

## Don du sang

Quelles sont les conditions pour pouvoir donner son sang ? Il faut être majeur et répondre à certains critères médicaux pour protéger le donneur et le receveur. Un entretien préalable au don permet de vérifier l'absence de contre-indication et si un délai minimum entre 2 dons a bien été respecté. Le don du sang n'est pas rémunéré. En principe, un mineur ou une personne de 71 ans et plus ne peuvent pas faire ce don sauf, par exemple, cas d'urgence. Nous vous exposons les règles à connaître.

### En quoi consiste le don du sang ?

Un don du sang total permet de recueillir 3 composants essentiels pour fabriquer des produits sanguins pour les malades :

Globules rouges  
Plaquettes  
Plasma.

### À savoir

Il est aussi possible de faire uniquement un don de plasma ou de plaquettes.

Le **don de sang total** est réalisé en position allongée et sous surveillance médicale.

Le volume de sang prélevé dépend de votre poids et de votre taille.

Le **don de plasma** permet de récolter 2 à 4 fois plus de plasma que lors d'un don de sang.

Le **don de plaquettes** sanguines sert notamment à soigner certains cancers, dont la leucémie. Les plaquettes permettent d'éviter les risques d'hémorragies mettant en jeu la vie des malades.

### Qui peut faire un don du sang ?

#### Conditions de santé à remplir

Pour faire un don de sang, vous devez être **en bonne santé** et **peser au minimum 50 kg**.

Vous ne pouvez pas en être exclu en raison de votre orientation sexuelle.

Vous pouvez être exclu du don de sang en cas de contre-indications médicales, mais vous ne pouvez pas en être exclu en raison de votre orientation sexuelle.

**Vous ne pouvez pas** faire un don de sang **notamment** si vous êtes dans **l'une des situations suivantes** :

Vous avez subi une transfusion et/ou une greffe, quelle qu'en soit la date

Vous avez séjourné au Royaume-Uni pendant au minimum 1 an cumulé entre 1980 et 1996

Vous pourriez transmettre par la voie du sang une bactérie, un virus ou un parasite entraînant des maladies

Vous pourriez transmettre une infection virale par la voie sexuelle

Vous êtes enceinte

Une contre-indication vous en empêche.

D'autres critères sont exigés (par exemple, ne pas avoir eu d'injection de produits stupéfiants en intraveineuse).

Vous pouvez tester **votre capacité à donner** en répondant à un questionnaire :

Questionnaire préalable à un don du sang

Établissement français du sang

Questionnaire préalable à un don du sang

#### Condition d'âge

La nature du don que vous pouvez faire varie selon votre âge :

Limites d'âge des donneurs pour un don

Âge	Nature du don
Moins de 18 ans	Aucun don, sauf en cas d'urgence et avec l'accord du mineur et de ses parents Tout type de don est autorisé.
De 18 à 65 ans révolus	Toutefois, à partir de 50 ans, le don de granulocyte (famille des globules blancs) n'est plus autorisé.
Après 60 ans	Le 1 <sup>er</sup> don est soumis à l'autorisation du médecin responsable du prélèvement.
À partir de 65 ans révolus	Seul le don de sang total est autorisé, avec l'autorisation du médecin.
71 ans et plus	Aucun don n'est autorisé, sauf pour des cas exceptionnels (sang rare).

#### Condition propre au majeur sous protection juridique (tutelle, curatelle...)

L'interdiction du don du sang concerne uniquement les personnes faisant l'objet d'une mesure de protection juridique avec représentation à la personne.

Ainsi, toute personne en curatelle (y compris en curatelle renforcée) peut donner son sang.

Ce n'est pas le cas des personnes en tutelle.

### Comment donner son sang ?

Donner son sang nécessite de suivre une procédure en 3 étapes.

#### 1- Avant le prélèvement

Un questionnaire vous est remis pour préparer **l'entretien préalable**. Des formalités administratives sont accomplies (exemple : vérification de votre identité).

Cet entretien est **confidentiel**.

Lors cet entretien, le corps médical détermine si votre état de santé vous permet ou non de donner votre sang. Il vérifie donc qu'il n'y a pas de contre-indication et que vous pouvez supporter ce don.

Le don a une durée variable selon que vous donnez votre sang, votre plasma ou des plaquettes.

#### À noter

Il vous est conseillé d'avoir mangé équilibré, de boire de l'eau et des jus de fruits avant et d'éviter les boissons alcoolisées dans les heures précédant le prélèvement.

#### 2- Pendant le prélèvement

Votre sang est prélevé à l'aide de matériel stérile et à usage unique.

Au moment du prélèvement, un document vous est remis indiquant :

Un numéro de téléphone de l'établissement

La personne à joindre pour toute information pouvant intéresser le médecin de prélèvement.

#### 3- Après le prélèvement

Il vous est conseillé d'observer un court repos, sous surveillance médicale. Une légère collation vous est offerte par le centre de prélèvement. Pensez aussi à vous hydrater.

Il est important de signaler tout détail oublié lors de l'entretien préalable dans les heures qui suivent **ejusqu'à 15 jours** après le prélèvement de sang.

**Toute anomalie dépistée** lors de l'analyse de votre sang **vous sera signalée.**

#### Quelle est la durée du prélèvement de sang ?

Durée du prélèvement selon le type de prélèvement

Type de don	Durée
Don de sang total	8 à 10 minutes de prélèvement Prévoir 45 minutes à 1 heure (entretien médical, repos et collation)
Don de plasma	1 heure maximum de prélèvement De votre arrivée à la maison du don à votre départ, il faut compter environ 1h30.
Don de plaquettes	1 heure 30 de prélèvement De votre arrivée à la maison du don à votre départ, il faut compter 2 heures.

#### Où donner son sang, son plasma ou ses plaquettes ?

L'Etablissement français du sang (EFS) présente les informations pour savoir où et quand faire un don du sang, plasma ou plaquettes.

Vous indiquez votre ville ou votre code postal :

#### Où s'adresser ?

Prendre rendez-vous pour donner son sang

#### Quel intervalle entre les dons de sang ?

#### Intervalle minimum à respecter entre 2 dons

L'intervalle minimum entre 2 dons **similaires** varie de 2 à 8 semaines.

Limites et périodicité du don de sang, plasma ou plaquettes

Type de don	Nombre de dons maximum dans l'année		Intervalle minimum entre 2 dons similaires
	Homme	Femme	
Don de sang total	6	4	8 semaines
Don de plasma par aphérèse	24	24	2 semaines
Don de plaquettes	12	12	4 semaines

Les intervalles à respecter entre 2 dons **non similaires** varient entre 2 semaines et 16 semaines.

#### Attention

Au cours d'une année, un maximum de **24 prélèvements** est autorisé par donneur, tout type de don confondu.

#### Cas particuliers

Il faut distinguer plusieurs situations :

Après la fin des symptômes d'une maladie virale (exemple : grippe) : 2 semaines

Après un piercing ou un tatouage : 4 mois

Après un accouchement : 6 mois

Après une opération chirurgicale : entre 7 jours et 4 mois

Asthme grave : la contre-indication est permanente.

#### Attention

Ces cas ne couvrent pas toutes les situations.

#### Don du sang – Don d'organe d'une personne vivante

#### Pour en savoir plus

- Questionnaire préalable à un don du sang  
Source : Établissement français du sang
- Le don de sang : questions pratiques  
Source : Établissement français du sang
- Carte du paludisme  
Source : Institut Pasteur

**Où s'informer ?**

- **Etablissement français du sang (EFS)**  
**Formulaire de contact**  
<https://dondesang.efs.sante.fr/nous-contacter>  
**Par téléphone**  
**0800 109 900**  
Service et appel gratuits depuis la France métropolitaine.
- Prendre rendez-vous pour donner son sang
- Lieu de collecte – Don du sang

**Textes de référence**

- Code de la santé publique : articles L1211-1 à L1211-9  
Don et utilisation des éléments et produits du corps humain
- Code de la santé publique : articles L1221-1 à L1221-14  
Collecte, préparation et conservation du sang
- Code de la santé publique : articles D1221-1 à D1221-4  
Bénévolat du don du sang
- Code de la santé publique : article R1221-5  
Sélection des donneurs
- Arrêté du 17 décembre 2019 fixant les critères de sélection des donneurs de sang



**Ville de  
Palavas-les-Flots**

*Mairie de Palavas-les-Flots*

*Horaires : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.*

*Adresse : 16 Boulevard Maréchal Joffre – BP 106 – 34250 Palavas-les-Flots*

*Tél. : 04 67 07 73 00*