

VADEMECUM DEL DONATORE

Requisiti Fisici:

- 1.**Età:** Compresa tra 18 e 65/70 anni (la prima donazione dopo i 60anni è a discrezione del medico)
- 2.**Peso:** Almeno 50Kg
- 3.**Stato di salute: Bisogna essere in buona salute**, in particolare non devi avere sintomi attivi o patologie croniche debilitanti in corso.

Esclusioni permanenti (Chi non potrà mai donare):

Si tratta di condizioni croniche o pregresse che rendono il sangue non idoneo o il prelievo pericoloso per il donatore:

- Malattie Autoimmuni: Se coinvolgono più organi (tranne alcune eccezioni come il morbo di Hashimoto , valutato dal medico).
- Malattie Cardiovascolari : Patologie gravi del cuore o dei vasi
- Malattie Infettive : Essere positivi a HIV,Epatite B o Epatite C e Sifilide. Anche convivenza con persone affette dalle suddette malattie infettive
- Tumori: Storia di neoplasie maligne (tranne alcuni casi specifici completamente guariti)
- Diabete insulino-dipendente : Chi assume insulina non può donare .
- Comportamenti a rischio : Uso di droghe per via endovenosa o rapporti sessuali ad alto rischio abituali.

Esclusioni Temporanee(Chi deve aspettare)

In molti casi , l'esclusione dura solo per un periodo limitato :

Situazione	Tempo di attesa
Tatuaggi o piecing	4 mesi dall'esecuzione
Interventi chirurgici	Da 1 a 4 mesi(dipende dall'entità)
Rapporti sessuali occasionali	4 mesi dall'ultimo rapporto
Gravidanza	12 mesi dopo il parto (6 mesi dopo un'interruzione)
Soggiorno in zona a rischio (es.zone a rischio malaria)	Da 1 a 6 mesi (dipende dalla zona)
Influenza o Febbre	Almeno 2 settimane dalla guarigione
Assunzione di farmaci	Variabile (es.1 settimana per antibiotici o aspirina)
Vaccini	Da 48 ore a 4 settimane (dipende dal tipo)
Convivenza con una persona affetta da una malattia infettiva	Da 2/4 settimane a 4 mesi (il medico trasfusionale valuterà il rischio)

NOTA BENE: Alcol (L'alcol influisce sulla qualità del sangue e sulla funzionalità del fegato)

- ✓ La sera prima : E' fondamentale non bere alcolici(o limitarsi a un bicchiere di vino/birra molto piccolo).

- ✓ La mattina della donazione : Devi essere completamente sobrio. Se hai i postumi di una sbronza o hai bevuto molto nelle ultime 24 ore i tuoi valori (come la transaminasi) risulteranno alterati e il sangue non potrà essere utilizzato.

Cannabis(erbe/fumo)

- ✓ Uso occasionale

Se ti sei fatto una canna qualche giorno fa , generalmente puoi donare. Tuttavia, molti centri trasfusionali richiedono una sospensione di almeno 14 giorni fino a 4 mesi dall'ultimo consumo.

- ✓ Uso abituale:

Se fumi quotidianamente potresti essere escluso temporaneamente o definitivamente . Il medico del centro valuterà se il tuo stile di vita permette una donazione sicura.

Fumo di nicotina (Sigarette tradizionali /Sigaretta elettronica):

E' fondamentale non fumare prima del prelievo.