

**Tutto quello che è bene sapere...**

Prima di candidarsi alla donazione è opportuno conoscere quali sono i requisiti fondamentali per essere ammessi ed è altrettanto importante sapere quali sono le precauzioni da adottare.

**...Prima di Donare**

- Et  tra 18 e 60 anni;
- Peso uguale o superiore a 50 kg;
- Non avere effettuato donazioni di sangue negli ultimi 3 mesi;
- Le donne in et  fertile possono donare 2 volte all'anno;
- Non essere a digiuno per pi  di 5 ore;
- Non avere consumato pasti abbondanti nelle ultime 6 ore;
- Non avere avuto malattie gravi nel passato;
- Essere in buona salute;
- Non avere avuto malattie negli ultimi 15 giorni;
- Non avere assunto antibiotici negli ultimi 15 giorni;
- Non essere stati sottoposti a cure dentarie negli ultimi 2 mesi;
- Non essere stati sottoposti ad interventi chirurgici o endoscopie es.: (gastroscopie, colonscopie, laparoscopie, artroscopie, terapie con cateteri) nei 4 mesi precedenti;
- Non essere in stato di gravidanza o non avere avuto aborto nei 6 mesi precedenti;
- Non essere esposti al rischio per malattie trasmissibili: (Malattie infettive: Ittero o epatite virale, Mononucleosi, Sifilide, Positivit  per i test della Sifilide (TPHA o VDRL), AIDS (anti-HIV), epatite (HbsAg o Anti HCV);
- Tatuaggi, agopuntura, piercing negli ultimi 4 mesi;
- Trasfusioni di sangue negli ultimi 4 mesi;
- Viaggi in zone tropicali nei 6 mesi precedenti;
- Uso di droghe;
- Rapporti sessuali con soggetti "a rischio" o con partner occasionali.

**...Dopo la Donazione**

1. Comprimerne con un batuffolo la zona di prelievo senza piegare il braccio;
  2. Rimanere sdraiati sul lettino per almeno 10 minuti;
  3. Prima di alzarsi restare seduti sul lettino per alcuni minuti;
  4. Non avere fretta ed aspettare che l'infermiera applichi il cerotto sulla sede di prelievo;
  5. Recarsi al posto di ristoro per una ulteriore pausa;
  6. In caso di sensazione di malessere, avvertire immediatamente il Personale Sanitario;
  7. Non allontanarsi dal Centro prima che siano trascorsi 30 minuti dalla donazione, se non con l'autorizzazione del Personale Sanitario;
  8. Evitare di fumare e bere alcolici per almeno un'ora dopo la donazione;
- ...Nel corso della giornata**
9. Bere in abbondanza (non alcolici);
  10. Evitare l'attivit  fisica intensa (palestra allenamenti ...)
  11. Evitare di intraprendere lunghi viaggi al volante della propria auto;
  12. In caso di malessere avvertire telefonicamente il Centro.

*Queste raccomandazioni che hanno lo scopo di garantire il benessere del donatore, sono rivolte a tutti i donatori ed, in particolare, a coloro che effettuano la loro prima donazione.*

**"Il sangue serve a me. Non posso donarlo!"**

Nel tuo corpo, in media, scorrono 5,5 litri di sangue: donarne una piccola parte rappresenta per te poca cosa.

Il sangue, infatti,   "rinnovabile": lo puoi donare periodicamente senza alcun danno e in poco tempo il tuo organismo lo reintegra.

Ricorda inoltre che, se sei lavoratore dipendente, puoi godere della giornata di riposo retribuita.

**La donazione del Sangue   una forza vitale**

Chi dona sangue dona la vita. Perch  il sangue   l'energia che alimenta la vita del corpo umano.

Il sangue non si pu  creare in laboratorio: perch  qualcuno lo possa ricevere, occorre che qualcun altro lo doni. Per questo il sangue non basta mai.

La donazione del sangue ha il potere di dare la speranza e la vita a chi riceve questa linfa e di dare la forza, tanta forza a chi lo dona.

La donazione   un grande gesto di altissimo valore civile. Chi dona aiuta concretamente gli altri, soprattutto chi   pi  debole e nel momento del maggiore bisogno.

Chi dona alimenta il valore della solidariet . Chi dona aiuta anche se stesso: solo una grande disponibilit  di sangue garantisce sicurezza per tutti. Anche la tua!

*Gli accertamenti necessari all'idoneit  per i Nuovi Donatori vengono eseguiti esclusivamente su appuntamento dal luned  al venerd  nelle due Sedi a partire dalle ore 08.15.*

*Per qualsiasi informazione rivolgersi al numero della segreteria 0438-663505 dal luned  al venerd  dalle ore 10.00 alle ore 13.00, per eventuali segnalazioni o lamentele rivolgersi al Direttore del CT o all'Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP).*

*I medici del Centro sono disponibili per fornire consulenze telefoniche relative all'idoneit  e agli esami di controllo, presso la sede di Conegliano dalle ore 10.00 alle ore 12.00*

*I donatori di tutte le associazioni convenzionate possono donare indifferentemente presso i CT di Conegliano, Vittorio Veneto, Treviso, Oderzo, Castelfranco e Montebelluna.*