
INDICE:

(numero capitolo e pagina. Cliccando sul numero pagina si viene inviati al capitolo)

Premessa	1
1. CHI PUO' DONARE	3
2. COME DIVENTARE DONATORE	4
3. LE DONAZIONI SUCCESSIVE	5
4. QUANTO E QUANDO DONARE	6
5. PRIMA DI OGNI DONAZIONE	7
6. TIPI DI DONAZIONE	7
7. DOVE DONARE	8
8. ALTRI ESAMI PERIODICI	8
9. LEGGI A TUTELA DEI DONATORI	9
10. Bibliografia:	9

Premessa

Lo scopo di questo scritto è di chiarire le idee a chi si appresta a diventare donatore di sangue. Non ha scopo scientifico e non è un trattato di medicina. Potrebbe contenere degli errori e imprecisioni. I termini medici sono stati per quanto possibile "tradotti". Alcune parti sono ispirate dall'esperienza quotidiana di chi accompagna i donatori nel loro percorso. Le procedure spiegate sono poi specifiche per l'ASL 15 Alta Padovana a cui noi facciamo riferimento. Non sono replicabili in toto in altri centri trasfusionali. La speranza è di essere chiari e utili.

Aggiornato al 30 luglio 2008.

1. CHI PUO' DONARE

Condizioni di base per il donatore :

- Età : compresa tra 18 anni e i 60 anni (per candidarsi a diventare donatori di sangue intero) , 65 anni (età massima per proseguire l'attività di donazione per i donatori periodici), con deroghe a giudizio del medico.
- Peso: deve essere superiore ai 50 Kg.
- Battiti cardiaci: compresi tra 50-100 battiti al minuto (anche con frequenza inferiore per chi pratica attività sportive).
- Pressione arteriosa: tra 110 e 180 mm di mercurio (Sistolica o MASSIMA) tra 60 e 100 mm di mercurio (Diastolica o MINIMA).
- Stato di salute : Buono.
- Stile di vita: Nessun comportamento a rischio. Alcuni esempi: lavoro in ambienti a stretto contatto con persone ammalate o comunque con cui c'è elevato rischio di contrarre malattie (ospedali, e similari). Comportamento sessuale con frequenti variazioni di partner o rapporti sessuali occasionali. Tossicodipendenze e alcolismo.
- Cause di esclusione permanente dall'idoneità alla donazione:
 - ❖ assunzione di droghe;
 - ❖ alcolismo;
 - ❖ rapporti sessuali ad alto rischio di trasmissione di malattie infettive (es. occasionali, promiscui, etc.);
 - ❖ epatite o ittero;
 - ❖ malattie veneree;
 - ❖ positività per il test della sifilide (TPHA o VDRL);
 - ❖ positività per il test AIDS (anti-HIV 1);
 - ❖ positività per il test dell'epatite B (HBsAg);
 - ❖ positività per il test dell'epatite C (anti-HCV);
 - ❖ rapporti sessuali con persone che ricadono in una delle voci di questo elenco.

2. COME DIVENTARE DONATORE

Chi vuole diventare donatore deve sottoporsi ad una visita medica di idoneità presso il centro trasfusionale dell'ospedale di Cittadella o Camposampiero (vedi orari nel paragrafo "Dove donare") avendo l'accortezza di seguire le stesse indicazioni previste per i donatori (Vedi paragrafo "Prima di ogni donazione") perché la prima donazione avviene contestualmente alla chiusura dell'iter delle visite e degli esami di idoneità, cioè nello stesso giorno.

- a) Adesione all'AVIS o altro ente mediante compilazione dei moduli appositi. (Non vengono accettati i donatori di sangue occasionali). Sottoscrizione della modulistica per la privacy dlgs 196 del 2003.
- b) Compilazione e sottoscrizione del questionario sanitario e comportamentale in cui le risposte devono essere vere e precise (Non ha senso dire le bugie per donare, si mette a rischio la propria salute e quella degli altri, cioè coloro che ricevono il sangue) In caso di dubbi o qualora non si capisca il significato delle domande lasciare in bianco le risposte e chiedere al medico spiegazioni. Questo questionario dovrà essere compilato ogni volta che si fa una donazione. E' il primo passo di ogni donazione.
- c) Visita medica di idoneità in cui viene compilata una cartella clinica contenente la storia sanitaria (anamnesi). Detta cartella verrà consultata contestualmente ad ogni donazione successiva e verrà aggiornata con gli esami periodici, le donazioni etc. **N.B. E' importante sottolineare che nella attuale impostazione amministrativa dei centri trasfusionali a cui l'AVIS Comunale di Campodoro fa riferimento qualora il candidato donatore risulti anche temporaneamente non idoneo alla donazione nelle fasi preliminari: colloquio – visita medica – esame del questionario, non si procederà agli esami successivi e alla compilazione della cartella clinica. Sicché una volta trascorso il periodo di sospensione il candidato donatore dovrà ripartire da zero con la procedura di creazione della cartella clinica (visita medica, analisi del sangue, elettrocardiogramma, raggi al torace). Gli esami, i raggi, l'elettrocardiogramma, la visita medica e la prima donazione di sangue vanno per forza effettuate presso le strutture ospedaliere di Cittadella o Camposampiero.**
- d) Contestualmente alla visita medica verrà effettuato un piccolo prelievo di sangue per valutare alcuni parametri base (emoglobina, piastrine etc.) che verranno valutati dal medico in seno alla visita stessa.
- e) Elettrocardiogramma e raggi al torace nella stessa mattinata. Gli esiti vengono valutati dal medico del centro trasfusionale che decide se procedere alla prima donazione.
- f) Se il donatore è idoneo viene fatta la prima donazione di sangue. Sul sangue donato vengono fatti esami più approfonditi che vengono inviati per posta al domicilio del donatore e inseriti in copia nella cartella clinica. Tra questi esami potrebbero esserci dei parametri alterati che potrebbero causare l'esclusione dalla donazione (cioè la dichiarazione che il donatore non può più donare) o la sospensione dalla donazione (cioè una non idoneità temporanea). Che può durare alcune settimane per arrivare anche ad un anno.
- g) Dopo la donazione o gli esami è vivamente consigliato consumare delle bevande e qualcosa di energetico possibilmente da seduti. E' sconsigliato fare sforzi fisici intensi o prolungati subito dopo la donazione (vivamente consigliato di evitarli anche nell'arco dello stesso giorno). I centri di ristoro sono presenti presso ogni struttura. Le bibite, caffè e quant'altro è a disposizione di chi ha fatto donazione o esami ed è completamente gratuita.

Una volta effettuato la prima donazione presso gli ospedali di Camposampiero o Cittadella il

donatore potrà recarsi a donare in uno dei tre presidi incluso quindi anche il centro di Campo San Martino (a cui l'AVIS di Campodoro fa riferimento). Dovrà comunque dichiarare quale dei tre centri verrà usato in prevalenza in modo che la cartella clinica venga depositata negli schedari del centro stesso (deve essere consultata ad ogni donazione dal medico). Attualmente è sconsigliabile cambiare continuamente il centro trasfusionale presso cui effettuare la donazione.

3. LE DONAZIONI SUCCESSIVE

Bisogna recarsi al centro trasfusionale a digiuno da almeno 8 ore (Si può bere acqua, un caffè o un tè non zuccherati) e compilare e sottoscrivere un questionario (link) in cui le risposte devono essere vere (Non ha senso dire le bugie per donare, si mette a rischi la propria salute e quella degli altri, cioè coloro che ricevono il sangue). In caso di dubbi o qualora non si capisca il significato delle domande lasciare in bianco le risposte e chiedere al medico spiegazioni.

Compilare il modulo di rimborso spese di viaggio (Previsto solo nei centri trasfusionali di Cittadella, Camposampiero e per l'unità di Campo San Martino).

Effettuare il prelievo di controllo del sangue (emoglobina etc).

Effettuare la visita medica con contestuale verifica della pressione arteriosa, frequenza cardiaca, rispostedate nel questionario, fatti rilevanti intercorsi dall'ultima donazione, verifica dello stato di salute generale del donatore.

Donazione: Sangue o Plasma (NB la donazione di plasma va prenotata telefonicamente presso la struttura in cui viene effettuata. E' vivamente consigliato per chi dona plasma presentarsi all'orario convenuto durante la prenotazione).

Ristoro. Dopo la donazione o gli esami è obbligatorio consumare delle bevande e qualcosa di energetico possibilmente da seduti. E' sconsigliato fare sforzi fisici intensi o prolungati subito dopo la donazione (vivamente consigliato di evitarli anche nell'arco dello stesso giorno). I centri di ristoro sono presenti presso ogni struttura. Le bibite, caffè e quantaltro è a disposizione di chi ha fatto donazione o esami ed è completamente gratuita.

4. QUANTO E QUANDO DONARE

L'intervallo minimo tra una donazione di sangue intero e l'altra è di 90 giorni. Tra una donazione di sangue e una di plasma è di 20 giorni circa. Tra due donazioni di plasma 20 giorni circa.

La frequenza annua delle donazioni è di circa 4 volte l'anno per gli uomini e 2 volte l'anno per le donne.

Il donatore non è una macchina, il medico valuta le condizioni di salute e anche le condizioni fisiche del donatore (costituzione fisica etc). Per cui paradossalmente alcuni donatori possono donare anche più di 4 volte e altri meno. Queste condizioni possono anche variare nel corso del tempo per ogni singolo donatore. Ecco perché il medico visita il donatore prima di ogni donazione.

Il prelievo di sangue intero è assolutamente innocuo per il donatore e ha una durata di circa **5-8 minuti**. Il volume massimo di sangue prelevato, stabilito per legge, è uguale a **450 centimetri cubici +/- 10%**.

Il prelievo di plasma dura invece all'incirca **40 minuti**. Il volume prelevato di plasma è uguale a quello di sangue.

Il tipo di donazione è scelto dal medico del centro trasfusionale.

Quando ci si reca a donare non bisogna avere fretta. Tutta la procedura: compilazione moduli, esame preliminare del sangue, misurazione della pressione, colloquio e visita medica, donazione, ristoro durano all'incirca tre o più ore. Quindi si perde all'incirca la mattinata, metterlo in preventivo quando si decide di andare a donare.

E' consigliabile evitare di arrivare agitati, con i minuti contati e di pretendere di fare direttamente la donazione e di andarsene subito.

Se vi sono delle lagnanze da fare contattare il personale AVIS di riferimento del gruppo. Nulla è perfetto.

Ad ogni donazione il donatore e il sangue prelevato vengono sottoposti ai seguenti esami:

- a) esame emocromocitometrico completo ;
- b) transaminasi ALT con metodo ottimizzato ;
- c) sierodiagnosi per la Lue ;
- d) HIVAb 1-2 (per l'AIDS);
- e) HBsAg (per l'epatite B);
- f) HCVAb e costituenti virali (per l'epatite C);
- g) Conferma del gruppo sanguigno (AB0) e del fattore Rh;
- h) Alla prima donazione vengono determinati:
 - ABO, Fenotipo RH completo, Kell.
 - Ricerca anticorpi irregolari Anti-eritrociti

I donatori referenti ai centri di Camposampiero, Cittadella e Campo San Martino ricevono a casa per posta gli esiti completi una volta all'anno (alla prima donazione utile nell'anno solare).

Qualora vi fossero dei valori del sangue irregolari gli esami vengono inviati a casa del donatore per posta. In calce agli esiti il medico del centro trasfusionale annota le indicazioni del caso. In questi casi è consigliato recarsi dal proprio medico curante o, nei giorni di apertura dei centri trasfusionali recarsi a fare un colloquio con il medico del centro. Qualora gli esami rilevassero delle patologie "importanti" il donatore viene contattato telefonicamente. Per questo è consigliato in fase di compilazione della cartella clinica (prima donazione) dare un numero di telefono che sia raggiungibile e che possibilmente non cambi nel corso degli anni. Se si cambia numero segnalarlo al personale quando si va al centro trasfusionale a donare.

Gli esami effettuati dal centro trasfusionale sono completamente gratuiti. Nessun onere è a carico del donatore.

5. PRIMA DI OGNI DONAZIONE

Questo elenco non è tassativo né completo. E' un'indicazione generale e di massima. E' il medico che valuta di volta in volta la situazione clinica del paziente.

Capita di vedere dei donatori che vogliono donare a tutti i costi o che riferiscono che in altri centri trasfusionali le regole sono diverse. Può succedere. Ma lasciamo al medico svolgere la sua funzione: tutelare salute e riservatezza del donatore e del ricevente.

- 1) Rimanere a digiuno per almeno 8 ore prima della donazione (si può bere acqua, caffè o the non zuccherati);**
- 2) Non avere malattie di qualsiasi tipo in corso, incluso il raffreddore, mal di gola, la tosse, allergie. Bisogna essere in buona salute;**
- 3) Non aver assunto aspirina o similari negli ultimi tre giorni. In caso di dubbi, se si assumono farmaci, anche omeopatici, portarseli al seguito per farli vedere al medico.**
- 4) Non aver assunto negli ultimi 15 giorni: antibiotici, vaccinazioni antinfluenzali etc;**
- 5) Non aver effettuato negli ultimi tre mesi presso studi dentistici, pulizie dentarie, estrazioni dentarie, interventi, installazione di apparecchi etc;**
- 6) Non aver effettuato negli ultimi sei mesi tatuaggi, piercing, agopunture.**
- 7) Non aver subito interventi chirurgici (anche suture per ferite) negli ultimi tre - sei mesi. (valuta il medico);**
- 8) Non aver subito endoscopie negli ultimi tre -sei mesi (valuta il medico);**
- 9) Per le donne: almeno un anno dalla fine dell'allattamento. (assolutamente no durante la gravidanza);**
- 10) Per le donne: essere all'incirca metà del ciclo mestruale;**
- 11) Indicazioni generali: è consigliabile evitare nei giorni precedenti la donazione o nell'imminenza della stessa di effettuare pasti eccessivamente ricchi e bevute di alcolici altrettanto abbondanti.**

Questo elenco non è tassativo né completo. In caso di dubbi si può telefonare al centro trasfusionale e chiedere chiarimenti al medico.

6. TIPI DI DONAZIONE

Il tipo di donazione non viene scelto dal donatore ma dal medico che guarda i valori del sangue e lo stato di salute del donatore. A parte casi particolari le donazioni possono essere:

- a) Sangue intero
- b) Plasma.

7. DOVE DONARE

- a) Ospedale di Camposampiero:** da lunedì a sabato orario 7.30 - 9.30. Prima e terza domenica del mese ore 7.30 - 9.30; Telefono 049.9324852, e-mail: trasfusionale_csp@ulss15.pd.it; <http://www.ulss15.pd.it/pagina.php?id2=17&id=94&id3=94>
- b) Ospedale di Cittadella:** da lunedì a sabato orario 7.00 - 9.30. Seconda e quarta domenica del mese ore 7.00 - 9.30; Telefono 049.9424877; e-mail: trasfusionale_cit@ulss15.pd.it ; <http://www.ulss15.pd.it/pagina.php?id2=18&id=129&id3=129>
- c) Punto raccolta di Campo San Martino, "Villa Breda" ex ospedale, via Forese n.57.** Solo seconda e quarta domenica del mese ore 7.30 - 9.30. Telefono 049.5590895 (solo le domeniche in cui c'è la raccolta)

8. ALTRI ESAMI PERIODICI

Periodicamente poi i donatori devono sottoposti all'elettrocardiogramma (ECG) e fare i raggi al torace.

Elettrocardiogramma (ECG). Recarsi con la richiesta rilasciata dal medico del centro trasfusionale (un modulo in formato A4, in genere) direttamente presso gli ospedali di Camposampiero o Cittadella. Senza prenotare e consegnando il foglio al personale preposto del reparto. L'esito dell'esame viene inserito direttamente nella cartella clinica.

Oppure recarsi al presidio di Piazzola sul Brenta, previa telefonata di preavviso al n. 049.96.97.111 specificando che la richiesta di elettrocardiogramma è dell'AVIS (non serve l'impegnativa del medico curante ne prenotazione al centro unico di prenotazione di Cittadella)

Raggi al torace. Recarsi con la richiesta rilasciata dal medico del centro trasfusionale (un modulo in formato A4, in genere) direttamente presso gli ospedali di Camposampiero o Cittadella. Senza prenotare e consegnando il foglio al personale preposto del reparto. L'esito dell'esame viene inserito direttamente nella cartella clinica.

In ogni caso fatto l'esame non serve interessarsi per il referto che viene mandato direttamente e automaticamente al centro trasfusionale di riferimento (Dove c'è la cartella clinica).

Per i donatori maschi con più di 50 anni L'AVIS, in accordo con L'ASL 15 effettua gratuitamente l'esame del PSA (E' un indicatore per rilevare l'eventuale presenza di patologie alla prostata). Detto esame viene fatto su richiesta del donatore una volta all'anno. L'esito dell'esame viene inviato per posta al domicilio del donatore.

Gli esami periodici sono gratuiti.

9. LEGGI A TUTELA DEI DONATORI

I lavoratori dipendenti (pubblici e privati) hanno diritto ad un giorno di riposo pagato coincidente con il giorno stesso della donazione (se lavorativo). Bisogna chiedere contestualmente alla compilazione dei moduli il rilascio dell'attestazione da consegnare al datore di lavoro.

10. Bibliografia:

AVIS nazionale: www.avis.it

Asl 15 Alta Padovana: www.ulss15.pd.it

Società italiana di medicina trasfusionale e immunoematologia: www.transfusionmedicine.org