

# EN 1 HEURE, VOUS POUVEZ SAUVER 3 VIES !

**1 HEURE**, c'est le temps qu'il faut pour un don de sang !



Accueil



Entretien  
préalable au don



Prélèvement  
7 à 10 min.



Pause A+

**3**, c'est le nombre de **VIES SAUVÉES** avec 1 don de sang.



## ✓ Pour se présenter à un don de sang, il faut :

- Être agé(e) de **18 à 70 ans** (et 65 ans pour les dons de plasma/plaquettes)
- Peser au moins **50 kg** (et au moins 55 kg pour les dons de plasma/plaquettes)
- Être muni(e) d'une **pièce d'identité** ou de sa carte donneur
- Respecter un délai minimum de **8 semaines entre 2 dons de sang**
- Pensez à prendre avec vous :
  - la confirmation de votre RDV envoyée par Email et/ou SMS
  - l'attestation de déplacement dérogatoire au motif de « l'assistance aux personnes vulnérables » ou d'une déclaration sur l'honneur indiquant « aller donner mon sang » si les consignes gouvernementales en vigueur l'exigent (pendant le créneau horaire du couvre-feu / en confinement)

## ✓ Par précaution, vous ne pouvez pas donner votre sang 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 consommé de la **drogue par voie intraveineuse**.

## ✓ Dans certaines situations, vous devrez attendre avant de pouvoir donner votre sang :

- **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 un **piercing**, un **tatouage**
- **4 mois** après une **intervention chirurgicale** avec hospitalisation de plus de 24h
- **4 mois** après un **voyage dans un pays où sévit le paludisme** (malaria) ou d'autres parasitoses comme la **maladie de Chagas** (sauf pour le don de plasma)
- **6 mois** après l'accouchement et **pas pendant la grossesse**

**N'oubliez pas : avant de prendre RDV et de vous déplacer, vérifiez votre éligibilité au don de sang !**

Faites le test en ligne : [dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr), rubrique « Puis-je donner ? » ou **Appli Don de sang**

*Attention, les résultats du test ne remplacent pas l'entretien préalable au don*

PARTAGEZ VOTRE POUVOIR  
DONNEZ VOTRE SANG !

0 800 109 900

Service & appel  
gratuits