

Faire un don, ça se passe comment ?

Les équipes de l'EFS vous accompagnent tout au long des 4 étapes de votre don :



1 L'accueil et l'inscription

Un questionnaire à remplir vous est remis pour préparer l'entretien pré-don.



2 L'entretien pré-don

Vous rencontrez un médecin ou un(e) infirmier(ère) habilité(e) de l'EFS qui réalise un entretien confidentiel et détermine si vous êtes apte au don.



3 Le prélèvement

Votre sang est prélevé à l'aide de matériel stérile et à usage unique. Le prélèvement dure environ 10 minutes. Le volume de sang prélevé dépend de votre poids : entre 420 et 480 ml.



4 Le temps du repos et de la collation

De votre arrivée à votre départ, il faut compter environ 1 heure.

- Pour un 1^{er} don, il faut vous munir obligatoirement d'une pièce d'identité avec photo (passeport, carte d'identité, permis de conduire, carte de séjour, etc.) que vous soyez de nationalité française ou étrangère.
- Il ne faut pas être à jeun pour donner son sang.

• **L'Établissement français du sang**, opérateur civil unique de la transfusion sanguine, sous tutelle du ministère de la Santé, a pour principale mission de garantir l'approvisionnement en produits sanguins de tous les établissements de santé.

www.dondesang.efs.sante.fr
Tél. : 0 800 109 900 (appel gratuit)

• **Afrique Avenir**, association panafricaine d'éducation populaire qui lutte contre les inégalités sociales et économiques. Elle intervient prioritairement dans la promotion de la santé.

www.afriqueavenir.fr - Tél. : 01 42 77 41 31

Où pouvez-vous donner votre sang ?

Il existe de nombreux lieux de don possibles en Île-de-France. Vous pouvez donner votre sang, toute l'année, dans l'une de nos Maisons du don :

75 - Paris

- 9^e Trinité - 55 rue de Châteaudun - 01 55 31 60 60
- 10^e St-Louis - 38 rue Bichat - 01 53 72 22 50/51
- 12^e Crozatier - 21 rue Crozatier - 01 53 02 92 00
- 13^e Pitié-Salpêtrière - 12 rue Bruant ou 50/52 bd V.Auriol - Pavillon Laveran - 01 42 16 02 52
- 15^e Cabanel - 6 rue Alexandre Cabanel - 01 45 66 97 17
- 15^e HEGP - 20 rue Leblanc - RDC du hall A - 01 53 78 21 70
- 18^e Hôpital Bichat - 46 rue Henri Huchard - Secteur Claude Bernard - 01 40 25 81 80

77 - Seine-et-Marne

- Melun - Santépôle de Seine-et-Marne - 270 av Marc Jacquet - Niveau -1 - 01 81 74 23 78
- Meaux - CH de Meaux - 6/8 rue Saint Fiacre - 01 64 35 38 42

78 - Yvelines

- Le Chesnay - 2 rue Jean-Louis Forain - 01 39 23 45 40 / 45 38
- Poissy - 9 rue Champ Gaillard - 01 39 22 25 50

91 - Essonne

- Evry-Courcouronnes - Quartier du Canal - Rue du pont Amar - 01 60 78 08 18

92 - Hauts-de-Seine

- Clichy - Hôpital Beaujon - 100 bd du Général Leclerc - Secteur bleu - Porte 15 - Niveau -1 - 01 40 87 59 02

93 - Seine-Saint-Denis

- Bobigny - Hôpital Avicenne - 125 rue de Stalingrad - Secteur orange - Porte 9 - 01 48 95 56 79

94 - Val-de-Marne

- Créteil l'Echat - 1 voie Félix Eboué - 01 56 72 76 50

95 - Val-d'Oise

- Pontoise - Av de l'Île-de-France - 01 30 17 33 10 / 44 91

Des collectes de sang sont aussi organisées régulièrement dans la plupart des communes d'Île-de-France, dans certaines entreprises, écoles et universités.



Retrouvez les horaires d'ouvertures des Maisons du don et les dates des collectes organisées prochainement en Île-de-France sur dondesang.efs.sante.fr



dondesang.efs.sante.fr

0 800 109 900 Service & appel gratuits



**Sauvez
des gens
Donnez
votre sang**

Vous aussi sauvez des vies

Donnez votre sang

Jessica M.
22 ans, Arpajon



“ Donner son sang est un acte utile
et solidaire. S’il est précieux pour soi,
il est aussi vital pour d’autres. ”

1 million de personnes sont soignées chaque année, en France, grâce au don de sang.

Le sang est utilisé pour soigner des personnes atteintes de **maladies du sang** notamment les **anémies SS** (drépanocytose), de **cancers** ou **victimes d'hémorragies** importantes suite à un accident, une opération ou à un accouchement.

- À ce jour, il n'existe pas de sang artificiel remplissant les mêmes fonctions que le sang humain. Votre sang est donc précieux pour vous, et vital pour d'autres.

En France, le don de sang est :

- Anonyme
- Volontaire
- Bénévole

Qui peut donner son sang ?

- Toutes les personnes (les femmes, les hommes) en bonne santé, quelle que soit leur origine géographique, âgées de 18 à 70 ans (65 ans pour un 1^{er} don), pesant plus de 50 kg et ayant un taux d'hémoglobine suffisant.

Chez un adulte, le volume de sang dans le corps est en moyenne de 5 litres.

La quantité de sang prélevée est adaptée à votre volume sanguin. La reconstitution totale de votre sang s'effectue en quelques heures.



Les contre-indications au don de sang

Par précaution, vous ne pouvez pas donner si :

- Vous avez bénéficié d'une **transfusion sanguine** ou d'un don d'organe.
- Vous avez séjourné au **Royaume-Uni**, plus d'un an cumulé, **entre 1980 et 1996**.
- Vous avez utilisé de la **drogue par voie intraveineuse**.

Parfois, il faut respecter un délai avant de pouvoir donner :

- **1 jour** après un **soin dentaire** (carie) ou un **détartrage**
- **7 jours** après la fin d'un traitement par **antibiotiques**, une **extraction dentaire** ou une pose de **couronne**
- **14 jours** après l'arrêt des symptômes d'un **épisode infectieux**
- **4 mois** après une **intervention chirurgicale** avec hospitalisation de **plus de 24h**
- **4 mois** après un **piercing**, un **tatouage**
- **4 mois** après un **voyage** dans un pays où sévit le **paludisme** (malaria) ou d'autres parasitoses comme la **maladie de Chagas**
- **Pas plus d'un partenaire sexuel** dans les **4 derniers mois** précédant le don
- **Pas pendant la grossesse** et respecter un délai de **6 mois** après l'**accouchement**

Il faut respecter un délai minimum de 8 semaines entre 2 dons de sang.

- ➡ Évaluez votre aptitude au don en vous connectant sur notre site **dondesang.efs.sante.fr** rubrique « **Puis-je donner mon sang ?** » Attention, les résultats du test ne remplacent pas l'entretien préalable au don.