

À lire avant de vous inscrire

CRITÈRES	PUIS-JE DONNER DU SANG ?
ACCOUCHEMENT ALLAITEMENT GROSSESSE	✓ Si votre accouchement date de plus de 6 mois.
	✓ Si vous allaitez, à condition que votre accouchement date de plus de 6 mois.
	✗ Si vous êtes enceinte.
ACUPUNCTURE	✓ S'il s'agit d'aiguilles à usage unique. <b>SINON</b> , vous devez attendre 3 mois.
ÂGE	✓ Si vous avez 18 ans et plus.
ALLERGIES	✓ Si vous vous sentez bien, et ce, même si vous avez reçu une injection de désensibilisation.
CANCER	✓ S'il s'agit d'un cancer de la peau baso ou spino-cellulaire ou d'un cancer du col de l'utérus <i>in situ</i> , en autant qu'il ait été traité avec succès.
	✗ S'il s'agit de tout autre type de cancer : consultez le personnel d'Héma-Québec.
CHOLESTÉROL	✓ Aucune restriction.
DENTISTE	✓ Si blanchiment ou prise d'empreintes.
	✓ Le lendemain d'une obturation (plombage, restauration), d'un nettoyage ou d'un traitement d'orthodontie.
	✓ 3 jours après une extraction, une chirurgie, un traitement de canal, une couronne, un curetage, une autogreffe de gencive ou un implant.
DIABÈTE	✓ Vous pouvez donner si résolu ou contrôlé par la diète ou par la prise d'un médicament par la bouche. <b>SI INJECTION D'INSULINE</b> : consultez le personnel d'Héma-Québec.
DROGUES	✗ Si injection intraveineuse, même une seule fois.
ÉLECTROLYSE	✓ S'il s'agit d'aiguilles personnelles ou à usage unique. <b>SINON</b> , vous devez attendre 3 mois.
COMPORTEMENTS SEXUELS À RISQUE	✗ Si vous avez eu des relations sexuelles anales avec un nouveau ou une nouvelle partenaire ou avec plusieurs partenaires au cours des trois derniers mois.
MAL DE GORGE	✗ Tant que les symptômes persistent et, si vous prenez des antibiotiques, tant qu'ils ne sont pas terminés.
MÉDICAMENTS	→ Assurez-vous d'avoir le nom de vos médicaments.
PERÇAGE/TATOUAGE	✓ Si depuis plus de 3 mois.
PIQÛRE DE TIQUE	✗ Si la piqûre de tique a eu lieu il y a moins de 30 jours.
POIDS	Don de sang total :
	✓ – Pour les <b>HOMMES</b> , vous pouvez donner si vous pesez au moins 50 kg (110 lb). – Pour les <b>FEMMES</b> , si vous avez 23 ans et plus, vous pouvez donner si vous pesez au moins 50 kg (110 lb). Si vous avez entre 18 et 22 ans, consultez le personnel d'Héma-Québec pour savoir si vous pouvez donner.
RHUME	✓ Si vous vous sentez bien et ne faites pas de fièvre.
VACCINS	✓ Si vous avez reçu un vaccin contre la grippe ou la COVID-19. <b>AUTRES VACCINS</b> : consultez le personnel d'Héma-Québec.

# Avez-vous voyagé?

À lire avant de vous inscrire

## PAYS VISITÉS

## PUIS-JE DONNER DU SANG ?

### RISQUE POUR ZIKA ET AUTRES ARBOVIRUS

Si, au cours des 21 derniers jours, vous êtes revenu d'un voyage ailleurs qu'au **CANADA**, aux **ÉTATS-UNIS** continentaux ou en **EUROPE**

✗ Vous ne pouvez pas donner de sang pendant trois semaines (21 jours) à partir de votre date de retour.

### RISQUE DE MALARIA\*

BAHAMAS	✓ Pays non à risque de malaria.
COSTA RICA	✗ Si vous êtes allé dans les provinces d'Alajuela ou de Limón : interdiction temporaire**.
	✓ Si vous êtes allé dans toute autre région du Costa Rica.
CUBA	✓ Pays non à risque de malaria.
GUATEMALA	✓ Si vous êtes allé dans les villes de Antigua, Guatemala et au Lac Atitlan.
	✗ Si vous êtes allé dans toute autre région du Guatemala : interdiction temporaire**.
HAÏTI	✗ Interdiction temporaire**.
JAMAÏQUE	✓ Pays non à risque de malaria.
MEXIQUE	✗ Si vous êtes allé dans les provinces du Chiapas, Chihuahua et Campeche : interdiction temporaire**.
	✓ Si vous êtes allé dans toute autre région du Mexique.
NICARAGUA	✗ Dans les régions autonomes de la Côte caraïbe nord et de la Côte caraïbe sud : interdiction temporaire**.
	✓ Si vous êtes allé dans toute autre région du Nicaragua.
RÉPUBLIQUE DOMINICAINE	✗ Si vous êtes allé dans les provinces d'Azua, La Altagracia (incluant Punta Cana), Elias Pina, San Juan ou Santo Domingo : interdiction temporaire**.
	✓ Si vous êtes allé dans toute autre région de la République dominicaine.
VENEZUELA	✗ Interdiction temporaire**.

\* Le critère de malaria ne s'applique pas aux dons de plasma par aphérèse destiné à la fabrication de solutions à partir de protéines plasmatiques.

\*\* **SÉJOUR DE MOINS DE 6 MOIS** : vous êtes admissible 3 mois après votre retour. **SÉJOUR DE 6 MOIS OU PLUS** : vous êtes admissible 3 ans après votre retour.

Pour plus d'information  
1 800 847-2525