

# J'AGIS POUR LE DON DE MOELLE OSSEUSE

## OUI, MAIS COMMENT ?

- Les infos-clés à connaître
- Les bons messages à partager
- Les idées reçues à lever
- Les outils à ma disposition

**GUIDE DES BONNES PRATIQUES**

# LES INFOS-CLÉS À CONNAITRE

## LA SITUATION

Des milliers d'adultes et d'enfants sont touchés par des maladies graves du sang.

**2 000 patients** ont besoin d'une greffe de moelle osseuse, chaque année en France pour espérer guérir.

## LA COMPLEXITÉ

Pour qu'une greffe de moelle osseuse soit possible, **il faut trouver un donneur compatible.**

Mais cette compatibilité est rare, car le donneur et le patient doivent partager la même « carte d'identité biologique » : c'est le système HLA (Human Leucocyte Antigen).

## L'OBJECTIF

**20 000 nouveaux donneurs**  
à recruter chaque année.

Il est nécessaire d'**enrichir et diversifier** le registre national des donneurs volontaires de moelle osseuse, afin de multiplier les chances de greffe. Donc de vies sauvées !



# COMMENT CHERCHONS-NOUS UN DONNEUR COMPATIBLE ?

## 1 LA FAMILLE

Le médecin-greffeur recherche d'abord parmi les frères et sœurs du malade. Mais 3 patients sur 4 n'ont pas de donneurs compatibles au sein de leur fratrie.

## 2 LES REGISTRES

Le médecin fait ensuite appel au registre national de donneurs volontaires de moelle osseuse, qui est géré par [l'Agence de la biomédecine](#) en France. Le registre français est interconnecté avec les autres registres internationaux.

À eux tous, cela fait **41 millions** de donneurs potentiels inscrits.

## 3 EUREKA

Si un donneur compatible est trouvé, celui-ci est contacté afin d'organiser le prélèvement et la greffe dans les mois qui suivent.



**Envie d'en savoir plus sur le don de moelle osseuse ?**

On répond à toutes vos questions dans notre [FAQ](#)

# LE PROFIL DE DONNEUR IDÉAL

Dans l'intérêt des patients et pour sauver un maximum de vies, les médecins recherchent de jeunes donneurs volontaires de moelle osseuse.

Et en priorité :

## DES HOMMES

Car les cellules de leur moelle osseuse sont dépourvues des anticorps que développent les femmes à chaque grossesse. **Les greffons issus de donneurs masculins sont ainsi mieux tolérés** sur le plan immunologique chez les patients.

## ENTRE 18-35 ANS

Car les greffons des personnes jeunes sont plus riches en cellules souches hématopoïétiques : idéal pour une prise de greffe plus rapide !

## DE TOUTES ORIGINES

Car le profil HLA de chaque personne est déterminé en partie par son héritage génétique familial sur plusieurs générations.

Il est donc essentiel de **retrouver cette diversité de profils** parmi les personnes inscrites sur le registre des donneurs pour **augmenter les chances** de compatibilité pour chaque patient.

**POUR DONNER À TOUS LES MEILLEURES CHANCES  
DE GUÉRISON, NOUS AVONS #BESOINDECHACUN**

### VOUS PENSEZ À QUELQU'UN ?

Si vous connaissez un homme entre 18-35 ans, en bonne santé, parlez-lui vite du don de moelle osseuse et de la chance qu'il a de peut-être pouvoir sauver une vie.

Vous pouvez par exemple lui envoyer les documents et vidéos disponibles dans la rubrique « À partager » sur le site [dondemoelleosseuse.fr](http://dondemoelleosseuse.fr)

# LES BONS MESSAGES À FAIRE PASSER

## UN DON QUI SAUVE.

Le don de moelle osseuse offre une chance de guérison à un malade atteint d'une maladie grave du sang comme les leucémies, les lymphomes, les aplasies médullaires, etc.

## UN DON NI DOULOUREUX, NI RISQUÉ.

Dans 80 % des cas, le don de moelle osseuse se fait par prélèvement sanguin et dans 20 % des cas par prélèvement dans les os du bassin (à ne pas confondre avec la moelle épinière).

## UN DON NON IMMÉDIAT.

Le premier geste est de s'inscrire sur le registre des donneurs volontaires. On ne donne que si on est appelé, en cas de compatibilité établie avec un patient. Cela peut arriver dans quelques mois, plusieurs années ou jamais. Et le jour venu, pas de stress : le don s'organise entre 1 et 3 mois à l'avance.

## UN DON ANONYME.

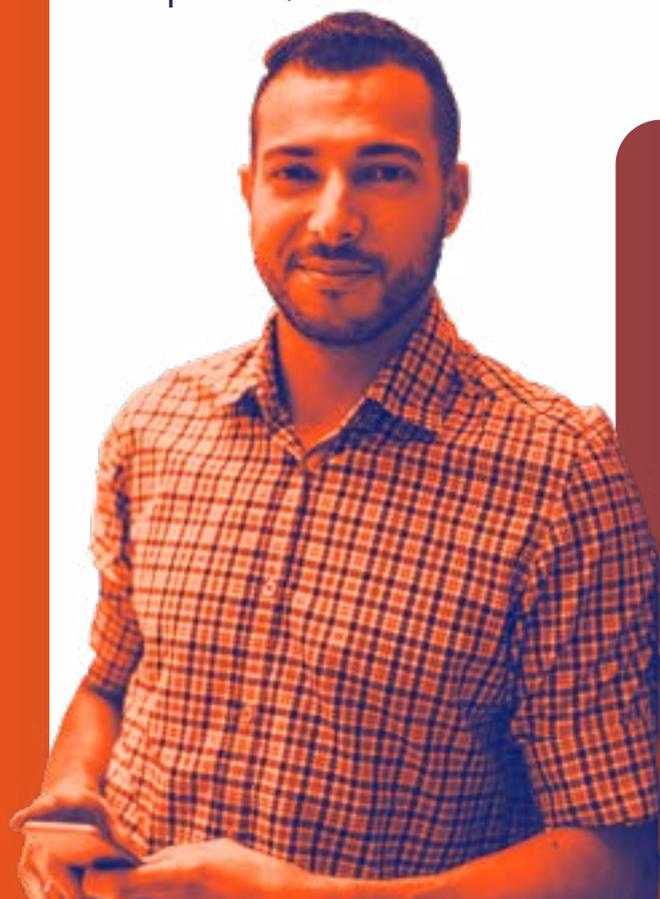
S'inscrire comme donneur de moelle osseuse est un acte altruiste, volontaire, gratuit et totalement anonyme : le donneur ne connaîtra pas l'identité du patient receveur, et inversement.

## COMMENT S'INSCRIRE ?

Le moyen le plus simple et le plus rapide de s'inscrire sur le registre national des donneurs de moelle osseuse, est de suivre les quelques étapes sur [www.dondemoelleosseuse.fr](http://www.dondemoelleosseuse.fr)



Tout est expliqué dans [cette vidéo](#), ou en flashant le QR code



# LES IDÉES REÇUES À LEVER

**NON,**

**LA MOELLE OSSEUSE N'EST PAS PRÉLEVÉE  
DANS LA COLONNE VERTÉBRALE.**

Beaucoup de gens confondent moelle osseuse et moelle épinière. Alors qu'elles n'ont rien à voir : la première est à l'origine des cellules sanguines, la seconde appartient au système nerveux.

Le prélèvement de moelle osseuse s'effectue à 80% par prélèvement dans le sang, comme un don de plaquettes. Les 20% restants sont des prélèvements dans les os postérieurs du bassin, car c'est là qu'elle est la plus accessible. Donc aucun impact sur la colonne vertébrale, et aucun risque d'être paralysé après le don. Fausse rumeur !

**OUI,**

**LE DON DE MOELLE OSSEUSE  
EST VITAL POUR LES MALADES.**

La moelle osseuse est indispensable à la vie, puisque c'est elle qui est responsable de la formation des cellules souches hématopoïétiques. En clair, ce sont elles qui produisent l'ensemble de nos cellules sanguines (globules rouges, globules blancs et plaquettes).

Le don de moelle osseuse permet donc d'offrir une chance de guérison à une personne atteinte d'une maladie grave du sang comme les leucémies, les lymphomes, la drépanocytose, l'aplasie médullaire, etc.



# LES IDÉES REÇUES À LEVER

**NON,**

## LE DON DE MOELLE OSSEUSE N'EST PAS DOULOUREUX.

Suite au prélèvement dans les os postérieurs du bassin, certains donateurs comparent la sensation ressentie à celle d'un « gros bleu ». Quant à la phase de préparation dans le cas d'un prélèvement sanguin, elle peut donner des symptômes de type grippal. Mais ce n'est pas systématique et, en cas de besoin, de simples antidouleurs suffisent. Dans tous les cas, l'équipe soignante vous entoure et assure votre sécurité médicale avant, pendant et après le don.

Mais ce sont les donateurs qui en parlent le mieux.

Découvrez [leurs témoignages sur dondemoelleosseuse.fr](http://dondemoelleosseuse.fr)

**NON,**

## TOUT LE MONDE NE PEUT PAS DEVENIR DONNEUR...

Pour s'inscrire comme donneur volontaire de moelle osseuse, il y a 3 cases à cocher :

- Être en parfaite santé
- Avoir entre 18 et 35 ans à l'inscription (même si on peut donner jusqu'à 60 ans)
- Réaliser un prélèvement sanguin ou salivaire pour définir sa carte d'identité biologique, et répondre à un questionnaire médical. Car pour la sécurité du donneur comme celle du patient, on procède à une évaluation médicale, afin d'être certain qu'il n'y ait aucune contre-indication au don de moelle osseuse.



**... MAIS TOUT LE MONDE PEUT ÊTRE  
UN AMBASSADEUR DU DON DE MOELLE OSSEUSE.**

Le faire connaître et motiver des proches à s'inscrire, c'est aussi participer à sauver des vies. Pour vous aider, retrouvez des messages à diffuser dans la rubrique « [À partager](#) » de notre site.

# LES OUTILS À MA DISPOSITION

## ■ Des brochures et affiches

à télécharger [juste ici](#)

## ■ Des posts et vidéos à partager en ligne

à retrouver sur les comptes officiels du don de moelle osseuse :  
[Facebook](#), [Instagram](#), [X](#) et [YouTube](#)

## ■ Une présentation détaillée

pour [bien comprendre](#) le rôle de la moelle osseuse, le principe du don et comment devenir donneur

## ■ Des associations à rencontrer près de chez vous

pour agir sur le terrain [dans votre région](#)

**TOUS CES SUPPORTS SONT DISPONIBLES  
TOUTE L'ANNÉE DANS LA RUBRIQUE « À PARTAGER »**

## À QUI LES PARTAGER ?

- À votre entourage personnel et professionnel
- À votre communauté sur les réseaux sociaux
- À l'université, au lycée, au club sportif... Tout lieu permettant de sensibiliser des jeunes, si possible des hommes et d'origines géographiques diversifiées.

**MERCI DE VOUS  
MOBILISER**

**POUR NOUS AIDER  
À SAUVER UN MAXIMUM  
DE MALADES**

Nous restons à vos côtés :

Pour vous informer sur le don sur [www.dondemoelleosseuse.fr](http://www.dondemoelleosseuse.fr)

Pour répondre à vos questions : [dondemoelleosseuse@libremullenlowe.fr](mailto:dondemoelleosseuse@libremullenlowe.fr)