



Memorandum del donatore

Linee guida per la donazione del sangue

Per donare il sangue è necessario essere in buona salute, osservare uno stile di vita regolare e una corretta alimentazione.

Per ogni singolo caso è prevista l'inidoneità permanente o temporanea; quest'ultima può essere di pochi giorni, di pochi mesi o di anni.

L'uomo può donare sino a quattro volte l'anno mentre la donna, in età fertile, solo due.

Raccomandiamo al futuro donatore di non assumere farmaci e parafarmaci anti-infiammatori (anche farmaci senza ricetta medica) cinque giorni prima (tipo Aulin o Aspirina) e di ricordare che prima della donazione si può assumere solo tè, caffè o succo di frutta.

È indispensabile il digiuno da almeno 8 ore. La sera prima della donazione del sangue effettuare un pasto normale, senza eccessi.

Qui di seguito riportiamo le condizioni che permettono o escludono dalla donazione, sia temporaneamente che definitivamente.

Requisiti

1. Età compresa tra i 18 e i 65 anni. Nel caso si tratti di prima donazione l'età non deve essere superiore a 60 anni. Verifica del documento di riconoscimento per determinare i limiti di età per la donazione e per l'accertamento dell'identità (*Nota 1*). Per gli stranieri passaporto o permesso di soggiorno.
2. Peso non inferiore a 50 Kg. Recenti perdite spontanee di peso, senza causa apparente, escludono dalla donazione.
3. Sesso femminile - non possono donare durante il ciclo. Le donne in età feconda possono donare solo due volte l'anno; nella fase di menopausa sino a quattro volte l'anno.

I dati successivi verranno verificati dal medico prima della donazione.

1. Valori della pressione arteriosa: sistolica massima tra i 110 e 180 mmHg, diastolica minima tra i 65 e 100 mmHg.
2. Valori di emoglobina: uomini uguale o superiore a g. 13,5 gr/dl - donne uguale o superiore a 12,5 gr/dl
3. Polso: frequenza superiore a 50 pulsazioni/minuto, con polso ritmico e regolare. Se atleti anche con valore inferiore purché avvenga anche la valutazione cardiologica.
4. L'intervallo minimo tra una donazione di sangue intero e la successiva è di 90 giorni, sia per l'uomo che per la donna.

Condizioni particolari

1. I portatori di **microcitemia costituzionale** possono donare 1 o 2 volte l'anno in rapporto ai valori di emoglobina e al sesso.
2. Per quanto riguarda l'**influenza**, il **raffreddore** e l'**Herpes**, si può donare dopo la guarigione clinica.
3. Lieve o moderata ipertensione non controindica la donazione purché la terapia non includa farmaci beta-bloccanti. Si raccomanda di non assumere la terapia il giorno della donazione.
4. Per le **allergie** (escluso l'uso di farmaci) si può donare dopo la fine della fase acuta.
5. L'assunzione della **pillola anticoncezionale** non controindica la donazione.
6. L'assunzione di **Eutirox** non controindica la donazione a meno che non si assuma per tiroidite autoimmune (Hashimoto).

ALIMENTI

Prima della donazione si può assumere solo the, caffè, succhi di frutta. Sono ammesse due fette biscottate

E' assolutamente vietato il latte.

Nota 1: Documenti di identità riconosciuti: La carta d'identità italiana è il documento principale di identificazione per i cittadini italiani o residenti sul territorio, rilasciata a partire dal quindicesimo anno d'età. L'utilizzo di questa, o di un documento con foto considerato equivalente, è obbligatorio ai fini del riconoscimento. Sono equipollenti alla carta di identità: il passaporto, la patente di guida, la patente nautica, il libretto di pensione, il patentino di abilitazione alla conduzione di impianti termici, il porto d'armi, le tessere di riconoscimento, purché munite di fotografia e di timbro o di altra segnatura equivalente, rilasciate da un'amministrazione dello Stato." Art. 2 e art. 35 del DPR n. 445 del 2000"

Cause di esclusione

- Rinvio di 48 ore:**
- ✘ Pulizia dentale
 - ✘ Vaccinazione contro epatite B, rabbia, pertosse, tetano, difterite, tifo, paratifo, colera, influenza, peste, poliomielite. **Soggetti vaccinati devono essere asintomatici e non febbrili**
- Rinvio di 5 giorni**
- ✘ Assunzione di farmaci: **Aspirina, Aulin, antinfiammatori, antidolorifici**
- Rinvio di 7 giorni:**
- ✘ Cure odontoiatriche importanti, estrazioni e devitalizzazioni, se non complicate da infezioni
 - ✘ Stati febbrili uguali o superiori a 38° di temperatura corporea
- Rinvio di 14 giorni:**
- ✘ Dalla guarigione clinica per influenza, herpes e gastroenterite virale
- Rinvio di 1 mese:**
- ✘ Vaccinazioni contro rosolia, tubercolosi, febbre gialla, morbillo, parotite, vaiolo, antipolio orale
 - ✘ Implantologia ossea
- Rinvio di 3 mesi:**
- ✘ Puntura di zecca dalla guarigione
- Rinvio di 4 mesi:**
- ✘ Rapporti sessuali occasionali con persone a rischio di trasmissione di malattie infettive anche se protetti
 - ✘ Esposizione occasionale a sangue o altro materiale potenzialmente infetto
 - ✘ Endoscopie (gastroscopia, colonscopia, broncoscopia), diagnosi invasive (angiografia, coronarografia con impiego di cateteri venosi non monouso)
 - ✘ Agopuntura e piercing, se non praticati con strumenti a perdere
 - ✘ Tatuaggi
 - ✘ Interventi chirurgici minori
 - ✘ Contatto diretto con epatitici
 - ✘ Somministrazione di sieri di origine animale
- Rinvio di 6 mesi:**
- ✘ Toxoplasmosi, Mononucleosi e infezioni da Citomegalovirus rinvio di sei mesi dalla guarigione.
 - ✘ Epatite A purché documentata
 - ✘ **Per le donne:** rinvio di sei mesi dalla fine dell'allattamento
- Rinvio di 1 anno:**
- ✘ Vaccinazione antirabbica dopo esposizione
 - ✘ Allergia a farmaci, in particolare la penicillina dopo l'ultima esposizione
 - ✘ Interventi chirurgici di rilievo
 - ✘ **Per le donne:** gravidanza, parto e aborto
- Rinvio di 2 anni:**
- ✘ Tubercolosi
 - ✘ Osteomieliti, reumatismo articolare acuto, brucellosi (a partire dalla guarigione)
- Rinvio di 3 anni:**
- ✘ Soggiorno per più di cinque anni in zona endemica malarica: successivamente al ritorno, dopo tre anni, se asintomatici, si possono donare sangue intero, emazie e piastrine. **Nel frattempo, dopo sei mesi, se asintomatici, si può donare il plasma da inviare al frazionamento industriale**
- Rinvio di 5 anni:**
- ✘ Glomerulonefrite acuta (a partire dalla guarigione)
- Esclusione Definitiva:**
- ✘ Epatite B e C, epatiti da causa ignota
 - ✘ Infezione da virus HIV 1-2 (AIDS)
 - ✘ Soggiorno superiore a sei mesi, anche non continuativi, nel Regno Unito dal 1980 al 1996
 - ✘ Lebbra, babesiosi, leishmaniosi, tripanosmiasi, sifilide, febbre Q
 - ✘ Malattie autoimmuni
 - ✘ Lupus, artrite reumatoide, tiroiditi di Hashimoto, anemie, sindromi emorragiche, piastrinopenie, leucopenie
 - ✘ Neoplasie maligne
 - ✘ Diabete solo se insulino-dipendente
 - ✘ Epilessia
 - ✘ Malattie cardiovascolari
 - ✘ Infarto del miocardio, angina, alterazioni del ritmo
 - ✘ Glomerulonefrite cronica, policitemia vera (morbo di Vaquez), malattia di Creutzfeld-Jakob (oppure presenza nella famiglia di casi di demenza acquisita o di insonnia familiare mortale)
 - ✘ Alcolismo cronico
 - ✘ Trapianto di dura madre o di cornea
 - ✘ Tossicodipendenza anche da droghe non iniettive
 - ✘ Comportamenti sessuali abituali ad alto rischio di trasmissione di malattie infettive, comprese le persone che hanno avuto rapporti in cambio di denaro o droga
 - ✘ Politrasfusi

Per ogni ulteriore chiarimento si può contattare il Direttore Sanitario di Avis Comunale Roma tramite l'indirizzo e-mail **direzione.sanitaria@avisroma.it**

Donare il sangue è un atto d'amore volontario, anonimo e responsabile: un'eventuale esclusione dalla donazione è fatta solo per tutelare la salute sia del donatore che del ricevente.