



## **VIENI A DONARE IL SANGUE**

PRESSO IL **TIRO A SEGNO**  
**PIAZZALE ACCURSIO**

(Viale Achille Papa, 22/B)

Sabato **23** e Domenica **24** Aprile  
Dalle **8,00** alle **12,30**

## **TI ASPETTIAMO**

*Donare il sangue volontariamente e con consapevolezza è un gesto di solidarietà e di disponibilità verso gli altri, ma anche verso se' stessi, in quanto, grazie alla visita medica ed ai controlli clinici, la giornata donazionale diventa anche una insostituibile giornata dedicata alla prevenzione per la propria salute.*

*Il DONATORE alimenta un PATRIMONIO COLLETTIVO di cui ciascuno può usufruire nel momento del bisogno.*

***E' CONSIGLIABILE UNA LEGGERA COLAZIONE (Thè, caffè, succhi di frutta o spremute, un frutto, qualche biscotto secco o/e fette biscottate). Non assumere brioche, latte e suoi derivati.***

***Presentarsi con CARTA D'IDENTITA', TESSERA SANITARIA e per chi è già donatore: ESAMI PRECEDENTI.***

**Per adesioni rivolgersi in Segreteria TSN (02 33002418)**  
**INFO: Tamagnini 338 3071861**

# Requisiti richiesti al donatore

## Età:

Compresa tra i 18 ed i 60 anni per la prima donazione.

Chi è già donatore può superare il limite dei 65 anni in relazione ovviamente allo stato di salute in atto e alla valutazione cardiologica

## Peso:

Non inferiore a 50 kg (indipendentemente dalla statura o dalla costituzione)

## Pulsazioni:

Comprese tra 50-100 battiti/min (anche con frequenza inferiore per chi pratica attività sportive, su giudizio medico)

## Pressione arteriosa:

tra 110 e 180 mm di mercurio (Sistolica o MASSIMA)

tra 60 e 100 mm di mercurio (Diastolica o MINIMA)

## Stato di salute:

- Non soffrire di malattie croniche (diabete, malattie autoimmuni, tumori maligni...)
- Non avere MAI avuto Epatite C, sifilide, comportamenti a rischio di malattie trasmissibili sessualmente ed uso di sostanze stupefacenti
- Infezioni da Epatite A e B sono da rivalutare dopo guarigione clinica ed esami
- Non aver avuto malattie nelle ultime due settimane anche se di lieve entità (influenza, bronchite, polmonite, herpes labiali.....)
- Non aver assunto alcun farmaco nell'ultima settimana (antidolorifici e aspirine), nelle ultime due settimane per antibiotici o antibatterici. Si possono regolarmente assumere preparati vitaminici e pillola anticoncezionale
- Non essere stati sottoposti ad interventi chirurgici negli ultimi 3 mesi (comunque è necessario documentare il ricovero con lettera di dimissione e/o cartella clinica). I piccoli interventi locali vengono rivalutati dal medico
  - **Portare qualsiasi documentazione di tipo sanitario precedente** (cartelle cliniche per interventi pregressi, eventuali esami del sangue o strumentali eseguiti in passato....)
- Non essere stati sottoposti ad interventi odontoiatrici negli ultimi 30 giorni (estrazioni, pulizia, ecc..).
- Non aver subito esami endoscopici negli ultimi 4 mesi (gastroscoopia, colonscoopia, artroscopia, ecc..) di cui produrre comunque DOCUMENTAZIONE
- Non aver effettuato viaggi o soggiorni in zone tropicali negli ultimi 3 mesi (6 mesi se zone malariche)
- 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 avere il ciclo mestruale in corso (è consigliato lasciar trascorrere almeno 1 settimana dalla fine del ciclo)
- Non aver avuto parti negli ultimi 12 mesi o interruzioni di gravidanza negli ultimi 6 mesi
- Non tatuaggi, né agopuntura, né fori ai lobi, né piercing vari negli ultimi 4 mesi
- Non aver effettuato allenamenti pesanti o sport intenso nelle 24 ore precedenti il prelievo
- Non è indispensabile essere completamente a digiuno, è possibile assumere caffè o the' moderatamente zuccherati ed eventualmente mangiare qualche biscotto secco o fetta biscottata; l'importante è non aver fatto colazione con cibi grassi, dolci, latte o altri prodotti da esso derivati
- Soggiorno in USA e CANADA: sospensione di 28 giorni dal rientro