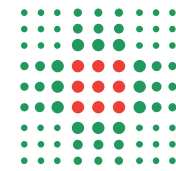


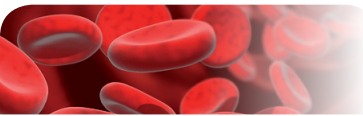
# Informa salute

Notizie dall'Azienda Usl di Parma



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma

## CHI DONA SANGUE, DONA VITA DIVENTA ANCHE TU DONATORE



Il sangue è indispensabile alla vita e non è riproducibile artificialmente.

Il suo fabbisogno è in costante crescita. Molte cure non sono possibili senza il sangue. La disponibilità di questo bene prezioso dipende da un dono volontario e gratuito. Donare sangue è una scelta di solidarietà e civiltà. Diventa anche tu donatore!

### IL SANGUE

È formato da una parte liquida, detta plasma (proteine, fattori della coagulazione, sali minerali, anticorpi) e da una parte corpuscolata costituita da cellule (globuli rossi, globuli bianchi e piastrine). Il sangue fa respirare i tessuti, trasportando l'ossigeno con i globuli rossi; difende dalle infezioni con i globuli bianchi e blocca le emorragie con le piastrine e i fattori della coagulazione.

### PERCHÉ DONARE?

Perché c'è bisogno di sangue intero e di plasma per la cura, anche a domicilio, di ammalati e di anziani, nei servizi di emergenza, nel trattamento di traumi gravi, negli interventi di trapianto di organi e tessuti... In tutti i momenti e in tutti i luoghi di cura il sangue è una risorsa preziosa e indispensabile.

### LE DIVERSE FORME DI DONAZIONE

Esistono: la donazione di sangue intero, che permette di prelevare allo stesso tempo tutte le componenti del sangue (globuli rossi, globuli bianchi, piastrine e plasma); la donazione in aferesi, che permette di prelevare al donatore solo quelle componenti del sangue (plasma, piastrine, globuli bianchi) uti-

li per terapie trasfusionali mirate a specifiche esigenze cliniche. È importante ricordare che dalla donazione di solo plasma si ottengono farmaci salvavita.

### CHI PUÒ DONARE

Tutte le persone maggiorenni, fino al compimento dei 60 anni (per donazione in aferesi) e dei 65 anni (per donazione di sangue intero), con peso di almeno 50 kg, in buono stato di salute, che tengano uno stile di vita corretto, senza comportamenti a rischio. Le donne non possono donare sangue durante il ciclo mestruale o la gra-

vidanza e per un anno dopo il parto. Di norma, gli uomini possono donare sangue intero 4 volte l'anno, mentre le donne 2. L'intervallo minimo tra una donazione e l'altra è di 90 giorni per gli uomini e di 180 giorni per le donne in età fertile.

### DONARE È SICURO

Le procedure per la donazione sono rigorose e in ogni fase sono garantite costanti verifiche di qualità a tutela di chi dona e di chi riceve. Tutto il materiale impiegato è sterile e monouso. Visite ed esami a ogni prelievo garan-

tiscono il costante monitoraggio della salute dei donatori.

### COME DIVENTARE DONATORI

Occorre recarsi, possibilmente a digiuno, nei centri di raccolta sangue dove un medico effettua un colloquio, una visita e un prelievo di sangue per eseguire gli esami utili ad accertare l'idoneità al dono. È bene non assumere farmaci occasionali (ad esempio un analgesico) il giorno prima della donazione. L'idoneità al dono viene comunicata con lettera o telefonicamente.

### LA DONAZIONE

Il prelievo per la donazione di sangue intero dura circa 5-8 minuti, mentre la donazione in aferesi richiede un tempo maggiore.

Dopo il prelievo, al donatore è offerto un ristoro per reintegrare liquidi, zuccheri e sostanze nutritive. Ai lavoratori dipendenti è riconosciuta una giornata di riposo retribuita. Ai lavoratori autonomi, generalmente, è riservato un accesso preferenziale ai Centri di raccolta sangue, per consentire loro di limitare quanto più possibile l'assenza dal lavoro.

### "SALI SULLA NUVOLO ROSSA": AL VIA IL CONCORSO DEDICATO AGLI STUDENTI

Comunicare, attraverso un messaggio o un video, che donare il sangue è importante. È l'invito che la Regione in collaborazione con l'Ufficio scolastico regionale e le associazioni Avis e Fidas, rivolge agli studenti degli ultimi due anni delle scuole superiori con il concorso "Sali sulla nuvola rossa". Per partecipare occorre registrarsi sul sito [www.lanuvolarossa.it](http://www.lanuvolarossa.it). I lavori possono essere proposti sia da singoli studenti che da gruppi, ed essere condivisi sui principali social network. Nelle gallery di Nuvola rossa è possibile votare quelli che piacciono di più. Messaggi e video vanno presentati entro il 28 marzo 2015; si può concorrere con

più di un lavoro. Una giuria, che terrà conto anche dei voti espressi sul web, sceglierà le idee più creative, premiando con un Ipad Mini il messaggio e il video giudicati migliori in assoluto. Questi i premi provinciali: per le opere realizzate da gruppi, una borsa di studio di € 400 all'istituto di appartenenza; per le opere realizzate da singoli, cuffie hi fi del valore di circa € 100 all'autore e una borsa di studio di € 300 all'istituto di appartenenza. Una borsa di studio da € 500 andrà alla classe e all'istituto con più partecipanti. Per saperne di più: [info@lanuvolarossa.it](mailto:info@lanuvolarossa.it).



### PER INFO E SEDI CENTRI DI RACCOLTA

Telefonare al numero verde del Servizio Sanitario Regionale **800.033.033**, dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 17.30, il sabato dalle 8.30 alle 13.30. Consultare i siti [www.salute.regione.emilia-romagna.it](http://www.salute.regione.emilia-romagna.it) e [www.donaesangue.it](http://www.donaesangue.it) Informazioni tratte dalla campagna regionale sulla donazione del sangue  
Ufficio Stampa Simona Rondani  
[srondani@ausl.pr.it](mailto:srondani@ausl.pr.it)