



ABC...
DONA!

**Guida pratica
alla donazione
di sangue ed
emocomponenti**

Progetto realizzato con il sostegno di:



Direzione centrale salute, integrazione socio sanitaria, politiche sociali e famiglia
EGAS – Ente per la Gestione Accentrata dei Servizi Condivisi

Con la collaborazione di:

Dipartimento di Area Vasta di Medicina Trasfusionale,
Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Udine
Dipartimento di Medicina Trasfusionale di Area Vasta Giuliano – Isontina,
Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Trieste
Dipartimento di Medicina Trasfusionale,
Azienda per l'Assistenza Sanitaria nr. 5 "Friuli Occidentale"

Coordinamento editoriale:

Feliciano Medeot

Testi a cura di:

Vincenzo De Angelis, Raffaele Catapano, Luca Mascaretti, Vivianna Tottis,
Paolo Dolfini, Veronica Ileana Guerci

Revisione e adattamento editoriale:

Guglielmo De Monte, Patrizia Zampi

Grafica e impaginazione:

Punktone, Gorizia

Stampa:

Lithostampa, Pasian di Prato

Guida pratica alla donazione di sangue ed emocomponenti

L'evoluzione della medicina trasfusionale e le crescenti esigenze di sicurezza per il donatore come per i malati riceventi hanno dettato nuove norme a regolamento della donazione di sangue, plasma e piastrine, la cui entrata in vigore dal gennaio 2016 necessita di un approfondimento e di una conoscenza diffusa. Questa nuova normativa, che ci allinea all'Europa, permette di realizzare un dono di "ciò che serve, quando serve" che potrà essere messo a disposizione degli ospedali limitando le carenze ed evitando di sprecare preziose risorse.

Con questa pubblicazione intendiamo divulgare i contenuti dei nuovi protocolli per l'accettazione dei donatori e del nuovo questionario. Vi sono, ovviamente, delle novità che potranno sorprendere, ma sempre in un'ottica di maggior sicurezza per tutte le parti coinvolte.

Grazie a voi donatori o aspiranti donatori, per la pazienza e l'interesse nel leggere queste pagine con attenzione.

Buona lettura!

La donazione di sangue è un atto fondamentale per contribuire alla salute della collettività e come tale deve essere effettuata secondo regole rigorose, tali da garantire la sicurezza dei nostri donatori e dei riceventi. Ciò si traduce in momenti in cui è possibile che il servizio trasfusionale non vi ritenga idonei, secondo le linee guida.

Questo vademecum può essere un utile punto di partenza, grazie al quale potrete effettuare un'autovalutazione preliminare sulla vostra idoneità alla donazione.

01

Chi può donare sangue?

E altre domande frequenti.

Chi può donare sangue intero

Può donare ogni individuo in buona salute, di età compresa fra i 18 ed i 65 anni. A giudizio del medico, può essere consentita la donazione a persone di età superiore ai 65 anni, così come l'ammissione alla prima donazione di una persona di età superiore ai 60 anni eccezionalmente fino a 70 anni se il donatore non assume farmaci in maniera cronica, non soffre di malattie quali ipertensione e dislipidemie, con elettrocardiogramma (ECG) annuale normale. Il peso del donatore non deve essere inferiore ai 50 kg.

Al donatore devono essere riscontrati buoni parametri di:

- pressione arteriosa
- pressione massima (sistolica) fino a 180 mmhg
- pressione minima (diastolica) fino a 100 mmhg
- polso arterioso ritmico, compreso tra 50 e 100 battiti al minuto;

Il livello minimo di emoglobina per donare sangue intero verificato alla digitopuntura è 12,5 g/dl nelle donne e 13,5 g/dl negli uomini; ferritina nei limiti di riferimento.

Per la donazione di plasma, i livelli di emoglobina sono di 11,5 g/dl per le donne e 12,5 g/dl per gli uomini, anche con valori di ferritina sotto il range di riferimento.

Non esistono categorie di persone escluse dalla donazione, ma nella selezione del donatore sono valutati i comportamenti individuali che possono risultare a rischio.

I donatori di sangue e di emocomponenti con rapporto di lavoro dipendente hanno diritto ad astenersi dal lavoro per l'intera giornata in cui effettuano la donazione, conservando la normale retribuzione per l'intera giornata lavorativa.

Consigli per il giorno precedente la donazione

Evitare sforzi fisici intensi e pasti abbondanti e limitare fattori che potrebbero determinare possibili aumenti delle transaminasi (legate alla funzionalità del fegato). Si sconsiglia la donazione in caso di particolare stanchezza.

Consigli per il giorno della donazione

È consigliabile fare una leggera colazione con:

- tè o caffè zuccherati, succhi di frutta;
- fette biscottate, biscotti secchi;
- frutta, marmellata o miele.

Evitare:

- latte e derivati del latte;
- cibi contenenti grassi in genere.

Non è necessario presentarsi a digiuno. È inoltre consigliabile bere acqua a sufficienza per potersi presentare idratati alla donazione.

Quanto sangue viene prelevato

Il volume del prelievo di sangue intero è stabilito in 450 millilitri: il quantitativo è stato determinato in modo da garantire, contemporaneamente, una adeguata preparazione degli emocomponenti (concentrati di globuli rossi, piastrine, plasma) e l'assenza di complicanze per il donatore. Il prelievo del sangue dura tra i 5 e i 10 minuti ed è del tutto innocuo, in quanto effettuato con materiale sterile e monouso.

Al momento della raccolta vengono prelevati anche alcuni campioni di sangue per i controlli previsti dalla legge sulle unità di sangue.

Ogni quanto tempo si può donare

Per il sangue intero il numero massimo di donazioni non può essere superiore a quattro volte l'anno per gli uomini e due volte per le donne in età fertile.

L'intervallo minimo tra due donazioni di sangue intero è pari a novanta giorni. Sono previste, invece, frequenze maggiori ed intervalli ridotti per le donazioni in aferesi di plasma e/o piastrine.

Cosa può succedere appena donato

Durante o dopo la donazione, il donatore può accusare cali della pressione arteriosa, stanchezza e, in rari casi, svenimenti.

Si possono verificare reazioni avverse quali: prelievo difficoltoso, ematomi. In caso di tali reazioni avverse è opportuno contattare il servizio trasfusionale.

Come viene conservato il sangue

Il sangue del donatore viene prelevato in sacche di plastica sterili contenenti appositi anticoagulanti e conservanti. Le sacche di globuli rossi (emazie) vengono conservate in frigoemoteche a una temperatura media di 4°C. Il plasma viene conservato a -30° C. I concentrati piastrinici vengono tenuti a 22°C su appositi oscillatori che favoriscono gli scambi gassosi per 5-7 giorni: le piastrine, a differenza delle emazie e del plasma, devono essere dunque trasfuse ai pazienti in tempi brevi.

Per quanto tempo si può conservare il sangue

Dato che i globuli rossi si deteriorano con l'invecchiamento e perdono la loro capacità di trasportare ossigeno, devono essere trasfusi entro 42 giorni dal prelievo. I globuli rossi, in casi particolari, possono essere congelati e conservati a bassissima temperatura ancora più a lungo.

02 La plasmaferesi

Che cos'è la plasmaferesi

La plasmaferesi è la donazione di solo plasma con restituzione al donatore delle altre componenti del sangue.

Come viene prelevato il plasma

La plasmaferesi da donatore si esegue con un'apparecchiatura filtrante (separatore cellulare) che trattiene la componente ematica di cui si ha necessità, restituendogli, contemporaneamente, i restanti elementi.

Quantità di plasma prelevato e intervallo tra le donazioni

Il limite massimo indicato dalla legge è fissato in 730 ml per ogni seduta:

- l'intervallo di tempo minimo consentito tra due donazioni di plasma, o tra una di plasma e una di sangue intero, è di 14 giorni;
- tra una donazione di sangue intero e una di plasma l'intervallo è di un mese;
- se i valori di emoglobina sono tra 11,5 g/dl e 12,5 g/dl (per le donne) o tra 12,5 g/dl e 13,5 g/dl (per gli uomini), l'intervallo è di 90 giorni.

Quale disturbo può arrecare al donatore

Nessun tipo di disturbo, il plasma viene reintegrato in brevissimo tempo, da poche ore a pochi giorni.

Chi può donare il plasma

Possono donare plasma tutti gli uomini e le donne di età compresa tra i 18 e i 60 anni, di peso corporeo di almeno 50 kg. Può farlo anche chi ha valori di emoglobina non sufficienti per la donazione tradizionale e chi è portatore di anemia mediterranea purché sia in buona salute e abbia buoni accessi venosi.

Ulteriori requisiti sono previsti per coloro che aderiscono a programmi continuativi di plasmaferesi.

Quanto dura la procedura della plasmaferesi

La donazione di plasma dura 50 minuti circa.

03

La piastrinoaferesi

Come funziona la donazione di piastrine

La donazione di piastrine avviene tramite aferesi e dura circa un'ora. Nel corso della donazione, una piccola parte del sangue (circa 250 cc alla volta) viene prelevata tramite un ago e separata attraverso un'apparecchiatura. Questa macchina raccoglie le piastrine e rimette in circolo in modo sicuro le restanti componenti del sangue.

Idoneità e criteri aggiuntivi per la donazione di piastrine

- Non aver avuto gravidanze;
- non aver ricevuto trasfusioni;
- avere una conta piastrinica di almeno 200.000/microlitro;
- non aver assunto aspirina e/o antiinfiammatori nei 7 giorni precedenti.

Intervallo tra le varie donazioni per la piastrinoaferesi

- Un mese tra una donazione di sangue intero e una di piastrine;
- 14 giorni tra una donazione di plasma o piastrine e una di piastrine.

La donazione di piastrine può essere effettuata fino a un massimo di 6 volte all'anno.

04

Donazione di sangue e rischio infettivo

Esiste un rischio di contrarre infezioni donando sangue?

Assolutamente no, perché il materiale impiegato per la donazione (sangue intero o plasma) è sterile e monouso.

Il donatore non viene mai a contatto con sangue di altra origine o con materiale potenzialmente infetto.

Non c'è alcun rischio di trasmissione!

05

Questionario e colloquio/visita medica

⇒ Sono un donatore periodico da moltissimi anni, perché devo compilare il questionario e sottopormi al colloquio con il medico ogni volta che devo donare?

⇒ Le domande del questionario sono state pensate per valutare lo stato di salute, lo stile di vita, i farmaci assunti e i viaggi effettuati nel periodo di tempo trascorso dalla sua ultima presentazione. Sulla base delle risposte fornite, il medico deciderà se lei potrà donare in tutta sicurezza per sé e per i pazienti. Il questionario è previsto nell'ambito della normativa nazionale ed europea. La legge prevede, infatti, che il questionario anamnestico sia adottato senza modifiche su tutto il territorio nazionale al fine di garantire la raccolta di informazioni cliniche ed epidemiologiche in modo standardizzato.

I criteri per la selezione del donatore di sangue e di emocomponenti sono adottati uniformemente senza modifiche su tutto il territorio nazionale al fine di omogeneizzare le procedure di selezione del donatore.

Il donatore di sangue e di emocomponenti deve essere adeguatamente valutato prima di ogni donazione, a tutela della salute del donatore stesso e a protezione della salute e sicurezza dei pazienti riceventi (art. 5 DM 2 novembre 2015).

⇒ Se si eseguono i test del sangue che viene donato, perché devo compilare il questionario e sottopormi al colloquio con il medico?

⇒ Il sangue trasfuso ha attualmente alti standard di sicurezza e il servizio trasfusionale ha bisogno del suo aiuto per mantenere e migliorare questi standard. Tutte le donazioni di sangue vengono testate per i virus, compresi HIV, epatite B e C e sifilide, ma c'è un lasso di tempo, definito "periodo finestra", in cui nei test eseguiti su una persona appena infettata da un virus, tale infezione può non essere rilevabile. In questo caso, se il sangue venisse trasfuso, potrebbe trasmettere la malattia anche in presenza di test negativi e assenza di sintomi di infezione al momento della donazione. Per questo motivo, una compilazione accurata del questionario e un colloquio franco con il medico sono momenti essenziali nella donazione.

I pilastri della sicurezza nella trasfusione sono tre:

- la selezione del donatore;
- gli esami sul sangue donato;
- le pratiche di inattivazione virale (queste ultime sono una pratica corrente nei farmaci emoderivati ma ancora

poco diffuse o solo sperimentali sui componenti labili del sangue come il plasma, le piastrine e i globuli rossi).

⇒ Perché vengono fatte domande personali durante il colloquio

⇒ Una componente importante della selezione è stata progettata per identificare le persone che hanno un maggior rischio di trasmissione di infezioni trasmissibili con il sangue. Al fine di salvaguardare la sicurezza trasfusionale è necessario che queste persone non donino il proprio sangue. Tali verifiche, lo ricordiamo, sono previste da requisiti normativi. Talvolta, le persone non si rendono conto che alcuni comportamenti sono rischiosi per la propria salute e tendono a sottovalutarli. Altre volte alcuni fattori di rischio sono stati dimenticati e occorre riportarli alla memoria.

⇒ Perché devo leggere tante informazioni prima di donare il sangue?

⇒ Il materiale informativo, il questionario anamnesico e la documentazione devono essere in lingua italiana, fatta salva la tutela delle minoranze linguistiche previste per legge. Il donatore deve poter dimostrare l'effettiva capacità di leggere e comprendere il materiale informativo, il questionario e la documentazione fornita.

06 Idoneità

Aborto

- ↳ **Ho avuto un aborto (volontario o spontaneo). Posso donare?**
- ↳ Le donne che hanno avuto un aborto (volontario o spontaneo) sono temporaneamente sospese per 6 mesi dalla donazione. Successivamente saranno idonee alla donazione di sangue intero e plasma.

Agopuntura

- ↳ **Mi sono appena sottoposto ad agopuntura. Posso donare?**
- ↳ Sì, a patto che sia stata utilizzata attrezzatura sterile monouso (usa e getta con dichiarazione del medico). Se non è stato usato il monouso, o non vi è sicurezza che sia stato utilizzato, lei è idoneo solo dopo 4 mesi dopo l'ultima procedura di agopuntura.

Alcool

- ↳ **Faccio un eccessivo uso di alcool / ho bevuto diverse bevande alcoliche prima di andare a donare il sangue. Posso donare?**
- ↳ L'abuso cronico di alcool è causa di non idoneità permanente. L'eventuale consumo di bevande alcoliche nelle ore precedenti la donazione, oltre a limitare la comprensione delle domande e la tolleranza alla donazione, rende maggiormente possibile l'eliminazione della donazione per esami alterati. Naturalmente questo non si applica a chi fa un uso moderato di alcolici (es. chi beve un bicchiere di vino a pasto).

Allattamento al seno

- ↳ **Sto allattando al seno. Posso donare?**
- ↳ Non è consigliabile donare sangue durante l'allattamento perché alcuni elementi del sangue sono essenziali anche per l'alimentazione del bambino (ad esempio il ferro). In ogni caso, devono passare 6 mesi dal parto.

Allergie

- ↳ **Ho un'allergia. Posso donare?**
- ↳ Sì, se non sono presenti sintomi dell'allergia; no, nei periodi in cui l'allergia si manifesta (ad esempio nel caso di "raffreddore

da fieno" o altri sintomi simili). Se si tratta di grave allergia a farmaci, sospensione di almeno 2 mesi dall'ultimo episodio.

Angina

- ↳ **Ho avuto episodi di dolore cardiaco. Posso donare?**
- ↳ Per proteggere la sua salute e la sua sicurezza, non è idoneo definitivamente alla donazione.

Antibiotici

- ↳ **Ho assunto antibiotici. Posso donare?**
- ↳ Se gli antibiotici vengono presi per il trattamento di un' infezione esistente, l'infezione deve essere completamente risolta. L'assunzione degli antibiotici deve essere terminata almeno 15 giorni prima della donazione.

Antidepressivi

- ↳ **Prendo un antidepressivo. Posso donare?**
- ↳ L'assunzione di un antidepressivo maggiore è generalmente motivo di sospensione. Se si assumono sporadicamente ansiolitici o ipnotici e si sta bene fisicamente, generalmente si può donare. Siete invitati a parlare con il medico che darà informazioni sulla vostra idoneità.

Aritmia

- ↳ **Ho avuto episodi di anomalia del ritmo cardiaco. Posso donare?**
- ↳ Vi sono molte forme di aritmia e diversi trattamenti, si prega di parlare con il medico selezionatore per discutere l'idoneità.

Aspirina

- ↳ **Ho assunto aspirina o antinfiammatori. Posso donare?**
- ↳ Sì, se sta bene, sono passati almeno cinque giorni ed è passato il malessere per cui si è assunta l'aspirina, ma deve avvertire il medico perchè le piastrine contenute nella sua donazione non possono essere utilizzate, mentre verranno trasfusi normalmente globuli rossi e plasma. Non potrà, quindi, effettuare piastrinoafesi: l'aspirina (acido acetilsalicilico), infatti, è un potente inibitore della funzionalità piastrinica.

Attività sessuale

- ↳ **C'è qualche tipo di attività sessuale che mi sospende dalla donazione?**
- ↳ Se pensa di poter avere acquisito qualche infezione attraverso

rapporti sessuali non protetti, non deve donare. Pratiche di sesso sicuro¹ sono vitali per la prevenzione dell'infezione da virus HIV e altre malattie sessualmente trasmissibili. Tuttavia, le pratiche di sesso sicuro non sono efficaci al 100% e quindi le linee guida del servizio trasfusionale prevedono la sospensione per almeno 4 mesi per persone che hanno avuto rapporti sessuali (etero o omosessuali; genitali, anali, orali) con persone sconosciute e/o a rischio, con tossicodipendenti, con prostitute o persone risultate positive ai test dell'epatite o dell'HIV .

Chirurgia

⇒ **Ho un intervento chirurgico programmato nel prossimo futuro.**

Posso donare?

⇒ Se ha programmato un intervento chirurgico nei prossimi mesi, sarebbe utile non donare se vi è un rischio significativo di perdita di sangue associata alla chirurgia. Dopo un intervento chirurgico, il periodo di sospensione dipende da una serie di fattori. Questo include la malattia per cui ci si è sottoposti a intervento chirurgico, il tipo di intervento e il periodo necessario ad un completo recupero. In linea generale devono passare almeno 7 giorni in caso di chirurgia minore e 4 mesi in caso di chirurgia maggiore.

Colesterolo

⇒ **Sto assumendo farmaci per la riduzione del colesterolo.**

Posso donare?

⇒ I farmaci prescritti per abbassare il colesterolo prevengono la malattia coronarica e non influiscono sulla idoneità a donare. Tuttavia, le persone con malattia coronarica già esistente non possono donare il sangue, per protezione di se stesse e della propria salute.

Colonscopia e artroscopia

⇒ **Sono stato sottoposto a colonscopia. Posso donare?**

⇒ Sì, ma devono passare 4 mesi dalla colonscopia. È poi importante comunicare al medico selezionatore il motivo per cui è stata fatta l'indagine e l'esito della colonscopia.

Cure dentarie

⇒ **Sono appena stato dal dentista. Posso donare?**

⇒ Per i trattamenti come pulizia e otturazioni, si può donare

48-72 ore dopo il trattamento. In caso di estrazione dentaria o impianto, si può donare 7 giorni dopo l'estrazione, se non è stata assunta terapia antibiotica. Nel caso è bene lasciar passare due settimane dalla fine della terapia. In caso di innesto osseo e intervento chirurgico maggiore, si può donare dopo 4 mesi.

Diabete

- ↳ **Sono diabetico. Posso donare?**
- ↳ Sì, se non si hanno complicanze del diabete e se il diabete è ben controllato con la dieta o farmaci per via orale. Se invece si deve assumere insulina per il controllo del diabete, si è sospesi definitivamente.

Diarrea

- ↳ **Ho avuto episodi di diarrea. Posso donare?**
- ↳ La diarrea può essere dovuta a molte cause, abitualmente bisogna aspettare almeno 15 giorni dopo il recupero. Si deve discutere il caso con il medico selezionatore.

Droghe

- ↳ **È possibile donare il sangue anche se ho assunto droghe?**
- ↳ Dipende dal tipo di droga e somministrazione. Se ha usato per via endovenosa (IV) farmaci non prescritti da un medico, anche una sola volta, risulta non idoneo definitivamente. In caso di uso sporadico di cannabis, può donare 10 giorni dopo l'ultimo uso (per la sua salute, raccomandiamo in ogni caso di non fare uso di sostanze tossiche inalatorie e di non fumare).

Emoglobina

- ↳ **Il mio medico dice che la mia emoglobina è bassa / ho l'anemia. Posso donare?**
- ↳ L'emoglobina è una proteina che contiene ferro. È contenuta nei globuli rossi e la sua funzione è quella di trasportare ossigeno nell'organismo. La carenza di ferro è la causa più comune di emoglobina bassa. Il Servizio trasfusionale, prima di ogni donazione, esegue una digitopuntura per effettuare un emocromo e selezionare solo i donatori che hanno un livello accettabile di emoglobina. Per poter donare sangue intero: valore minimo uomini 13,5 g/dl, donne 12,5 g/dl. Per poter donare plasma: valore minimo uomini 12,5 g/dl, donne 11,5 g/dl.

Se è stata diagnosticata anemia o trovati livelli bassi di emoglobina, è opportuno rivolgersi al medico curante per diagnosi ed eventuali cure e rinviare la donazione.

Epatite

- ↳ **Ho avuto l'epatite. Posso donare?**
 - ↳ L'epatite è un'infezione del fegato causata da infezione (ad esempio virus dell'epatite A o B) o da causa sconosciuta. In caso di una pregressa epatite, anche se guarita, si prega di parlare con il medico selezionatore, che eseguirà alcune indagini supplementari, per valutare l'idoneità alla donazione. Tuttavia, se ha o ha avuto l'epatite B e/o C è permanentemente non idoneo alla donazione.

- ↳ **Convivo con una persona con positività per epatite B/C. Posso donare?**
 - ↳ In caso di convivenza prolungata ed abituale con soggetto, anche non partner sessuale, con positività per HbsAg (epatite B) e/o HCV (epatite C), vi è una esclusione temporanea di 4 mesi dopo la cessazione della convivenza. Anche se il donatore è vaccinato, in caso di convivenza occasionale² con soggetto anche non partner sessuale con positività per HbsAg e/o HCV vi è un'esclusione temporanea di 4 mesi dopo la cessazione della convivenza. L'applicazione di questa norma, anche per le persone vaccinate, è conseguenza del fatto che, in alcuni casi (pochi), la vaccinazione non produce la protezione completa del vaccinato.

Esami del sangue ed esiti degli esami

- ↳ **Perché non mi vengono fatti esami aggiuntivi se li chiedo o se li prescrive il mio medico?**
 - ↳ Il donatore è persona sana e se il medico curante richiede esami significa che vi è il sospetto di qualche patologia, caso in cui è bene che il donatore non doni. Il DM 2 novembre 2015 stabilisce chiaramente che il donatore periodico di sangue viene sottoposto, con cadenza annuale, ai soli esami di laboratorio indicati nello stesso decreto. Il medico responsabile della selezione del donatore può prescrivere l'esecuzione di ulteriori appropriate indagini cliniche, di laboratorio e strumentali ma solo se finalizzate ad accertarne l'idoneità alla donazione. Gli accertamenti aggiuntivi sono prescritti unicamente ai fini della valutazione dell'idoneità alla donazione.

⇒ **Perché non mi mandano per posta elettronica (mail) gli esiti degli esami fatti durante la donazione?**

⇒ Tutela della riservatezza del donatore: la trasmissione dei risultati delle indagini diagnostiche va effettuata da personale incaricato al trattamento di dati personali ai sensi della normativa vigente. La consegna dei referti avviene secondo le modalità previste dalla legge (DPCM 8 agosto 2013) e queste non consentono di farlo tramite la posta elettronica personale.

Età

⇒ **In che modo l'età influisce sulla mia capacità di donare?**

⇒ Si può donare dai 18 ai 65 anni. Se si è in buona salute, non si prendono farmaci e l'elettrocardiogramma è nella norma si può donare fino a 70 anni (3 donazioni anno) a giudizio del medico. Il nuovo donatore può essere accettato dai 18 ai 60 anni, fino ai 65 a giudizio del medico.

Farmaci

⇒ **Con quali farmaci si viene sospesi dalla donazione?**

⇒ Dipende dal farmaco e, soprattutto, dalla malattia per cui il farmaco è stato prescritto. Quest'ultima, in particolare, può influenzare l'idoneità a donare. Pertanto, se si hanno dubbi in proposito, si consiglia di chiedere al medico.

Semplificando, possiamo affermare che:

1. devono passare 15 giorni dall'ultima assunzione di un antibiotico o cortisonico prima di donare;
2. l'assunzione di antistaminici non controindica la donazione;
3. chi assume farmaci ACE-inibitori è idoneo anche per aferesi;
4. deve passare 1 mese dall'ultima somministrazione per chi assume Prostide e/o Roaccutane;
5. i farmaci antiipertensivi, se la pressione arteriosa risulta sotto controllo, non controindicano la donazione;
6. l'assunzione occasionale di aspirina o di altro farmaco contenente acido acetilsalicilico controindica la donazione di piastrine;
7. l'assunzione di Neotigason prevede la sospensione definitiva.

Ferro (valori alti)

⇒ **Il medico curante dice che il mio livello di ferro è alto. Posso donare?**

⇒ Il Servizio trasfusionale, assieme al medico curante, accerterà la

possibile causa di tale valore, prima di accettarla come donatore di sangue.

Ferro (valori bassi)

⇒ Il medico curante dice che il mio livello di ferro è basso.

Posso donare?

⇒ Il ferro è un minerale nutriente essenziale per produrre emoglobina. Un basso contenuto di ferro è la causa più comune di valori bassi di emoglobina. Se avete un basso contenuto di ferro (con o senza l'emoglobina bassa) è opportuno studiare la causa per trattarla e correggerla. Questo può includere: la terapia di ferrosostituzione e/o cambiamenti dietetici per aumentare l'assunzione di ferro; la ricerca di sanguinamenti prolungati o nascosti che causano la perdita cronica di ferro (come le mestruazioni abbondanti nelle donne o l'ulcera gastrica o duodenale). Se i valori di emoglobina lo permettono, si consiglia di donare plasma.

Funzionalità epatica

⇒ Risulta che abbia le ALT (test di funzionalità epatica) troppo alte.

Una volta che le ALT sono tornate alla normalità, posso donare?

⇒ Sì, se i valori delle ALT (test di funzionalità epatica) sono tornate ai livelli normali (9 - 60 IU/l) si può donare. In ogni caso, con il suo medico dovrebbe indagare e capire le cause dei valori alterati e, quindi, trattarle.

Gastroscopia

⇒ Ho eseguito una gastroscopia. Posso donare?

⇒ Sì, ma devono passare 4 mesi dalla gastroscopia. Si ricordi di portare al medico selezionatore l'esito dell'esame (e di eventuali prelievi istologici se sono stati fatti).

Glaucoma

⇒ Mi è stato diagnosticato un glaucoma, posso continuare a donare?

⇒ Sì, non ci sono restrizioni purché il glaucoma venga periodicamente controllato.

Gran Bretagna

⇒ Non posso donare il sangue poiché ho vissuto nel Regno Unito per sei mesi durante il periodo 1980-1996. Quando sarà in commercio un test per la vCJD?

- ⇒ Sebbene il numero di casi di vCJD (la forma umana del morbo della “mucca pazza”) in Gran Bretagna sia in declino, in assenza di un test di screening, non è noto il tempo massimo di incubazione. In questo momento non vi sono test affidabili di screening, ma qualora vengano commercializzati o cambi la politica di selezione, queste informazioni saranno diffuse ampiamente.

Gravidanza

- ⇒ **Sono incinta. Posso donare?**
- ⇒ Le donne incinte sono temporaneamente sospese dalla donazione per evitare qualsiasi stress sulla madre e sul feto. C'è un ulteriore periodo di sospensione di 6 mesi dalla data del parto, al fine di consentire un tempo adeguato per il ripristino delle riserve di ferro. Dopo la gravidanza si può donare solo sangue intero o plasma per la produzione di emoderivati.

Herpes genitale

- ⇒ **Ho avuto l'herpes genitale. Posso donare?**
- ⇒ Sì, a patto di non soffrire un episodio in corso. Eventuali lesioni da un recente episodio devono essere pulite e asciutte.

Herpes labiale

- ⇒ **Ho un herpes labiale. Posso donare?**
- ⇒ No, durante un episodio in corso. Eventuali lesioni da un recente episodio devono essere pulite e asciutte.

Infarto miocardico

- ⇒ **Ho avuto un attacco di cuore, ma ora sto bene. Posso donare?**
- ⇒ Per proteggere la sua salute e la sua sicurezza lei non è più idoneo alla donazione.

Influenza

- ⇒ **Ho avuto l'influenza. Posso donare?**
- ⇒ Se ha avuto influenza o una malattia simil-influenzale con febbre può donare due settimane dopo la guarigione.

Intervallo tra donazioni

- ⇒ **Ogni quanti mesi posso donare sangue?**
- ⇒
- 3 mesi tra donazione sangue intero-sangue intero;
 - 1 mese tra donazione sangue intero-plasma/piastrine;
 - 14 giorni tra plasma/piastrine - plasma/piastrine.

Leucemia o linfoma

- ⇒ **Ho avuto la leucemia o un linfoma, ora sono guarito. Posso donare?**
- ⇒ No. Persone anche guarite con precedenti di leucemia o linfomi non possono donare.

Malaria

- ⇒ **Ho avuto la malaria, sono guarito; sono nato o vissuto in zona malarica; ho viaggiato in zona dove la malaria è endemica: posso donare?**
- ⇒
- soggetti che hanno vissuto per un periodo di 6 mesi o più continuativi in zona endemica in qualsiasi momento della loro vita possono donare plasma per la produzione di emoderivati, ma non sangue intero o piastrine;
 - soggetti che hanno sofferto di malaria, soggetti che hanno sofferto di episodi febbrili non diagnosticati, compatibili con la diagnosi di malaria, durante una visita in area malarica o nei 6 mesi successivi alla fine della visita: possono donare plasma per la produzione di emoderivati, ma non sangue intero o piastrine;
 - visitatori asintomatici in zona malarica possono donare sangue intero 12 mesi dopo il rientro, plasma per la produzione di emoderivati dopo 6 mesi.

Malattie Autoimmuni

(es. tiroidite di Hashimoto, celiachia)

- ⇒ **Mi hanno diagnosticato una malattia autoimmune. Posso donare?**
- ⇒ Sono ammessi celiaci in dieta priva di glutine e donatori con malattia autoimmune che coinvolge un solo organo.

Malattie croniche

(es. Lupus, rettocolite ulcerosa, broncopatia cronica, insufficienza renale, ecc.)

- ⇒ **Mi hanno diagnosticato una malattia cronica. Posso donare?**
- ⇒ No, le persone con malattie croniche non possono donare.

Mestruazioni

- ⇒ **Sto avendo il mio ciclo. Posso donare?**
- ⇒ Le mestruazioni, nella maggior parte delle donne, non influiscono sulla capacità di donare.

Mononucleosi

- ↳ **Ho avuto recentemente la mononucleosi infettiva. Posso donare?**
↳ Può donare 6 mesi dopo l'avvenuta guarigione.

Osteoporosi

- ↳ **Ho fatto una scansione per la densità ossea che conferma che ho l'osteoporosi. Posso donare?**
↳ Se le è stata diagnosticata l'osteoporosi può donare sangue intero o plasma.

Peso

- ↳ **Quanto dovrei pesare donando il sangue?**
↳ • Donazione sangue intero e emocomponenti mediante aferesi:
>50 kg.
• Donazione multicomponent con donazione di emazie:
>60 kg.
• Donazione multicomponent con doppia donazione di emazie:
>70 kg.

Piercing

- ↳ **Ho appena fatto un piercing. Posso ancora donare il sangue?**
↳ In caso di piercing o foratura dei lobi, si può donare 4 mesi dopo la procedura.

Pillola contraccettiva

- ↳ **Prendo la pillola anticoncezionale. Posso donare?**
↳ Sì. Assumere la pillola anticoncezionale (contraccettivi orali) non ha effetto contrario alla donazione.

Pressione arteriosa

- ↳ **Prendo medicinali antipertensivi. Posso donare?**
↳ Si può donare assumendo farmaci per il controllo della pressione sanguigna se la pressione del sangue è adeguatamente controllata e stabile e non si verificano effetti collaterali legati al farmaco. L'antipertensivo va assunto anche nella giornata della donazione.

Raffreddore

- ↳ **Ho il raffreddore. Posso donare?**
↳ Per la sicurezza del ricevente, non si deve donare finché non si è in buona salute. Virus banali per una persona normale

(come quello del raffreddore) possono causare complicanze serie in riceventi immunodepressi (come i pazienti trapiantati).

Sifilide

- ↳ **In passato sono risultato positivo alla sifilide. Posso donare?**
- ↳ No, l'esclusione dalla donazione di sangue è definitiva in quanto la sifilide è una malattia trasmissibile con il sangue e con i rapporti sessuali.

Sospensione definitiva

- ↳ **Chi non potrà mai donare sangue?**
- ↳ Non può donare il sangue:
- chi è sieropositivo per HIV;
 - chi ha o ha avuto l'epatite B;
 - chi ha o ha avuto l'epatite C;
 - chi ha o ha avuto la sifilide;
 - chi ha assunto droghe o farmaci non prescritti da un medico o da un dentista per via endovenosa.

Tatuaggi

- ↳ **Ho appena fatto un tatuaggio. Posso donare?**
- ↳ Chi ha fatto un tatuaggio è idoneo alla donazione 4 mesi dopo la procedura. Questo vale anche per i tatuaggi cosmetici (quelli all'henné).

Tempistica

- ↳ **Quanto tempo ci vuole per donare il sangue?**
- ↳ Una donazione di sangue intero dura solo 5-10 minuti, ma ci vuole anche il tempo per compilare il questionario, fare la visita e godere del riposo e del ristoro. Per la vostra sicurezza si consiglia di riposare per 15 minuti dopo la donazione per ridurre il rischio di svenimento. Una donazione di plasma richiede circa 50 minuti. Una donazione di piastrine richiede circa 60 minuti.

Test di laboratorio

- ↳ **Che esami vengono eseguiti?**
- Possono essere richiesti esami supplementari?**
- ↳ Su ogni unità donata vengono eseguiti i seguenti accertamenti:
- il gruppo sanguigno;
 - l'emocromo;
 - il test per la sifilide, per l'epatite B, l'epatite C, e l'HIV;

- i test NAT per verificare la presenza dei virus.

Una volta l'anno, inoltre, vengono eseguiti gli esami per l'idoneità al donatore:

- glicemia;
- creatinemia;
- trigliceridi;
- colesterolo;
- ferritina;
- elettroforesi proteica.

Al donatore vengono comunicati i risultati degli esami di laboratorio tramite posta ordinaria entro un mese dalla donazione. Si consiglia di far visionare i referti al medico curante. Non si eseguono test non inerenti all'idoneità del donatore. Eventuali disguidi sono da imputarsi al servizio postale.

Trasfusione di sangue

⇒ **Ho ricevuto una trasfusione di sangue. Posso donare?**

- ⇒ In caso di una trasfusione di sangue, il periodo di sospensione è di 4 mesi. Se la trasfusione è avvenuta in Gran Bretagna si è sospesi definitivamente.

Tumori

⇒ **Ho avuto un tumore, ma ora sono guarito. Posso donare?**

- ⇒ No, l'attuale legislazione non permette la donazione ai pazienti con una storia di tumore, anche se guariti. Possono essere accettati solamente donatori con storia di carcinoma basocellulare o carcinoma in situ della cervice dopo rimozione della neoplasia.

Vaccinazione

⇒ **Dopo una vaccinazione (di qualunque tipo, inclusi i vaccini antinfluenzali) posso donare?**

- ⇒ Dipende dal tipo di vaccino.
- Nel caso di quelli ottenuti da materiale 'non vivo/inattivato/ricombinante', che in genere non influiscono sull'ammissibilità, la sospensione è di 48 ore. Questi includono: la difterite, l'influenza (sia l'influenza stagionale che H1N1), epatite A, epatite B, meningococco, pertosse, pneumococco, febbre Q, il tetano, il papillomavirus umano, TBE e altri.
 - Nel caso dei vaccini per l'epatite B, la sospensione è di 7 giorni.
 - Nel caso dei vaccini a base di materiale 'vivo/attenuato' la sospensione è di 4 settimane.

Questi vaccini sono tubercolosi (BCG), morbillo, parotite, rosolia, polio (orale) febbre gialla, leptospirosi, tifo e paratifo (orale).

Viaggi

⇒ **Ho viaggiato all'estero. Tra quanto tempo posso donare?**

- ⇒ I viaggi in aree con un rischio di infezioni trasmesse dagli insetti o dagli animali possono causare infezioni asintomatiche che possono essere trasmesse attraverso la trasfusione di sangue.
- Sospensione definitiva dopo un soggiorno in Regno Unito dal 1980 al 1996 per sei mesi anche non continuativi.
 - Sospensione sino ad esecuzione del test sierologico per il morbo di Chagas per chi è nato in America Centrale o Meridionale, per donatori/donatrici la cui madre è nata in queste zone, per chi ha fatto viaggi in America Centrale o Meridionale, anche una sola volta nella vita (donazione differita).
 - Sospensione di 6 mesi dopo viaggi in zone endemiche per malattie tropicali, se asintomatici.
 - Sospensione di 12 mesi per donazione di sangue intero e di 6 mesi per plasma per la produzione di emoderivati, dopo viaggi in zone malariche, se asintomatico.
 - Sospensione di 1 mese dopo viaggi in zone con condizioni igieniche a rischio.
 - Sospensione di 28 giorni dopo viaggi in USA e Canada e zone segnalate per West Nile Virus.
 - Sospensione di 28 giorni per zone segnalate per Zika Virus.

Possono esserci periodi di sospensione, comunicati dall'Autorità Competente, in caso di epidemie che mettono a rischio la salute umana.

Zecca

⇒ **Sono stato morso da una zecca. Posso donare?**

- ⇒ Sì, dopo 40 giorni se asintomatico. Sospensione per 12 mesi se ha contratto il morbo di Lyme.

Note

- 1** L'utilizzo del preservativo è fondamentale per la prevenzione dell'infezione da virus HIV e altre malattie sessualmente trasmissibili. Tuttavia, anche il preservativo non è efficace al 100%, le linee guida del servizio trasfusionale prevedono la sospensione per almeno 4 mesi per persone che hanno avuto rapporti sessuali (etero o omosessuali; genitali, anali, orali) con persone sconosciute e/o a rischio, con tossicodipendenti, con prostitute o persone risultate positive ai test dell'epatite o dell'HIV .

- 2** si intende convivenza occasionale un periodo di sei mesi, anche non continuativi, negli ultimi due anni. Il periodo di sospensione si applica per quattro mesi dall'ultimo giorno dell'ultima permanenza.

07

Come viene utilizzato il sangue?

Come viene utilizzato il sangue raccolto tramite la donazione di sangue intero?

Il sangue prelevato viene separato, mediante centrifugazione, per ottenere globuli rossi (emazie), plasma e piastrine, il paziente riceve unicamente la componente di cui ha bisogno. Ad ogni donazione, inoltre, vengono prelevati campioni per effettuare gli esami.

Solo se la ricerca degli agenti infettivi è negativa, l'unità viene validata ed utilizzata per i pazienti. Una volta separati e validati, gli emocomponenti vengono distribuiti ai reparti, che ne fanno richiesta dopo aver eseguito i test di compatibilità.

Come viene utilizzato il plasma raccolto tramite la plasmaferesi?

La maggior parte del plasma raccolto tramite plasmaferesi viene utilizzato per la produzione di farmaci plasmaderivati, nei quali, una volta lavorato il plasma raccolto, vengono concentrate alte dosi di diverse proteine presenti nel plasma.

Come vengono utilizzate le piastrine raccolte tramite la piastrinoaferesi?

Le piastrine vengono utilizzate nel giro di pochissimi giorni, dato il tempo brevissimo del loro decadimento, su pazienti con piastrinopenie o problemi di coagulazione di vario tipo.

08

Ulteriori indicazioni

Manifestarsi di una malattia dopo la donazione

Esiste il rischio che il donatore doni in un momento in cui la presenza di un agente infettivo non sia rilevabile clinicamente. Nell'eventualità che nei giorni successivi alla donazione il donatore presenti i sintomi di una malattia infettiva (ad esempio: febbre, ingrossamento dei linfonodi, diarrea) è opportuno che egli ne dia pronta comunicazione al personale del servizio trasfusionale.

Possibilità del donatore di richiedere l'eliminazione dell'unità donata

Qualora, nelle 24 ore successive alla donazione, il donatore ritenga opportuno che venga eliminata l'unità donata, può telefonare al centro trasfusionale, specificando dati anagrafici e luogo della donazione, senza dover fornire spiegazioni e nel rispetto della privacy, per chiederne l'eliminazione.

**Queste linee guida sono
oggetto di aggiornamenti
regolari. È quindi opportuno
segnalare al medico
selezionatore qualsiasi cosa
riguardi la salute del donatore,
anche se sembra banale.
Per ogni eventuale dubbio
o situazione particolare
è sempre consigliabile
rivolgersi al medico
trasfusionista per informazioni.**

**Per informazioni
sulle sedi e sugli orari
di apertura dei centri
trasfusionali
del Friuli Venezia Giulia
visita il sito**

www.donasangue.fvg.it



© 2016

ACDS

Associazione Carnica Donatori Sangue, Paluzza

AVIS FVG

Associazione Volontari Italiani Sangue
del Friuli Venezia Giulia

FIDAS FVG

Federazione Italiana Associazioni Donatori Sangue
del Friuli Venezia Giulia

ADS Trieste

Associazione Donatori Sangue, Trieste

AFDS Pordenone

Associazione Friulana Donatori Sangue Pordenone,
Spilimbergo

AFDS Udine

Associazione Friulana Donatori Sangue, Udine

FIDAS Isontina

Associazione Donatori Volontari Sangue FIDAS Isontina,
Gorizia

GADAS Torviscosa

Gruppo Aziendale Donatori Associazione del Sangue,
Torviscosa

