

18 ans, c'est le moment !

Vous avez envie de vous impliquer dans une action solidaire concrète ? Rien de plus simple.

A la veille de votre **majorité**, ou majeur depuis peu, vous découvrirez vos **nouveaux droits** et devoirs de citoyens. Parmi les nouvelles possibilités qui s'offrent à vous, les Dons de Vie (sang, plaquettes, plasma, sang de cordon, moelle osseuse, organes) sont une opportunité unique d'offrir la vie à ceux qui en ont besoin.

Mais pour cela, il faut connaître ces dons et prendre conscience de leur importance : qu'est-ce que c'est ? A quoi ça sert ? Pourquoi c'est utile ? Comment ça se passe pour donner concrètement ?

Toutes les réponses sont dans ce petit guide ! Et n'oubliez pas : chacun d'entre nous a le don d'aider les personnes atteintes de maladie (cancer, leucémie et bien d'autres).

Ensemble, agissons !

www.association-gregorylemarchal.org
www.laurettefugain.org
www.greffedevie.fr

Don de sang placentaire

Le sang placentaire (appelé aussi sang de cordon car il se trouve dans le cordon ombilical) est le sang qui est issu du placenta. Il renferme une grande quantité de cellules souches qui sont à l'origine de nos cellules sanguines. Celles-ci peuvent être greffées à des malades dont la moelle osseuse ne fonctionne plus (leucémie, aplasie...).

Cinq conditions pour ce type de don :

- 1- entretien** avec un médecin spécialiste pendant la grossesse,
 - 2- accouchement** dans une maternité habilitée,
 - 3- examen clinique*** de votre bébé à la naissance et vers l'âge de 3 mois,
 - 4- analyse de votre sang*** en vue de dépister une éventuelle maladie infectieuse,
 - 5- mention spéciale**, figurant sur le carnet de santé de votre enfant,
- *ces analyses seront effectuées gratuitement.

Comment se déroule un don de sang placentaire ?

Le sang placentaire est collecté lors de l'accouchement, après la naissance et avant la délivrance. Ce n'est pas douloureux ni dangereux, ni pour vous ni pour votre enfant.

Quelques maternités travaillent avec les banques de sang de cordon du Réseau Français de Sang Placentaire, piloté par l'Agence de la biomédecine. Les pouvoirs publics travaillent à la généralisation des centres de prélèvement de sang placentaire dans les hôpitaux. La Fondation Générale de Santé et l'Etablissement Français du Sang ont notamment signé un partenariat afin d'augmenter le nombre de maternités collectrices.

Comment et où donner ?

Pour plus de renseignements et pour connaître la liste des maternités habilitées :
www.laurettefugain.org
www.sangdecordon.org

Don de sang

Le sang est **le plus important liquide biologique** qui irrigue tous les organes, leur apporte oxygène et éléments nutritifs et les débarrasse de leurs déchets.

Le don de sang : qui et comment ?

Le don du sang est possible de **18 à 70 ans**, à raison de 6 fois par an pour les hommes jusqu'à 60 ans, et 4 fois par an pour les femmes ainsi que pour les hommes à partir de 61 ans. Il faut peser au moins 50 kg et respecter 8 semaines entre 2 dons. Les donneurs de tous les groupes sanguins sont bienvenus, mais **le groupe O négatif, donneur universel de globules rouges, est particulièrement recherché.**

Comment donner ?

Renseignez-vous sur
www.dondusang.net

Don de plasma

Le plasma sanguin **est le composant liquide du sang**, dans lequel les cellules sanguines sont en suspension. Les grands brûlés, les hémophiles, les patients souffrants de troubles de la coagulation ou de déficit immunitaire grave sont ceux qui ont le plus besoin du don de plasma.

Le don de plasma **est possible de 18 à 65 ans**. Tous les donneurs peuvent effectuer un don de plasma. Cependant, les individus **de groupe AB sont « donneurs universels en plasma »**, leur plasma pouvant être transfusé à tous les malades. **Les individus de groupe B** sont également particulièrement recherchés pour ce type de don.

Que faut-il faire pour devenir donneur de plasma ?

La technique dite de plasmaphérèse consiste à prélever 600 ml de plasma grâce à un séparateur de cellules et à un **kit stérile et à usage unique.**

Le sang est prélevé puis séparé pendant le don par une technique de centrifugation : le plasma est recueilli et les cellules (globules rouges, globules blancs et plaquettes) sont rendues au donneur par la même voie.

Le don de plasma s'effectue généralement sur rendez-vous.

Il faut respecter un délai de 2 semaines entre chaque don de plasma.

Renseignez-vous auprès de l'Etablissement Français du Sang de votre région via le site internet : www.dondusang.net

Don de plaquettes

Les plaquettes sont de **petites cellules produites par la moelle osseuse**, tout comme les globules rouges et les globules blancs. **Elles jouent un rôle majeur dans la coagulation du sang** afin de prévenir ou de stopper une hémorragie. Le don de plaquettes est indispensable pour les patients atteints de maladies hématologiques et de cancers.

Pourquoi donner ?

Les plaquettes ne se conservent pas plus de 5 jours contrairement aux globules rouges et au plasma. **Les réserves et les stocks sont donc impossibles à constituer.** Pour cela un flux permanent et quotidien de donneurs doit être disponible.

Que faut-il faire pour devenir donneur de plaquettes ?

Il suffit de s'adresser à l'Etablissement Français du Sang. Une consultation médicale et un test sanguin sont effectués pour voir si le donneur remplit toutes les conditions nécessaires (personne âgée de 18 à 65 ans et en bonne santé).

Le prélèvement dure environ 2 heures. Le sang prélevé passe dans un séparateur qui collecte uniquement les plaquettes et restitue ensuite le sang au donneur.

Le don est indolore et sans risques puisque le dispositif de prélèvement est à usage unique.

Il est indispensable de prendre rendez-vous pour effectuer un don de plaquettes. Pour plus d'informations : www.dondusang.net

Don de moelle osseuse

La moelle osseuse (ne pas confondre avec la moelle épinière) se trouve dans nos os : c'est le lieu de naissance et de maturation des différents éléments du sang (globules rouges, globules blancs et plaquettes). Dans certains cas de leucémies et de maladies du sang, la greffe de moelle osseuse peut représenter le seul espoir de guérison. Il faut alors trouver un donneur compatible. Si frères et sœurs ne sont pas compatibles, une recherche de donneur est lancée sur les registres français et internationaux.

Conditions pour s'inscrire sur le fichier des donneurs de moelle osseuse

- **Être en bonne santé**, être âgé de plus de 18 ans et de moins de 51 ans, accepter de répondre à un questionnaire de santé et de faire une prise de sang.
- **Respecter les 3 principes du don** : anonymat, gratuité et consentement.

Que faut-il faire pour devenir donneur de moelle osseuse ?

L'inscription sur le Registre des donneurs de moelle osseuse est une décision personnelle, **réfléchie, qui suscite un engagement**.

Etre volontaire au don de moelle osseuse signifie être inscrit sur le Registre France Greffe de Moelle et se tenir disponible jusqu'au jour où un malade aura besoin de vous pour lui donner un peu de votre moelle osseuse.

Pour s'inscrire sur le registre France Greffe de moelle et peut-être, un jour, sauver la vie d'un malade : www.dondemoelleosseuse.fr

Don d'organes

Un don d'organes **permet de sauver en moyenne 3 vies**. La greffe d'organes consiste à remplacer un organe malade par un organe sain lors d'un acte chirurgical.

L'essentiel des organes provient de personnes décédées en état de mort cérébrale, ce qui représente environ 1% des décès en France.

La mort encéphalique ou mort cérébrale désigne l'arrêt brutal, définitif et irrémédiable de toutes les activités du cerveau.

Que dit la loi ?

La loi française repose sur le **principe du consentement présumé**, à savoir que chacun d'entre nous est considéré comme favorable au don de ses organes après sa mort, à moins de s'y être opposé de son vivant.

Que faut-il faire pour devenir donneur d'organes ?

Bien que nous soyons tous considérés comme **donneurs présumés par la loi française**, il est essentiel de **faire part de sa volonté à ses proches**. Car même si vous n'êtes pas inscrit sur le registre national des refus, ils seront consultés sur votre éventuelle opposition exprimée de votre vivant.

Ainsi vous les protégerez de ne pas avoir à interpréter votre volonté, ce qui évitera de rajouter de la douleur à leur douleur dans un moment si difficile.

Ci-joint, vous trouverez **2 cartes qui témoignent de votre volonté d'être donneur**. Vous pourrez les détacher et les donner à vos proches afin que ces derniers connaissent votre position.

Plus d'informations sur www.greffedevie.fr et www.association-gregorylemarchal.org
NB : le Registre National des Refus est disponible auprès de l'Agence de la Biomédecine : www.agence-biomedecine.fr

18 ANS C'EST LE MOMENT!

est un projet imaginé et mis en œuvre par :

Laurette Fugain :

l'association qui lutte contre la leucémie.

Missions :

- Financer la recherche médicale sur la leucémie et les maladies du sang.
- Mobiliser autour des différents dons de vie (sang, plasma, plaquettes, moelle osseuse, sang de cordon, organes).
- Aider les patients et les familles.

L'Association Grégory Lemarchal

qui vise à favoriser la prise de conscience du grand public au sujet de la mucoviscidose, et à lutter dans l'intérêt des patients atteints par cette maladie.

Missions :

- Aider et assister les patients touchés par la mucoviscidose et leur famille.
- Sensibiliser le public sur le don d'organes et la mucoviscidose.
- Financer la recherche scientifique

La Fondation Greffe de Vie

est une fondation reconnue d'utilité publique œuvrant en faveur de la greffe et du don d'organes.

Missions :

- Informer et sensibiliser le public sur le don d'organes et la greffe.
- Soutenir les activités de prélèvement.
- Venir en aide aux malades.

Sites web utiles :

www.laurettefugain.org

www.association-gregorylemarchal.org

www.greffedevie.fr

www.dondusang.net

www.dondemoelleosseuse.fr

www.agence-biomedecine.fr