

Avez-vous pensé à donner votre sang ?



Déroulement d'une collecte :



1 L'accueil

Le donneur est accueilli par un agent d'accueil de l'EFS qui **enregistre son dossier administratif** et lui remet le questionnaire pré-don afin de préparer l'entretien médical.



2 L'entretien prédon

Le donneur est reçu par un médecin de l'EFS pour un **entretien confidentiel et un examen médical**. Cet entretien est destiné à vérifier l'aptitude du donneur et à s'assurer que le don ne présente pas de risque pour le donneur et le receveur.



3 Le prélèvement

Le prélèvement dure **environ 10 minutes** et le volume prélevé, entre **450 et 480 ml**, dépend de la masse sanguine du donneur.



4 La collation

Le volume de sang prélevé se **reconstitue rapidement** mais il est très important de **boire abondamment et de manger** après avoir donné son sang.

Les vacances de printemps et les jours fériés de mai mettent traditionnellement sous tension les réserves en produits sanguins. Il est important de venir donner son sang dans les jours et semaines à venir.

L'Établissement français du sang observe de façon périodique une baisse de la fréquentation de ses collectes de sang en avril et en mai. La mobilisation ne doit pas faiblir : entre 900 et 1000 dons de sang sont nécessaires dans la région Occitanie, chaque jour.

Pour que les réserves soient reconstituées régulièrement, il est essentiel que les donneurs répondent présent chaque jour de l'année.

Un don de sang est un geste précieux qui ne dure que 45 minutes (dont 10 minutes pour le prélèvement).

Vous aussi venez sauver des vies !



Qui peut donner ?

Il est recommandé de ne pas venir à jeun et de bien boire avant et après le don.

Les principales conditions pour donner son sang :

Etre en bonne santé, avoir entre 18 et 70 ans, peser plus de 50 kilos et ne pas avoir été transfusé.

Dans les cas suivants, les dons doivent être différés de :

- 7 jours à la fin d'un traitement antibiotiques ;
- 14 jours après un épisode infectieux ;
- 4 mois après une endoscopie, un piercing ou un tatouage ;
- 4 mois après un voyage dans un pays où sévit le paludisme.