

# L'APTITUDE AU DON DU SANG

## 1) POUR DONNER SON SANG, IL FAUT :

- Avoir entre 18 et 70 ans
- Peser au minimum 50 kg.
- Ne pas venir à jeûn : boire et manger sucré 1h à 1h30 avant le don
- Eviter les matières grasses au petit déjeuner pour les collectes du matin, et à midi pour les collectes de l'après-midi.



## 2) LES CONTRE-INDICATIONS AU DON DE SANG :

- L'EFS doit assurer la sécurité des donneurs comme des receveurs. Environ 10% des personnes qui se présentent pour faire un don présentent une contre-indication mais, dans les trois-quarts des cas, cet ajournement n'est que temporaire.

### A) CONTRE-INDICATIONS GENERALES :

- Grande fatigue
- Anémie
- Diabète insulino-dépendant
- Traitement pour des crises d'épilepsie
- Grossesse en cours, et jusqu'à six mois après l'accouchement.
- Mesure de protection légale (tutelle ou curatelle)
- Infection en cours : maladie virale (ex.: grippe, gastro-entérite...) : il faut attendre deux semaines après la fin des symptômes pour pouvoir donner son sang
- Prise de médicaments (antibiotiques, corticoïdes en comprimés...) : il faut respecter un délai de 14 jours après la fin du traitement.
- Maladie transmissible par le sang : syphilis, hépatites virales B et C, VIH
- Exposition à des risques d'infection : respecter les délais suivants avant de pouvoir donner son sang :
  - 1 jour pour le traitement d'une carie
  - 7 jours pour un détartrage
  - 4 mois pour un piercing ou un tatouage
  - de 7 jours à 4 mois pour une intervention chirurgicale
  - 4 mois après le retour d'un voyage dans un pays impaludé
- Chirurgie lourde en milieu hospitalier datant de moins de 4 mois
- Arrêt de travail en cours.

### B) CONTRE-INDICATIONS D'ORDRE SEXUEL :

- Lorsque vous avez un nouveau partenaire, vous devez attendre un délai de 4 mois pour donner votre sang, même si vous avez utilisé un préservatif.
- D'une manière générale, s'il y a eu un nouveau partenaire sexuel, il faut attendre un délai de 4 mois après le dernier rapport non protégé pour pouvoir donner votre sang.
- Si vous êtes un homme et que vous avez (ou avez eu) des relations sexuelles avec un autre homme, vous ne pouvez pas donner votre sang.

## 3) CE QUI NE CONSTITUE PAS UNE CONTRE-INDICATION

- La prise de médicaments : elle n'est généralement pas une contre-indication au don. C'est plutôt la maladie elle-même qui représente une contre-indication (diabète traité par insuline, maladie cardiaque, épilepsie, tension artérielle mal équilibrée...). Elle doit être signalée au médecin.
- La prise d'aspirine ou d'anti-inflammatoires : elle doit être signalée également au médecin mais n'est pas une contre indication au don de sang
- Même si vous n'avez pas la nationalité française, vous pouvez donner votre sang en France