



# **AMICALE POUR LE DON DU SANG DE LA PRESQU' ILE**

## **COMMENT DONNER SON SANG**

[Test Puis je donner mon sang](#)

**Il faut avoir entre 18 et 70 ans, peser au minimum 50 kg et surtout ne pas être à jeun !**

**Entre 400 et 500 ml de sang sont prélevés.**

**Une femme peut donner son sang 4 fois sur 12 mois glissants, un homme 6 fois, en respectant un délai d'au moins 8 semaines (jour pour jour) entre chaque don.**

**Le donneur, après avoir rempli un questionnaire pré-don, est reçu par un médecin pour un entretien confidentiel où il est déterminé si le don ne présente aucun risque pour lui ou pour le receveur.**

**Déclaré apte, il est ensuite accueilli par une infirmière spécialement formée. Le prélèvement peut alors commencer pour une durée moyenne de dix minutes.**

**Une collation est ensuite offerte car après un don de sang, il faut se réhydrater.**

**Il est important pour les associations de fidéliser les donneurs, les produits sanguins ayant une durée de vie relativement courte :**

- 5 jours pour les plaquettes**
- 42 jours pour les globules rouges**
- plusieurs mois pour le plasma qui se congèle.**

## **ETABLISSEMENT FRANCAIS DU SANG**

**Créé en janvier 2000 en remplacement des Centres de Transfusion Sanguine, sous la tutelle du ministère de la santé, il est l'opérateur unique de la transfusion sanguine en France dont il assure l'autosuffisance en produits sanguins avec un souci permanent de qualité et de sécurité. Sa principale activité est le prélèvement de sang, de plasma et de plaquettes, puis la redistribution vers les malades.**

**L'EFS reste fidèle aux principes fondateurs de la transfusion sanguine : l'anonymat, le bénévolat, le volontariat et la gratuité du don. [www.dondusang.net](http://www.dondusang.net)**