

# FRITZ

LE DÉCRYPTEUR D'INFO !

24 OCTOBRE 2024



**le dossier**

## DONNER SON SANG, COMMENT ÇA MARCHE ?

Fritz a eu envie de savoir comment se passe, pour de vrai, le don du sang. Du coup, on y est allés et on a testé. Même pas mal !

 d'infos sur [www.fritzlemag.fr](http://www.fritzlemag.fr)



Fritz - 3, rue de la Tuilerie - 37250 Saint-Avertin - Tél. 02 47 20 40 00  
Directrice de la publication : Christelle Hélène-Kibleur - Directeur de la rédaction : Matthieu Pays - Contact rédaction : 02 47 20 18 14 ou [redaction@fritzlemag.fr](mailto:redaction@fritzlemag.fr)  
Service abonnement : 02 47 20 40 00 ou [abo@fritzlemag.fr](mailto:abo@fritzlemag.fr) - Gratuit - Ne peut être vendu - Conception graphique : Agence Projectil - Éditeur : SAS Helpay, au capital de 40 000 €  
Impression : Projectil Sogepress - Dépôt légal à date de parution. N°7 - 24 octobre 2024 - ISSN 2743-5423/CPAP 1222 D 94413 -  
Reproduction d'articles interdite sauf autorisation - Loi n°49 956 du 16/07/1949 sur les publications destinées à la jeunesse - [www.fritzlemag.fr](http://www.fritzlemag.fr)

# DONNER SON SANG, C'EST COMMENT ?

L'ÉQUIPE DE FRITZ A DÉCIDÉ D'ALLER DONNER SON SANG. POURQUOI ? PARCE QU'ON A L'ÂGE, ON EST EN BONNE SANTÉ, ET PARCE QUE ÇA NOUS INTRIGUAIT ! ON T'EXPLIQUE COMMENT ÇA SE PASSE...

ÉMILIE MENDONÇA.

infos sur [www.fritzlemag.fr](http://www.fritzlemag.fr)

**E**n ce vendredi matin, direction la Maison du Don, située dans le quartier des Deux-Lions, à Tours. Direction l'Accueil. Sauf qu'on a repéré des viennoiseries et des gâteaux au chocolat, là-bas sur un comptoir ! Il va falloir résister à la tentation : ce qu'on appelle la « collation », ce petit goûter, c'est pour les gens qui ont déjà donné leur sang. Nous allons donc suivre tout le parcours pour y avoir droit ! Tout d'abord, on vérifie notre carte d'identité. En effet, pour donner son sang il faut avoir entre 18 et 70 ans, et peser au moins 50 kg. Vieux mais pas trop, et un peu gourmands, c'est bon pour nous ! Deuxième étape : remplir un questionnaire de santé. Nous voici aussi sérieux que des collégiens avant un exam, stylo à la main et très concentré. C'est qu'il faut répondre sérieusement, et dire la vérité dans ce questionnaire, pour que l'Établissement Français du Sang soit sûr que notre sang est sain. Bien sûr, les gens qui ont des maladies grave ou en ont déjà eues, comme un cancer ou une hépatite par exemple, ne peuvent pas donner car leur système immunitaire a été fragilisé. Mais ce n'est pas tout ! La moindre fièvre, et hop ! On ne donne pas son sang car on pourrait transmettre ce petit virus.

D'autres contre-indications nous surprennent un peu plus : si on a eu un détartrage des dents la veille, ou si on s'est fait enlever une dent dans la semaine qui précède, pas de don non plus, car il y a toujours un petit risque d'infections des gencives. Heureusement, nous n'avons pas voyagé dans des pays exotiques, on a le même amoureux depuis longtemps (c'est quatre mois minimum avec le même partenaire), et nous n'avons pas fait de tatouage dans les quatre derniers mois, donc on va pouvoir donner ! Un médecin vérifie notre questionnaire pour être sûr que tout roule, et ensuite nous passons entre les mains d'une infirmière, à demi-allongé dans un fauteuil confortable. Elle plante l'aiguille dans notre bras (on souffle un grand coup et ça passe tout seul), puis notre sang se met à remplir une poche et un tube. Ça va assez vite, en moins d'un quart d'heure nous voilà enfin à grignoter des croissants ! En réalité, le petit goûter est une astuce pour surveiller que personne ne fait un malaise après le don de sang. Nous voilà repartis... Mais notre sang, lui va voyager ! Le tube de sang va à Angers pour être analysé. C'est la « qualification » où on vérifie qu'il n'y a pas de virus, et qu'il est de qualité. S'il y a un souci, on prévient les col-

« JE DONNE MON SANG DEPUIS PLUSIEURS ANNÉES, ÇA ME SEMBLE IMPORTANT D'AIDER TANT QUE JE SUIS EN BONNE SANTÉ ! »  
GABRIEL, 50 ANS.

lègues qui ont récupéré la poche (c'est pour ça qu'il y a des codes barres partout, pour s'y retrouver). Car la poche de sang est partie de son côté à Poitiers pour être préparée. Une centrifugeuse permet de séparer les globules rouges du plasma et des plaquettes. Trois ingrédients différents car tous les malades à l'hôpital n'ont pas besoin des mêmes choses. En donnant une fois son sang on peut donc aider trois personnes différentes en Touraine et même en région parisienne, car la région Centre exporte du sang en plus de fournir les cliniques et hôpitaux locaux.

## L'AVIS DU PRO

Coralie Gaudin travaille à l'Établissement Français du Sang et nous a guidés. Elle nous a expliqué où va notre sang après le don :

« Le tube est analysé à Angers pour vérifier que tout va bien, et la poche de sang va en préparation à Poitiers. On sépare le plasma (55 % du sang), les globules rouges (44 % du sang) et les plaquettes (seulement 1 % du sang). Tout cela revient en Touraine, à l'hôpital Bretonneau à Tours. Une personne s'occupe alors de gérer les commandes et la distribution du sang aux hôpitaux et cliniques qui en ont demandé en fonction des opérations qui sont programmées et des prévisions. Au total, en Touraine pour satisfaire les besoins il faut 530 dons par semaine (en comptant aussi les exportations vers l'Île-de-France qui manque de donneurs).»

5

litres de sang  
dans un corps d'adulte  
(un don c'est 0,4 litre).



D'INFOS

## Y'a quoi dans mon sang ?

Plaquette, plasma... C'est quoi tout ça ? Le sang humain est composé de quatre éléments. Le plasma transporte les globules, les plaquettes, les nutriments, l'oxygène et les anticorps, bref c'est un peu l'autobus de tout le reste. Les globules peuvent être rouges (ils donnent sa couleur à notre sang et transportent l'oxygène), ou blancs (ce sont nos défenses contre les attaques de maladies). Et le quatrième élément ce sont les plaquettes, qui nous permettent de guérir nos blessures ou d'arrêter les saignements.



## À VOIR

Les dessins animés « Il était une fois la vie » sont parfaits pour comprendre le fonctionnement du corps humain !

## À SAVOIR

### Au frigo

Pourquoi faut-il en permanence des gens qui donnent du sang ? D'une part, car il y a des opérations dans nos hôpitaux tous les jours. Et lors d'une opération, quand on ouvre le corps humain, on perd forcément un peu de sang donc il faut compenser cette perte. Mais s'il faut des dons toute l'année c'est aussi parce que le sang, c'est comme tes yaourts au frigo : il y a une date limite de consommation !

Les globules rouges peuvent se conserver jusqu'à 42 jours après le don. Le plasma peut être surgelé jusqu'à un an. Mais les plaquettes, ça dure seulement 7 jours ! Alors comme en plus on n'en récupère pas beaucoup dans chaque poche de sang (seulement 1 % du total), c'est du boulot d'en récupérer suffisamment pour tous les patients.

On comprend mieux pourquoi les vampires dans les films n'ont jamais de sang au frigo...



## PLASMA ET PLAQUETTES, UNE AUTRE MANIÈRE DE DONNER

Dans notre région Centre-Val de Loire, il y a cinq Maisons du Don : Orléans, Bourges, Blois, Châteauroux, Tours. Jusqu'en 2020, l'Établissement Français du Sang avait aussi un bus du don itinérant. Mais depuis, c'est dans les salles des fêtes qu'on installe les centres de don temporaires. À surveiller près de chez toi pour motiver tes parents.

## Y'A PAS D'MALAISE !

Grignoter un bout de croissant après le don pour ne pas tomber dans les pommes, c'est bien. Mais c'est surtout AVANT d'aller donner son sang que les adultes doivent faire attention. En effet, il est important d'être bien hydraté (autrement dit de boire assez d'eau). Et il faut aussi avoir pris son petit-déjeuner. Pas besoin d'être à jeun, le ventre vide, pour donner !



# LE PORTRAIT DE LA SEMAINE NICOLAS BEDIN

infos sur [www.fritzlemag.fr](http://www.fritzlemag.fr)

Depuis cinq ans, Nicolas Bedin anime la matinale de France Bleu Touraine. Il se lève très tôt, mais il adore l'adrénaline du direct !

MATHEU PAYS



**N**icolas, il se lève tous les matins au milieu de la nuit. À trois heures, son réveil sonne et il se prépare pour rejoindre les studios de la radio France Bleu, aux Deux-Lions, un peu avant quatre heures. À cette heure-là, toi, tu es au milieu de tes rêves. Mais lui, il écoute des sons enregistrés par les journalistes ou les chroniqueurs de la radio et il construit les trois heures de direct qu'il doit animer, entre 6 h et 9 h.

« À la conférence de rédaction de 5h 15, nous décidons des sujets d'interactivité (quand on demande leur avis aux auditeurs), l'ordre des sons... Le déroulement de la matinale ne change pas mais son contenu, lui, est réinventé tous les jours. C'est un moment important », explique Nicolas.

Et puis après, quand 6 h arrive, c'est un vrai marathon qui commence. Nicolas se met en mode « direct ». Dans une oreille le son France Info, la matinale nationale, dans l'autre celui de sa matinale tourangelle, devant lui des écrans où tous les éléments à venir s'empilent et où il peut lire à l'avance tout ce qui sera dit à l'antenne. Il jongle avec tout ça, Nicolas. Toujours un œil sur le technicien en face de lui, avec qui tout se construit en flux continu. « J'ai », « Je n'ai pas, on vire », « Attention, 5 secondes ».

Même s'il s'est levé tôt, il est en su-

## « LA MATINALE, C'EST QUELQUE CHOSE DE COLLECTIF »

per forme, Nicolas. Et il est là aussi pour mettre tout le monde à l'aise et faire en sorte que tout se passe bien à l'antenne. « La matinale, c'est vraiment une équipe, quelque chose de collectif. » C'est aussi un exercice assez physique. « À la fin, on est tous vraiment rincés ! ». Mais c'est cette adrénaline qu'il aime bien, Nicolas. « Je pense qu'avec un métier plus calme, avec moins de tension, je finirais par m'ennuyer un peu... » Jusqu'à 9 h, les sujets et les chroniqueurs s'enchaînent. Il y a de la musique aussi « Mais je précise que ce n'est pas moi qui décide des titres que l'on peut passer à l'antenne. » Parce que, pour lui, la musique, c'est important. En plus de son travail à la radio, Nicolas a un groupe de DJ avec un ami. Seule contrainte : quand on se lève très tôt comme lui, difficile de se coucher tard...

Depuis 2021, la matinale de France Bleu, elle passe aussi en même temps à la télé, sur France 3. Du coup, Nicolas et ses copains du matin doivent faire attention à leurs habits et ils doivent même se maquiller avant d'entrer en studio ! Même au milieu de la nuit, pas moyen d'être tranquilles !

## Quel enfant étais-tu ?

MIAM

### LE PURÉE-JAMBON

Je mangeais ça le mercredi en regardant la télé. Ça n'avait rien d'extraordinaire, mais j'adorais !

20/20

### NI BON NI MAUVAIS

Je crois surtout que j'étais un peu fainéant. J'aimais beaucoup l'histoire. Et, encore maintenant, je raconte des histoires !

MON HÉROS

### BATMAN

Il n'a pas de super-pouvoirs, mais il est trop fort quand même. Et puis, il a une super voiture et on ne sait pas qui c'est.

OUPS

### MALADROIT

Je ne me souviens pas d'une bêtise en particulier. J'ai dû en faire des milliers ! Je crois que je cassais pas mal de trucs, en fait...

SPORT

### ENDURANCE ET PRÉCISION

Je faisais de l'athlétisme et du tir à l'arc dans mon adolescence.