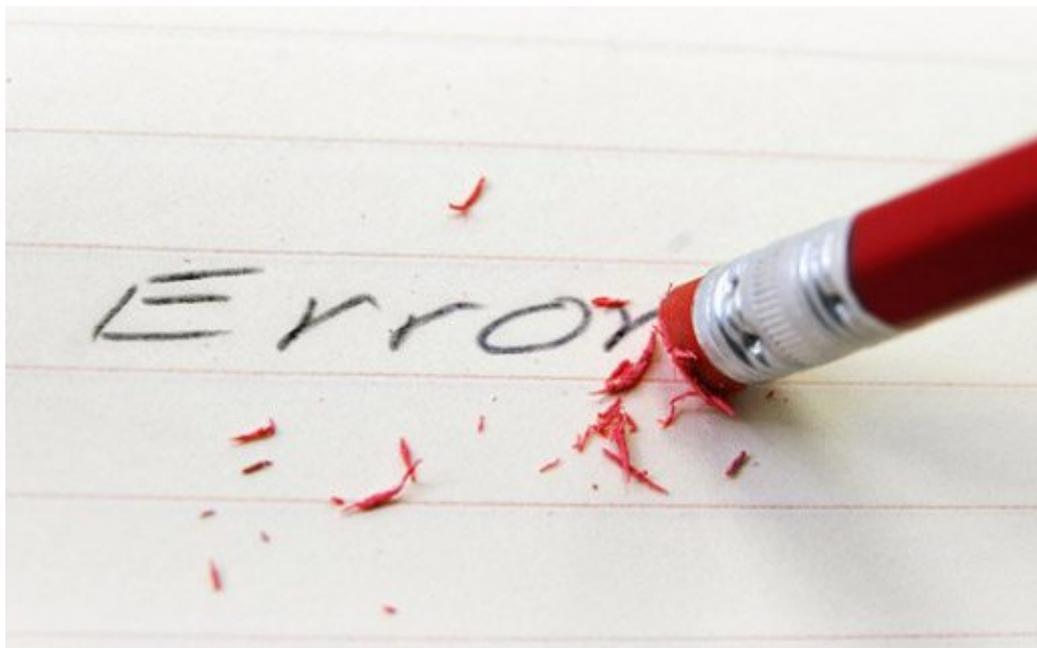


10 errori da sfatare



Sulla donazione di sangue e plasma se ne sentono di tutti i colori. Ecco 10 cose sbagliate e stereotipi da sfatare: per scegliere se diventare donatori bisogna essere informati correttamente.

Il sangue non si riproduce in laboratorio e senza un'adeguata scorta il Servizio sanitario nazionale non potrebbe pianificare nemmeno le operazioni chirurgiche di routine. Oggi in Italia, per quanto riguarda la donazione del sangue, siamo autosufficienti ma basta un disguido qualunque per andare in sofferenza. Quindi è sempre meglio poter contare su un ampio numero di donatori e donatrici che si mettono a disposizione dei malati.

Fonte: **AVIS Regionale Emilia Romagna**

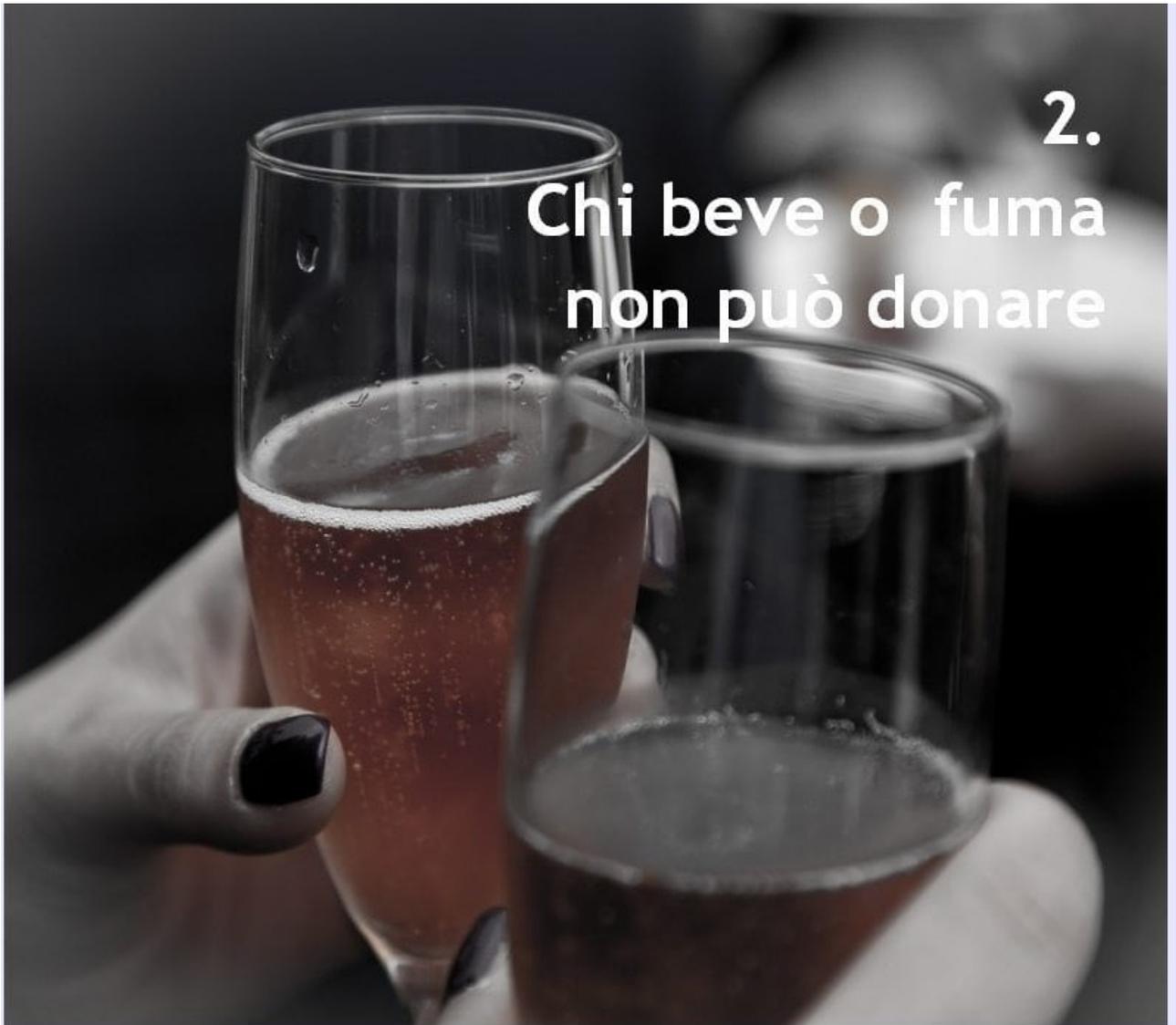
1.

Chi ha un tatuaggio o un piercing
non può donare



FALSO

Di norma devono semplicemente passare quattro mesi, in modo da poter individuare un'eventuale infezione in corso o la presenza di un virus. Si consiglia comunque di scegliere tatuatori con certificazioni sanitarie e autorizzazioni in perfetta regola ben esposte e verificabili



2.

Chi beve o fuma
non può donare

FALSO

Non puoi donare se hai comportamenti e abitudini potenzialmente pericolose. Non solo alcool e tabacco ma droghe, dieta sbagliata, comportamenti sessuali o semplicemente un viaggio in un paese considerato a rischio possono essere un ostacolo alla donazione. Il segreto è non esagerare!



3. Per donare si perde tutta la mattinata

FALSO

Per donare oggi è necessario prenotare telefonicamente, si evitano così lunghe attese e si consente una migliore organizzazione della raccolta e dell'utilizzo del sangue. Dal momento della visita a quello della colazione post donazione passano circa 60 minuti per il sangue intero e circa 1 ora e mezza per il plasma.



4. Gli sportivi sono più adatti a donare sangue

FALSO

Per chi fa attività agonistica donare sangue può essere addirittura sconsigliato. O meglio, chi pratica sport agonistico o amatoriale, può essere donatore nei periodi di riposo o comunque lontano dagli impegni agonistici stressanti.



5.

Donare sangue è doloroso

FALSO

Molte donatrici e donatori segnalano che la parte più dolorosa è la lieve puntura che viene fatta sul dito per accertare l'idoneità alla donazione. La donazione vera e propria è invece indolore per la gran parte dei donatori. Ciò che spesso ferma un potenziale donatore è il timore dell'ago o l'impressione della vista del sangue.

6. Gli omosessuali non possono donare

RICHIESTA ESAMI
a domicilio

Hb 15,1
data 21/03/2012

Servizi Data Nascita 24/12/1946

U POS

CIVIS

bito
opo
lici.
azie

al-Wright
oglobuline

no ABO

(A-RIBA)
HBc
(A-RIBA)

Fosfatasi alcalina
 Bilirubina totale e diretta
 Glicemia
 Idemia totale + albumina

SIF. EIA

Il Medico richiedente

DMRA46T24A393

ONTARI ITALIAN
RGO

I MARIO
12/1946 Sess
OS CcDe

2 - BOLOGNA
n° 12410236

ore n° 329036

2 - BOLOGNA
° 12410236

re n° 329036

2410236

elievo: 21/03

FALSO

Nessun medico chiederà mai nulla sull'orientamento sessuale dei candidati alla donazione, ci si limita a valutare se un comportamento sessuale possa essere potenzialmente pericoloso per il ricevente di sangue. È importante essere onesti su: promiscuità, frequenza e modalità dei rapporti.



7.
Donare plasma
è meno importante

FALSO

Molti donatori si sentono sminuiti quando il medico chiede loro di donare plasma. In realtà non sanno di compiere un gesto davvero importante. A differenza del sangue, con il plasma non abbiamo ancora raggiunto l'autosufficienza. Far crescere la raccolta gratuita e disinteressata è un modo per aumentare la sicurezza degli emoderivati e destinare risorse economiche ad altre urgenze del Servizio sanitario.



8.
Dopo la donazione
ci si sente spossati

FALSO

Come per la percezione del dolore, anche la stanchezza è uno stato psicofisico individuale che cambia a seconda della stagione e di molti altri fattori. L'adeguato riposo e una dieta equilibrata aiutano a sentirsi in forma dopo il prelievo.



FALSO

Il digiuno è necessario soltanto per gli esami del sangue diagnostici da laboratorio. Il mattino della donazione è preferibile aver fatto una colazione leggera a base di frutta fresca o spremute, thé o caffè non zuccherati, fette biscottate. Chi dona il pomeriggio non deve assolutamente saltare il pasto ma mangiare con moderazione evitando grassi, latticini, alcol o cibi pesanti.



FALSO

4 volte l'anno è il limite massimo per il sangue intero, un po' di più per il plasma. La tendenza oggi è comunque chiamare i donatori per donare secondo il gruppo sanguigno e in alcuni periodi specifici. Un donatore è tale se si mette a disposizione del Servizio sanitario in modo da rispondere alle necessità dei pazienti per evitare un calo nelle scorte o un'eccedenza di unità raccolte, che una volta scadute andrebbero eliminate.