

Suggerimenti al donatore di sangue

CONSIGLI DA METTERE IN PRATICA - PRIMA DELLA DONAZIONE:

1. Indossare indumenti idonei e comodi (per donare il sangue occorre stare sdraiati sul lettino o sulla poltrona) che abbiano maniche che si possano facilmente rimboccare senza stringere il braccio.
2. È preferibile il digiuno completo, sono ammessi un caffè con o senza zucchero. La sera precedente è consigliato un pasto normale, senza abusi di bevande alcoliche o eccessi alimentari, al fine di non riscontrare valori alterati negli esami di controllo.
3. Il "Questionario informativo/anamnestico" deve essere compilato con attenzione e deve contenere risposte sincere e veritiere, con particolare attenzione alle domande poste per conoscere eventuali fattori di rischio di trasmissione di infezioni virali attraverso il sangue.

CONSIGLI DA METTERE IN PRATICA - DOPO LA DONAZIONE

1. Assicurarsi che la garza, tenuta ben ferma, funga sicuramente da tampone. Se uscisse qualche goccia di sangue, ritornare in sala prelievi per la necessaria verifica.
2. Controllare che gli indumenti non determinino compressione a monte del punto di prelievo, per qualche minuto, allentare la cravatta e slacciare il colletto della camicia. Non tenere troppo stretta la cinta dei pantaloni.
3. Evitare di piegare il braccio, per qualche minuto, dopo la donazione e non alzare pesi (borse, buste con la spesa, sollevare bambini), con il braccio con cui si è donato il sangue, per un paio d'ore dopo la donazione.
4. Non sostare fermi in piedi, subito dopo aver donato, ma passeggiare.
5. Fare colazione stando seduti, non bere alcolici, assumere molti liquidi durante la giornata e mangiare cibi facilmente digeribili.
6. Non fumare per almeno due ore
7. Durante la giornata della donazione evitare attività fisiche intense, lavori faticosi, lunghi viaggi in auto, attività sportive che comportino sudorazione. In estate evitare di esporsi al sole

COMUNICAZIONI AL DONATORE Dopo la donazione qualora i test ponessero in evidenza eventuali patologie il donatore sarà informato tempestivamente dalla struttura trasfusionale o dall'Associazione Donatori prima del routinario invio degli esiti.

COMUNICAZIONI ALLA STRUTTURA TRASFUSIONALE O ALLA UNITA' DI RACCOLTA E' necessario che il donatore comunichi tempestivamente, ai fini della tutela della salute dei pazienti, eventuali malattie insorte subito dopo la donazione, con particolare riferimento alla epatite virale.

GLI ESAMI DEL SANGUE Esami eseguiti per monitorare la salute del donatore:

- Creatininemia
- Glicemia
- Protidemia
- Protidogramma elettroforetico
- Emocromo
- Ferritinemia
- ALT
- Colesterolemia
- Trigliceridemia

Esami che vengono eseguiti per protezione del paziente/ricevente:

- Ricerca anticorpi anti HIV (Human Immunodeficiency Virus): obbligatorio
- Ricerca degli anticorpi anti HCV (Hepatitis C Virus): obbligatorio
- Ricerca dell'antigene di superficie del virus dell'epatite B (HbsAg=Hepatitis B superficial Antigene): obbligatorio

- Sierodiagnosi per la Lue (sifilide): obbligatorio • HCV RNA: obbligatorio
- HIV RNA: raccomandato, obbligatorio solo in alcune Regioni
- HBV DNA: raccomandato, obbligatorio solo in alcune Regioni

Il risultato delle analisi del sangue è bene che venga mostrato al proprio medico di fiducia, soltanto il medico può mettere in correlazione tra di loro i valori degli esami e darne la corretta interpretazione.