

Podes doar sangue se...

- ♥ Tes unha **saúde normal**.
- 📖 Pesas máis de **50 quilos**.
- 👤 Idade entre **18 e 65 anos**.
- 👨‍⚕️ **A partir de 65 anos** co **permiso** do teu médico.

Ademais...

- 👤 Leva contigo o **DNI, carné de doador** ou **pasaporte**.
- 🍴 **Non acudas sen almorzar** e despois do xantar, espera polo menos 2 horas.
- 🗓️ Os **homes** poden doar ao ano un máximo de **4 veces** e as **mulleres 3 veces**, deixando pasar entre cada doazón polo menos 2 meses.

Nunca podes doar sangue se...

- 🚫 Padeciches, padeces ou es portador crónico de **enfermidades transmisibles polo sangue** (hepatite B ou C, SIDA, sífilis, lepra, chagas, HTLV,...); se consumiches **drogas por vía intravenosa**; se tes de xeito habitual **distintas parellas sexuais**; se mantiveches relacións sexuais a cambio de cartos ou drogas ou con persoas das cales descoñeces os seus hábitos sexuais; se a túa **parella padece hepatite B, C ou SIDA** ou está a tratamento con factores de coagulación de orixe humana.
- 🚫 Tampouco con **enfermidade grave** ou **crónica** (corazón, ril, pulmón...) ou se padeces cancro, epilepsia, asma grave, diabetes insulín dependente, bronquite severa ou enfermidade hematolóxica.
- 🚫 Se tes **historial familiar de enfermidade de Creutzfeldt-Jakob** ou da súa nova variante ou de calquera outra encefalopatía esponxiforme ou se residiches durante un período acumulado dun ano no **Reino Unido entre 1980 e 1996** inclusive (non inclúe a República de Irlanda) ou recibiches algunha transfusión no Reino Unido ou en Francia a partir de 1979.
- 🚫 Se recibiches **implante de córnea, esclerótica, duramáter humana ou bovina**, tratamento con extractos de pituitaria.

Sabías que...

A maioría de casos de **hepatite** na infancia ou adolescencia **non impiden** doar sangue.

Nas unidades móbiles e nos locais de doazón das **sete grandes cidades** poderás solicitar unha análise e comprobar se podes doar sangue.

Se tes relacións sexuais cunha **parella nova**, tes que esperar **4 meses** para doar sangue dende o derradeiro contacto **sexual sen protección**.

Tes que...

- 🕒 **Esperar 2 anos** despois de curar unha tuberculose, brucelose ou febre reumática.
- 🕒 **Esperar 6 meses** despois de ter contacto doméstico con doentes ou portadores de hepatite B, hepatite C ou VIH (SIDA).
- 🕒 **Agardar 6 meses** despois dun parto ou un aborto (en todo caso tes que esperar a rematar a lactancia).
- 🕒 **Agardar 6 meses** despois de curar unha toxoplasmose ou unha mononucleose ou se tomas tratamento para curar unha anemia.
- 🕒 **Esperar 4 meses** se fixeches un piercing, tatuaxe, acupuntura, endoscopia, cateterismo, perforación de pel ou mucosas ou se tiveches unha operación cirúrxica ou recibiches unha transfusión de sangue.
- 🕒 **Esperar 15 días** se tiveches febre ou gripe ou padeciches unha enfermidade infecciosa (con ou sen tratamento antibiótico).
- 🕒 **Esperar 7 días** despois dunha cirurxía menor con anestesia local ou tras unha extracción dental. **Esperar 3 días** despois dun empaste e **24 horas** despois dunha limpeza dental.

Importante: informa se...

📌 Tes **vacinas** recentes, **hipertensión** descompensada ou **alerxia** aos medicamentos.

🌐 A túa **parella sexual** é de **fora de Europa** ou se durante algunha **viaxe** mantiveches relacións sexuais con persoas de fora de Europa ou se recibiches unha **transfusión de sangue** fora de España.

✈️ **Viaxaches** ou residiches **no estranxeiro** nos últimos **12 meses**. Informa ao médico que país visitaches, durante canto tempo estiveches e cando voltaches.

DOA SANGUE

#sumateanonosoequipo



Máis información en ados.sergas.gal
doadorssangue.ados@sergas.gal
ou no teléfono **900 100 828**



ados
A xente da doazón de órganos e sangue

SERVIZO GALEGO de SAÚDE

XUNTA DE GALICIA