

# Memorandum del donatore

- per il sangue intero devono passare almeno 90 giorni dall'ultima donazione per gli uomini
- per il plasma devono passare solitamente 2 mesi dall'ultima donazione di sangue intero
- per il sangue intero gli uomini possono fare al massimo 4 donazioni all'anno mentre le donne in età fertile al massimo 2 donazioni annue (successivamente anche 4 donazioni annue)
- età 18 - 65 anni (dopo i 65 a discrezione del medico trasfusionista se donatore abituale)
- il peso non può essere inferiore a 50 kg
- alcuni farmaci quali contraccettivi o antidepressivi non precludono la donazione (consultare sempre il Medico trasfusionista)
- NON malattie fegato, NON malattie polmonari, NON malattie emorragiche, NON epatite virale, NON ittero, NON diabete, NON rapporti sessuali o omosessuali a rischio (occasionali, plurimi e/o promiscui), NON tossicodipendenti o ex tossicodipendenti

## Devono trascorrere

- 1 anno dal parto o interruzione di gravidanza e per tutta la durata della gravidanza
- 4 mesi da interventi chirurgici, endoscopie (gastroscopie, colonscopie, isteroscopia, laparoscopia, etc), agopuntura, tatuaggi, piercing, trasfusioni, sieroprofilassi, rapporti occasionali a rischio di malattie infettive
- 1 settimana da interventi chirurgici minori (medicazioni, piccole suture per ferite, escissione lipomi, nei benigni), estrazione dentaria non complicata, detartraggio, devitalizzazione
- 15 giorni per antibiotici e antinfiammatori
- 48 ore carie, otturazioni, controllo protesi dentarie, vaccinoprofilassi
- Terapie farmacologiche: la sospensione varia in relazione alla patologia oggetto di trattamento e del farmaco assunto. In questi casi è necessaria la consultazione del Medico trasfusionista

## Prima della donazione

- FARE una leggera colazione evitando LATTE e LATTICINI
- NON assumere ECCESSIVE bevande alcoliche nella settimana che precede la donazione (cioè NON più di mezzo litro di vino al giorno, NON più di 1 litro di birra, NON più di 100 ml di super alcolici)
- COMUNICARE eventuali sintomi presenti al momento della donazione, malattie e ricoveri recenti, diagnosi effettuate da altri medici e le eventuali terapie assunte
- RIFERIRE di eventuali viaggi in paesi tropicali o contatti con persone affette da malattie infettive

## Dopo la donazione

- evitare per almeno 24 ore attività fisica impegnativa (sport, allenamento) in particolare non flettere con forza il braccio del prelievo
- evitare attività lavorative pesanti e pericolose (autisti, operai, piloti, vigili del fuoco) ed i voli aerei
- assumere liquidi almeno 1.5 litri (acqua, the, succhi di frutta, minestre), pranzo e cena secondo appetito con cibi semplici e facilmente digeribili, evitare condimenti molto grassi (impanature, fritti)
- evitare bevande alcoliche
- sconsigliato fumare
- evitare di sostare in luoghi affollati e poco ventilati
- nella stagione estiva evitare di esporsi nelle ore più calde. Nelle ore successive alla donazione evitare di restare da soli. Se compaiono disturbi dopo la donazione (febbre, malessere generale, dolore al braccio della donazione) avvisare quanto prima il Centro Trasfusionale
- trattenersi nei locali del Centro Trasfusionale per il tempo necessario al fine di garantire ai sanitari un adeguato periodo di osservazione ed un pronto intervento in caso di bisogno