

INFORMAZIONI PER IL DONATORE DI SANGUE

Caro Donatore, cara Donatrice,

nel ringraziarla per la sua scelta di donare il sangue, riteniamo indispensabile fornirle, in queste pagine, alcune informazioni che speriamo la aiutino ad essere donatore in modo consapevole e informato sia del valore che la sua donazione comporta sia dei comportamenti corretti che il percorso di donazione implica.

La donazione di sangue è un gesto **volontario, gratuito e anonimo**, che contribuisce alla costruzione di un Sistema Sanitario efficiente, su cui ciascuno di noi può fare affidamento in caso di necessità.

La invitiamo a leggere attentamente questo documento, ricordandole che comunque il personale sanitario del Servizio è a sua disposizione per ogni chiarimento, sempre nel rispetto delle norme che tutelano la sua privacy.

Il sangue

Il sangue è costituito da cellule (globuli rossi, i globuli bianchi e le piastrine) sospese nella parte liquida del sangue, il plasma. I **globuli rossi** trasportano l'ossigeno dai polmoni ai tessuti, i **globuli bianchi** hanno funzioni di difesa nei confronti di agenti infettivi e sostanze estranee e le **piastrine**, piccoli elementi cellulari, hanno la funzione di prevenire ed arrestare le emorragie.

Il **plasma** è composto da acqua in cui sono sospesi minerali, grassi, zuccheri e soprattutto proteine (anticorpi, albumina e fattori della coagulazione). Le funzioni del plasma sono numerose. Tra le principali, garantire la coagulazione in caso di ferite, mantenere costante il volume circolante, trasportare e scambiare sostanze nutritive con i tessuti.

Cosa succede al sangue una volta donato: la lavorazione del sangue

Il sangue donato (il cosiddetto sangue intero) non viene mai utilizzato come tale ma viene sempre separato al Centro Trasfusionale in globuli rossi, plasma e piastrine: questo è il motivo per cui lei vedrà che il dispositivo con cui le viene prelevato è costituito da più sacche. Ognuna è destinata a contenere un diverso componente, così ogni paziente potrà ricevere solo il componente di cui ha bisogno ed ogni singola donazione potrà essere utile a pazienti diversi.

Mentre i globuli rossi e le piastrine potranno essere trasfusi dopo la separazione, il plasma viene congelato subito dopo la donazione per poter conservare a lungo le sue proprietà, e può essere poi somministrato direttamente ai pazienti, oppure avviato alla lavorazione industriale per la produzione di farmaci molto importanti, detti **plasmaderivati**, utilizzati nella cura di malattie caratterizzate dalla carenza di una o più proteine del plasma.

L'utilizzo del sangue

Il sangue può essere ottenuto **esclusivamente da donatori**. E' necessario negli interventi chirurgici, soprattutto in quelli complessi e lunghi, oppure in caso di incidenti stradali o altri gravi traumi. Malattie importanti che richiedono continue trasfusioni sono le leucemie, le anemie e le malattie del sangue in genere. I componenti del sangue rappresentano quindi per molti ammalati cronici un tipo unico ed insostituibile di farmaco salvavita.

La donazione di sangue

La **donazione di sangue intero** consiste nel prelievo di **450ml** di sangue e dura circa 10 minuti. Le donne che non sono più in età fertile e gli uomini lo possono donare fino a 4 volte all'anno, non prima di 90 giorni dalla donazione precedente. Le donne in età fertile possono donare al massimo 2 volte all'anno.

Con particolari procedure (**aferesi**) si possono donare direttamente i componenti del sangue: plasma (**plasmaferesi**), plasma e piastrine (**plasma-piastrinoaferesi**) oppure globuli rossi e piastrine (**eritropiastrinoaferesi**). In questo modo è possibile ottenere dal donatore il prodotto che in quel momento serve di più. Queste procedure durano dai 30 ai 60 minuti.

Come si dona il sangue

Il donatore dev'essere **identificato** mediante un documento di riconoscimento, perché è molto importante assicurarsi della corretta identità dei donatori ed evitare errori di persona.

Il donatore viene invitato a leggere attentamente, a compilare e a firmare un **questionario** sul suo stato di salute, un modulo di **consenso alla donazione** e uno di informazione sul **trattamento dei dati personali**.

Attraverso questi documenti il donatore informa il medico sul suo stato di salute e viene messo al corrente dei rischi che corre il ricevente per quanto riguarda le malattie trasmissibili con il sangue; l'omissione di informazioni importanti sulle proprie abitudini di vita può infatti tramutare un gesto di grande generosità ed umanità in un atto pericoloso per la salute del ricevente.

Vengono quindi eseguiti degli **esami immediati** (la determinazione dell'emoglobina ottenuta da una goccia di sangue dal dito) per accertare che il donatore sia idoneo. Subito dopo, il donatore esegue una **visita medica** ed un colloquio volti ad evidenziare l'esistenza di controindicazioni alla donazione e a fornire tutti i chiarimenti necessari.

Successivamente anche il medico controfirma i documenti, per prendere atto della corretta e reciproca informazione, ed il donatore viene quindi avviato alla donazione.

Durante la **donazione** vengono raccolte delle provette per eseguire gli **esami di screening** per le principali malattie infettive previsti dalla legge. Una volta l'anno vengono eseguiti anche **esami generali** per valutare in modo più completo lo stato di salute.

Terminata la donazione, il donatore deve rimanere almeno altri 5 minuti sul lettino e circa 15 minuti nei locali adibiti al ristoro post donazione, per poter garantire la sorveglianza di quelle possibili reazioni tardive al prelievo.

E' importante ricordare che:

- Il donatore ha la possibilità di porre domande in qualsiasi momento della procedura e può ritirarsi o rinviare la donazione per propria decisione in qualunque momento della procedura.
- Il donatore ha la possibilità di richiedere in qualsiasi momento al personale medico di non utilizzare la propria donazione (ad esempio se crede di non aver comunicato al medico elementi che potrebbero compromettere la sicurezza del sangue).
- Il Medico del Centro Trasfusionale, nel rispetto della riservatezza, comunicherà al donatore qualsiasi alterazione clinica significativa riscontrata durante la valutazione degli esami di controllo.

Avvertenze per il comportamento post donazione

E' importante ricordare che, ai fini della sicurezza trasfusionale, il donatore deve avvisare il Centro Trasfusionale di riferimento qualora il giorno stesso o nei giorni successivi si manifestino disturbi come ematomi nella sede di prelievo, debolezza oppure febbre o malattie verosimilmente infettive.

Rischi per il donatore

Le procedure di donazione **sono in genere ben tollerate**. Tuttavia, donare il sangue può nuocere alla salute del donatore se egli soffre di particolari malattie come ad esempio cardiopatie, ipotensione arteriosa, epilessia, facilità allo svenimento o predisposizione alle crisi vertiginose. Fattori psicologici possono causare una transitoria riduzione della pressione del sangue e la comparsa di sintomi come debolezza, sudorazione e nausea e talvolta possono portare allo svenimento. Questi sintomi possono manifestarsi anche dopo la donazione e di regola sono di breve durata e di rapida risoluzione. In caso di comparsa di questi sintomi o di altri il donatore deve avvertire subito il personale sanitario che metterà in atto le procedure opportune per ottenere un rapido ripristino del benessere.

A volte è possibile che nella sede di inserzione dell'ago usato per il prelievo compaia un **ematoma sottocutaneo**: questa è un'evenienza non rara ma facilmente prevenibile con un'adeguata pressione del cotone sopra il punto di inserzione dell'ago, che viene sempre raccomandata al donatore nei 5 minuti di riposo post-donazione sul lettino da prelievo. A volte può manifestarsi dopo la donazione. Il donatore anche in questo caso deve avvertire il personale sanitario che coinvolgerà il medico e metterà in atto le procedure idonee alla soluzione del problema. Un'altra possibile complicanza (rara) della puntura venosa è la flebite della vena del braccio: questa

manifestazione compare in genere dopo alcuni giorni dalla donazione: anche in questo caso è necessario contattare il centro trasfusionale che darà le indicazioni opportune per risolvere il problema.

La **perdita di ferro** che si associa alla donazione di sangue intero può portare, soprattutto nelle donne, ad una carenza di questo elemento: per questo motivo lo stato delle scorte di ferro dell'organismo viene continuamente monitorato.

Le regole per la donazione

Le regole per la selezione del donatore sono stabilite dalla legge, dalle normative europee e dal Centro Nazionale Sangue. Come abbiamo visto prima:

- il donatore di sangue può effettuare la donazione solo se viene dichiarato idoneo dal medico del Centro Trasfusionale, dopo la compilazione del questionario, dei consensi alla donazione ed al trattamento dei dati personali e dopo adeguati informazione e colloquio;
- il donatore viene periodicamente sottoposto ad esami di controllo. In particolare, **ad ogni donazione**:
 - i test per le infezioni da virus dell'epatite B, C, per l'infezione del virus HIV e per la sifilide.
 - se indicato dal Centro Nazionale Sangue a questi esami possono esserne aggiunti altri, come ad esempio quello per la ricerca del West Nile Virus nella stagione estiva-autunnale;
 - l'emocromo, per la valutazione della composizione delle cellule del sangue.

Qualora questi test risultassero alterati, il donatore sarà informato ed eventualmente la donazione non verrà utilizzata.

Una volta all'anno il donatore viene sottoposto ad una serie di esami del sangue volti ad esplorare i principali indicatori dello stato di salute (screening annuale).

Alcuni esami possono risultare alterati a causa di abitudini alimentari scorrette; è il caso, ad esempio, delle transaminasi, che aumentano con facilità in seguito a pasti molto abbondanti, all'assunzione di eccessive quantità di grassi o di bevande alcoliche.

A volte gli esami di laboratorio, anche se estremamente accurati, non sono in grado di individuare le infezioni nella loro fase iniziale e nel caso di alcune malattie infettive i test possono diventare positivi diverso tempo dopo il contagio. E' importante, quindi, che il donatore riferisca al medico se si è trovato in situazioni di rischio infettivo come, ad esempio, rapporti con un/a nuovo/a partner, comportamenti sessuali ad alto rischio di trasmissione di malattie infettive, uso di sostanze stupefacenti, ma anche interventi chirurgici, esami endoscopici, cure odontoiatriche, soggiorni in paesi tropicali o equatoriali, contatto con persone affette da malattie infettive contagiose. Per ognuna di queste situazioni sono previsti dei periodi cautelativi di sospensione dell'attività di donatore, che verranno comunicati dal medico responsabile della selezione.

Il donatore può anche escludersi da solo (auto-esclusione) senza l'obbligo di fornire una giustificazione. Qualora volesse tornare a donare dovrà dichiarare al medico il motivo dell'auto-esclusione. Potrà quindi abbandonare il Centro Trasfusionale senza dover giustificare la sua scelta, parlare con il medico (ovviamente in assoluto rispetto del segreto professionale) per avere ulteriori chiarimenti o donare il sangue e chiedere subito dopo che la donazione non venga utilizzata.

Per lo stesso motivo è opportuno che il donatore comunichi tempestivamente al Centro Trasfusionale qualsiasi malattia insorta nei giorni successivi la donazione (ad esempio un mal di gola, influenza, diarrea, dolori addominali, nausea, vomito, mancanza di appetito).

E' bene ricordare che

- E' importante l'assunzione di liquidi sia prima che dopo la donazione.
- Il donatore **non deve essere rigorosamente a digiuno**. E' ammessa una leggera colazione prima di recarsi a donare il sangue: caffè o tè con poco zucchero, spremute di frutta e qualche biscotto secco.
- Al termine della donazione tenere ben premuto il cotone sulla sede di inserzione dell'ago per almeno 5 minuti. Attendere almeno altri 15 minuti prima di allontanarsi dal Centro Trasfusionale.
- Qualsiasi stato di malessere insorto sia durante che dopo la donazione va comunicato al personale del

Centro.

- Non assumere bevande alcoliche né grassi alimentari in modo eccessivo nei giorni che precedono la donazione:
- Compilare il questionario in modo veritiero e prima della donazione, in occasione della visita medica, comunicare:
 - eventuali sintomi, malattie o ricoveri recenti.
 - interventi chirurgici recenti.
 - i farmaci assunti, anche ormonali, e le vaccinazioni effettuate di recente.
 - le malattie infettive insorte nei familiari o nell'ambiente di lavoro, come ad esempio le malattie esantematiche dell'infanzia, l'influenza, etc.
 - viaggi in altri Paesi.
- Osservare i seguenti **periodi di sospensione dalle donazioni**:
 - 15 giorni dopo la guarigione in caso di mal di gola, raffreddore, diarrea, vomito, influenza, abbassamento di voce o altre malattie infettive simili.
 - 1 mese in caso di cure odontoiatriche, compresa la pulizia del tartaro.
 - 2 mesi se piccoli interventi chirurgici come, ad esempio, asportazione di nei, verruche, sutura di piccole ferite.
 - 3 mesi in caso di puntura di zecca.
 - 6 mesi in caso di soggiorno in zona ad endemia malarica.
 - 6 mesi in caso di vaccinazione antirabbica.
 - 6 mesi dopo un'interruzione di gravidanza e dopo il parto
 - 4 mesi in caso di
 - Rapporti con un nuovo/a partner, rapporti occasionali o a rischio di trasmissione di malattie infettive.
 - Esposizione accidentale al sangue o a strumenti contaminati da sangue.
 - Trasfusioni di sangue (ricevute) o di emocomponenti o terapie con plasmaderivati (ad es. immunoprofilassi antitetanica).
 - Interventi chirurgici di maggiore entità.
 - Tatuaggi.
 - Foratura di orecchie o piercing.
 - Agopuntura.
 - Manovre endoscopiche (come ad es. gastroscopia e colonscopia).

Vi ringraziamo per la collaborazione

Il Responsabile del Servizio Trasfusionale