

Don du sang

Pour consulter la date de la prochaine collecte, rendez-vous [sur le site de l'Etablissement français du sang \(EFS\)](#).

Avant de vous inscrire, veuillez consulter les conditions de présentation ainsi que les contre-indications [disponibles sur le site de l'EFS](#).

Pour chaque don, il est demandé de se présenter avec une **pièce d'identité** (carte nationale d'identité, passeport ou titre de séjour).



[Accueil particuliers](#) > [Social - Santé](#) > [Don du sang - Don d'organe d'une personne vivante](#) > [Don du sang](#)

Fiche pratique

Don du sang

Vérfié le 16/03/2022 - Direction de l'information légale et administrative (Première ministre)

Il est possible de donner son sang à condition d'être majeur et de répondre à certains critères en matière de santé. Un entretien préalable au don de sang permet de vérifier s'il n'y a pas de contre-indication et si le donneur a bien respecté un délai minimum entre 2 dons. Aucune rémunération ne peut être versée au donneur. En principe, un mineur ou une personne de 71 ans et plus ne peuvent pas faire ce don.

Tout replier



Tout déplier



De quoi s'agit-il ?



- Le don de sang total est le plus courant. Il est utilisé pour des transfusions sanguines et la recherche médicale.
- Le don de plasma est utilisé pour préparer les vaccins, sérums, remèdes contre l'hémophilie. Il est également utilisé en prévention de la maladie du nouveau-né liée au rhésus. C'est notamment le cas

lorsqu'une femme Rh négatif est enceinte d'un bébé Rh positif.

- Le don de plaquettes sanguines sert notamment à soigner certains cancers, dont la leucémie.

Qui peut faire un don ?



Conditions de santé à remplir

Pour faire un don de sang, vous devez être en bonne santé et peser au minimum 50 kg.

Vous pouvez être exclu du don de sang en cas de contre-indications médicales, mais vous ne pouvez pas en être exclu en raison de votre orientation sexuelle.

Toutefois, il ne vous est pas possible de faire un don de sang notamment si vous êtes dans l'une des situations suivantes :

- Vous avez subi une transfusion et/ou une greffe, quelle qu'en soit la date
- Vous avez séjourné au Royaume-Uni pendant au minimum 1 an cumulé entre 1980 et 1996
- Vous pourriez transmettre par la voie du sang, une bactérie, un virus ou un parasite entraînant des maladies
- Vous pourriez transmettre une infection virale par la voie sexuelle
- Vous êtes enceinte

D'autres critères sont exigés, vous pouvez tester votre capacité à donner en répondant à un [questionnaire](#).

Condition d'âge

La nature du don que vous pouvez faire varie selon votre âge :

Limites d'âge des donneurs

Âge	Nature du don
Moins de 18 ans	Aucun don, sauf en cas d'urgence et avec l'accord du mineur et de ses parents
De 18 à 65 ans révolus	Tout type de don est autorisé. Toutefois, à partir de 50 ans, le don de granulocyte (famille des globules blancs) n'est plus autorisé.
Après 60 ans	Le 1er don est soumis à l'autorisation du médecin responsable du prélèvement
À partir de 65 ans révolus	Seul le don de sang total est autorisé, avec l'autorisation du médecin
71 ans et plus	Aucun don n'est autorisé, sauf pour des cas exceptionnels (sang rare)

Majeur faisant l'objet d'une mesure de protection juridique (tutelle, curatelle, ...)

Le don du sang est ouvert à un majeur faisant l'objet d'une mesure de protection juridique avec représentation aux biens et assistance.

Il ne l'est pas dans le cas d'une protection juridique avec représentation de la personne.

Comment donner son sang ?



Avant le prélèvement

Il vous est conseillé d'avoir mangé, tout en évitant d'absorber des graisses et des boissons alcoolisées dans les heures précédant le prélèvement.

Vous devez vous soumettre à un examen médical pratiqué par le médecin responsable du prélèvement avant chaque don du sang. Au cours de cet examen, vous devez remplir un questionnaire et vous êtes interrogé par le médecin.

Lors de votre inscription administrative, vous devez présenter une pièce d'identité.

Lors de l'entretien préalable au don, le corps médical détermine si votre état de santé vous permet de donner. Il vérifie qu'il n'y a pas de contre-indication et que vous pouvez supporter ce don. Le don a une durée variable selon que vous donnez votre sang, votre plasma ou des plaquettes.

Après le prélèvement

Il vous est conseillé d'observer un court repos, sous surveillance médicale. Une légère collation vous est offerte par le centre de prélèvement.

Au moment du prélèvement, un document vous est remis avec un numéro de téléphone de l'établissement et la personne à joindre pour toute information pouvant intéresser le médecin de prélèvement.

Il est important de signaler tout détail oublié lors de l'entretien préalable dans les heures qui suivent et jusqu'à 15 jours après le prélèvement de sang.

Toute anomalie dépistée lors de l'analyse de votre sang vous sera signalée.

Quelle est la durée du prélèvement ?



Durée selon le type de prélèvement

Type de don	Durée
Don de sang total	8 à 10 minutes Prévoir 45 minutes à 1 heure (entretien médical, repos et collation)
Don de plasma	Entre 1 heure et 1 heure 30
Don de plaquettes	Environ 2 heures 30

Où donner son sang ?



L'Établissement français du sang (EFS) présente les informations pour savoir où et quand faire un don du sang :

Où s'adresser ?

[Prendre rendez-vous pour donner son sang](#)



Quel intervalle entre les dons ?



Intervalle minimum à respecter entre 2 dons

L'intervalle minimum entre 2 dons similaires varie de 2 à 8 semaines.

Limites et périodicité

Type de don	Nombre de dons maximum dans l'année	Intervalle minimum entre 2 dons (similaires)	
	Homme	Femme	
Don de sang total	6		8 semaines
Don de plasma par aphérèse	24		2 semaines
Don de plaquettes	12		4 semaines

Les intervalles à respecter entre 2 dons non similaires varient entre 2 semaines et 16 semaines.

⚠ Attention :

au cours d'une année, un maximum de 24 prélèvements est autorisé par donneur, tout type de don confondu.

Cas particuliers

- ✔ Après la fin des symptômes d'une maladie virale (exemple : grippe)
2 semaines
- ✔ Après un piercing ou un tatouage
4 mois
- ✔ Après un accouchement

6 mois

- ✔ Après une opération chirurgicale

Entre 7 jours et 4 mois

- ✔ Après le retour d'une zone à risque pour le paludisme
 - ✔ Depuis moins de 4 mois

Le don est contre-indiqué 4 mois après votre retour d'une zone à risque.

✎ À noter

au début de l'entretien médical, pensez à communiquer cette information au médecin ou à l'infirmier/ère responsable du prélèvement.

- ●✔ Entre 4 mois et 3 ans

Le don est autorisé si le test sérologique est négatif à chaque don pour la personne :

- soit née ou ayant vécu en [zone à risque](#) au cours de ses 5 premières années,
- soit ayant voyagé ou séjourné pendant une durée supérieure à 6 mois consécutifs en zone à risque.

✎ À noter

au début de l'entretien médical, pensez à communiquer cette information au médecin ou à l'infirmier/ère responsable du prélèvement.

- ●✔ Depuis plus de 3 ans

Le don est autorisé si le test sérologique est négatif au premier don pour la personne :

- soit née ou ayant vécu en [zone à risque](#) au cours de ses 5 premières années,
- soit ayant voyagé ou séjourné pendant une durée inférieure à 6 mois consécutifs en zone à risque.

✎ À noter

au début de l'entretien médical, pensez à communiquer cette information au médecin ou à l'infirmier/ère responsable du prélèvement.

Textes de référence



- [Code de la santé publique : articles L1211-1 à L1211-9](#) 

Don et utilisation des éléments et produits du corps humain

- [Code de la santé publique : articles L1221-1 à L1221-14](#) 

Collecte, préparation et conservation du sang

- [Code de la santé publique : articles D1221-1 à D1221-4](#) 

Bénévolat du don du sang

- [Code de la santé publique : article R1221-5](#) 

Sélection des donneurs

- [Arrêté du 17 décembre 2019 fixant les critères de sélection des donneurs de sang](#) 

Pour en savoir plus

- [Questionnaire préalable à un don du sang](#) 

Établissement français du sang

- [Le don de sang : questions pratiques](#) 

Établissement français du sang

- [Carte de groupe sanguin](#) 

Établissement français du sang

- [Carte du paludisme](#) 

Institut Pasteur



Lien utile

[Questionnaire : puis-je donner mon sang ? dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr)