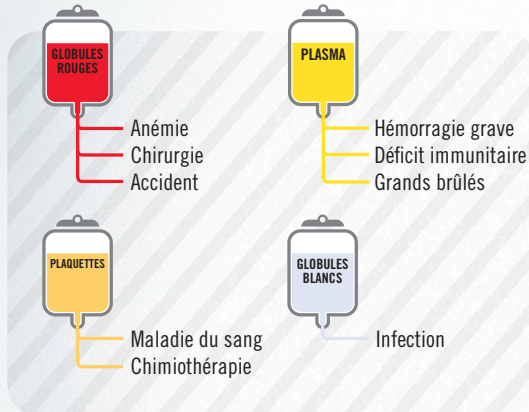


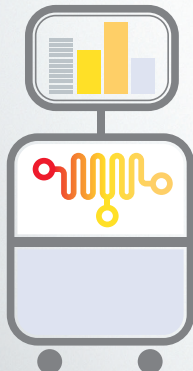
## Le saviez-vous?

### Les produits transfusés varient selon l'état du malade



Lors d'un don de **sang total**, le sang est prélevé tel quel et séparé en ses différents composants en laboratoire.

### Une technologie qu'on appelle **aphérèse** permet de prélever uniquement les composants sanguins désirés



Lors d'un don par **aphérèse**, le sang est séparé au fur et à mesure du prélèvement par une machine qui récupère uniquement les composants sanguins désirés (plasma, plaquettes, globules blancs ou globules rouges) et retourne les autres au donneur.

Ce type de don se fait dans un Centre des donneurs de sang GLOBULE ou un Salon des donneurs de plasma PLASMAVIE.

Pour en savoir plus :

[www.hema-quebec.qc.ca](http://www.hema-quebec.qc.ca), section *Sang* > *Donneurs de sang* > *Types de don*.



### Utilisation des dons et des renseignements personnels

Les produits prélevés servent à la transfusion ou à la fabrication de médicaments. En de rares occasions, ils peuvent aussi servir à des fins d'enseignement, de contrôle de la qualité du produit (en médecine transfusionnelle) ou d'aide internationale.

Les renseignements recueillis sur les donneurs, dont les résultats de tests, sont conservés de manière confidentielle, selon la loi. Il est possible de consulter son dossier et, au besoin, de le faire rectifier.

Dans le but d'une amélioration constante des connaissances dans le domaine du sang, Héma-Québec peut utiliser les renseignements recueillis sur les donneurs à des fins d'études, de recherches et de statistiques ou pour communiquer avec eux.



# Don de Sang

CE QU'IL FAUT SAVOIR

À lire avant le don



#### POUR PLUS D'INFORMATION

1 800 847-2525  
[www.hema-quebec.qc.ca](http://www.hema-quebec.qc.ca)



# Ce qu'il faut savoir...

➤ SUR LE DON DE SANG TOTAL



Durée approximative du prélèvement : 10 à 15 min

Intervalle entre les dons : 56 jours

Poids requis : plus de 50 kg/110 lb



## AVANT LE DON

➤ Boire un minimum de 500 ml d'eau ou de jus et s'assurer de bien manger en évitant les aliments gras (ex. : bacon, aliments frits, etc.).

➤ Répondre à des questions sur :

- l'état de sa santé;
- les activités à risque liées aux maladies transmissibles.

➤ Accepter qu'Héma-Québec vérifie :

- sa pression artérielle;
- sa température;
- son taux d'hémoglobine<sup>1</sup>.

➤ Signer un consentement au don.



## APRÈS LE DON

➤ Se reposer et boire 500 ml d'eau ou de jus.

➤ Garder le pansement qui recouvre le site de ponction pendant six heures.

➤ Éviter toute activité physique intense pendant six à huit heures. Le don de sang peut nuire à la performance d'activités physiques intenses durant quelques jours.

➤ En cas de faiblesse : s'asseoir et placer la tête entre les genoux ou s'allonger avec les jambes surélevées pendant quelques minutes. Selon la nature du travail ou du sport auquel le donneur s'adonne, il peut avoir besoin d'un délai additionnel avant de retourner à ses activités (ex. : chauffeur d'autobus, opérateur de machinerie lourde, etc.).



## Tests effectués

Héma-Québec analyse tous les dons de sang qu'elle prélève afin de détecter les maladies transmissibles par le sang :

- hépatites B et C;
- virus du lymphome humain à cellules T (HTLV I/II);
- syphilis;
- virus de l'immunodéficience humaine (VIH);
- virus du Nil occidental (VNO) :
  - ce test est fait systématiquement en saison épidémiologique; en dehors de cette période, il n'est effectué que si le donneur a voyagé à l'extérieur du Canada au cours des 56 derniers jours;
- maladie de Chagas :
  - ce test sera effectué si le donneur, sa mère et/ou sa grand-mère maternelle sont nés dans un pays latino-américain (incluant le Mexique) ou si le donneur y a séjourné 30 jours consécutifs ou plus.

Il peut y avoir des situations pour lesquelles ces tests ne sont pas effectués (ex. : échantillon endommagé). Dans ce cas, le don est détruit sans autre analyse.

### Dans le cas d'un résultat anormal :

- le don est détruit;
- le donneur est avisé et ses résultats sont conservés de façon confidentielle, mais partagés avec la Société canadienne du sang, pour indiquer la période durant laquelle il ne peut plus donner;
- un résultat positif sera signalé à la direction régionale de la santé publique, dans les cas où la loi l'exige.

### Autres analyses réalisées :

- groupes sanguins (ABO, Rh et, au besoin, autres groupes);
- cytomégalovirus (CMV), selon les besoins;
- culture bactérienne des plaquettes;
- type d'hémoglobine, le cas échéant.

## À tout moment, le donneur peut changer d'avis et décider de ne pas donner.



## Activités à risque et tests de dépistage

Les relations sexuelles<sup>1</sup> ou le partage d'aiguilles ou de seringues peuvent contribuer à la propagation des virus transmissibles par le sang.

Malgré la bonne performance des tests de dépistage, il existe une période au cours de laquelle, même si le donneur se sent bien et qu'un test de dépistage du VIH et des hépatites B et C s'avère négatif, il peut avoir été infecté récemment et donc transmettre ces virus à une personne qui recevrait un produit obtenu à partir de son don.

Le donneur doit aviser Héma-Québec immédiatement s'il pense, pour quelque raison que ce soit, que son sang ne doit pas être transfusé à un patient.

Un lieu de collecte n'est pas l'endroit pour faire un bilan de santé ni pour subir un test de dépistage du VIH ou des hépatites B et C.

## Effets indésirables

EFFETS INDÉSIRABLES	SIGNES ET SYMPTÔMES (non exhaustifs)	FRÉQUENCE
Ecchymose (bleu) au site de ponction		Occasionnel
Douleur ou engourdissement au bras	Habituellement de courte durée	Occasionnel
Nausée, vomissement, évanouissement		Occasionnel
Fatigue le lendemain du don		Occasionnel
Inflammation d'une veine du bras (phlébite superficielle)	Douleur, chaleur, rougeur	Très rare
Diminution de la réserve en fer (ferritine) <sup>2</sup>	Goût anormal pour certaines substances comme la glace, fatigue, diminution de l'endurance, troubles de la mémoire et de l'humeur	Plus susceptible de survenir chez les donneurs fréquents

<sup>1</sup> L'expression « relations sexuelles » se rapporte aux actes suivants avec ou sans condom ou autre moyen de protection : pénétration vaginale (contact du pénis et du vagin), relations buccogénitales (contact de la bouche ou de la langue et du vagin, du pénis ou de l'anus) et pénétration anale (contact du pénis et de l'anus).

<sup>2</sup> À chaque don, Héma-Québec vérifie l'hémoglobine, mais pas la réserve de fer. Le don (incluant le prélèvement des échantillons) peut entraîner une perte en fer et cela peut prendre plusieurs semaines avant que cette perte ne soit remplacée par l'organisme. Le donneur doit avoir une alimentation riche en fer pour compenser. Pour plus d'information, veuillez lire le dépliant « À propos du fer » ou consulter le site Web d'Héma-Québec : section Sang > Savoir plus > Don de sang et réserve de fer. Les donneurs fréquents de sang total (trois dons ou plus par an pour les hommes ou deux dons ou plus par an pour les femmes) doivent :

- parler à leur médecin concernant la possibilité de faire vérifier l'état de leur réserve de fer par un test de la ferritine;
- considérer l'utilisation de suppléments de fer en se faisant conseiller par leur médecin ou leur pharmacien. Une dose de fer élémentaire variant entre 19 et 45 mg par jour pour 12 semaines après un don pourrait être suffisante.

<sup>1</sup> L'hémoglobine est une protéine contenant du fer qui se trouve à l'intérieur des globules rouges.