

Questions et réponses sur le don de sang

Pourquoi donner du sang ?

Le sang non contaminé sauve des vies. Le sang est utilisé couramment en cas de complications lors de la grossesse, par exemple en cas de grossesse extra-utérine ou d'hémorragie avant, pendant ou après l'accouchement, pour des enfants souffrant d'anémie grave, fréquente à la suite de malnutrition ou d'un accès de paludisme, pour les victimes d'accidents, les opérés ou les cancéreux.

L'approvisionnement régulier en sang est une nécessité constante, car le sang ne peut être conservé que pendant un laps de temps limité avant d'être utilisé. Des dons réguliers de la part d'un nombre suffisant de personnes en bonne santé sont nécessaires pour garantir une disponibilité permanente de sang chaque fois et partout où il sera nécessaire.

Le sang est le don le plus précieux que vous puissiez faire à autrui - c'est un don de vie. En décidant de donner son sang on peut sauver la vie d'une ou de plusieurs personnes, si les composants du sang sont recueillis séparément - globules rouges, plaquettes et plasma - afin d'être utilisés individuellement pour des patients qui en ont spécifiquement besoin.

Que se passe-t-il lorsque je donne du sang ?

Que vous donniez du sang pour la première fois ou que vous soyez un donneur régulier, l'établissement de collecte est tenu de s'assurer que ce don ne vous nuira pas.

Il doit veiller également à ce que votre sang soit sûr pour le receveur.

Avant de donner du sang, vous devrez répondre à des questions sur vos antécédents médicaux, notamment sur les médicaments que vous prenez, sur votre état de santé actuel et sur votre mode de vie. Ces questions n'ont d'autre but que de protéger votre santé et celle du receveur. On vous dira si vous êtes apte à donner du sang et, dans la négative, si vous serez susceptible de le devenir à l'avenir. Tout renseignement personnel demandé restera confidentiel et il n'en sera fait aucun usage à quelque autre fin que ce soit.

Il est essentiel de dire l'état honnêtement de toute raison pour laquelle votre sang pourrait ne pas être utilisable. Car même si le sang doit toujours faire l'objet de dépistages des infections transmissibles par transfusion, comme le VIH, l'hépatite B et C et la syphilis, il peut arriver qu'une infection ne soit pas décelée si elle est très récente. Cela signifie que même si un test du sang est négatif pour une infection donnée, elle peut néanmoins contaminer la personne qui sera transfusée.

Après avoir répondu aux questions, vous serez soumis à un rapide examen médical pour vérifier notamment votre pouls et votre tension artérielle, ainsi que pour vérifier que votre poids est supérieur à un certain minimum. Une goutte de sang sera ensuite prélevée au bout d'un de vos doigts pour s'assurer que votre don de sang ne vous rendra pas anémique. Votre santé est extrêmement importante pour le service de transfusion et votre sang ne sera prélevé ce jour-là que si ce don peut s'effectuer sans risque.

Donner son sang est fort simple. On vous installera aussi confortablement que possible sur un siège ou un lit conçu à cet effet. On nettoiera à l'aide d'une solution antiseptique un peu de peau à l'intérieur d'un de vos coudes, puis un membre du personnel soignant, dûment formé, introduira dans une de vos veines une aiguille stérile reliée à une poche destinée à recevoir le sang. Donner du sang ne prend en général qu'une dizaine de minutes.

Après 10 à 15 minutes de repos et une petite collation, vous pourrez reprendre votre activité normale. Il faudra toutefois éviter toute activité physique intense pour le reste de la journée. Il est recommandé de boire beaucoup au cours des 24 heures suivantes.

Combien de sang va-t-on prélever ?

Dans presque tous les pays, le volume de sang prélevé est de 450 ml, soit moins de 10 pour cent de votre volume sanguin total (en moyenne, un adulte a entre 4,5 et 5 litres de sang). Dans certains pays la quantité prélevée est moindre. Il faudra environ 36 heures à votre organisme pour reconstituer le liquide sanguin perdu.

Est-il sans danger de donner du sang ?

Oui. N'oubliez pas que vous ne serez accepté comme donneur de sang qu'à condition d'être en parfaite forme physique. Votre santé et votre bien-être comptent beaucoup pour l'établissement de collecte. L'aiguille et la poche servant à recueillir le sang sont fournies sous emballage stérile et ne peuvent pas être réutilisées, ce qui rend le processus aussi sûr que possible.

Est-ce douloureux ?

Pour vous faire une petite idée de la sensation produite par l'aiguille, il vous suffira de pincer un peu de peau à l'intérieur d'un coude. Vous ressentirez une légère pression mais aucune douleur. Donner son sang est très sûr et il est fort rare d'éprouver une gêne ou un problème, que ce soit pendant ou après le don.

Qui peut donner son sang et à quelle fréquence ?

Les critères de sélection des donneurs varient d'un pays à l'autre, mais seules sont retenues les personnes en bonne santé et ne présentant aucune infection transmissible par le sang. L'âge auquel on peut donner du sang varie, mais se situe en général entre 17 et 65 ans. Dans certains pays, les dons sont acceptés dès 16 ans et au-delà de 65 ans.

Les adultes en bonne santé peuvent donner du sang régulièrement - au moins deux fois par an. Votre établissement de collecte local peut vous indiquer à quelle fréquence vous pouvez donner votre sang.

Qui ne doit pas donner de sang ?

Vous ne devez pas donner votre sang si votre santé risque d'en pâtir. La première préoccupation des centres de collecte de sang est de s'assurer que le don ne nuira pas au donneur. Vous ne devez pas donner du sang si :

- vous ne vous sentez pas bien ;
- vous souffrez d'anémie ;
- vous êtes enceinte ou vous l'avez été il y a moins d'un an ;
- vous souffrez de certaines affections: maladie cardiaque, tension trop élevée ou trop basse, diabète, épilepsie ;
- vous prenez certains médicaments, par exemple des antibiotiques.

Vous serez peut-être en mesure de donner du sang plus tard. Toutefois, dans certains cas, par souci de protéger votre santé, il ne vous sera pas permis de donner du sang.

Vous ne devez pas donner du sang si cela peut nuire à la personne qui le recevra. Le sang peut transmettre au transfusé des infections susceptibles de mettre sa vie en danger.

Vous ne devez pas donner de sang si :

- vous avez contracté, ou pu contracter récemment une maladie sexuellement transmissible comme le VIH ou la syphilis, qui pourrait être transmise à un patient par transfusion de votre sang ;
- votre mode de vie est tel que vous courez le risque de contracter une infection transmissible par transfusion le sang, par exemple, si vous avez plusieurs partenaires sexuels ou des contacts avec des prostituées ;
- il vous est arrivé de prendre des drogues par voie intraveineuse ;
- vous vous êtes récemment fait tatouer, scarifier ou percer une oreille ou une autre partie du corps; votre établissement de collecte local pourra vous dire combien de temps il convient d'attendre avant de donner du sang ;
- vous avez eu des contacts sexuels avec une personne qui tombe dans l'une des catégories ci-dessus.

Comment je sentirai-je après avoir donné du sang?

Vous ressentirez tout le plaisir d'avoir fait don de votre sang à quelqu'un de manière désintéressée!