

GUIDA PER IL DONATORE DI SANGUE DEL POLICLINICO

www.donatoriamici.it



Fondazione IRCCS Ca' Granda
Ospedale Maggiore Policlinico

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia



Amici del Policlinico
Donatori di Sangue ODV

Responsabile progetto editoriale

Alessandra Berzuini¹

Coordinamento

Luisa Stea¹

Gruppo di redazione

Alessandra Berzuini¹, Elena Costantini¹, Lisa Giupponi², Luisa Stea¹

Grafica

Daniela Graia²

Verifica

Gianfranco Contino², Elisa Erba¹, Barbara Nardi^{1,2}, Anna Parravicini²

Approvazione

Girolamo Sirchia², Daniele Prati¹

¹Centro Trasfusionale - Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico

²Associazione Amici del Policlinico Donatori di Sangue ODV

INTRODUZIONE

C'è un sottile fil rouge che lega il donatore in piena salute al paziente che riceve la trasfusione.

Il donatore e il paziente non si conoscono, c'è una specie di abisso che sembra separarli: il primo è in piena salute e vive una vita in mezzo agli altri, il secondo ha perso il benessere e dipende dagli altri.

Eppure diventano fratelli, perché sono legati dalla forza vitale del sangue.

Cosa è più meraviglioso di un dono che regala energia, benessere e speranza a chi l'ha persa? Cosa è più bello del sorriso delle persone care che assistono il paziente e lo vedono rifiorire?

Il sangue è il dono più prezioso.



Girolamo Sirchia



Daniele Prati



Alessandra Berzuini

Le informazioni contenute nel presente opuscolo, sono state ricavate dal documento 'Informativa per i Donatori' (P.01.515-V.IO.01. All 3 rev. 3 del 24.01.2022) del Centro Trasfusionale.

INDICE

PAG. 7	LA DONAZIONE DI SANGUE IN 10 PUNTI
PAG. 13	LA PREVENZIONE DELLE REAZIONI VASOVAGALI
PAG. 15	LA PREVENZIONE DEGLI EMATOMI POST-DONAZIONE
PAG. 17	I CONSIGLI GENERALI PER UNA BUONA DONAZIONE
PAG. 18	LE SOSPENSIONI TEMPORANEE DALLA DONAZIONE
PAG. 21	LE SOSPENSIONI DEFINITIVE DALLA DONAZIONE

LA DONAZIONE DI SANGUE IN 10 PUNTI

1. MOTIVAZIONE ALLA DONAZIONE DI SANGUE

La donazione di sangue è un atto volontario, non retribuito, che si può effettuare presso questo Centro Trasfusionale sulla base di motivazioni personali e dell'idoneità espressa dal medico che effettua la visita.

2. LA DONAZIONE DI SANGUE

All'arrivo presso il Centro Trasfusionale il donatore viene accolto dalla **Segreteria** per l'identificazione anagrafica, per la quale è necessario esibire un documento d'identità in corso di validità. Successivamente viene chiamato in ambulatorio per la valutazione dei requisiti previsti dalla normativa vigente:

- età compresa tra 18 e 60 anni (prima donazione) o 65 per i donatori periodici (la donazione di sangue intero da parte di donatori periodici di età superiore ai 65 anni, fino a 70, può essere consentita previa valutazione clinica dei principali fattori di rischio età-correlati);
- peso superiore a 50 kg;
- livello emoglobina: uomini $\geq 13,5$ g/dL; donne $\geq 12,5$ g/dL;
- pressione massima (sistolica) ≤ 180 mmHg;
- pressione minima (diastolica) ≤ 100 mmHg;
- frequenza cardiaca regolare, compresa tra 50 e 100 battiti/minuto.

Al termine di questa prima valutazione, vengono consegnati i documenti di consenso alla donazione, al trattamento dei dati personali e il questionario anamnestico per la valutazione dell'idoneità. Questi documenti devono essere compilati prima della visita medica.

Il percorso prosegue con la **visita medica**:

- valutazione della storia clinica ed esame obiettivo;
- verifica della corretta compilazione della documentazione sanitaria;
- giudizio di idoneità.

Se il donatore non fosse idoneo (non idoneità temporanea o permanente - vedi paragrafi specifici) il medico del Centro Trasfusionale sospende la donazione e prescrive le indagini e i trattamenti più appropriati.

Se il donatore è idoneo viene fatto accomodare in sala d'attesa per la donazione e successivamente chiamato dall'infermiera. La donazione consiste in un prelievo di 450 mL ($\pm 10\%$) di sangue intero con l'utilizzo di materiale sterile monouso (ago e sacche), previa appropriata disinfezione della cute. Il prelievo dura mediamente 10 minuti. In questa occasione viene prelevato anche il sangue per l'esecuzione dei test di legge.

Il percorso completo, dal momento dell'accesso fino al prelievo, **dura mediamente 2 ore** e coinvolge personale medico, infermieristico, amministrativo e volontari dell'Associazione Amici del Policlinico.

Gli esami prescritti al momento della donazione permettono di:

- confermare l'idoneità del sangue donato alla trasfusione;
- valutare lo stato di salute del donatore;

I referti degli esami effettuati sono resi disponibili sul Fascicolo Sanitario Elettronico regionale, visibile anche al Medico di Medicina Generale.

La donazione di sangue intero può essere effettuata ogni 90 giorni, per un massimo 4 volte l'anno. Le donne in età fertile possono donare 2 volte l'anno.

3. LA DONAZIONE DI PIASTRINE O PLASMA

In alternativa al sangue intero è possibile donare le piastrine, mediante la procedura di piastrinoafèresi, oppure plasma e piastrine mediante la procedura di plasma-piastrino afèresi. Il donatore di piastrine mediante afèresi deve possedere, oltre ai requisiti previsti per l'idoneità alla donazione di sangue, un conteggio piastrinico non inferiore a $250 \times 10^9/L$ e i test coagulativi nella norma.

Il numero massimo consentito di piastrinoafèresi è di 6 all'anno

e l'intervallo minimo consentito tra due piastrinoaferesi è di 14 giorni; l'intervallo minimo tra una donazione di sangue intero ed una piastrinoaferesi è di 30 giorni. Queste procedure durano mediamente 60 minuti e prevedono una raccolta non inferiore ai 450 mL e non superiore a 700 mL.

4. LA LAVORAZIONE DEL SANGUE DONATO

Dal sangue vengono ottenuti i singoli **emocomponenti**: globuli rossi, piastrine e plasma, che possono essere utilizzati in tempi diversi e su pazienti diversi. Gli emocomponenti vengono prevalentemente utilizzati ad uso trasfusionale, o per uso topico in diversi ambiti medici specialistici e chirurgici.

Le piastrine vengono conservate per un massimo di 5 giorni, i globuli rossi di 42 giorni e il plasma, essendo congelato immediatamente dopo la donazione, fino a 2 anni.

Dal plasma vengono prodotti gli emoderivati, costituiti da concentrati delle singole frazioni proteiche plasmatiche. Sotto il coordinamento di AREU (Azienda Regionale Emergenza Urgenza-Lombardia), parte delle unità di plasma raccolte vengono inviate alle industrie accreditate per la produzione di farmaci salvavita (plasmaderivati) tra i quali i fattori della coagulazione, le immunoglobuline, l'albumina. Questi farmaci vengono restituiti al nostro Ospedale senza costi.

Gli emocomponenti risultati non idonei alla trasfusione (ad esempio donatore con parametri di laboratorio alterati) possono essere utilizzati per l'implementazione di nuove metodiche in ambito trasfusionale e per i controlli di qualità.

Il Centro Trasfusionale è parte della Fondazione IRCCS (Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico) Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico. Eventuali prelievi finalizzati a progetti di ricerca scientifica vengono effettuati unicamente previo l'ottenimento del **consenso informato** da parte del donatore.

5. BENEFICI ATTESI La donazione è un atto volontario destinato a portare un importante beneficio alla salute dei pazienti/riceventi affetti da anemia congenita o secondaria (traumi, interventi chirurgici, emorragie, trapianti, chemioterapie, leucemie). Anche i donatori traggono beneficio dal loro gesto, poiché la visita medica e i controlli di laboratorio (volti ad evidenziare patologie e/o fattori di rischio), rappresentano periodici momenti di verifica del proprio stato di salute. È importante sapere che per alcuni virus trasmissibili con il sangue (HBV, HCV, HIV) può esistere un periodo, denominato **Fase Finestra**, durante il quale una infezione iniziale, e quindi trasmissibile con il sangue donato, non è ancora evidenziabile dagli esami di laboratorio. La fase finestra sta alla base dei periodi di sospensione

Esami di controllo effettuati sul donatore

Ad ogni donazione

- Emocromo
- Esami sierologici e molecolari per epatite B, C, HIV, sifilide
- ALT

A cadenza annuale

- Colesterolo totale, HDL e non-HDL
 - Trigliceridi
 - Glicemia
 - Creatinina
 - Ferritina
 - AST
 - γ GT
-

Alla prima donazione

- Anti-HBc
 - Elettroforesi delle sieroproteine
-

Donatore di plasma-piastrine

Ad ogni donazione viene verificata la normalità dei test coagulativi (PT e aPTT) e l'elettroforesi delle sieroproteine

Esami subordinati alla esposizione del donatore a rischio infettivo (stagionalità, provenienza, viaggi)

- West Nile Virus secondo indicazioni Centro Nazionale Sangue
 - Malaria
 - Trypanosoma cruzii
-

applicati a seguito di determinati comportamenti (nuovo partner, tatuaggi, immunoglobuline, ecc.) avvenuti nei 4 mesi precedenti.

Al fine di garantire al paziente una trasfusione sicura è necessario identificare gli antigeni sui globuli rossi del donatore (**tipizzazione eritrocitaria**).

Quando la tipizzazione evidenzia che il donatore possiede un sangue di tipo non comune, le unità di sangue identificate come rare possono essere conservate allo stato congelato presso il Centro Trasfusionale fino al momento dell'utilizzo o fino ai termini consentiti dalla legge vigente (per 10 anni) a scopo trasfusionale.

In questo caso, al momento dell'utilizzo, le unità di globuli rossi saranno scongelate secondo i protocolli tecnici in uso presso il laboratorio Emocomponenti del Centro Trasfusionale. Nel caso in cui venga identificato un gruppo sanguigno rarissimo, il donatore viene contattato dal Centro Trasfusionale e invitato ad aderire ad un programma di auto-deposito dove il proprio sangue viene congelato e destinato ad uso personale in caso di necessità.

6. MODALITÀ DI ACCESSO

È necessario **prenotare l'appuntamento** per la donazione tramite il sito dell'Associazione (www.donatoriamici.it); alla prima donazione è preferibile farlo entro le ore 10.

Il Centro Trasfusionale è raggiungibile con i mezzi pubblici: tram 24 e 16; bus 77 e 94; M3 fermata Crocetta e M1 fermata Duomo o San Babila.

Per la durata della donazione è possibile usufruire gratuitamente del parcheggio, via San Barnaba 18, adiacente all'Ospedale.

La **registrazione** del donatore avviene presso la segreteria posta nell'edificio antistante il Padiglione Marangoni, al piano terra. Il giorno dell'appuntamento è necessario presentarsi muniti di carta d'identità (o passaporto) e tessera sanitaria.

Al cittadino straniero è richiesto di risiedere in Italia da almeno 2 anni continuativi e di avere i documenti di soggiorno in regola.

È importante una buona comprensione della lingua italiana.

7. GIUSTIFICAZIONE PER IL DATORE DI LAVORO

La legge italiana (n. 219 del 21/10/2005 art. 8) riconosce al donatore che effettua la donazione la giornata lavorativa retribuita. Nel caso in cui, sulla base della visita medica, non dovesse risultare idoneo, verrà riconosciuta una giustificazione oraria relativa al tempo trascorso al Centro Trasfusionale.

8. RISTORO

Dopo il prelievo al donatore viene offerto un piccolo ristoro presso il Centro Trasfusionale.

9. EVENTI AVVERSI ALLA DONAZIONE

- **Reazione vasovagale** (1,4% dei casi), senso di debolezza che, in casi molto rari (0,2%), può comportare una momentanea perdita di coscienza.
- **Ecchimosi o ematoma** (1,2% dei casi) nella sede del prelievo.

In genere le reazioni si possono prevenire seguendo le indicazioni alimentari e comportamentali fornite dal Centro Trasfusionale e descritte nelle pagine successive.

10. POST-DONAZIONE

Al fine di proteggere la salute del ricevente, qualora nelle 2 settimane successive alla donazione sviluppasse eventuali sintomi di tipo infettivo (es. febbre, faringite, ecc.), il donatore è pregato di darne tempestiva comunicazione al Centro Trasfusionale chiamando i seguenti recapiti telefonici: 02.5503.4306/ 4307/ 4112.

LA PREVENZIONE DELLE REAZIONI VASOVAGALI

La prevenzione è fondamentale e consiste in poche e semplicissime misure, che raccomandiamo soprattutto ai soggetti maggiormente predisposti e ai giovani, specie se alla prima donazione.

LA SERA PRIMA DELLA DONAZIONE

La **cena** deve essere povera in grassi e ricca in liquidi.

Si consigliano:

- pasta o riso in bianco e verdura oppure carne bianca alla griglia o pesce e verdura;
- minestrone di verdura con abbondante parmigiano;
- zuppa di cereali.

Da evitare: salse, gelati, panna, patatine fritte, dolci.

IL GIORNO DELLA DONAZIONE

Nei giovani, in particolare in occasione della prima donazione, può risultare utile non essere a digiuno.

Una piccola **colazione** è bene che sia povera in grassi e zuccheri, e ricca in liquidi. Si consigliano:

- spremuta, the o caffè;
- fette biscottate, pane tostato, pane integrale, crackers;

Da evitare: succhi di frutta confezionati, cereali, brioches, latte, latticini, uova, burro di arachidi.

Se l'orario della donazione supera le 2 ore dalla colazione è consigliato un piccolo snack con i crackers disponibili nelle sale di attesa. Questo per aiutare a prevenire le reazioni vasovagali.

IDratazione

La donazione di sangue determina una perdita di liquidi. È quindi **consigliabile bere molta acqua**, ma non eccedere nelle bevande ricche in caffeina (caffè o bibite tipo cola) che per la loro azione diuretica contribuiscono a disidratare il nostro corpo.

**DOPO LA
DONAZIONE**

La corretta idratazione è fondamentale anche dopo la donazione: cercate nel pasto successivo di bere qualche bicchiere di acqua in più del solito.

È possibile alimentarsi liberamente, attenzione però a non esagerare poichè una alimentazione eccessiva o ricca di grassi provoca un importante richiamo di sangue a livello del sistema gastroenterico che, associato al salasso appena avvenuto, potrebbe causare una riduzione della pressione sanguigna.

**DONAZIONE
POMERIDIANA**

Valgono gli stessi consigli forniti per la donazione mattutina. Il **pranzo** deve essere leggero e consumato almeno 2 ore prima della donazione.

Alcuni esempi di menù:

- riso o pasta condita con olio;
- insalatona;
- carne bianca alla griglia e verdure;
- un toast.

Da evitare: cibi grassi e bevande alcoliche.

LA PREVENZIONE DEGLI EMATOMI POST-DONAZIONE

ECCHIMOSI

L'**ecchimosi (livido)** compare talvolta nella zona di inserzione dell'ago. Si verifica più frequentemente alla prima donazione e nelle donne. Non è una complicanza di cui preoccuparsi, poiché è causata da una piccola fuoriuscita di sangue all'interno dei tessuti che causa una colorazione bluastra della cute, seguita da uno spontaneo viraggio del colore fino a scomparire nel giro di 1/2 settimane.

EMATOMA

L'**ematoma** consiste in uno stravasato di sangue più consistente, e la cute appare sollevata. Il sangue fuoriuscito nei tessuti può comprimere le terminazioni nervose e, a seconda dell'entità dello stravasato, può causare dolore più o meno intenso e formicolio al braccio.

La completa risoluzione avviene spontaneamente ma potrebbe richiedere anche 2/3 settimane.

COME EVITARE QUESTE COMPLICANZE

Ci sono semplici accorgimenti:

- indossare abiti ampi, evitando maniche strette;
- durante il prelievo mantenere il braccio esteso e rilassato, evitando di stringere con troppo vigore il pugno durante la donazione, meglio farlo gentilmente e non troppo frequentemente;
- non utilizzare il cellulare;
- conclusa la donazione evitare di piegare subito il braccio, mantenerlo teso e sollevato, premendo a lungo sul batuffolo nel punto esatto del prelievo, senza sfregare la cute;
- **durante tutta la giornata evitare sforzi con il braccio con cui si è donato** (es. portare borse della spesa, sollevare pesi).

**EMATOMA
POST-DONAZIONE
COME COMPORTARSI**

- Se si dovesse avvertire un fastidio, o se ci si dovesse accorgere di un ematoma in formazione, bisogna prolungare la compressione in sede di prelievo e avvertire l'infermiera che apporrà del ghiaccio.
- Nel caso di dolore, formicolio, limitazione nel movimento o rossore, è importante consultare il medico del Centro Trasfusionale disponibile anche nei giorni successivi alla donazione (02.5503.4112/ 4132).

I CONSIGLI GENERALI PER UNA BUONA DONAZIONE

IDRATAZIONE

- **Prima e dopo la donazione è raccomandato bere molta acqua**, a maggior ragione nelle giornate calde. Non deve essere solo il senso di sete a guidarci perché la disidratazione può manifestarsi anche senza preavviso.
- Non iniziare la donazione a vescica piena, poiché potrebbe creare disagio.

STATO D'ANIMO

- **Riposare bene la notte che precede la donazione, e giungere al Centro con uno stato d'animo 'leggero'**. Rendiamo piacevole la giornata della donazione: non fissiamo impegni pressanti subito dopo, dedichiamoci alla lettura di un libro, evitiamo di consultare e-mail o di intrattenere conversazioni stressanti.

DURANTE LA DONAZIONE

- **Mettere da parte lo smartphone.**
- Svolgere semplici esercizi di tensione muscolare (leg crossing, contrazione di addominali, glutei e gambe).
- **Non alzarsi troppo velocemente dopo la donazione**, ma farlo gradualmente attendendo che l'infermiera confermi la possibilità di scendere dal lettino.
- Se, lasciato il Centro Trasfusionale, dovessero comparire debolezza o capogiri mettiamoci subito distesi o, se non è possibile, almeno in posizione accovacciata (squat). Cerchiamo di assumere cibi salati.
- In caso di malessere avvertire telefonicamente il Centro Trasfusionale (02.5503.4112/ 4132).

ATTIVITÀ FISICA

Evitare attività fisicamente impegnative o rischiose nella giornata della donazione.

ALTERNATIVE ALLA DONAZIONE

Il sangue è a tutt'oggi insostituibile e la sua disponibilità si basa esclusivamente sulla donazione volontaria.

È raccomandabile che il donatore consulti i consigli su donatoriamici.it prima di presentarsi per la donazione.

LE SOSPENSIONI TEMPORANEE DALLA DONAZIONE

Sulla base del Decreto Ministeriale 2 novembre 2015 “Disposizioni relative ai requisiti di qualità e sicurezza del sangue e degli emocomponenti” **esiste la possibilità che il donatore venga sospeso temporaneamente o definitivamente**; in questo caso il personale medico del Centro Trasfusionale motiverà la sospensione, aiutando il donatore a intraprendere un percorso finalizzato a un corretto inquadramento e follow up.

Si raccomanda di consultare il sito donatoriamici.it prima di prenotare la propria donazione o di contattare l'Associazione (02.5503.4306/ 4307) in caso di dubbi.

Di seguito vengono riportati i principali motivi di sospensione temporanea.

CURE ODONTOIATRICHE

- **Ablazione tartaro** e altre cure odontoiatriche → **7 giorni**
- **Innesto osseo** → **4 mesi**

VACCINAZIONI

- **Influenza, SARS-CoV-2** (in assenza di effetti collaterali), **papilloma virus, meningococco, pneumococco, pertosse, epatite A, tetano, colera, difterite, vaccini desensibilizzanti** (intramuscolo e via orale) → **2 giorni**
- **Epatite B, SARS-CoV-2** (con effetti collaterali) → **7 giorni**
- **Morbillo, parotite, rosolia, tubercolosi, tifo, febbre gialla** → **1 mese**

INFEZIONI

Dopo risoluzione di episodi di:

- **febbre, malattie infettive con e senza febbre** (es. cistite, tonsillite, sindrome influenzale...), **Herpes Zoster** (dalla comparsa delle vescicole), **prostatite, otite** → **15 giorni**
- **malattie esantematiche** (morbillo, varicella...) → **1 mese**
- **contatto con malati di epatite virale acuta** → **4 mesi**
- **mononucleosi, toxoplasmosi, malattia da Citomegalovirus** → **6 mesi**

- malattia reumatica (dalla fine dei sintomi e senza cardiopatia cronica), tubercolosi (senza danno d'organo) → **2 anni**
- glomerulonefrite acuta → **5 anni**

FARMACI

Il periodo di sospensione può variare a seconda del principio attivo del farmaco assunto, della farmacocinetica e della malattia oggetto di cura. Alcuni esempi:

- antibiotici, antimicotici, antidiarroici, antivertiginosi → **15 giorni** (dalla sospensione)
- farmaci per la cura di acne e psoriasi → **1 mese/3 anni/ o definitivamente** (a seconda del farmaco)

VIAGGI

- Viaggi extraeuropei (elenco completo su donatoriamici.it) → **1/6 mesi**
- Soggiorno in zone endemiche per la malattia della Febbre del Nilo (West Nile Virus) → **1 mese**

INTERVENTI CHIRURGICI/ ESAMI INVASIVI

- Interventi minori (cisti sebacee, lipomi), nevi benigni (con referto/ esame istologico) → **15 giorni**
- Basaliomi (con referto/ esame istologico) → **1 mese**
- Esami e/o interventi endoscopici (colonscopia, gastroscopia, artroscopia, laparoscopia...); interventi maggiori (appendicectomia, tonsillectomia...); biopsia prostatica → **4 mesi**

PUNTURA DA AGO

Tatuaggi, piercing, agopuntura, contatto con aghi o sangue altrui (sulle mucose) → **4 mesi**

TRASFUSIONI ED EMODERIVATI

Trasfusione, o infusione di emoderivati (immunoglobuline...) → **4 mesi**

INFO DONNA

- Gravidanza, dal termine dell'allattamento → **6 mesi**
- Interruzione di gravidanza → **6 mesi**

ALTRO

- Assunzione occasionale di droghe leggere (cannabis) → **1 mese**
- Nuovo partner (dal primo rapporto sessuale); rapporti con partner occasionali → **4 mesi**

**INFEZIONE DA
SARS-CoV-2 (COVID)**

- Donatore che ha contratto il COVID in forma lieve (paucisintomatica) o asintomatica → **Ammesso alla donazione dopo isolamento e tampone negativo** (rif. Centro Nazionale Sangue)
- Donatore vaccinato per SARS-CoV-2 (in assenza di sintomi) → **2 giorni dalla somministrazione**
- Donatore asintomatico venuto a contatto con soggetto che ha contratto il COVID → **14 giorni**
- Donatore che ha contratto il COVID e sviluppato polmonite interstiziale → **6 mesi dalla guarigione clinica** (rif. Consenso Ospedale Maggiore Policlinico)

LE SOSPENSIONI DEFINITIVE DALLA DONAZIONE

MALATTIE

- Diabete in trattamento insulinico.
- Malattie cardiovascolari in atto o pregresse.
- Malattie autoimmuni.
- Malattie del sistema nervoso centrale.
- Malattie infettive ad esempio: epatite virale B e C, HIV, sifilide, malaria.
- Gammopatia monoclonale.
- Tumori maligni, leucemie.

STILI DI VITA

- Alcolismo cronico.
- Droghe pesanti (uso anche pregresso).
- Ormoni a scopo di culturismo.

EVENTI

- Gravi reazioni allergiche in passato (shock anafilattico).

TRAPIANTI

- Trapianto d'organo.
- Trapianto di cornea e/o della dura madre.

ALTRO

- Convivenza con soggetto portatore di infezione da virus per l'epatite B, C e HIV.
- Rapporti sessuali con soggetto portatore di infezione da virus per l'epatite B, C, HIV e sifilide.
- Pregresso uso di ormoni della crescita di origine animale.
- Soggiorno in Gran Bretagna per un periodo superiore a 6 mesi dal 1980 al 1996.
- Trasfusione in Gran Bretagna a partire dal 1980.

