

## Memorandum del donatore

### Linee guida per la donazione di sangue

Per donare il sangue è necessario essere in buona salute, osservare uno stile di vita regolare e una corretta alimentazione.

Per ogni singolo caso è prevista l'inidoneità permanente o temporanea; quest'ultima può essere di pochi giorni, di pochi mesi o di anni.

Raccomandiamo al futuro donatore di non assumere farmaci e parafarmaci anti-infiammatori (anche farmaci senza ricetta medica) cinque giorni prima (tipo Aulin o Aspirina) e di ricordare che prima della donazione è consentita una colazione leggera con tè, caffè, succo di frutta, fette biscottate. **E' assolutamente vietata l'assunzione di latte e derivati.**

La sera prima della donazione del sangue effettuare un pasto normale, senza eccessi.

Qui di seguito riportiamo le condizioni che permettono o escludono dalla donazione, sia temporaneamente che definitivamente.

### Requisiti fisici

1. Età compresa tra i 18 e i 65 anni. La donazione di sangue intero da parte di donatori periodici di età superiore ai 65 anni fino a 70 anni può essere consentita previa valutazione clinica dei principali fattori di rischio età-correlati. Persone che esprimono la volontà di donare per la prima volta dopo i 60 anni possono essere accettati a discrezione del medico responsabile della selezione. **Per tutti è necessario esibire la tessera sanitaria o il codice fiscale ed avere con sé un documento di identità in corso di validità. (Nota 1).**
2. Peso non inferiore a 50 Kg. Recenti perdite spontanee di peso, senza causa apparente, escludono dalla donazione.
3. Sesso femminile: non possono donare durante il ciclo e in gravidanza.

### I dati successivi verranno verificati dal medico prima della donazione

1. Valori della pressione arteriosa: sistolica  $\leq 180$  mmHg, diastolica  $\leq 100$  mmHg.
2. Valori di emoglobina: uomini  $\geq 13,5$  gr/dl - donne  $\geq 12,5$  gr/dl
3. Frequenza cardiaca: compresa tra 50 e 100 battiti/minuto, con polso ritmico e regolare. I donatori che praticano attività sportiva agonistica o intensa possono essere accettati anche con frequenza cardiaca inferiore ai valori di riferimento indicati.
4. L'uomo e le donne in menopausa possono donare sino a quattro volte l'anno mentre la donna, in età fertile, solo due volte nell'arco di 365 giorni. L'intervallo minimo tra una donazione di sangue intero e la successiva è di 90 giorni, sia per l'uomo che per la donna.

### Condizioni particolari

1. I donatori eterozigoti per alfa o beta talassemia possono essere accettati per la donazione di sangue intero con valori di emoglobina non inferiori a 13g/dl nell'uomo e 12 g/dl nella donna.
2. I soggetti rilevati portatori di emocromatosi, con documentazione clinica di assenza di danno d'organo, possono essere accettati per la donazione di sangue intero. Il numero di donazioni nell'anno non deve essere superiore a 4 per l'uomo e per la donna non in età fertile, a 2 per la donna in età fertile.
3. Lieve o moderata ipertensione non controindica la donazione purché la terapia non includa farmaci beta-bloccanti. Sono esclusi i soggetti non in adeguato controllo farmacologico o con danno d'organo. Si raccomanda di non assumere la terapia il giorno della donazione.
4. Per le **allergie** (escluso l'uso di farmaci) si può donare dopo la fine della fase acuta.
5. L'assunzione della **pillola anticoncezionale** non controindica la donazione.
6. L'assunzione di **Eutirox** non controindica la donazione. Non si può donare con tiroidite di qualsiasi natura, in atto.
7. I donatori addetti a lavori che comportino rischio per la propria o l'altrui salute possono essere ammessi alla donazione qualora osservino il riposo nella giornata della donazione.
8. Può essere accettato il donatore con malattia celiaca purché segua una dieta priva di glutine

Dopo la donazione il donatore deve osservare adeguato riposo sul lettino da prelievo e ricevere ristoro comprendente l'assunzione di liquidi in quantità adeguata.

**Prima di andare a donare, nel caso di soggiorni nel periodo estivo-autunnale in Paesi esteri e/o nazionali, è importante consultare il sito [www.centronazionale sangue.it](http://www.centronazionale sangue.it) (alle voci "attività" e "sicurezza") per verificare le zone di esclusione temporanea per West Nile Virus. In caso di viaggi in Paesi esteri, durante tutto l'anno, consultare il sito [www.simti.it](http://www.simti.it) ("il donatore che viaggia")**

**Nota 1:** Documenti di identità riconosciuti: La carta d'identità italiana è il documento principale di identificazione. L'utilizzo di questa, o di un documento con foto considerato equivalente, è obbligatorio ai fini del riconoscimento. Sono equipollenti alla carta di identità: il passaporto, la patente di guida, la patente nautica, il libretto di pensione, il patentino di abilitazione alla conduzione di impianti termici, il porto d'armi, le tessere di riconoscimento, purché munite di fotografia e di timbro o di altra segnatura equivalente, rilasciate da un'amministrazione dello Stato." Art. 2 e art. 35 del DPR n. 445 del 2000"

## Cause di esclusione

<b>Rinvio di 48 ore:</b>		Cure odontoiatriche minori (pulizia dentale, cura canalare etc...)
		Vaccinazione epatite A, papillomavirus, rabbia (senza morso animale), pertosse, febbre delle montagne rocciose, tetano, difterite, colera, influenza, peste, pneumococco, poliomielite, influenza, meningococco. <b>Soggetti vaccinati devono essere asintomatici e non deve esserci stata esposizione</b>
<b>Rinvio di 5 giorni:</b>		Assunzione di farmaci: <b>Aspirina, Aulin, antinfiammatori, antidolorifici</b>
<b>Rinvio di 7 giorni:</b>		Cure odontoiatriche importanti (estrazioni e devitalizzazioni) se non complicate da infezioni
		Vaccinazione epatite B (se asintomatico e senza esposizione)
		Interventi chirurgici minori
<b>Rinvio di 14 giorni:</b>		Dalla guarigione clinica per influenza, herpes e gastroenterite virale
		Stati febbrili $\geq 38^{\circ}$ C
<b>Rinvio di 1 mese:</b>		Vaccinazioni contro rosolia, varicella-Zoster, tubercolosi, febbre gialla, morbillo, parotite, vaiolo, antipolio orale, tifo e paratifo
<b>Rinvio di 2 mesi:</b>		Manifestazioni allergiche gravi (dopo ultima esposizione)
<b>Rinvio di 3 mesi:</b>		Puntura di zecca dalla guarigione
<b>Rinvio di 4 mesi:</b>		Rapporti sessuali occasionali o con nuovo partner anche se protetti o rapporti sessuali a rischio
		Esposizione accidentale a sangue o altro materiale potenzialmente infetto
		Endoscopie (gastrosopia, colonscopia, broncoscopia), diagnosi invasive (angiografia, coronarografia con impiego di cateteri venosi non monouso)
		Agopuntura se non praticato con strumenti a perdere
		Tatuaggi, foratura lobi auricolari o piercing
		Interventi chirurgici maggiori
		Convivenza abituale o occasionale con soggetto, non partner sessuale, affetto da epatite B o C anche se il donatore è vaccinato per l'epatite B
		Trasfusioni o somministrazione di emoderivati (immunoglobuline)
		Implantologia ossea
<b>Rinvio di 6 mesi:</b>		Toxoplasmosi, Mononucleosi e infezioni da Citomegalovirus dalla guarigione
		Epatite A purché documentata
		<b>Per le donne:</b> rinvio di sei mesi dal parto o da un aborto
<b>Rinvio di 1 anno:</b>		Vaccinazione antirabbica dopo esposizione (morso animale)
		Allergia a farmaci, in particolare la penicillina dopo l'ultima esposizione
		malattia di Lyme
<b>Rinvio di 2 anni:</b>		Tubercolosi, febbre Q, febbre reumatica (in assenza di cardiopatia cronica)
		Osteomieliti, brucellosi (dalla guarigione completa)
<b>Rinvio di 5 anni:</b>		Glomerulonefrite acuta (dalla guarigione completa)
<b>Esclusione Definitiva:</b>		Epatite B e C, epatiti da causa ignota, Infezione da virus HIV 1-2 (AIDS)
		anafilassi
		Soggiorno superiore a sei mesi, anche non continuativi, nel Regno Unito dal 1980 al 1996
		Lebbra, babesiosi, leishmaniosi viscerale, tripanosomiasi, m. di Chagas, sifilide, febbre Q
		Malattie autoimmuni
		anemie, sindromi emorragiche, piastrinopenie, leucopenie
		Neoplasie (possono essere accettati solo i donatori con storia di carcinoma basocellulare o carcinoma in situ della cervice uterina dopo asportazione)
		Diabete solo se insulino-dipendente
		Epilessia o con crisi lipotimiche o convulsive
		Malattie cardiovascolari (angina, aritmie, portatori di stent, trombosi arteriosa o venosa ricorrente).
		Possono essere accettati soggetti con anomalie congenite completamente guarite
		Glomerulonefrite cronica, policitemia vera (morbo di Vaquez), malattia di Creutzfeld-Jakob (encefalopatia spongiforme)
		Alcolismo cronico
		Trapianto di dura madre o di cornea o di CSE o di altri organi
		Tossicodipendenza anche da droghe non iniettive
		Comportamenti sessuali abituali ad alto rischio di trasmissione di malattie infettive (promiscuità, occasionalità, rapporti in cambio di denaro o droga
		Malattie organiche del SNC, affezioni gastrointestinali, epatiche, urogenitali, ematologiche, immunologiche, renali, metaboliche, respiratorie in forma attiva, cronica, recidivante o che abbiano permanenti danni d'organo

Per ogni ulteriore chiarimento si può contattare il Responsabile Unità di Raccolta di Avis Comunale Roma tramite l'indirizzo email: [responsabileudr@avisroma.it](mailto:responsabileudr@avisroma.it)

*Donare il sangue è un atto d'amore volontario, gratuito, anonimo e responsabile:  
un'eventuale esclusione dalla donazione è fatta solo per tutelare la salute sia del donatore  
che del ricevente.*