de sang total

À quoi sert le sang ?

Les globules rouges sont essentiellement utilisés en hématologie (maladies du sang) et cancérologie. Lorsque la chimiothérapie détruit les cellules de la moelle osseuse, on transfuse ainsi aux malades des plaquettes et/ou des globules rouges. Les globules rouges sont également transfusés en cas d'hémorragie(s) importante(s) lors d'un accident, d'une opération ou d'un accouchement.

Quels sont les besoins ?

Les besoins en produits sanguins sont en constante augmentation en raison du vieillissement de la population et des innovations dans la qualité des soins.

Dans les années à venir, chacun d'entre nous connaîtra sans doute, dans son entourage, quelqu'un qui aura besoin d'être transfusé. Participer au don de sang, c'est participer à la constitution d'une réserve collective de produits sanguins dont chacun peut avoir besoin.

Il suffirait d'un don supplémentaire par an et par personne pour répondre à l'augmentation des besoins des malades.



Mélanie,
drépanocytaire

J'ai besoin d'une transfusion toutes les 4 à 6 semaines pour vivre.

La drépanocytose est une maladie du sang : les globules rouges ont une forme anormale, ce qui les empêche de transporter correctement l'oxygène dans l'organisme. Pour me soigner, on remplace ainsi mes globules rouges « malades » par des globules rouges « sains » qui proviennent de donateurs.

Bon à savoir



Durée : le prélèvement en lui-même dure 10 minutes. De votre arrivée à votre départ, il faudra compter au moins 45 minutes.



Conservation : les globules rouges se conservent 42 jours.



Délai : il faut respecter un délai de 8 semaines entre 2 dons de sang total.



Fréquence : une femme peut donner son sang au maximum 4 fois par an, un homme 6 fois par an.

Qui peut donner ?

Toute personne reconnue apte au don par le médecin de prélèvement. Les donateurs de groupe O sont particulièrement recherchés car leur groupe sanguin permet de transfuser leurs globules rouges à un très grand nombre de patients.

Si vous ne pouvez pas ou plus donner votre sang, n'hésitez pas à encourager vos proches à le faire.

Le don de plasma

À quoi sert le plasma ?

En donnant votre plasma, vous aidez de nombreux malades, notamment les grands brûlés, les hémophiles, les patients souffrant de troubles de la coagulation ou de déficit immunitaire grave.

Le plasma peut être utilisé sous deux formes : par transfusion ou sous forme de médicaments après fractionnement par le LFB (Laboratoire Français du Fractionnement et des Biotechnologies).

Qui peut donner son plasma ?

Tous les donneurs peuvent effectuer un don de plasma. Cependant, les individus de groupe AB sont « donneurs universels en plasma », leur plasma pouvant être transfusé à tous les malades. Seulement 4 % des Français sont de groupe AB, leur plasma est donc rare... et précieux ! Les individus de groupe B, qui représentent 9 % de la population, sont également particulièrement recherchés pour ce type de don.



Guillaume

Je suis atteint d'un déficit immunitaire d'origine génétique. Cela signifie que je n'ai pas assez de défenses pour vivre normalement. Je reçois régulièrement des immunoglobulines, seul traitement qui existe pour cette pathologie. Ces médicaments sont fabriqués à partir des dons de sang et de plasma.

Chaque fois que je me rends à l'hôpital, une fois par mois, pour recevoir ce traitement, je remercie intérieurement les donneurs car à chaque goutte que je reçois, c'est la vie qui continue.

Bon à savoir

Le don de plasma s'effectue généralement sur rendez-vous. Pour être encore plus proche de vous, l'EFS développe le don de plasma en collecte mobile. Pour en savoir plus, contactez votre site EFS ou connectez-vous sur : www.dondusang.net, rubrique « Où donner ».



Durée : le don dure environ 60 minutes. De votre arrivée à votre départ, il faut prévoir environ 1h30.



Délai : il faut respecter un délai de 2 semaines entre chaque don de plasma.



Fréquence : on peut donner son plasma 24 fois par an.

Le don de plaquettes

À quoi servent les plaquettes ?

Lorsque la maladie (leucémie, aplasie médullaire) ou les traitements lourds (chimiothérapie, radiothérapie) empêchent la fabrication de cellules sanguines par la moelle osseuse, le malade est dit en aplasie.

La transfusion régulière de plaquettes est alors indispensable pour éviter les risques d'hémorragie mettant en jeu la vie des malades.

Quels sont les besoins ?

Chaque jour, 800 dons de plaquettes sont nécessaires.

Les besoins augmentent avec le développement des techniques médicales. La courte durée de vie des plaquettes (5 jours) rend indispensable la régularité des dons pour faire face aux besoins.



Rebecca
23 ans

J'ai eu une leucémie et cette maladie se traite essentiellement par chimiothérapie.

J'ai eu un besoin quasi quotidien de globules rouges et de plaquettes pour éviter de saigner et pour poursuivre mes traitements. J'ai également eu une greffe de moelle osseuse.

Bon à savoir

Le don de plaquettes s'effectue uniquement sur rendez-vous en site fixe. Un comptage des plaquettes sanguines est effectué lors de chaque don.



Durée : le don dure 90 minutes. De votre arrivée à votre départ, il faut prévoir environ 2h.



Délai : il faut respecter un délai de 4 semaines entre chaque don de plaquettes.



Fréquence : on peut donner ses plaquettes 12 fois par an.

Qui peut donner ses plaquettes ?

Tout donneur apte au don de sang total et de plasma et dont le taux de plaquettes est suffisamment élevé.

Il nécessite disponibilité et réactivité en raison de la courte durée de vie des plaquettes (5 jours). Ce type de don est généralement proposé à des donneurs réguliers.

Le don volontaire de moelle osseuse (DVMO)



Guylaine,
31 ans

Je suis inscrite depuis un an sur le fichier des donneurs volontaires de moelle osseuse. Quand un de mes amis a eu une leucémie, je me suis dit que cela n'arrivait pas qu'aux autres. Devenir donneuse volontaire de moelle osseuse était pour moi une manière de l'aider, même s'il y a d'infimes chances que l'on soit compatible. Mais plus il y aura de gens inscrits sur ce fichier, plus il y aura de chances de trouver des candidats compatibles.

Quand on est en bonne santé, il faut y penser. Je conseille à tout le monde de s'informer et de réfléchir à cette démarche altruiste. Donner est un geste généreux et qui, surtout, sauve des vies.

À quoi sert la moelle osseuse ?

La moelle osseuse est située dans les os longs et les os plats. Il ne faut pas la confondre avec la moelle épinière, située dans la colonne vertébrale. Très précieuse, la moelle osseuse renferme les cellules (appelées cellules souches hématopoïétiques) qui donneront naissance aux cellules du sang.

Quels sont les besoins ?

Face à certaines maladies du sang, la greffe de moelle osseuse donne des espoirs de guérison importants. **80% des greffes de moelle osseuse sont réalisées pour traiter les maladies cancéreuses, en particulier les leucémies.**

Qui peut devenir donneur de moelle osseuse ?

Il faut être en parfaite santé et avoir entre 18 et 50 ans lors de l'inscription, même si on peut donner jusqu'à 60 ans. Accepter de se soumettre à un entretien médical spécifique sur ses antécédents médicaux et son mode de vie. S'engager à rester joignable et se rendre disponible pour les examens médicaux. Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.dondemoelleosseuse.fr.

Comment se passe le prélèvement ?

Il existe aujourd'hui deux façons de prélever les cellules souches hématopoïétiques issues de la moelle osseuse.

Le prélèvement direct de moelle osseuse : il est réalisé à l'hôpital, sous anesthésie générale, par ponction dans les os iliaques (au niveau du bassin). Le donneur sort le lendemain de l'hôpital.

Le prélèvement de cellules souches périphériques : il n'y a pas d'hospitalisation. Le donneur reçoit, les 5 jours précédant le prélèvement, un médicament favorisant la migration des cellules souches hématopoïétiques présentes dans la moelle osseuse vers le sang. Ces cellules sont recueillies en 3 ou 4 heures via un prélèvement sanguin par aphérèse, dans un centre de l'EFS.

Bon à savoir

Qui fait quoi ?

• Les centres d'accueil

Le centre d'accueil est le premier interlocuteur des candidats.* Un médecin les informe sur la procédure et l'engagement que représente ce type de don. Il vérifie l'absence de contre-indication médicale des candidats, puis leur fait signer un consentement.

Sont ensuite réalisés les tests biologiques d'aptitude ainsi que le typage HLA. Celui-ci permet de déterminer la compatibilité génétique entre le donneur et le receveur.

• L'Agence de la biomédecine

Une fois les examens biologiques validés, le candidat est inscrit au Registre national des donneurs de moelle osseuse, géré par l'Agence de la biomédecine.

Ce registre permet aux médecins greffeurs de rechercher un donneur dont la compatibilité génétique (HLA) sera identique à celle du malade. À tout moment, le candidat peut devenir essentiel pour un malade qui a besoin de sa moelle osseuse pour guérir. Il arrive aussi qu'un candidat ne soit jamais appelé, si son typage HLA ne correspond pas à celui d'un patient.

*Retrouvez votre centre d'accueil au dos de cette brochure

PAYS DE LA LOIRE

44 - LOIRE ATLANTIQUE

Nantes

34 boulevard Jean Monnet - Tél. 02 40 12 33 62

Saint Nazaire

11 boulevard Georges Charpak - Tél. 02 40 00 20 00

49 - MAINE ET LOIRE

Angers

16 boulevard Mirault - Tél. 02 41 72 44 44

53 - MAYENNE

Laval

Centre Hospitalier de Laval, 33 rue du Haut Rocher - Tél. 02 43 66 90 00

72 - SARTHE

Le Mans

Centre Hospitalier, 194 avenue Rubillard - Tél. 02 43 39 94 94

85 - VENDÉE

La Roche sur Yon

Centre Hospitalier Les Oudairies, Bd Stéphane Moreau - Tél. 02 51 44 62 34

	Sang	Plasma	Plaquettes	DVMO*
44 - LOIRE ATLANTIQUE	●	●	●	●
49 - MAINE ET LOIRE	●	●	●	●
53 - MAYENNE	●	●	●	●
72 - SARTHE	●	●	●	●
85 - VENDÉE	●	●	●	●

X : Sans rendez-vous

● : Sur rendez-vous

* Don volontaire de moelle osseuse

Le don de sang,
un geste incontournable...

www.dondusang.net



FLASHEZ CE CODE POUR SAVOIR
OÙ DONNER VOTRE SANG