

CRITERI DI AUTOSOSPENSIONE

Questo PROMEMORIA ti sarà utile **per evitare di fare la coda** e sentirti successivamente dire dal medico che **per questa volta** non puoi fare la donazione perché rientri in una di queste situazioni....

NON sono trascorsi 90 giorni (**attenzione 89 giorni= non idoneo**) dalla precedente donazione di sangue intero (*donazione normale*)

NON sono trascorsi 30 giorni dalla precedente donazione di plasma (*donazione particolare a TV*)

Nell'arco di 365 giorni si possono fare **max 4 donazioni per gli uomini e max 2 per le donne** (in età fertile)

Assunzione di farmaci ➡ rinvio per un periodo variabile, secondo il giudizio del medico

Raffreddore ➡ 1 settimana dalla scomparsa dei sintomi

Sindrome influenzale/febbre superiore ai 38° ➡ 15 giorni prima di donare

DENTISTA (dalla completa guarigione):

Cure di minore entità (es. igiene dentaria, carie) ➡ 48 ORE

Estrazione, devitalizzazione, interventi minori ➡ 1 SETTIMANA

Innesto ➡ 4 MESI

Intervento chirurgico minore ➡ 1 settimana (dalla completa guarigione)

Intervento chirurgico maggiore ➡ 4 mesi (dalla completa guarigione)

Partner sessuale non stabile

Agopuntura (in alcuni casi)

Foratura orecchie, Tatuaggi, Piercing

Esami endoscopici con strumenti flessibili (Gastroscopie

Colonscopie, Artroscopie, Isteroscopie, Laparoscopie)

} 4 MESI

Gravidanza

Viaggio all'estero (*in zone malariche e tropicali*)

Toxoplasmosi / Mononucleosi

Interruzione gravidanza

} 6 MESI



Soggiorno nel Regno Unito per un periodo superiore a 6 mesi dal 1980 al 1996 ➡ NON IDONEO

Tutto OK? Allora molto probabilmente risulterai **IDONEO** alla donazione!

UTILI CONSIGLI DEL MEDICO

DONAZIONE AL MATTINO: - FARE COLAZIONE prima di donare = **non latte**, ma té o caffè anche abbondanti, con **poco zucchero** e pane secco o crackers e/o grissini e/o fette biscottate.

DONAZIONE AL POMERIGGIO: - PRANZARE prima di donare = assumere un pasto leggero povero di grassi come ad esempio: un minestrone di verdure, accompagnato da qualche fetta biscottata; oppure della pasta in bianco con contorno di verdura; oppure della carne bianca o del pesce con contorno di verdura. E' importante comunque assumere molti liquidi ed evitare qualsiasi tipo di alcolico.