

OÙ DONNER SON SANG ?

Pour connaître les sites de collecte de votre région,
contactez votre Etablissement Français du Sang :

ALPES-MÉDITERRANÉE : 0 810 810 109*

ALSACE : 03 88 21 25 25

AQUITAINE-LIMOUSIN : 0 800 744 100**

AUVERGNE-LOIRE : 04 77 81 42 42

BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ : 03 81 61 56 15

BRETAGNE : 02 99 54 42 22

CENTRE-ATLANTIQUE : 02 47 36 01 01

GUADELOUPE : 05 90 47 18 20

ILE-DE-FRANCE : 01 43 90 50 00

LORRAINE-CHAMPAGNE : 03 83 44 62 62

MARTINIQUE : 05 96 75 79 00

NORD-DE-FRANCE : 0 820 802 222

NORMANDIE : 02 35 60 50 50

PAYS-DE-LA LOIRE : 02 40 12 33 62

PYRÉNÉES-MÉDITERRANÉE : 0 800 972 100**

LA RÉUNION : 02 62 90 53 81

RHÔNE-ALPES : 0 800 109 900*

* : prix d'appel local

** : appel gratuit depuis un poste fixe

Le don de sang,
un geste incontournable...



Sang, plasma, plaquettes...



Le don de sang, un geste incontournable

En donnant votre sang, vous aidez par exemple une femme qui a perdu beaucoup de sang lors de son accouchement à reprendre des forces, vous participez au rétablissement d'une personne atteinte d'un cancer que la chimiothérapie a affaiblie, vous permettez de soigner des personnes souffrant de drépanocytose. Vous contribuez à la fabrication d'immunoglobulines qui agissent dans la défense immunitaire et qui sont produites à partir du plasma.

Aujourd'hui, il n'existe pas de produit capable de se substituer au sang humain, le don de sang est donc indispensable.

Le sang et ses composants :

Le sang comprend 3 composants majeurs : les globules rouges, les plaquettes et le plasma. On ne transfuse jamais du sang total à un patient mais seulement le composant dont il a besoin. Il peut arriver, bien sûr, qu'un malade ait besoin de recevoir les 3 composants.

Donner son sang est un acte généreux, qui permet chaque année de soigner 1 million de malades.

Quelles sont les différentes formes de dons ?

Le don de sang total est la forme de don la plus courante. Il permet de prélever en même temps tous les composants du sang : globules rouges, plasma et plaquettes qui sont ensuite séparés.

Le don en aphérèse est moins connu. Il permet de ne prélever qu'un seul composant sanguin au moyen d'un séparateur de cellules, les autres étant restitués au donneur au fur et à mesure du don. Il est également possible de prélever 2 composants simultanément, on parle alors de don combiné ou d'aphérèse combinée.

Le don en aphérèse offre l'avantage de prélever en plus grande quantité le composant dont les malades ont besoin. Il est un peu plus long que le don de sang total mais il est moins fatiguant. Toutefois, ce type de don est en général proposé aux donneurs qui ont déjà une expérience du don de sang.

Les donneurs ont ainsi la possibilité d'alterner don de sang total et don en aphérèse.

Délai entre chaque don (exprimé en semaines)

Don initial	Don suivant	Sang total	Plasma	Plaquettes	Globules rouges	Plaquettes + Plasma	Plaquettes + Globules rouges Globules rouges + Plasma
Sang total							
Globule rouge + Plasma		8	2	4	8	4	8
Globules rouges + Plaquettes							
Plasma		2	2	2	2	2	2
Plaquettes,							
Plaquettes + Plasma		4	2	4	4	4	4
Globules rouges		16	2	4	16	4	16

Comment se passe un don ?

Le don, quel qu'il soit, se déroule toujours en 4 étapes.

L'inscription

L'équipe de l'EFS enregistre votre dossier et vous remet le questionnaire pré-don, que vous remplissez afin de préparer l'entretien pré-don.

L'entretien pré-don

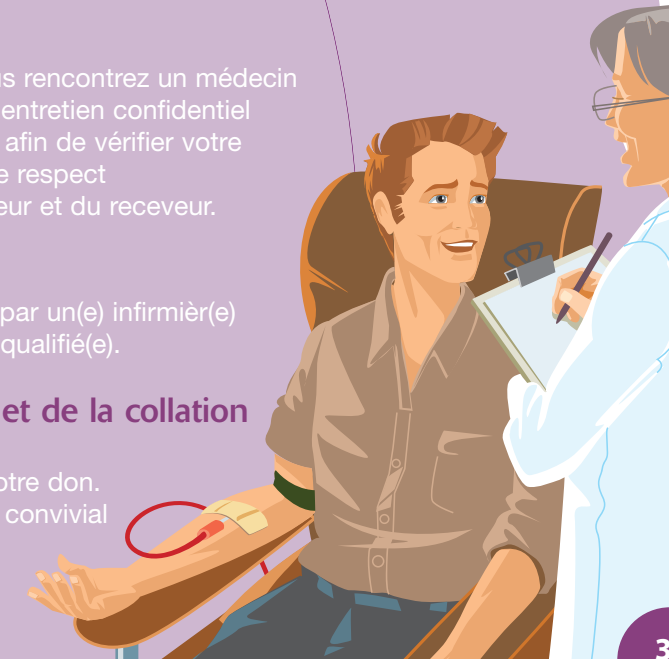
Avant chaque don, vous rencontrez un médecin de l'EFS qui réalise un entretien confidentiel et un examen médical, afin de vérifier votre aptitude au don dans le respect de la sécurité du donneur et du receveur.

Le prélèvement

Votre sang est prélevé par un(e) infirmier(e) de l'EFS spécialement qualifié(e).

Le temps du repos et de la collation

Une collation vous est offerte à la fin de votre don. Profitez de ce moment convivial pour vous restaurer et vous reposer.





Que devient votre don ?

Quel que soit le lieu où il est collecté, le sang suit une procédure identique qui le conduit en toute sécurité du donneur au receveur.

1

Le prélèvement

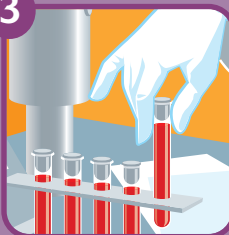
Avant de donner son sang, le candidat remplit un questionnaire et rencontre un médecin qui détermine son aptitude au don. Une infirmière réalise ensuite le prélèvement.

2

La préparation

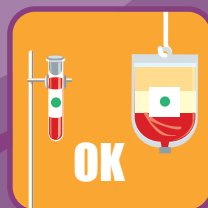
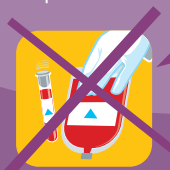
Le malade reçoit uniquement le composant dont il a besoin. Ce composant résulte de la préparation du sang, où les globules blancs sont filtrés (on parle de déleucocytation), et les autres composants séparés (globules rouges, plaquettes et plasma).

3



La qualification biologique des dons

Les tubes à échantillons recueillis lors du prélèvement sont analysés (virologie, sérologie, immunologie). Si une anomalie est détectée, la poche est écartée et le donneur est ensuite averti par courrier.



4



La distribution

Le produit sanguin, préparé et qualifié, est distribué aux hôpitaux et cliniques qui en font la demande. Juste avant de transfuser le malade, un dernier test de contrôle est effectué pour empêcher tout risque d'incompatibilité donneur/receveur.

Un maître mot : la sécurité

Chaque poche prélevée et les tubes échantillons correspondants sont enregistrés et dotés d'un code barre afin d'assurer, d'un bout à l'autre de la chaîne transfusionnelle, une parfaite traçabilité, gage de sécurité des produits sanguins.



Quelles sont les conditions pour donner son sang ?

Vous pouvez donner votre sang :

- De 18 jusqu'à 70 ans (de 18 jusqu'à 65 ans pour un don de plasma ou de plaquettes)
- Si vous êtes reconnu(e) médicalement apte au don par le médecin de prélèvement
- Si votre poids est au moins égal à 50 kg
- Si votre taux d'hémoglobine est suffisant (si vous êtes nouveau donneur, un dosage sera effectué).

Pour un premier don, vous devez :

- Vous munir d'une pièce d'identité
- Après 60 ans, celui-ci est nécessairement soumis à l'appréciation d'un médecin de l'EFS.

Dans certaines situations, vous devrez attendre pour donner votre sang :

- 7 jours après la fin d'un traitement par antibiotiques,
- 7 jours après des soins dentaires (sauf soin de carie : 1 jour),
- 14 jours minimum après un épisode infectieux,
- 4 mois après un voyage dans un pays où sévit le paludisme (malaria),
- 4 mois après une intervention chirurgicale.

Pour toute question médicale, n'hésitez pas à contacter un médecin du site EFS le plus proche de chez vous ou

rendez-vous sur notre site internet www.dondusang.net, rubrique « Donner ».



Quelle éthique pour le don de sang ?

Anonymat : Seul l'EFS connaît l'identité du donneur et du receveur et les données les concernant.

Bénévolat : Le don de sang est gratuit et ne peut être rémunéré sous quelque forme que ce soit (argent, congé...). L'absence de contrepartie participe de la sécurité transfusionnelle.

Volontariat : Le don de sang est un acte librement consenti, sans aucune contrainte.

Non-profit : Le sang et les produits sanguins ne peuvent pas être source de profit. Le coût d'une poche de sang est fixé par l'Etat et correspond aux frais engagés pour collecter, préparer, qualifier et distribuer les produits sanguins.

Sécurité : Le bénévolat, l'entretien pré-don et les tests de dépistage assurent la sécurité des produits transfusés aux malades.

Hygiène : Pour chaque donneur, le matériel utilisé lors du prélèvement est stérile et à usage unique.

Qualité : Le respect de bonnes pratiques et les nombreux contrôles sur le matériel et les produits garantissent la meilleure qualité des produits sanguins.

Le don de sang total




A quoi sert le sang ?

Les globules rouges sont essentiellement utilisés en hématologie (maladies du sang) et cancérologie. Lorsque la chimiothérapie détruit les cellules de la moelle osseuse, on transfuse ainsi aux malades des plaquettes et/ou des globules rouges. Les globules rouges sont également transfusés en cas d'hémorragie(s) importante(s) lors d'un accident, d'une opération ou d'un accouchement.

Quels sont les besoins ?

Les besoins en produits sanguins sont en constante augmentation en raison du vieillissement de la population et des innovations dans la qualité des soins. Les périodes de tension sont aujourd'hui récurrentes. Il suffirait d'un don supplémentaire par an et par personne pour répondre à l'augmentation des besoins.

Bon à savoir

-  **Durée** : Le prélèvement en lui-même dure 10 minutes, de votre arrivée à votre départ, il faudra compter 45 minutes.
-  **Conservation** : Les globules rouges se conservent 42 jours.
-  **Délai** : Il faut attendre un délai de 8 semaines entre 2 dons de sang total.

Qui peut donner ?

Toute personne reconnue médicalement apte au don par le médecin de prélèvement. Les donneurs de groupe O sont particulièrement recherchés car leur groupe sanguin permet de transfuser leurs globules rouges à un très grand nombre de patients.

Credit photo : Hamid Azmoun



Virginie, mère de famille

Je suis partie à la maternité « la fleur au fusil », heureuse d'aller donner naissance à ma fille puis tout s'est bousculé : hémorragie de la délivrance.

J'ai été transférée en urgence à l'hôpital où j'ai été transfusée de 11 poches de concentré de globules rouges, 6 poches de plasma, 1 concentré de plaquettes, et 2 de clotagène (médicament dérivé du sang).

Le don de plasma

A quoi sert le plasma ?

En donnant votre plasma, vous aidez de nombreux malades, notamment les grands brûlés, les hémophiles, les patients souffrant de troubles de la coagulation ou de déficit immunitaire grave.

Le plasma peut être utilisé sous deux formes : sa forme initiale ou en médicaments après fractionnement par le LFB (Laboratoire Français du Fractionnement et des Biotechnologies).

Quels sont les besoins ?


Les besoins en plasma destiné au LFB augmentent, notamment en raison de l'accroissement des prescriptions d'immunoglobulines, fabriquées à partir du plasma.


Parallèlement, les besoins en plasma sous sa forme initiale, destiné à la transfusion, augmentent aussi.

1 000 unités thérapeutiques directes sont nécessaires par jour.

Bon à savoir

Le don de plasma s'effectue généralement sur rendez-vous. Pour être encore plus proche de vous, l'EFS développe le don de plasma en collecte mobile. Pour en savoir plus, contactez votre site EFS ou connectez-vous sur : www.donusang.net, rubrique « Où donner ».

 **Durée :** Le don dure entre 35 et 45 minutes, de votre arrivée à votre départ, il faut prévoir environ 1h30.

 **Délai :** Il faut respecter un délai de 2 semaines entre chaque don de plasma.



Credit photo : Charles Malet

Benoît
19 ans

Je souffre d'une maladie génétique qui me prive d'une partie de mes défenses naturelles. Je peux vivre quasi normalement parce que

je reçois régulièrement des perfusions d'immunoglobulines.

Je peux voir sereinement mon avenir à condition que le plasma nécessaire à la fabrication des immunoglobulines soit toujours disponible en quantité suffisante.

Que devient le plasma ?



2

Le LFB
fractionne le plasma pour isoler les protéines plasmatiques. Il est ensuite distribué dans les hôpitaux.



3

Le patient
reçoit le plasma sous forme médicamenteuse.



1

L'EFS
s'occupe du prélèvement, de la préparation, de la qualification et de la distribution du plasma.



2

Le plasma est transfusé au malade sous sa forme initiale.

Qui peut donner son plasma ?

Tous les donneurs peuvent effectuer un don de plasma. Cependant, les individus de groupe AB sont « donneurs universels en plasma », leur plasma pouvant être transfusé à tous les malades. Seulement 4% des Français sont de groupe AB, leur plasma est donc rare... et précieux! Les individus de groupe B, qui représentent 9% de la population, sont également particulièrement recherchés pour ce type de don.

Le don de plaquettes

A quoi servent les plaquettes ?


Lorsque la maladie (leucémie, aplasie médullaire) ou les traitements lourds (chimiothérapie, radiothérapie) empêchent la fabrication de cellules sanguines par la moelle osseuse, le malade est dit en aplasie. La transfusion régulière de plaquettes est alors indispensable pour éviter les risques d'hémorragie mettant en jeu la vie des malades.


Quels sont les besoins ?

Chaque jour 800 dons de plaquettes sont nécessaires. Les besoins augmentent avec le développement des techniques médicales. La courte durée de vie des plaquettes (5 jours) rend indispensable la régularité des dons pour faire face aux besoins.

Bon à savoir

Le don de plaquettes s'effectue uniquement sur rendez-vous en site fixe. Un comptage des plaquettes sanguines est effectué lors de chaque don.

 **Durée :** Le don dure 90 minutes, de votre arrivée à votre départ, il faut prévoir environ 2h15.

 **Délai :** Il faut respecter un délai de 4 semaines entre chaque don de plaquettes.

Qui peut donner ses plaquettes ?

Tous les donneurs peuvent effectuer un don de plaquettes. Il nécessite disponibilité et réactivité du fait de la courte durée de vie des plaquettes (5 jours). Ce type de don est généralement proposé à des donneurs réguliers.

Credit photo : Hamid Azmoun



Rebecca
23 ans

J'ai eu une leucémie et cette maladie se traite essentiellement par chimiothérapie.

J'ai eu un besoin quasi quotidien de globules rouges et de plaquettes pour éviter de saigner et pour poursuivre mes traitements. J'ai également reçu un don de moelle osseuse.

Le don volontaire de moelle osseuse (DVMO)

A quoi sert la moelle osseuse ?

La moelle osseuse est située dans les os longs et les os plats. Il ne faut pas la confondre avec la moelle épinière, située dans la colonne vertébrale. Très précieuse, la moelle osseuse renferme les cellules, (appelées cellules souches hématopoïétiques) qui donneront naissance aux cellules du sang.

Quels sont les besoins ?

Face à certaines maladies du sang, la greffe de moelle osseuse donne des espoirs de guérison importants. **80% des greffes de moelle osseuse sont réalisées pour traiter les maladies cancéreuses, en particulier les leucémies.**

Bon à savoir

Qui fait quoi ?

• Les centres d'accueil

Le centre d'accueil est le premier interlocuteur des candidats. Les médecins les informent sur la procédure et l'engagement que représente ce type de don. Ils vérifient l'absence de contre-indication médicale des candidats, puis leur font signer un consentement. Sont ensuite réalisés les tests biologiques d'aptitude ainsi que le typage HLA. Celui-ci permet de déterminer la compatibilité génétique entre le donneur et le receveur.

• L'Agence de la biomédecine

Une fois les examens biologiques validés, le candidat est inscrit au Registre national des donneurs de moelle osseuse, géré par l'Agence de la biomédecine (Registre France Greffe de Moelle).

Ce registre permet aux médecins greffeurs de rechercher un donneur dont la compatibilité génétique (HLA) sera identique à celle du malade. A tout moment, le candidat peut devenir essentiel pour un malade qui a besoin de sa moelle osseuse pour guérir. Il arrive aussi qu'un candidat ne soit jamais appelé, si son typage HLA ne correspond pas à celui d'un patient.

Comment se passe le prélèvement ?

Il existe aujourd'hui deux façons de prélever les cellules souches hématopoïétiques issues de la moelle osseuse :

Le prélèvement direct de moelle osseuse : il se fait à l'hôpital, sous anesthésie générale, par ponction dans les os iliaques (au niveau du bassin). Le donneur sort le lendemain de l'hôpital.

Le prélèvement de cellules souches périphériques :

Il n'y a pas d'hospitalisation. Le donneur reçoit, les 5 jours précédant le prélèvement, un médicament favorisant la migration des cellules souches hématopoïétiques présentes dans la moelle osseuse vers le sang. Ces cellules sont recueillies en 3 ou 4 heures via un prélèvement sanguin par aphaérèse, dans un centre de l'EFS.

Qui peut devenir donneur de moelle osseuse ?

Il faut être en parfaite santé et avoir entre 18 et 50 ans lors de l'inscription, même si on peut donner jusqu'à 60 ans. Accepter de se soumettre à un entretien médical spécifique sur ses antécédents médicaux et sur son mode de vie. S'engager à rester joignable et se rendre disponible pour les examens médicaux. Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.dondemoelleosseuse.fr.