



Le strade della solidarietà sono infinite. La donazione del sangue rappresenta una delle vie che più facilmente possiamo imboccare per stare al fianco di chi soffre.

L'impegno dell'AIL è orientato a sostenere sia la **ricerca scientifica** sulle malattie del sangue, sia i pazienti costretti a

cure specifiche nei reparti ospedalieri e a casa

. Qualche volta, per questi pazienti, i medici devono fare ricorso allo

strumento della trasfusione

e non sempre il sangue raccolto attraverso i familiari del ricevente è sufficiente. Ecco dunque uno dei casi in cui è necessario per gli ospedali e le strutture sanitarie in genere, avere dei donatori sui quali contare.

Spesso la mancanza di una corretta informazione sull'argomento scoraggia anche i più generosi, tenendoli lontani da quella che per qualcuno è già una buona abitudine.

Occorre innanzitutto considerare che **il prelievo non comporta rischi**, come nel caso di una banalissima analisi del sangue. Cambia solo il tempo di permanenza nella sala prelievi, una quindicina di minuti se si dona sangue intero.

In ogni caso, è un'operazione che viene eseguita nel più totale rispetto delle norme igieniche e di sicurezza. Inoltre la quantità di sangue prelevata equivale a circa 450 millilitri, sui sette litri che circolano nel nostro corpo. Una quantità quindi piuttosto contenuta. L'Italia ha raggiunto l'autosufficienza, rispetto al fabbisogno di sangue, ma in alcune aree ci sono maggiori carenze rispetto ad altre.

Sottolineare che **non si tratta soltanto di un gesto di altruismo**, la molla principale che spinge verso la donazione, è importante.

Attraverso questa pratica, infatti, facciamo qualcosa anche per la nostra salute.

I soggetti che donano regolarmente, ma ciò vale anche nel caso di una donazione occasionale, sono sottoposti ad una serie di controlli che, per pigrizia o per mancanza di informazione, non fanno durante l'anno. Le analisi cui viene sottoposto il sangue, prima e dopo la donazione, sono accuratissime. Colui che dona "**passa attraverso**" l'emocromo con formula, test per l'epatite B e C e test per l'HIV.

Ai donatori abituali inoltre, vengono controllati, almeno una volta l'anno, i livelli di glicemia, creatinina, colesterolo totale e HDL (quello cosiddetto cattivo), i trigliceridi e le proteine totali.

Inoltre prima di stendersi sul lettino per la donazione, si viene visitati dal medico, che accerta il nostro stato di salute e le nostre abitudini quotidiane.

Alcuni studi scientifici avrebbero anche dimostrato che il rischio di sviluppare patologie come il diabete mellito o quelle cardiovascolari, risulterebbe più basso nei donatori abituali di sangue, cioè quelli che lo fanno almeno una volta l'anno. E allora perché indugiare? Fate del bene e fatevi del bene.

Donate il sangue.□

□