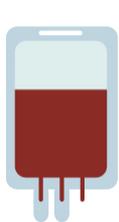


# Le don de sang



**1.000**  
**dons de sang**

sont nécessaires chaque  
jour pour s'occuper  
des malades

En Catalogne, quelques 1.000 dons de sang sont nécessaires chaque jour pour répondre aux besoins des malades. Une personne sur 10 aura besoin de sang au cours de sa vie. On ne peut pas encore fabriquer du sang : seuls les dons garantissent que tout le monde dispose de sang quand il en aura besoin pour un traitement médical, une opération ou à la suite d'un accident.

Le sang donné est séparé en trois parties : les globules rouges, les plaquettes et le plasma. Chaque don peut sauver jusqu'à trois vies.

N'importe quelle personne en bonne santé, âgée de 18 à 70 ans et pesant 50 kg ou plus peut donner son sang. Les femmes enceintes ne peuvent pas en donner.



**18** ans  
**+ 50** kilogrammes

Les femmes peuvent donner leur sang jusqu'à trois fois par an, les hommes jusqu'à quatre. Au moins 2 mois doivent s'écouler entre deux dons.

## Vous pouvez donner votre sang même si :

- Vous avez souffert d'une hépatite avant l'âge de 12 ans.
- Vous n'êtes pas à jeun.
- Votre taux de cholestérol est élevé.
- Vous prenez l'un des médicaments les plus fréquents.

## Vous ne pouvez pas donner votre sang si :

- Vous avez souffert d'une maladie tumorale.
- Vous êtes porteur(euse) du virus de l'hépatite ou du VIH.
- Vous souffrez d'une maladie aiguë.
- Vous êtes atteint(e) d'anémie.
- Vous avez subi une crise cardiaque ou un angor.

## Tens 20 minuts? Vine a donar sang!



## Comment se passe un don de sang?

Afin de garantir la sécurité du don tant pour vous que pour la personne qui recevra votre sang, vous devez remplir un questionnaire sur votre santé et vos modes de vie. Nous vous ferons passer un entretien médical et nous mesurerons votre tension artérielle et votre hémoglobine.

Le prélèvement dure de 10 à 15 minutes. Vous devrez ensuite vous reposer quelques minutes et prendre une petite collation. Il est important que vous buviez des liquides (plus de la moitié du sang est de l'eau) et que vous évitiez les efforts physiques importants, surtout avec le bras où la ponction a été réalisée, pendant les 24 heures suivantes au don.

Vous pouvez donner votre sang aux principaux hôpitaux de la Catalogne et à plus de 4.000 centres dans tout le territoire. Vous pouvez consulter le centre le plus proche sur le site [donarsang.gencat.cat](http://donarsang.gencat.cat).