

Don de sang: questions et réponses

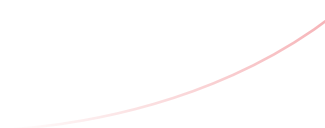


BLUTSPENDE SRK SCHWEIZ
TRANSFUSION CRS SUISSE
TRASFUSIONE CRS SVIZZERA

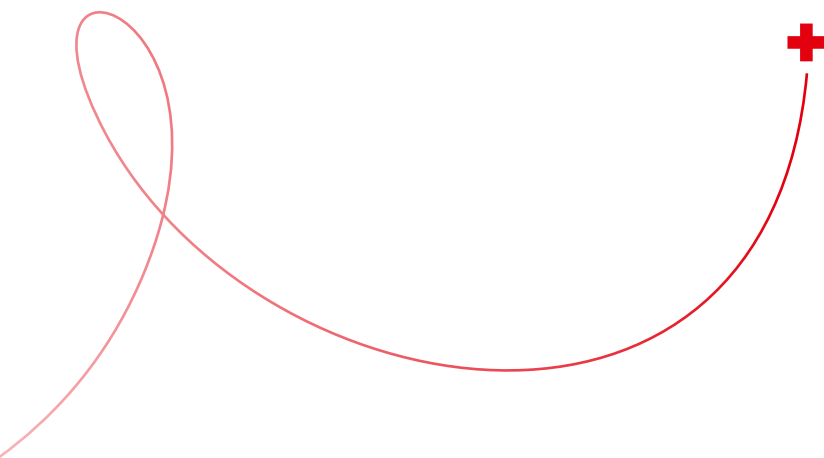
**DONNER LE SANG
SAUVER DES VIES**

Sommaire

Pourquoi est-il si important de donner son sang?	4
Quelle est la fonction du sang et en quoi consiste-t-il?	4
Que sont les groupes sanguins?	6
Qui peut donner son sang?	6
Principaux critères d'aptitude au don de sang	8
A quoi faut-il prêter attention avant le don de sang?	10
Comment se déroule un don de sang?	10
Combien de temps demande le don de sang?	10
Pourquoi faut-il remplir le questionnaire à chaque fois?	11
Pourquoi le taux d'hémoglobine est-il mesuré?	11
Le don de sang est-il douloureux?	12
Quelle est la quantité de sang prélevée?	12
A quoi faut-il veiller après le don?	12
Puis-je conduire ma voiture après le don de sang?	12
Un don de sang nuit-il aux performances sportives?	13
En combien de temps l'organisme remplace-t-il le sang prélevé?	13
A quelle fréquence peut-on donner son sang?	13



Qu'arrive-t-il au sang après le don?	14
Les résultats des analyses sanguines sont-ils communiqués aux donateurs?	14
A quels procédés le sang est-il ensuite soumis?	15
Combien de temps le sang se conserve-t-il?	15
A quelles fins le sang donné est-il utilisé?	15
Quels types de don existent-t-ils?	16
Le don de sang complet	16
Le don par aphérèse	16
Le don de cellules souches du sang	16
Où et quand puis-je donner mon sang?	18
Voici où vous pouvez nous joindre	19



Remarque: nous sommes très soucieux d'égalité. C'est pour une raison de lisibilité que nous employons le masculin générique pour tous les titres de personnes.

Pourquoi est-il si important de donner son sang?

Personne n'a réussi à ce jour à fabriquer du sang artificiel. Lors d'accidents ou d'opérations, ou pour le traitement de cancéreux, il faut du sang. Sans donateurs de sang, les meilleurs soins médicaux ne parviennent à rien.

Quelle est la fonction du sang et en quoi consiste-t-il?

C'est grâce au sang que notre organisme est approvisionné en oxygène, aliments et énergie. Le sang désintoxique le corps, referme les plaies en cas de blessures et protège des infections. Il se compose à 45 % de cellules et à 55 % de plasma. Parmi les cellules, on distingue les globules rouges, qui transportent l'oxygène, et les globules blancs, qui rejettent notamment les agents pathogènes. Il existe un troisième type de cellules, les plaquettes sanguines. Elles jouent le rôle principal dans la coagulation sanguine.

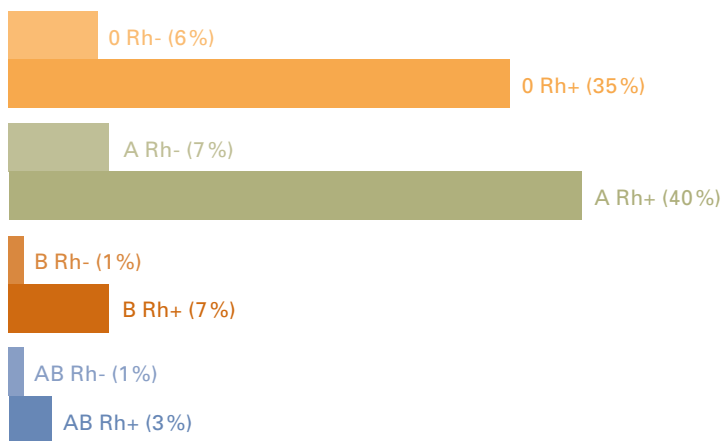
Globules rouges	transportent l'oxygène
Globules blancs	repoussent les agents pathogènes et éliminent les cellules mortes
Plaquettes sanguines	jouent le rôle principale dans la coagulation sanguine
Plasma (liquide sanguin)	contient des éléments nutritifs et contribue à la coagulation sanguine ainsi qu'à l'immunisation contre les infections

Rien ne remplace le
sang. C'est pourquoi
les dons de sang
sont si importants.



Que sont les groupes sanguins?

Toute personne possède son propre groupe sanguin, hérité de ses parents. Des caractéristiques biochimiques présentes à la surface des globules rouges et des anticorps déterminent auquel des quatre groupes sanguins (O, A, B ou AB) une personne appartient. Autre facteur décisif pour une transfusion sanguine, l'antigène du Rhésus D. Les personnes possédant l'antigène du Rhésus D sont appelées «Rh positif», les autres «Rh négatif». Le graphique ci-après présente la répartition des groupes sanguins en Suisse.



Qui peut donner son sang?

Toute personne en bonne santé, âgée d'au moins 18 ans et pesant plus de 50 kg, peut donner son sang. La limite d'âge supérieure est fixée à 60 ans pour les nouveaux donneurs et jusqu'à 75 ans pour les donneurs réguliers en bonne santé.



Le don de sang
proprement
dit ne dure qu'une
dizaine de minutes.



Principaux critères d'aptitude au don de sang

1 Bon état de santé

2 Age entre 18 et 60 ans pour les nouveaux donneurs, jusqu'à 75 ans pour les donneurs réguliers

Les donneurs réguliers âgés de 65 à 75 ans doivent recevoir l'accord du médecin spécialiste du don de sang à des intervalles réguliers.

3 Poids corporel d'au moins 50 kg

Le volume de sang prélevé doit être inférieur à 13 % du volume de sang total. En cas de poids inférieur à 50 kg, cette consigne ne peut plus être assurée.

4 Aucune grande opération chirurgicale ni aucun accouchement au cours des douze derniers mois

Les interventions chirurgicales et les accouchements peuvent provoquer des pertes de sang. L'organisme a besoin de toutes ses réserves pour guérir au plus vite.

5 Pas de comportement à risque (drogues, nouveaux partenaires sexuels ou partenaires multiples)

D'un point de vue statistique, certains comportements accroissent le danger de transmission de maladies infectieuses graves. Ces situations dites à risque doivent être prises en compte dans l'intérêt des receveurs de sang.

6 Pas de prise de certains médicaments

Pour plus de détails, merci de prendre contact avec votre service régional de transfusion sanguine (p. 19).

7 Délai d'attente en cas de séjours dans des pays où sévissent des maladies infectieuses spécifiques

De nombreux pays présentent un risque élevé de contamination par des maladies infectieuses comme le paludisme ou le virus du Nil occidental. Afin d'exclure au maximum les risques de transmission pour les receveurs de sang, il faut respecter des délais d'attente variables selon les pays et les maladies infectieuses.

8 Aucun tatouage ni piercing au cours des quatre derniers mois

Lors de tatouages ou de piercings il se produit de petites blessures. Celles-ci représentent une porte d'entrée pour les bactéries et les virus. Pour exclure une inflammation ou une infection, il faut respecter un délai d'attente de quatre mois.

9 Aucun séjour de plus de six mois au Royaume-Uni (UK) entre 1980 et 1996

Le Royaume-Uni englobe l'Angleterre, la Cornouaille, l'Ecosse, l'Irlande du Nord, l'Île de Man, les Îles Anglo-Normandes, les Malouines et Gibraltar.

10 Aucune transfusion de sang reçue depuis 1980

Les critères 9 et 10 ont été fixés à cause de la variante de la maladie de Creutzfeldt-Jakob. Plusieurs cas de cette maladie ont été signalés depuis 1980 en Grande-Bretagne et en Irlande du Nord. Une contamination par le sang étant possible, Transfusion CRS Suisse doit prendre ces mesures préventives.

Vous trouverez d'autres critères sur www.transfusion.ch ou vous pouvez vous renseigner auprès de votre service régional de transfusion sanguine (p. 19).

A quoi faut-il prêter attention avant le don de sang?

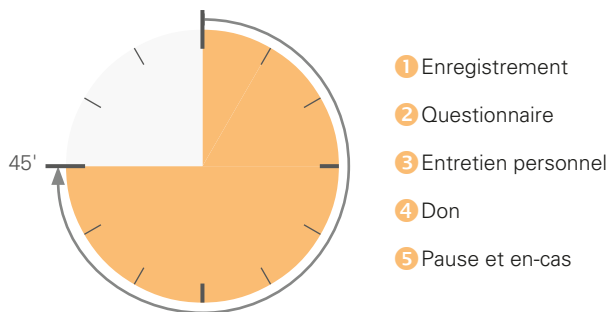
Il est déconseillé de donner son sang à jeun. C'est pourquoi il est important de prendre un repas léger et de boire suffisamment de liquide avant le don de sang.

Comment se déroule un don de sang?

Après l'inscription et l'enregistrement, le donneur remplit tout d'abord un questionnaire, qu'il passe ensuite en revue avec un spécialiste médical. Puis on lui mesure sa pression artérielle et son pouls ainsi que son taux d'hémoglobine. Le don de sang proprement dit ne dure que dix minutes. Enfin, le donneur se voit offrir un en-cas.

Combien de temps demande le don de sang?

Le don de sang proprement dit ne dure que 10 minutes. Lors du premier don, il faudrait toutefois prévoir près de 45 minutes pour la saisie des données personnelles, l'entretien avec le spécialiste médical, une pause d'une demi-heure et l'en-cas final.



Pourquoi faut-il remplir le questionnaire à chaque fois?

Le questionnaire permet de saisir l'état de santé actuel du donneur et fait partie de la vérification de l'aptitude au don. Cette mesure est requise pour la sécurité tant du donneur que du receveur des produits sanguins.

Le questionnaire vise la sécurité tant des donneurs que des receveurs.



Pourquoi le taux d'hémoglobine est-il mesuré?

L'hémoglobine, le colorant des globules rouges, transporte l'oxygène depuis les poumons jusque dans les tissus et le distribue dans les cellules de l'organisme. En retour, le dioxyde de carbone présent dans les cellules se lie à l'hémoglobine, qui le rapporte vers les poumons. Si le taux d'hémoglobine est trop bas, il n'est pas possible de donner son sang. Les hommes affichant généralement un taux d'hémoglobine plus élevé que les femmes, les valeurs minimales fixées pour l'aptitude au don varient entre les hommes et les femmes.

Le don de sang est-il douloureux?

S'il devait y avoir un aspect désagréable dans le don de sang, ce serait la petite ponction au bout du doigt. La goutte de sang prélevée à cette occasion vise à déterminer le taux d'hémoglobine. La ponction effectuée ensuite dans la veine en vue du don de sang est à peine perceptible et le don de sang proprement dit est totalement indolore.

Quelle est la quantité de sang prélevée?

Un adulte de plus de 50 kg possède entre quatre et six litres de sang. On en prélève quelque 10 %, généralement 450 ml.

A quoi faut-il veiller après le don?

Le liquide perdu lors du prélèvement de sang se régénère en l'espace de 24 heures. Pendant ce laps de temps, il importe de boire beaucoup et d'éviter au possible les gros efforts physiques.

Puis-je conduire ma voiture après le don de sang?

Les donneurs qui se sentent bien peuvent sans autre reprendre le volant après une pause d'au moins 30 minutes. Par contre, une pause de 48 heures est imposée pour les pilotes d'avions, et d'au moins 12 heures pour la conduite de locomotives et d'autobus.

Un don de sang nuit-il aux performances sportives?

Après le don de sang, il ne faudrait pas pratiquer de sport d'élite pendant deux jours et il est également déconseillé de plonger. Pour les autres activités sportives, il faut se fier à ses impressions personnelles et adapter la durée et l'intensité de l'entraînement en conséquence.

En combien de temps l'organisme remplace-t-il le sang prélevé?

Le volume de plasma sanguin se régénère en quelques heures si le donneur absorbe suffisamment de boissons. La quantité de globules rouges retrouve son niveau initial dans les sept jours.

A quelle fréquence peut-on donner son sang?

En cas de bonne santé, les hommes peuvent donner leur sang quatre fois et les femmes trois fois par an.

Les hommes peuvent donner leur sang plus souvent.



Qu'arrive-t-il au sang après le don?

Parallèlement au traitement du sang, tout prélèvement est testé en laboratoire. Outre la détermination du groupe sanguin et du facteur Rhésus, on effectue des tests de dépistage d'agents infectieux ou d'anticorps contre la jaunisse (hépatite A, B et C), le sida (VIH) et la syphilis (TPHA).

Les résultats des analyses sanguines sont-ils communiqués aux donneurs?

Lorsque les valeurs de laboratoire sont toutes conformes, les nouveaux donneurs reçoivent au plus tard lors du deuxième don leur carte de donneur. Celle-ci indique le groupe sanguin et le facteur Rhésus. Les résultats d'analyse de l'hépatite, du sida ou de la syphilis qui n'excluent pas définitivement une infection donnent lieu à un test de confirmation. Le cas échéant, un médecin prend contact avec le donneur concerné.

Chaque don de sang est soumis à un dépistage des agents infectieux.

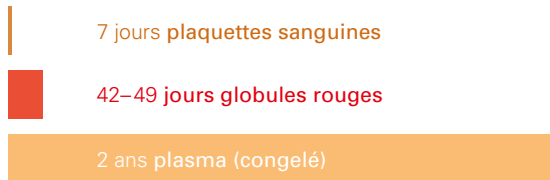


A quels procédés le sang est-il ensuite soumis?

Le sang prélevé, appelé sang complet, n'est utilisé comme tel que lors d'un don de sang autologue. En effet, un don de sang est généralement traité et divisé en concentré érythrocytaire (globules rouges) et en plasma. En outre, il arrive qu'on sépare les plaquettes sanguines (thrombocytes) pour produire un concentré thrombocytaire à partir de plusieurs dons de sang. Les patients se voient administrer uniquement les composants sanguins dont ils ont besoin. L'avantage est qu'avec les produits issus d'un seul don de sang il est possible d'aider plusieurs patients.

Combien de temps le sang se conserve-t-il?

La durée de conservation des composants sanguins est variable:



A quelles fins le sang donné est-il utilisé?

Le sang prélevé est administré à des personnes ayant perdu beaucoup de sang lors d'un accident ou d'une opération. Il est aussi utilisé dans le traitement du cancer, de la leucémie ou d'autres maladies.

Quels types de dons existent-ils?

Le don de sang complet

Le don de sang complet désigne le don de sang usuel.

Le don par aphérèse

Lors du don par aphérèse, le sang prélevé chez le donneur est séparé en ses différents composants par un appareil. Seuls les composants souhaités sont conservés, les autres étant réinjectés immédiatement dans la circulation sanguine du donneur. La durée de ce type de don varie entre une heure et une heure trente. Le don par aphérèse permet d'obtenir des concentrés thrombocytaires, du plasma et des doubles concentrés érythrocytaires.

Le don de cellules souches du sang

Les cellules souches du sang sont les cellules à l'origine de la formation des cellules sanguines. Dans les maladies comme la leucémie, la formation des cellules sanguines est dérégulée. Pour les patients atteints de leucémie, la transplantation de cellules souches du sang représente souvent la seule chance de guérison. Toute personne en bonne santé qui remplit les critères d'aptitude au don peut s'inscrire comme donneur de cellules souches du sang. De plus amples informations sont disponibles sur www.sbsc.ch.

Le don de sang
se déroule
en tout confort.





MUSO

L'appel de l'angoisse

Avant tout suspense, il y avait toute leur vie...

En 1968, Massimo Mucchetti, est devenu le seul journaliste à accompagner Massimo Mucchetti de son retour de l'Inde. Mais ce n'est pas tout. Il a écrit un roman qui a été traduit en plus de vingt langues. Il a été nommé à Paris, à New York, à Los Angeles, à San Francisco.

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

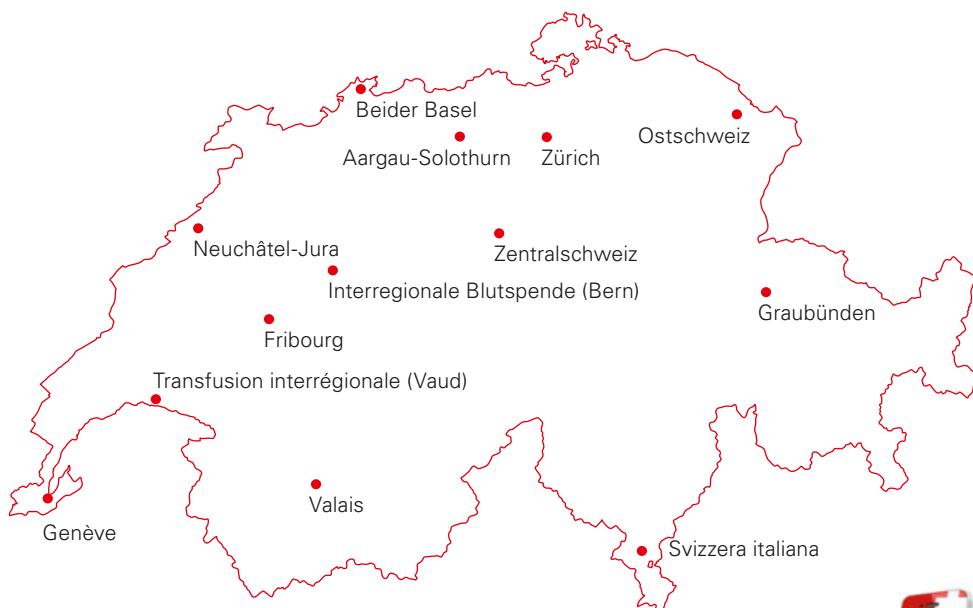
Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Il est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu". C'est un homme qui a écrit le scénario de "Mogambo" et "Le grand jeu".

Où et quand puis-je donner mon sang?

Vous pouvez le faire près de chez vous et au moment qui vous convient. Des centres de transfusion sanguine de Transfusion CRS Suisse se situent dans une cinquantaine de localités suisses. En outre, des équipes mobiles organisent régulièrement des actions de don dans nombre d'autres localités en collaboration avec l'Alliance suisse des samaritains.

Vous découvrirez où et quand donner votre sang sur **www.transfusion.ch/dates_de_collecte** – ou en installant l'application de don de sang (www.transfusion.ch/app) sur votre portable. Ainsi, vous saurez toujours quand et où ont lieu les prochaines collectes de sang, et vous pouvez demander à recevoir un rappel quelques jours à l'avance par courriel ou SMS.



Voici où vous pouvez nous joindre

Transfusion CRS Suisse

Laupenstrasse 37, case postale, 3001 Berne
Tél. +41 (0)31 380 81 81, fax +41 (0)31 380 81 80
info@blutspende.ch, www.transfusion.ch

Services régionaux de transfusion sanguine

Aargau-Solothurn

Kantonsspital Aarau
5001 Aarau
Tél. 062 838 60 00

Adresse commerciale Vaud:

Route de la Corniche 2
1066 Epalinges
Tél. 021 314 65 65

Beider Basel

Hebelstrasse 10
4031 Basel
Tél. 061 265 20 90

Neuchâtel-Jura

Rue Sophie-Mairet 29
2300 La Chaux-de-Fonds
Tél. 032 967 20 31

Fribourg

Hôpital cantonal
Chemin des Pensionnats 2/6
1708 Fribourg
Tél. 026 426 81 80

Ostschweiz

Rorschacher Strasse 111
9007 St. Gallen
Tél. 071 494 28 11

Genève

Rue Gabrielle-Perret-Gentil 6
1211 Genève 14
Tél. 022 372 39 01

Svizzera italiana

Via Tesserete 50
6900 Lugano
Tél. 091 960 26 00

Graubünden

Kantonsspital
Loenstrasse 170
7000 Chur
Tél. 081 353 15 54

Valais

Av. Grand-Champsec 86
1951 Sion
Tél. 0800 11 02 10

Transfusion interrégionale CRS SA (Berne/Vaud)

Adresse commerciale Berne:

Murtenstrasse 133
Case postale 5512
3008 Berne 1
Tél. 031 384 23 23

Zentralschweiz

Maihofstrasse 1
6004 Luzern
Tél. 041 418 70 20

Zürich

Dienstleistungszentrum
Rütistrasse 19
8952 Schlieren
Tél. 058 272 52 52

Impressum

Editeur

Transfusion CRS
Suisse SA, Berne
© 3^e édition, 2015

Conception et graphisme

one marketing
services AG,
Zurich

Photos

M. Stahl, Berne

Impression

Ast & Fischer,
Wabern

**DONNER LE SANG
SAUVER DES VIES**

Transfusion CRS Suisse

Laupenstrasse 37, case postale, 3001 Berne

Tél. +41 (0)31 380 81 81, fax +41 (0)31 380 81 80

info@blutspende.ch, www.transfusion.ch



**BLUTSPENDE SRK SCHWEIZ
TRANSFUSION CRS SUISE
TRASFUSIONE CRS SVIZZERA**