

GUIDE DU DONNEUR



Protection santé

SERVICE DU SANG

CROIX-ROUGE
de Belgique



Pourquoi donner un peu de Sang?

Avant toute chose, les dons de sang, de plasma ou de plaquettes contribuent à sauver des vies humaines. Il faut en Belgique plus de 500.000 poches de sang par an pour faire face aux besoins.

Cependant, ils vous permettent aussi:

- > de connaître votre groupe sanguin.
- > de bénéficier à chaque prélèvement d'examens biologiques systématiques: sérologie, numération des globules rouges, des globules blancs et des plaquettes,...

IL NE FAUT JAMAIS offrir son sang afin d'obtenir un test de dépistage. Si vous désirez obtenir un test de dépistage, consultez votre médecin ou un centre de planning familial où un test gratuit et anonyme pourra être effectué pour la détection du virus du SIDA. (Une liste de ces centres est à votre disposition dans tous les lieux de collecte)



Sommaire

1.	Qu'est-ce que le sang ?	4
2.	Quels dons ? Pour qui ?	6
2.1.	Le don de sang total	6
2.1.1	Le Concentré Erythrocytaire Déleucocyté (C.E.D.)	6
2.1.2	Le Plasma Frais Congelé (P.F.C.)	7
2.1.3.	La couche leucoplaquettaire (le Buffy-Coat)	7
2.2.	Le don d'aphérèse	8
3.	Qui peut donner ?	10
4.	Le déroulement d'un don	13
4.1.	L'accueil	13
4.2.	L'entretien médical	13
4.3.	Le prélèvement	14
4.4.	Le repos	14
4.5.	Les précautions à prendre après un don	15
4.6.	L'information post-don	16
5.	En laboratoire	17
6.	Données personnelles et vie privée...	18
7.	Les risques liés au don...	19

1. Qu'est-ce que le sang ?

Le sang est un organe liquide du corps humain ; il a comme fonction de transporter de nombreuses substances à travers tout le corps, et ce, via le système vasculaire.

En moyenne, 5 litres de sang coulent dans le corps humain. Sa composition est la suivante:



> 55% de plasma (partie liquide du sang)

> 45% de globules rouges, de globules blancs et de plaquettes

Composition du sang

Composants		Fonctions
Les globules rouges	contiennent essentiellement des molécules d'hémoglobine qui donnent au sang sa couleur rouge	Transport de l'oxygène, depuis les poumons vers les autres organes du corps Transport du gaz carbonique depuis les organes vers les poumons
Les globules blancs	<ul style="list-style-type: none"> > Granulocytes (±65%) > Monocytes (±10%) > Lymphocytes (±25%) 	Défense de l'organisme contre les agents pathogènes et les cellules étrangères Production d'immunoglobulines (anticorps)
Les plaquettes sanguines		«Colmatage» des fissures qui apparaissent dans les parois des vaisseaux sanguins, par la formation d'un caillot ou «thrombus»
Le plasma sanguin	<p>90% d'eau</p> <p>les 10% restants contiennent:</p> <ul style="list-style-type: none"> > les lipoprotéines > l'albumine > protéines de la coagulation, dont le fibrinogène > les immunoglobulines 	<p>Transport de tous les éléments du sang</p> <p>Transport des acides gras et du cholestérol</p> <p>Maintien de la pression oncotique</p> <p>Coagulation</p> <p>Défense de l'organisme contre les agents pathogènes</p>

2. Quels dons ? Pour qui ?

2.1. Le don de sang total (tous les 3 mois)

Un don de sang dure environ 10 minutes. Il consiste en la ponction d'environ 450 ml de sang total (globules rouges, globules blancs, plaquettes sanguines et plasma). Lorsque vous donnez du sang, votre don est acheminé vers l'un des trois sites de production (Liège, Namur, La Louvière) où il sera séparé en ses différents composants.

A partir de votre poche de sang, nous pouvons obtenir:

- un concentré érythrocytaire (globules rouges)
- du plasma
- un concentré leucoplaquettaire.



2.1.1. Le Concentré Erythrocytaire Déleucocyté (C.E.D.)

Il est directement destiné aux cliniques et hôpitaux en vue d'être transfusé à un patient présentant un déficit en globules rouges (anémies graves, hémorragies).

La durée de conservation est de 42 jours à une température comprise entre 2 et 6°C

2.1.2. Le Plasma Frais Congelé (P.F.C.)

Le plasma issu de votre don peut être destiné:

- soit à la préparation de plasma viro-inactivé, destiné aux malades présentant un effondrement des facteurs de coagulation (hémorragies massives). Il est également indiqué en cas de déficit d'un facteur de coagulation pour lequel il n'existe pas de préparation spécifique. La durée de conservation est de 1 an à une température de -30°C.
- soit à la production de dérivés plasmatiques stables:
 - Facteurs de coagulation utilisés en cas de déficit de l'un ou l'autre de ces composants (chez les hémophiles p.e.).
 - Immunoglobulines utilisées pour:
 - la prévention de certaines maladies virales (rubéole, rougeole, jaunisse,...) ou de certaines maladies bactériennes (tétanos,...)
 - le traitement de déficiences immunitaires
 - Solutions d'albumine utilisées lors de perte protéiques importantes, par exemple en cas de brûlures graves.

La durée de conservation est variable selon les produits.

2.1.3. La couche leucoplaquettaire (le Buffy-Coat)

Le Buffy-Coat qui permet d'obtenir une unité de plaquettes sera mélangé à 5 autres (provenant d'autres donneurs) formant ainsi un pool de plaquettes en quantité suffisante pour être utilisé en thérapeutique.

Par leur activité pro-coagulante, les plaquettes préparées par cette méthode sont destinées à corriger les situations hémorragiques ou à risque hémorragique (greffes de cellules souches hématopoïétiques, maladies hématologiques, oncologiques, certaines interventions chirurgicales...).

La durée de conservation est de 7 jours à une température comprise entre 20 et 24°C sous agitation constante.



2.2. Le don par aphérèse

Il existe plusieurs types d'aphérèses dont les principales sont les suivantes:

- > La thrombaphérèse (don de plaquettes sanguines)
- > La plasmasphérèse (don de plasma)

Une aphérèse est une méthode d'obtention d'un ou plusieurs composants sanguins par traitement mécanique du sang total, avec restitution au donneur, pendant le prélèvement, des constituants restants.

Les globules rouges du donneur étant restitués lors de l'aphérèse, la quantité de plasma ou de plaquettes prélevée est plus importante, de même que la fréquence des dons.

Une aphérèse demande un équipement spécifique et imposant ; elle est donc réalisée uniquement en poste fixe.

Les indications thérapeutiques sont identiques à celles des produits obtenus à partir du sang total (voir point 2.1.1. et sq.)

Les différents types de don

Type	Durée (*) et fréquence	Produits obtenus
Le don de sang	10 minutes tous les trois mois	<ul style="list-style-type: none"> > Concentré Erythrocytaire > Pool de plaquettes > Plasma frais congelé viro-inactivé > Solution d'albumine > Facteurs de coagulation > Immunoglobulines
La plasmaphérèse	45 minutes tous les 15 jours	<ul style="list-style-type: none"> > Solution d'albumine > Facteurs de coagulation > Immunoglobulines > Plasma frais congelé viro-inactivé
La thrombaphérèse	100 minutes tous les mois	<ul style="list-style-type: none"> > Concentré unitaire de plaquettes > Plasma frais congelé viro-inactivé > Solution d'albumine > Facteurs de coagulation > Immunoglobulines

(*) Durées approximatives auxquelles il faut ajouter le temps de l'accueil, l'examen médical et le repos après le don.

3. Qui peut donner?

Le don est un acte responsable, volontaire, bénévole et non rémunéré.

Qui peut donner ?

- > Toute personne en bonne santé,
- > âgée de 18 à 65 ans,
- > Qui a un poids et une taille suffisants,
- > ne présentant pas de risque de maladies transmissibles par le sang.

Par sécurité, une entrevue avec un médecin ou un professionnel de la santé est réalisée avant chaque don. (cfr. 4.2)

Comportements à risque et directives

Le risque de contaminer un receveur trouve son origine dans le don d'une personne infectée mais toujours en période silencieuse (période durant laquelle nos tests de laboratoire ne détectent pas la maladie, bien qu'elle soit présente dans l'organisme).

Tendre vers le risque nul, c'est:

- > Informer le donneur sur les comportements et situations à risque pouvant être à l'origine d'une contamination
- > Inviter le donneur à respecter les directives qui en découlent
- > Favoriser l'auto-exclusion des donneurs ayant des comportements à risque
- > Réaliser un entretien médical avant chaque don
- > Réaliser les tests de dépistage sur chaque don
- > Renforcer l'information post-don

Cette sécurité est le résultat d'une réelle évolution dans le domaine transfusionnel. Le développement technologique dans la préparation du plasma et de ses dérivés réduit encore ce risque.

Peut-on être infecté en donnant du sang ? NON

Le matériel employé pour prélever le sang est stérile et à usage unique. Il n'est jamais réutilisé. Il en va de même pour le matériel d'aphérèse.

«On ne peut pas être infecté en donnant du sang»

NE DONNEZ PAS DE SANG:

- > Si vous avez pris ou prenez de la drogue,
- > Si votre partenaire se drogue*,
- > Si vous êtes séropositif,
- > Si vous êtes un homme et que vous avez des rapports sexuels avec un autre homme*,
- > Si votre partenaire est séropositif*,
- > Si vous avez plus d'UN partenaire sexuel*,
- > Si vous avez des raisons de penser que votre partenaire a des comportements à risque*.

(*) Ces directives sont à respecter même en cas d'utilisation du préservatif.

DE MEME, ATTENDEZ QUATRE MOIS AVANT DE DONNER DU SANG EN CAS:

- > De partenaire occasionnel*,
- > De changement de partenaire*.

(*) Ces directives sont à respecter même en cas d'utilisation du préservatif.

ATTENDEZ QUATRE MOIS AVANT DE DONNER DU SANG EN CAS:

- de tatouage, de perçage d'oreille ou d'une autre partie du corps,
- de scarification autre que médicale,
- d'un traitement par acupuncture réalisée avec des aiguilles qui ne sont pas à usage unique,
- de coupure avec un objet pouvant être contaminé (partage de lames de rasoir par exemple),
- de contact direct et prolongé d'une peau abîmée avec du sang et des sécrétions contaminées,
- de piqûre avec une aiguille souillée,
- de morsure interhumaine.
- d'opération et d'endoscopie

Si vous avez le moindre doute ou la moindre question à ce sujet, contactez le **0800 92 245** ou parlez-en lors de l'entretien médical.

La sécurité transfusionnelle est intimement liée au respect de toutes ces directives ; elles évitent la transmission par le sang tant du SIDA que d'autres maladies infectieuses.



4. Le déroulement d'un don

Tout d'abord, il vous est possible de décider A TOUT MOMENT de ne pas donner votre sang, votre plasma ou vos plaquettes, et ce, sans devoir vous justifier. Nous vous demandons simplement de ne pas partir de la collecte sans nous avertir.

4.1. L'accueil

L'accueil est un moment privilégié de la collecte de sang: les volontaires et les membres de nos équipes sont présents pour vous accueillir. Ils peuvent vous aiguiller vers la bonne personne afin de répondre à l'une ou l'autre question que vous vous posez concernant votre don, votre état de santé ou encore les prochaines dates de collectes. Vous serez invité à remplir un questionnaire médical.



4.2. L'entretien médical

L'entretien médical pré-don est une étape clé qui doit évaluer les événements éventuellement préjudiciables à votre santé ou à celle du receveur.

A l'aide du questionnaire médical que vous aurez rempli au préalable, l'examineur vous interrogera sur vos antécédents médicaux et chirurgicaux ainsi que sur votre état de santé actuel. Il s'assurera également que vous n'avez pas de comportement à risque.

Cet entretien se termine par un examen médical sommaire: prise de tension, poids, pouls.

Sur cette base, l'examineur peut vous demander de ne pas faire de don pour toute raison justifiée par un risque, soit pour votre santé, soit pour celle du receveur. N'hésitez pas à demander plus d'explications si vous ne saisissez pas bien la raison de cette décision.

Attention: l'entretien médical est confidentiel et ne peut donc se dérouler en présence d'autres personnes que vous-même et l'examineur. Si vos enfants vous accompagnent, ils seront pris en charge par le personnel et les volontaires pendant votre entretien médical.

4.3. Le prélèvement

Après vous avoir confortablement installé et avoir recontrôlé votre identité, un médecin ou une infirmière place une aiguille stérile et à usage unique dans une veine du pli du coude. Pas de panique, ceci n'est pas plus douloureux qu'une prise de sang. Lors du prélèvement, la poche sera étiquetée et des échantillons seront recueillis afin d'effectuer des analyses en laboratoire.

4.4. Le repos

Après votre don, les volontaires ou les équipes de prélèvement vous offriront une petite collation.

Profitez-en pour récupérer durant quelques minutes. Ceci est important: la plupart des petits incidents pouvant apparaître après un don peuvent être résolus simplement à ce moment par nos équipes médicales.

Ne partez donc pas trop vite !



4.5. Les précautions à prendre après un don

Votre organisme va reconstituer en quelques heures le volume de sang qui vient d'être prélevé. Afin d'accélérer cette récupération, nous vous conseillons de boire non seulement dès la fin du prélèvement mais également de boire régulièrement dans les heures qui suivent. Les boissons alcoolisées sont à exclure.

Nous vous déconseillons également:

- une conduite automobile prolongée
- les sports violents
- la plongée sous-marine
- les activités de cyclisme et de natation
- toute situation vous exposant à une chute
- le travail avec du matériel tel que disqueuse ou tronçonneuse
- la station debout prolongée (ex: files d'attente,...)
- la sollicitation du ou des bras où la ponction a été effectuée (ex: soulèvement de poids, tennis,...). Ces types de mouvement peuvent parfois entraîner un «re-saignement».

En cas de sensation de faiblesse après un don, il est recommandé de s'allonger IMMEDIATEMENT, si possible de surélever les jambes et de se reposer quelques instants.

4.6. L'information post-don

Si, dans les jours qui suivent votre don, vous développez une maladie (cela signifie alors que cette maladie était en incubation lors du don), nous vous demandons de téléphoner immédiatement au n° inscrit sur la carte qui vous sera donnée au moment du don et de nous communiquer votre numéro de don qui y est également repris. Nous pourrions alors prendre les dispositions nécessaires et appropriées.

Vous pouvez également agir de la sorte si vous estimez que votre don ne peut être utilisé.

Il n'est pas nécessaire alors d'apporter une justification à votre décision, ni de donner votre identité: le numéro de prélèvement suffit.

Ce document est donc un moyen important, propre à renforcer la sécurité transfusionnelle. Gardez-le précieusement sur vous.

5. En laboratoire

Les analyses relatives au don sont réglementées par la Loi.

Outre les procédures d'éligibilité au don (questionnaire médical, entretien médical et informations) et les analyses inhérentes à la transfusion (groupes sanguins), nous effectuons des analyses de laboratoire afin de pouvoir identifier toute anomalie qui pourrait représenter un risque pour le receveur ou pour vous-même:



- > Le dosage de l'hémoglobine pour la recherche d'une anémie
- > La numération des globules blancs pour la recherche d'une infection
- > Le dépistage de maladies transmissibles par le sang
 - Les hépatites (B et C)
 - Le SIDA
 - La syphilis
 - La malaria en cas de voyage en pays tropical

Vous pouvez demander une copie de vos résultats d'analyses. En aucun cas nous ne pouvons les communiquer à une tierce personne (excepté à votre médecin, sur votre demande).

Si vos résultats sont en dehors des valeurs de référence, vous serez prévenu par notre laboratoire.

Après deux dons effectifs vous recevez une carte de groupe sanguin.

Les maladies sexuellement transmissibles

Certaines maladies sont transmissibles par voie sexuelle ; c'est le cas notamment du SIDA, des hépatites B et C, et de la syphilis.

Vous pouvez malheureusement être porteur de l'agent pathogène et l'ignorer! Il se peut donc que, suite aux analyses effectuées, les produits de votre don soient éliminés ; par ailleurs, et parallèlement, vous ne pourrez plus faire don de votre sang, soit temporairement, soit définitivement.

6. Données personnelles et vie privée...

Toutes les données médicales vous concernant sont couvertes par le secret médical. Toute information personnelle et privée (adresse, téléphone) est conservée à des fins médicales et administratives et permet de vous avertir des prochaines collectes et d'éventuels événements organisés dans le cadre de la promotion du don de sang.

Conformément à la Loi de 1992 sur le respect de la vie privée, et à ses arrêtés d'application, vous avez accès à vos données et pouvez en obtenir la rectification.

7. Les risques liés au don...

Le don de sang ne présente pas de risque particulier pour autant que les conditions d'aptitude soient respectées ; c'est bien pourquoi, en dehors des questions liées à la sécurité du receveur, il est posé au donneur toute une série de questions relatives à sa propre sécurité.

Cela étant, il est toujours possible qu'un incident se produise pendant ou après le don de sang.

Incidents liés à la ponction veineuse elle-même:

- gêne locale
- douleur persistante
- gonflement local
- hématome
- névralgie
- paresthésies
- douleur persistante après le retrait de l'aiguille
- ponction artérielle accidentelle

Certaines manifestations peu fréquentes peuvent apparaître chez des donneurs plus sensibles ou lors de circonstances particulières:

- inquiétude, sensation temporaire de malaise
- chute de tension
- tendance syncopale, voire perte de connaissance
- malaise persistant un certain temps après le don
- crise de tétanie

QUELQUES CONSEILS ET RAPPELS:

- ne soyez jamais à jeun lorsque vous effectuez vos dons. Il est conseillé de prendre une légère collation (pauvre en matières grasses) avant de se rendre à la collecte.
- pensez à bien vous hydrater avant et après le don. Ceci est d'autant plus important lors de périodes de fortes chaleurs.
- n'oubliez pas les précautions à prendre après un don (cfr point 4.5)



Les malades ont besoin de vous ! Merci pour votre générosité !



Contactez-nous

info@redcross-transfusion.be
www.transfusion.be
0800 92 245

Entité Brabant-Hainaut

Avenue Max Buset 40
7100 La Louvière
064 23 81 90

Entité de Liège

Rue Dos Fanchon 41
4020 Liège
04 341 69 11

Entité Nationale 4

Rue Des Dames Blanches 34
5000 Namur
081 22 10 10

PROTECTION SANTÉ

La Croix-Rouge agit pour protéger la vie et la santé de chacun sans aucune discrimination.

ACTIONS SOLIDARITÉ

La Croix-Rouge lutte quotidiennement pour améliorer les conditions d'existence des personnes vulnérables.

SENSIBILISATION HUMANITAIRE

La Croix-Rouge promeut activement le respect des principes humanitaires, la non-discrimination et la tolérance.

INTERVENTIONS CATASTROPHES

La Croix-Rouge travaille chaque jour pour prévenir et alléger les souffrances des victimes de catastrophes.