



**Donnez du sang    Donnez maintenant    Donnez souvent**

*Le don de sang est un acte indispensable,  
solidaire, anonyme et sécurisé.*

**Vous qui êtes en bonne santé et qui avez entre 18 et 71 ans , vous souhaitez donner pour la 1<sup>ère</sup> fois un peu de votre sang et un peu de votre temps pour sauver des vies et soigner des malades.**

### **Ces informations sur le don du sang vous concernent donc.**

Chaque année un million de malades sont soignés grâce aux dons de sang. Or il n'existe à ce jour aucun produit capable de se substituer au sang humain. **Les donneurs de sang sont donc indispensables.**

Comme les produits sanguins ont une durée de vie limitée l'Etablissement Français du Sang doit trouver et accueillir **des milliers de donneurs de sang tous les jours** pour faire face aux **10 000 dons de produits sanguins nécessaires par jour**. En Alsace il en faut près de 600!

#### *Quelques idées reçues à combattre*

##### *« Je n'ai pas le temps »*

Le prélèvement lui-même ne dure que 8 à 10 minutes. Si l'on ajoute le temps de l'entretien préalable avec le médecin, puis le temps de repos et de collation, le don de sang prend environ 45 minutes de votre temps.

##### *« J'ai peur de l'aiguille et de la piqûre »*

Personne n'aime les piqûres mais le don de sang ne fait pas plus mal qu'une prise de sang. Ce geste est pratiqué par un(e) infirmier(e) qui a été spécialement formé(e).

##### *« Il faut être à jeun pour donner son sang »*

Au contraire, il faut avoir mangé avant de donner sang afin de diminuer les risques de malaise. Cependant, il vaut mieux éviter les aliments trop gras et les boissons alcoolisées.

##### *« Il y a déjà assez de donneurs »*

Comme les besoins augmentent toujours à cause du vieillissement de la population, des nouveaux traitements, des catastrophes naturelles ou des accidents... l'EFS recherche en permanence de nouveaux donneurs. Pour le **don de sang**, les donneurs du **groupe O** sont les plus recherchés et pour le **don de plasma**, ce sont les donneurs du **groupe AB**.

##### *« Il existe des risques de contamination »*

Donner son sang ne présente pas de risque de contamination. Le matériel de prélèvement utilisé est stérile et à usage unique et le don est pratiqué par un personnel médical expérimenté.

##### *« Je serai fatigué(e) après avoir donné mon sang »*

Chez une personne en bonne santé, le don n'entraîne dans la plupart des cas aucun effet secondaire. La quantité de sang prélevée représente moins de 10 % du volume total de sang de l'organisme. Par ailleurs, l'organisme régénère rapidement le volume prélevé. Après le don, une collation est offerte aux donneurs pour faciliter leur récupération. Ils peuvent ensuite retourner à leur quotidien tout en évitant les efforts physiques violents.

*« Je n'ai pas d'endroit à proximité pour donner mon sang »* : Voici les dates de nos prochaines collectes

vendredi **13 octobre 2017** à **KRUTH**

vendredi **29 décembre 2017** à **ODEREN**

vendredi **23 février 2018** à **FELLERING**

*Pensez à vous munir d'une pièce d'identité*

*A bientôt et merci pour notre générosité*

*Freddy Gilck*    Président de l'amicale des donneurs de sang