

富宁县无偿献血工作领导小组办公室文件

富献血办通〔2023〕4号

富宁县无偿献血工作领导小组办公室 关于组织开展“雷锋月”无偿献血活动的通知

各乡（镇）人民政府，县直各部门，各人民团体，企事业单位，省、州驻富单位：

为大力弘扬雷锋精神以及“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神，推动我县精神文明创建工作，富宁县无偿献血工作领导小组办公室研究决定于4月27日—28日在富宁县天成体育馆前开展2023年“雷锋月”献血活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

“学雷锋”弘扬爱心文化，“献爱心”传递生命温暖。

二、活动时间及地点

活动时间：2023年4月27日—4月28日

活动地点：富宁县天成体育馆

三、活动内容

（一）开展“雷锋月”纪念宣传活动，提高全社会对开展无偿献血工作重要性的认识，消除公众对无偿献血的畏惧心理和狭隘意识，引导树立“学雷锋，树新风”、“无偿献血是每个公民的义务”、“献血有益健康”、“一个人献血全家受益”等思想，营造“无偿献血、无尚光荣”、“无偿献血、奉献爱心”等社会氛围，增强公民参与无偿献血的积极性和自觉性，积极参加公益事业的良好品质和精神面貌。

（二）开展“雷锋月”活动，进一步动员全社会参与无偿献血，弘扬正能量，发挥无私奉献精神，助力无偿献血事业，全力保障人民群众生命安全和身体健康。

三、相关要求

（一）各部门、各单位要高度重视，组织健康适龄人员参加献血。

（二）各乡（镇）人民政府，县直各部门，各人民团体，企事业单位，省、州驻富单位要加大宣传力度，充分利用单位电子屏开展《献血法》及有关无偿献血知识宣传，使广大干部职工及

人民群众充分认识到无偿献血的意义，积极主动参与无偿献血。

(三)各单位组织参加献血的人员请仔细阅读献血温馨提示(见附件1)，了解献血前后的注意事项，组织好本单位干部职工参加“学雷锋”无偿献血志愿服务活动。参加活动的人员名单回执(附件2)请于4月25日17:30前反馈至富宁县无偿献血工作领导小组办公室。联系人：陆彩荷，邮箱460273699@qq.com，联系电话：6120449。

附件：1. 献血温馨提示

2. 参加献血活动回执单

富宁县无偿献血工作领导小组办公室

富宁县卫生健康局(代章)

2023年4月20日

(此件公开发布)

附件 1

温馨提示

一、献血者体检标准

1. 年龄：18~55 周岁（如在 55 岁前献血超过 3 次，并在一年之内有过献血经历者，可将年龄要求延长至 60 周岁）。

2. 体重：男 $\geq$ 50 千克，女 $\geq$ 45 千克。

3. 血压：90—140/60—90mmHg，脉压差： $\geq$ 30mmHg。

4. 脉搏：60-100 次/分，高度耐力的运动员 $\geq$ 50 次/分。

5. 无传染性疾病、无吸毒史、无不良性行为，身体健康者。

6. 女性不处于月经期及前后三天，分娩后满一年，流产手术满半年。

7. 一周内无发热、头痛或腹泻，未有感冒或炎症，未服用相关药物。

8. 新冠病毒灭活疫苗接种 48 小时后可献血；接受灭活疫苗和基因重组疫苗以外的其他类型新冠病毒疫苗接种（不包括减毒活疫苗）14 天（2 周）后可献血。

9. 感染新冠病毒（重型和危重型除外），最后一次新冠病毒核酸检测或抗原检测阳性结果 7 天后可以献血；重型或危重型感染者，康复 6 个月后可以献血。

10. 体温 $<37.3^{\circ}\text{C}$ ；

二、献血前注意事项

1. 献血前一周不要服药。

2. 饮食清淡，食物应少脂肪，切勿空腹献血。
3. 献血前一天或当天不要饮酒，献血前不宜剧烈运动。
4. 献血前一晚要保证充足良好的睡眠。
5. 必须带好本人真实的身份证原件

三、献血后注意事项

1. 献血完毕后绷带按压穿刺点 10-15 分钟，以免血液外溢。
2. 献血后请休息 10 分钟后再离开，如有不适请及时告知医务人员。
3. 保持针眼处干燥、清洁，24 小时内不要着水。
4. 献血后当天避免剧烈运动、高空作业、长途驾车、过度疲劳，采过血的手臂当天勿提举重物。
5. 多饮水，饮食适当搭配蛋白质、蔬果，勿暴饮、暴食、酗酒。

附件 2

参加献血活动回执单

单位名称	姓名	性别	联系电话

填报人：

电话：