



# Croce Rossa Italiana

Comitato Provinciale di Roma - Attività Donazione del Sangue

Tel 06.5875274 - 06.5875320; Fax 06.65741171

[donatorisangue@criroma.org](mailto:donatorisangue@criroma.org) [www.criroma.org](http://www.criroma.org)

## REQUISITI PER DONARE IL SANGUE

La donazione del sangue può essere effettuata al mattino in orario compreso fra le 8,00 e le 11,00 da tutte le persone in buona salute con età compresa tra i 18 ed i 60 anni (59 anni e 364 giorni); i donatori di sangue volontari periodici possono donare il sangue fino a 65 anni (64 anni e 364 giorni) \*.

Per poter donare il sangue ci si dovrà presentare muniti di Tesserino Sanitario e di Documento di Riconoscimento valido, gli stranieri devono esibire il passaporto con visto di ingresso per turismo o per studio oppure il permesso di soggiorno.

**L'aspirante donatore di sangue:  
deve pesare almeno 50 Kg.**

La pressione arteriosa sistolica deve essere compresa tra 110 e 180 mm di mercurio e la pressione arteriosa diastolica tra 60 e 100 mm di mercurio. Il polso deve essere ritmico, regolare, e le pulsazioni comprese tra 50 e 100 al minuto.

**essere a digiuno da almeno 8 ore.**

**la sera prima della donazione deve cenare regolarmente, ma senza eccessi.**

**Non deve aver assunto farmaci di alcun tipo nei giorni immediatamente precedenti.**

**Al mattino, prima della donazione è consentito assumere caffè, tè, succo di frutta.**

**Non è idoneo a donare il sangue chi ha assunto latte, derivati del latte (formaggio, burro, panna, yogurt, alimenti o farmaci a base di latte e/o contenenti fermenti dello yogurt e/o fermenti Lattici (LC1, Lactobacillus Gasseri, Lactobacillus Casei e Bifidobacterium Lactobacillus Defensis, contenuti in prodotti quali Actimel, Lactoflorene, Prolife, e assimilati) e cibi solidi.**

**L'intervallo minimo di legge tra una donazione e l'altra è di 90 giorni, quindi si può donare il sangue al massimo 4 volte l'anno;**

**le donne, in periodo fertile, possono donare il sangue al massimo di 2 volte l'anno.**

**(\*) I donatori di sangue volontari periodici di oltre 60 anni di età dovranno sottoporsi a visita cardiologica ed elettrocardiogramma almeno una volta l'anno e dovranno recare con se il risultato diagnostico con data inferiore all'anno.** Per i donatori di sangue periodici la visita cardiologica e l'elettrocardiogramma possono essere richiesti al medico di base senza spese di ticket con il codice di esenzione T01

**Il donatore di sangue della Croce Rossa è informato e consapevole del gesto che compie (leggere le Linee Guida per la donazione consapevole di sangue)**

**Donare il sangue, dieci minuti per salvare la vita!**

---

Per ulteriori informazioni rivolgersi all'Attività Donazione del Sangue della Croce Rossa Italiana presso il Comitato Provinciale di Roma.

Tel: 06.5875274, 06 5875320

e-mail [donatorisangue@criroma.org](mailto:donatorisangue@criroma.org) sito internet [www.criroma.org](http://www.criroma.org)