

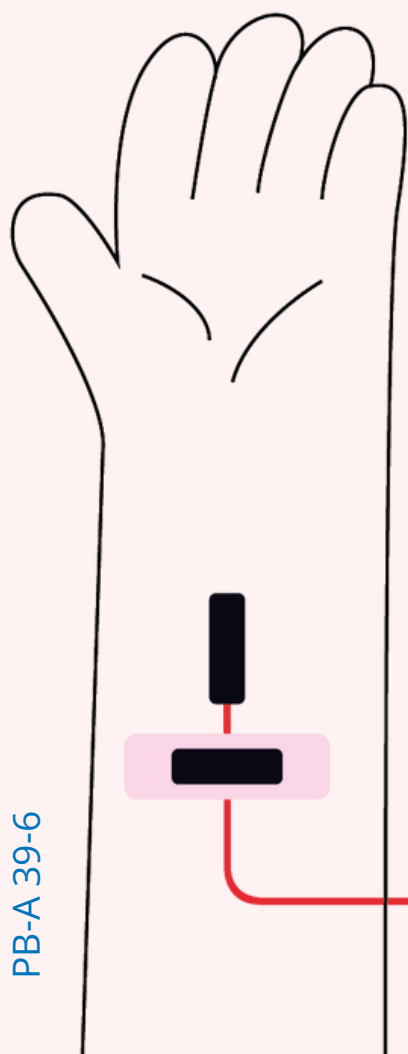
TUTTO CIÒ CHE È IMPORTANTE RICORDARE SUBITO PRIMA DI PRESENTARSI PER UNA DONAZIONE DI SANGUE

Presentarsi con **CARTA DI IDENTITA'** e **TESSERA SANITARIA**.

Ti raccomandiamo di portarla sempre con te ad ogni donazione

I Cittadini extra europei devono presentarsi con Permesso di Soggiorno valido ed essere residenti in Italia regolarmente da almeno 2 anni!

È INDISPENSABILE LA CONOSCENZA DELLA LINGUA ITALIANA SCRITTA E PARLATA!



REQUISITI

- **Età compresa tra i 18 e i 60 anni** nel solo caso di prima donazione. Coloro che hanno effettuato almeno una donazione entro i 60 anni potranno donare fino a 70 anni con particolare attenzione alla situazione cardiovascolare
- **Rapporti sessuali** stabili con partner unico da almeno 4 mesi.
- **Peso non inferiore ai 50 kg** indipendentemente dalla statura o dalla costituzione.
- Non aver MAI contratto Epatite B e C, sifilide, né convivere con soggetti positivi per Epatite B, C, anche occasionalmente.
- Infezioni da Epatite A sono da rivalutare dopo 3 mesi dalla guarigione clinica.
- Non aver MAI avuto comportamenti a rischio di **malattie trasmissibili sessualmente** ed uso di **sostanze stupefacenti o steroidi ed ormoni** a scopo sportivo.
- Non essere **dipendente da sostanze alcoliche**
- Non aver avuto malattie nelle ultime due settimane, anche se di lieve entità (influenza, bronchite, polmonite, herpes labiale, manifestazioni (allergiche).
- Non aver assunto **nell'ultima settimana farmaci** antidolorifici, antinfiammatori, aspirina, antistaminici e **nelle ultime due settimane** antibiotici, antimicotici - Si possono regolarmente assumere preparati vitaminici e pillola anticoncezionale.
- Non assumere **terapia della pressione** la mattina della donazione.
- Finasteride e Dutasteride: 1 mese dall'ultima assunzione.
- L'uso continuato di **Antidepressivi** prevede una sospensione di 30 giorni dall'ultima assunzione, almeno una settimana per uso occasionale ANCHE DI BENZODIAZEPINE PER INSONNIA
- Non essere stati sottoposti ad **interventi negli ultimi 4 mesi** (comunque è necessario documentare il ricovero con lettera di dimissioni e/o cartella clinica). I piccoli interventi in anestesia locale vengono rivalutati dopo un mese dal medico AVIS in occasione della visita per la donazione con documentazione
- Per **CURE ODONTOIATRICHE**: devono trascorrere 48 ore per otturazioni semplici, anche con anestesia locale; 7 giorni in caso di pulizia del tartaro, devitalizzazione ed estrazioni semplici, 1 mese per implantologia semplice o estrazioni complesse. Per innesto osseo sono necessari 4 mesi di sospensione (è necessario portare documentazione attestante il materiale usato).
- Non aver effettuato **esami endoscopici** negli ultimi 4 mesi (gastrosopia, colonsopia, artroscopia, etc.) è necessario, comunque, portarne in visione l'esito e l'eventuale esame istologico.
- Esami con **mezzo di contrasto**: sospensione per 15 giorni, portare esito in visione.
- 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 viaggi o soggiorni in **zone tropicali o malariche** negli ultimi 6 mesi, 1 mese se effettuati in **Paesi extra-Europei**
- Non aver soggiornato in **USA o Canada** negli ultimi 28 giorni (rischio infezione West Nile Virus)
- Non aver il **ciclo mestruale** in corso (è consigliato lasciar trascorrere almeno 1 settimana dalla fine).
- Non aver avuto **parti o aborti** negli ultimi 12 mesi. Se l'aborto è avvenuto nel 1° trimestre: sono sufficienti 6 mesi di sospensione.
- Non aver eseguito **tatuaggi, agopuntura, fori ai lobi, piercing** negli ultimi 4 mesi.
- Non effettuare **attività fisica intensa** nelle 24 ore precedenti e/o seguenti il prelievo

REQUISITI

- **Non soffrire di:**
 - Lebbra – Babebiosi – Leishmaniosi – Febbre Q – Tripanosomiasi
 - Cardiopatie, Coronaropatie, Angina Pectoris, Aritmia grave, ecc.
 - Nefropatie croniche (Glomerulonefrite, Pielonefrite).
 - Malattie della pelle diffuse
 - Malattie allergiche croniche.
 - Ulcera gastroduodenale clinicamente attiva
 - Malattie del sangue ereditarie o acquisite (e comunque a giudizio del Medico)
 - Malattie croniche (diabete, malattie autoimmuni che coinvolgano più organi, tumori maligni, epilessia, gastroresezione per ulcera).
 - Malattie del sistema nervoso degenerative ed ereditarie, malattia di Creutzfeldt-Jakob, demenza, malattie psichiche e mentali.
 - Malattia di Lyme (artrite di Lyme) e comunque 12 mesi dopo la guarigione documentata
 - Mononucleosi e infezione da Citomegalovirus e comunque 6 mesi dopo la guarigione clinica documentata, in assenza di IGM.
 - Toxoplasmosi e comunque 2 anni dopo la guarigione clinica documentata
- **Trapianti** di organi solidi, C.S.E., cornea / dura madre e xenotrapianti.
- Non essere stati accidentalmente **esposti al sangue** o strumenti contaminati negli ultimi 4 mesi.
- In caso di **allergia** a farmaci, con particolare riguardo alla penicillina, attendere 1 anno dopo l'ultimo episodio allergico.
- Attendere 2 anni dopo la guarigione documentata da: Tubercolosi - Osteomielite - Brucellosi - Reumatismo Articolare Acuto, producendo la documentazione dell'avvenuta guarigione.
- Attendere 5 anni dopo la guarigione definitiva da Glomerulonefrite acuta documentata
- **Vaccinazioni** recenti:
 - Antirabbica, sospensione di 1 anno se praticata per morso di animale infetto.
 - Antinfluenzale attendere almeno 7 giorni dalla somministrazione o risoluzione dei sintomi
 - Altri tipi di Vaccinazioni periodo variabile da 48 ore a 4 settimane a seconda del tipo.



**PORTARE SEMPRE EVENTUALE DOCUMENTAZIONE
SANITARIA (CARTELLE CLINICHE, ESAMI DEL SANGUE
O STRUMENTALI) RELATIVA A EVENTI INTERVENUTI
DOPO L'ULTIMA DONAZIONE.**



COME COMPORTARSI IL GIORNO DELLA DONAZIONE:



PER CHI DONA AL MATTINO:

NON PRESENTARSI COMPLETAMENTE A DIGIUNO!

Colazione leggera a base di thè, caffè, succhi di frutta o spremute poco zuccherati, qualche biscotto secco, toast senza formaggio. **Non assumere latte e suoi derivati, brioche e dolciumi (anche se poco zuccherati). NO marmellate – NO miele.**



PER CHI DONA AL POMERIGGIO:

E' preferibile una colazione normale ed un pranzo leggero a base di pasta in bianco (all'olio e senza formaggio grattugiato) ed insalata, oppure una fetta di carne ai ferri ed insalata. 1 panino, caffè moderatamente zuccherato. **Non assumere bevande alcoliche o troppo dolci (Cola, aranciata, ecc.).**
È necessario pranzare NON OLTRE le ore 13.00.

Dopo la donazione non effettuare attività sportiva intensa o lavori particolarmente pesanti. Assumere molti liquidi (non alcolici): non è necessario nutrirsi più del solito, anzi è preferibile un pasto leggero e facilmente digeribile.

Per prenotare la donazione o gli esami, presso la Sede di Largo Volontari del Sangue, l'U.R.M. di Via Murialdo e l'Ospedale di Niguarda (Blocco Nord Settore "A"):

da lunedì a venerdì dalle ore 9,30 alle ore 18,00 - tel. 02/70635020 (Uff. Servizio Donatori – scelta "1")
mail: servizio.donatori@avismi.it

Per prenotare nelle raccolte Aziendali o Scolastiche: seguire le indicazioni ricevute dai referenti.



Sito AVIS Milano: www.avismi.it - Info Sanitarie: laura.galastri@avismi.it