

## POURQUOI DONNER SON PLASMA ?

- **Parce qu'il permet de soigner :**
  - des personnes en réanimation.
  - des personnes atteintes de déficits immunitaires et de certaines maladies auto-immunes.
  - des personnes atteintes d'un cancer ou de maladies chroniques graves.
- **Parce qu'il y a de plus en plus de patients qui ont besoin de ces traitements fréquemment** (toutes les 2 à 5 semaines).
- **Pour vous, c'est aussi l'occasion de faire un acte solidaire au services des patients.**

## COMMENT LE PLASMA EST-IL ADMINISTRÉ AUX PATIENTS ?

La majorité du plasma est administré sous forme de médicaments.



- Pour des patients souffrant de troubles de la coagulation comme les hémophiles.
- Pour les patients atteints de déficits immunitaires et de certaines maladies auto-immunes.



### Il peut être utilisé pour les transfusions

Pour des patients qui subissent des opérations de chirurgie (cardiaque, obstétrique, etc.) et les personnes polytraumatisées en réanimation.

## PLUS DE 100 MAISONS DU DON PARTOUT EN FRANCE



Trouvez la vôtre sur [dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr) et prenez rendez-vous

### Pour faire un don de plasma il faut :

- **Se sentir en bonne santé !** Un entretien avec un professionnel de santé de l'EFS confirmera que vous pouvez donner sans risque pour votre santé et celles des patients.
- Être âgé de 18 à 65 ans.
- Venir avec une pièce d'identité (avec photo).

## RENDEZ-VOUS EN LIGNE !

- Faites le test\* avant de vous déplacer.
- Trouvez votre lieu de don.
- Prenez RDV à l'horaire de votre choix.
- Posez vos questions à notre chatbot.
- Créez votre compte personnel.

\* Ce test est à titre indicatif, sous réserve de l'accord d'un médecin ou infirmier habilité suite à l'entretien préalable au don.

Dépliant plasma - V1 - Octobre 2024 - EFS Siège - Ne pas jeter sur la voie publique © Photos Thomas GOGNY

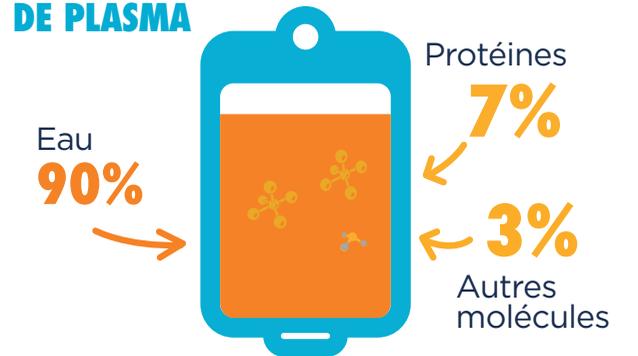


**DON DE PLASMA**  
**SOIGNER LES MALADIES**  
**ET SAUVER DES VIES.**

## LE PLASMA, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Il s'agit de la **partie liquide du sang**, dans laquelle les cellules sanguines (globules rouges, globules blancs et plaquettes) sont en suspension dans nos vaisseaux sanguins. Il contient des **protéines**, et notamment des **anticorps**, qui ont un intérêt thérapeutique majeur pour les patients.

### POCHE DE PLASMA



## QUI PEUT DONNER ?

**Toute personne âgée de 18 à 65 ans et remplissant les conditions à l'issue de l'entretien préalable au don peut donner.** Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà donné son sang pour faire un don de plasma.

**Tous les groupes sanguins sont nécessaires.** Toutefois, les donneurs de groupe sanguin AB sont donneurs universels pour le plasma. Seulement 4% des Français sont de groupe AB. Leur plasma est donc rare et précieux !

## BON À SAVOIR

Vous êtes vacciné contre l'**hépatite B** ou le **tétanos** ? Vous avez développé des anticorps protecteurs contre ces maladies. Votre don de plasma est donc très utile pour la fabrication de médicaments luttant contre ces pathologies. Parlez-en lors de l'entretien préalable au don.

RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE



[dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr)



PARTAGEZ VOTRE POUVOIR,  
DONNEZ VOTRE SANG !

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Le plasma étant majoritairement composé d'eau, la récupération est très rapide avec une bonne hydratation. **Il est donc possible de donner son plasma tous les 15 jours.**

## LES ÉTAPES DU DON DE PLASMA

Le don de plasma suit le même parcours que le don de sang.



### Prise de rendez-vous

**Prévoyez 1h30 sur place.** Prenez rendez-vous en maison du don et vérifiez si vous pouvez donner grâce au test\* en ligne depuis notre site internet ou l'appli Don de sang.



### Accueil

**Pensez à vous munir d'un document d'identité.** À votre arrivée, vous êtes accueilli par le personnel de l'EFS, qui vous invite à remplir le questionnaire préalable au don.



### Entretien préalable au don

Le personnel de santé vous reçoit pour approfondir vos réponses au questionnaire et s'assurer que vous pouvez donner en toute sécurité pour vous comme pour les patients.



### Don

Le sang est prélevé comme pour un don de sang. Il circule ensuite dans un automate en circuit fermé qui sépare ses composants, conserve le plasma, et vous restitue le reste. Pendant ce temps, réalisez les exercices musculaires que l'infirmier vous indiquera.



### Pause A+

Un temps indispensable durant lequel nos équipes veillent sur vous pendant au moins 20 minutes. C'est l'occasion de continuer à vous hydrater et de vous restaurer dans une ambiance conviviale.

## COMMENT SE PASSE LE DON EN LUI-MÊME ?

Le don de plasma se fait comme un don de sang classique, mais avec une étape de filtration en plus. Cette méthode (appelée apharesèse) permet de récolter **trois fois plus de plasma** que lors d'un don de sang.

### Des cycles de prélèvement et de restitution

L'automate prélève votre sang, sépare le plasma des autres composants et vous restitue vos globules rouges, vos globules blancs et vos plaquettes. Puis, il recommence un nouveau cycle de prélèvement jusqu'à atteindre le volume de plasma programmé.

### PLUSIEURS CYCLES, 1 BRAS SOLlicitÉ, 1 AIGUILLE.

Le prélèvement dure en moyenne **45 minutes**, ce qui vous permet d'avoir un moment au calme, allongé confortablement. L'occasion idéale pour prendre le temps de vous reposer, et de vous connecter ou déconnecter.



**PENSEZ À BIEN VOUS HYDRATER TOUT AU LONG DE VOTRE PARCOURS DU DON**



## VOUS HÉSITEZ À FRANCHIR LE PAS ? PEUT-ÊTRE PARCE QUE...

### Vous avez peur ?

Après leur premier don de plasma, plus de 95% des donateurs souhaitent revenir donner. Comme pour le don de sang, les procédures sont parfaitement sécurisées.

Le matériel est stérile, à usage unique et en circuit fermé (le sang n'est jamais en contact direct avec la machine, il ne peut donc pas être en contact avec le sang d'un autre donneur). De plus, le personnel soignant reste avec vous tout au long de votre don.

### Vous manquez de temps ?

Nous avons tous des journées bien remplies, mais sachez que le don plasma est précieux pour de très nombreuses personnes qui ne peuvent pas vivre sans ces dons. Le don de plasma dans son ensemble prend environ 1h30. Vous pouvez en profiter pour lire, jouer sur votre smartphone, travailler, etc...

### Vous craignez d'avoir mal ?

Pas de panique ! Pour toute la procédure une seule aiguille est nécessaire. Celle-ci est de la même taille qu'une aiguille utilisée pour le don de sang.

### Vous avez peur de faire un malaise ?

Moins de 5% des donateurs ressentent de légers vertiges temporaires suite au don. Les 95% restants déclarent que leur don s'est très bien passé. Tout au long de votre don, notre équipe vous proposera, au besoin, des exercices de respiration et de décontraction.

**Votre plasma soigne de nombreux patients !**

## VOTRE DON EST PRÉCIEUX

De très nombreux patients sont soignés chaque année grâce aux médicaments produits à partir des protéines extraites du plasma, ou directement par des transfusions de plasma. **Les besoins sont grandissants.**

Votre plasma sera forcément compatible avec quelqu'un :

		DONNEURS de plasma			
		O	A	B	AB
RECEVEURS	O	✓	✓	✓	✓
	A		✓		✓
	B			✓	✓
	AB				✓

CHLOÉ

**PATIENTE**



« Jeune étudiante de 20 ans, je suis atteinte d'une pathologie qui entraîne un déficit immunitaire. Les perfusions issues du don de plasma me permettent de vivre ma vie comme n'importe quelle personne de mon âge. Ça m'a changé la vie ! J'ai évité plusieurs admissions à l'hôpital. Je sais que ce traitement n'existerait pas sans votre générosité. Alors, je tiens à remercier tous les donateurs, vous rendez la vie meilleure à bien des personnes. »

Face aux besoins croissants, un vrai défi s'offre à nous !

\* Attention ce test ne remplace pas l'entretien préalable au don.