

**VEUILLEZ LIRE CE DÉPLIANT**

# Ce que vous devez savoir avant de donner du plasma

Pour votre sécurité et celle des personnes qui recevront votre don

## Informations générales

**Votre présence ici est volontaire. Vous pouvez partir à tout moment. Si vous décidez de partir, prévenez un membre de notre équipe.**

- Buvez beaucoup avant, pendant et après votre rendez-vous, et mangez quelque chose de salé. Cela vous aidera à maintenir votre volume sanguin et à faire de votre don une expérience positive.
- Si vous avez des étourdissements ou ne vous sentez pas bien, dites-le-nous.
- Si vous êtes allergique au latex ou à la poudre des gants médicaux, prévenez-nous.
- Que vous fassiez un don ou non, il se peut que nous gardions les renseignements vous concernant.
- Le prélèvement de sang pour les analyses peut entraîner une carence en fer. Les globules rouges renferment de l'hémoglobine, laquelle contient du fer. On recommande une alimentation riche en fer à tous les donateurs. Si vous donnez souvent, demandez à votre médecin si vous devriez prendre des suppléments de fer, et s'il serait bon de vérifier votre taux de ferritine.

## Avant le don

- Dans les heures qui précèdent, mangez quelque chose. (*Évitez les aliments gras, comme le bacon ou les fritures.*)
- Juste avant le don, buvez au moins 500 ml d'eau ou de jus.
- Vous devrez remplir un questionnaire.
- Nous vérifierons votre identité.
- Il se peut que nous mesurions :
  - votre température;
  - votre taille et votre poids.

## Pendant le don

- Nous utiliserons une aiguille stérile à usage unique.
- Un anticoagulant sera ajouté à votre don.
- Une petite partie de l'anticoagulant vous sera réinjectée avec les globules rouges pendant que le plasma ou les plaquettes seront recueillis. Bien que cela soit très rare, quelques inconforts peuvent se produire :
  - rupture de globules rouges (hémolyse);
  - réaction allergique (démangeaisons);
  - bulle d'air bloquant la circulation dans un vaisseau sanguin (on surveille la tubulure en permanence pour déceler les bulles d'air).

- Prévenez un membre de notre équipe si vous avez des symptômes inhabituels (picotements autour de la bouche, frissons, sensation de lourdeur dans la poitrine, difficulté à respirer, douleur thoracique, mal au dos ou inconfort général). Certains de ces symptômes peuvent être atténués en ralentissant le prélèvement.
- Si les globules rouges ne peuvent pas vous être réinjectés, comme cela arrive parfois, vous devrez peut-être, pour votre santé, arrêter temporairement de faire des dons, selon la quantité de globules rouges perdus.

### Personnes donnant du plasma en grande quantité (plus de 500 ml) et recevant un soluté de substitution

- La quantité de plasma prélevée dépend de vos caractéristiques (genre, poids, taille) et de votre historique de don.
- Un soluté vous sera administré par intraveineuse immédiatement après votre don pour remplacer le plasma prélevé. Ce soluté réduit les risques d'étourdissement, d'évanouissement et de nausée.
- Le soluté administré est une solution saline, c'est-à-dire un mélange d'eau et de chlorure de sodium (sel).\*

*\*La solution saline étant à température ambiante, il se peut que vous ressentiez une sensation de froid au moment de l'injection.*



**Appelez-nous au  
1 866 JE DONNE  
(1.866.533.6663) si :**

- Vous avez oublié de nous transmettre une information concernant votre santé, un voyage ou votre mode de vie.
- Pour quelque raison que ce soit, vous décidez que votre don ne doit pas être utilisé.
- Vous avez une réaction indésirable (voir la section « Réactions indésirables »).
- Dans la semaine suivant votre don, vous tombez malade ou avez la diarrhée;
- Dans les deux semaines suivant votre don, vous apprenez que vous avez contracté le virus Zika.
- Dans l'année suivant votre don, vous apprenez que vous avez une hépatite ou que vous avez contracté le VIH.

**Voir au verso**

## Des questions?

- Posez-les à un membre de notre équipe.
- Consultez notre site Web, à [sang.ca](http://sang.ca).
- Appelez au **1 866 JE DONNE (1.866.533.6663)**.

Pour en savoir plus sur le fer, allez à [sang.ca](http://sang.ca).

Pour toute information sur votre don et son utilisation, allez à [sang.ca](http://sang.ca) et cliquez sur **Le don de sang**, sous l'onglet **Sang pour la vie**.

### Le saviez-vous?

Vous pouvez créer un compte en ligne, à [myaccount.blood.ca/fr](http://myaccount.blood.ca/fr) ou avec **DonDeSang**, notre application mobile gratuite, pour gérer vos préférences et bien plus.

Public IM-00032 Rev 3 (1000107956 2024-01-24)

## Après le don

- Un pansement sera apposé sur le bras.
- Il se peut que l'on vous demande d'exercer de la pression au point de ponction.
- Restez assis(e) pendant quelques minutes avant de vous lever.
- Nous vous encourageons à rester dans l'aire de collation afin de vous réhydrater et de prendre une collation.
- Si vous vous sentez faible, allongez-vous ou asseyez-vous en gardant la tête entre les genoux pendant quelques minutes.

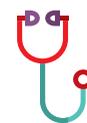
## Après votre départ

- Continuez à boire beaucoup de liquide, comme de l'eau ou du jus. Évitez les boissons alcoolisées.
- Si vous vous sentez faible en conduisant, rangez-vous sur le bas-côté. Ne repartez qu'une fois en pleine possession de vos moyens ou demandez de l'aide.
- Gardez le pansement pendant au moins une heure avant de l'enlever et nettoyez le point de ponction à l'eau et au savon afin d'éviter une éruption cutanée.
  - Si vous constatez un saignement après avoir enlevé le pansement, remettez-le et appuyez pendant 5 minutes sur le point de ponction. Vous pourrez retirer le pansement au bout de 4 heures.
- Il est recommandé d'éviter toute activité intense pendant 6 à 8 heures, et d'éviter de soulever des objets lourds pendant 24 heures.
- Si vous exercez un métier à risque (p. ex. si vous conduisez un autobus ou manipulez du matériel lourd), vous pourriez avoir besoin d'un peu de temps avant de reprendre le travail.

## Réactions indésirables

### Les réactions suivantes peuvent se manifester chez certains donneurs :

- Fatigue pendant un jour ou deux;
- Bleu, rougeur ou éruption cutanée au point de ponction :
  - s'il y a enflure, appliquez de la glace par intermittence,
  - en cas de douleur, prenez de l'acétaminophène (p. ex. Tylenol) pendant les premières 24 heures. Après 24 heures, vous pouvez prendre soit de l'acétaminophène, de l'ASA (p. ex. Aspirine) ou d'autres anti-inflammatoires, comme de l'ibuprofène (p. ex. Advil ou Motrin).
- Sentiment de faiblesse, étourdissements ou nausées;
- Évanouissement ou spasmes musculaires;
- Lésion d'un nerf, douleur ou engourdissement dans le bras :
  - s'il y a enflure, appliquez de la glace par intermittence,
  - en cas de douleur, prenez de l'acétaminophène (p. ex. Tylenol) pendant les premières 24 heures. Après 24 heures, prenez de l'ASA (p. ex. Aspirine) ou d'autres anti-inflammatoires, comme de l'ibuprofène (p. ex. Advil ou Motrin).



**Si vos symptômes persistent ou vous inquiètent, consultez un médecin.**

## VIH et virus de l'hépatite

- Le VIH et les virus de l'hépatite se transmettent, entre autres, par le partage d'aiguilles ou de seringues ainsi que par contact sexuel<sup>1</sup>.
- Comme les tests de dépistage ne peuvent pas déceler toutes les infections, on vous posera des questions sur les activités à risque.

On vous demandera si vous avez eu un nouveau partenaire sexuel au cours des 3 derniers mois. Par « nouveau partenaire sexuel », on entend :

- Une personne avec laquelle vous n'avez jamais eu de relations sexuelles auparavant;
- Une personne avec laquelle vous avez eu des relations sexuelles dans le passé et avec laquelle vous avez recommencé à avoir des relations sexuelles dans les 3 derniers mois.

<sup>1</sup> On entend par contact sexuel, les activités suivantes, même si elles ont eu lieu avec un condom ou un autre moyen de protection :

- rapport vaginal (contact entre le pénis et le vagin);
- rapport oral (bouche ou langue en contact avec le vagin, le pénis ou l'anus);
- rapport anal (contact entre le pénis et l'anus).

## Analyses

- Des analyses de détermination du groupe sanguin (ABO et Rh) sont réalisées au besoin.
- Votre taux d'hémoglobine est mesuré avant chaque don (petite piqûre au bout d'un doigt).
- Votre taux de protéines est mesuré dans certains cas.
- Des tests de dépistage sont également réalisés pour détecter les maladies et les agents infectieux suivants, transmissibles par le sang.

### Pour tous les dons :

1. Virus de l'hépatite B\*
2. Virus de l'hépatite C\*
3. Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)\*
4. Syphilis\*

### Au besoin :

1. Parvovirus B19
2. Cytomégalovirus (CMV)
3. Virus de l'hépatite A

- D'autres tests peuvent être effectués : recherche d'autres groupes sanguins, y compris l'analyse des antigènes d'histocompatibilité humains (HLA), et mesure du taux de ferritine (réserves de fer).
- Nous vous informerons de tout résultat inhabituel.

### \*En cas de résultat inhabituel :

- Vous serez avisé(e) des résultats et de votre admissibilité ou non au don.
- Votre don ne sera pas utilisé.
- Si les résultats positifs sont confirmés, vous ne pourrez plus faire de don.