



possibile una variazione del 10%). **La donazione dura dai 7 ai 12 minuti.** Contemporaneamente **vengono prelevati anche i campioni di sangue da inviare al laboratorio.** La procedura viene effettuata con **materiale sterile e monouso.** **Al termine del prelievo** e dopo un breve **periodo di osservazione**, il donatore può **recarsi nell'area apposita per il ristoro.** I donatori con **rapporto di lavoro dipendente** hanno diritto ad astenersi dal lavoro per **l'intera giornata** in cui effettuano la donazione. Per questo può essere rilasciato, **su richiesta**, il **certificato.**

### COSA FARE PRIMA E DOPO?

**Il giorno della donazione** è consigliabile effettuare una colazione leggera con caffè o the' moderatamente zuccherati ed eventualmente qualche biscotto secco o fetta biscottata. Bere sempre acqua.

**Devono essere evitati cibi grassi, dolciumi, latte o altri prodotti da esso derivati.**

**Dopo la donazione** per l'intera giornata **non** effettuare **attività sportiva intensa** o **lavori particolarmente pesanti.**

### CONTATTI E APPUNTAMENTI

Centro trasfusionale e donazione sangue

Area Nord, Blocco Nord, Settore A, Piano terra

**Direttore:** Silvano Rossini

**Coordinatrice infermieristica:** Giovanna Rita Fiore

**Donazioni di sangue:** lun-ven: 8.00 - 12.00

**Appuntamenti:**

- **on line:** direttamente dalla pagina "Donazioni sangue" del sito [www.ospedaleniguarda.it](http://www.ospedaleniguarda.it)
- **tel.** 02 6444. 3891/lun-ven: 14.00-15.00
- **mail:** [donatorisangue@ospedaleniguarda.it](mailto:donatorisangue@ospedaleniguarda.it)

Aggiornamento agosto 2023  
Mod 02782 rev 5  
a cura di: Comunicazione  
[comunicazione@ospedaleniguarda.it](mailto:comunicazione@ospedaleniguarda.it)

ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda  
P.zza Ospedale Maggiore, 3  
20162 Milano  
Tel. 02 6444.1 - Fax 02 6420901

## Donare sangue: perchè e come

**Ogni giorno**, 7 giorni su 7, a Niguarda circa **60 pazienti** hanno bisogno di una trasfusione di sangue per poter eseguire le terapie necessarie, per sottoporsi ad un intervento chirurgico o per essere assistiti nei casi di urgenza al Pronto Soccorso.

**Ogni giorno** per curare questi pazienti **occorre l'aiuto di 60 donatori.**

La donazione è anonima, volontaria e non retribuita.

## COSA OCCORRE?

- Avere **la cittadinanza italiana o il permesso di soggiorno da oltre 2 anni** e avere una buona comprensione della lingua italiana;
- presentare la carta di identità e la tessera sanitaria;
- avere tra i **18 ed i 60** anni in caso di prima donazione (chi è già donatore può superare il limite dei 65 anni in relazione allo stato di salute e alla valutazione cardiologica);
- avere un **peso non inferiore a 50 kg** (qualsiasi sia la statura o la costituzione);
- **non avere il ciclo mestruale in corso** (è consigliato lasciar trascorrere almeno 1 settimana dalla fine del ciclo);
- avere valori di **emoglobina non inferiori a 12,5 g/dl nelle donne e 13,5 g/dl negli uomini**;
- **non soffrire** di malattie croniche (diabete, malattie autoimmuni, tumori maligni, etc.);
- **non avere mai avuto** Epatite B, C, sifilide, comportamenti a rischio di malattie trasmissibili sessualmente e non avere fatto uso di sostanze stupefacenti; le infezioni da Epatite A sono da rivalutare dopo la guarigione clinica e la valutazione degli esami;
- non aver avuto **malattie nelle ultime due settimane** anche se di lieve entità (influenza, bronchite, polmonite, herpes labiali, etc.);
- **non aver assunto farmaci** come antidolorifici e acido acetil salicilico o altri antinfiammatori nell'ultima settimana, o antibiotici e antibatterici nelle ultime 2 settimane. Non pregiudicano la donazione la pillola anticoncezionale e i preparati vitaminici;
- **non** essere stati **sottoposti a interventi** chirurgici negli ultimi 4 mesi;
- **non** essersi sottoposti a **cure odontoiatriche**

nell'ultimo mese.

- **non** aver effettuato **esami endoscopici** negli ultimi 4 mesi (gastroscoopia, colonscoopia, artroscopia, broncoscoopia etc.). Se sono stati effettuati prima, portare il referto;
- **non** aver avuto **parti o interruzioni** di gravidanza negli ultimi 6 mesi;
- **non** aver fatto **tatuaggi**, agopuntura, fori ai lobi, piercing negli ultimi 4 mesi;
- **non aver effettuato viaggi** o soggiorni in **zone tropicali** o in zone malariche negli ultimi 6 mesi;
- **non** aver soggiornato nel **Regno Unito** per più di 6 mesi (nel totale dei soggiorni) dal 1980 al 1996 e non essere stati trasfusi nel Regno Unito;
- **non** aver **effettuato allenamenti pesanti** o sport intenso nelle 24 ore precedenti la donazione;
- **non devono essere passati più di 2 anni dall'ultima donazione**; devono essere trascorsi dall'ultima donazione di sangue **90 giorni per gli uomini e 180 giorni per le donne fertili** e 30 giorni dall'ultima donazione di plasma;
- **portare** qualsiasi **documentazione** sanitaria precedente (relazioni di dimissioni, relazioni cliniche ambulatoriali, cartelle cliniche per interventi pregressi, eventuali esami del sangue o strumentali eseguiti in passato, etc.).

## APPUNTAMENTO

**Per ridurre il tempo di attesa** e permettere la migliore gestione della donazione, è importante **prendere appuntamento indicando preferenze di giorno e ora**.

(Vedi il paragrafo Contatti e appuntamenti).

In caso di impossibilità a venire all'appuntamento si prega di avvisare.

## DOVE ANDARE?

Il candidato alla donazione munito di documento d'identità e tessera sanitaria, deve effettuare la registrazione al Centro trasfusionale e donazione sangue recandosi **al punto Accoglienza - (Area Nord, Blocco Nord, Settore A, piano terra)**.

## E L'ASPIRANTE DONATORE?

L'aspirante donatore deve recarsi al Centro **una prima volta per una visita di idoneità che comprende**: la compilazione di un questionario anamnestico, una visita medica e un prelievo di sangue per indagini analitiche; un colloquio informativo sui comportamenti a rischio di trasmissioni di infezioni, sulle tecniche del prelievo e sui possibili effetti collaterali. Portare, se disponibili, un elettrocardiogramma o un certificato sportivo recenti. In un accesso successivo, su appuntamento, verrà effettuata la prima donazione.

## IN COSA CONSISTE LA DONAZIONE

Presso il Centro il donatore viene accolto dal personale amministrativo e invitato a **compilare (ad ogni accesso) la documentazione fornita** all'atto della registrazione.

Inizialmente un infermiere effettua la **digitopuntura** per la **rilevazione del valore dell'emoglobina** (prelievo di sangue capillare dal dito) segue quindi la visita medica.

**Prima di ogni donazione il medico responsabile della selezione stabilisce l'idoneità** del donatore in base alla raccolta dei dati anamnestici (nel rispetto delle indicazioni previste del D.M. 2 novembre 2015), visita medica e rilevazione dei parametri vitali (pressione arteriosa e frequenza cardiaca). A questo punto il donatore viene **fatto accomodare in poltrona per iniziare la donazione** che consiste nel prelievo di un volume di sangue intero di circa **450 ml** (è