

La donazione di sangue

Il quantitativo di sangue prelevato è stabilito per legge in 450 ml $\pm 10\%$ che risulta essere inferiore al 13% del sangue presente nell'organismo umano e che si rigenerano in 6-8 ore per quanto riguarda liquidi e sali e di alcune settimane per quanto riguarda globuli, piastrine e proteine.

Ad ogni donazione viene chiesto di compilare il questionario/consenso, viene eseguito il controllo dell'emoglobina capillare, la visita medica e il prelievo del sangue per gli esami di controllo.

Tra una donazione di sangue intero e l'altra devono trascorrere almeno 90 giorni (conteggio da eseguire con l'esclusione del giorno della stessa donazione). La frequenza annua delle donazioni non deve superare 4 per gli uomini e 2 nelle donne in età fertile (per queste ultime, devono trascorrere 365 giorni tra la prima donazione e l'eventuale terza), 4 volte se in età non fertile.

Inoltre va ricordato che per la donazione non bisogna mai presentarsi a digiuno, infatti per affrontare al meglio la donazione È CONSIGLIATA una leggera colazione con THE' o CAFFE' leggermente zuccherati oppure una spremuta o un succo, qualche biscotto secco o fetta biscottata. È FONDAMENTALE e non c'è nessun limite all'assunzione di sola acqua; Da evitare assolutamente il latte e derivati.