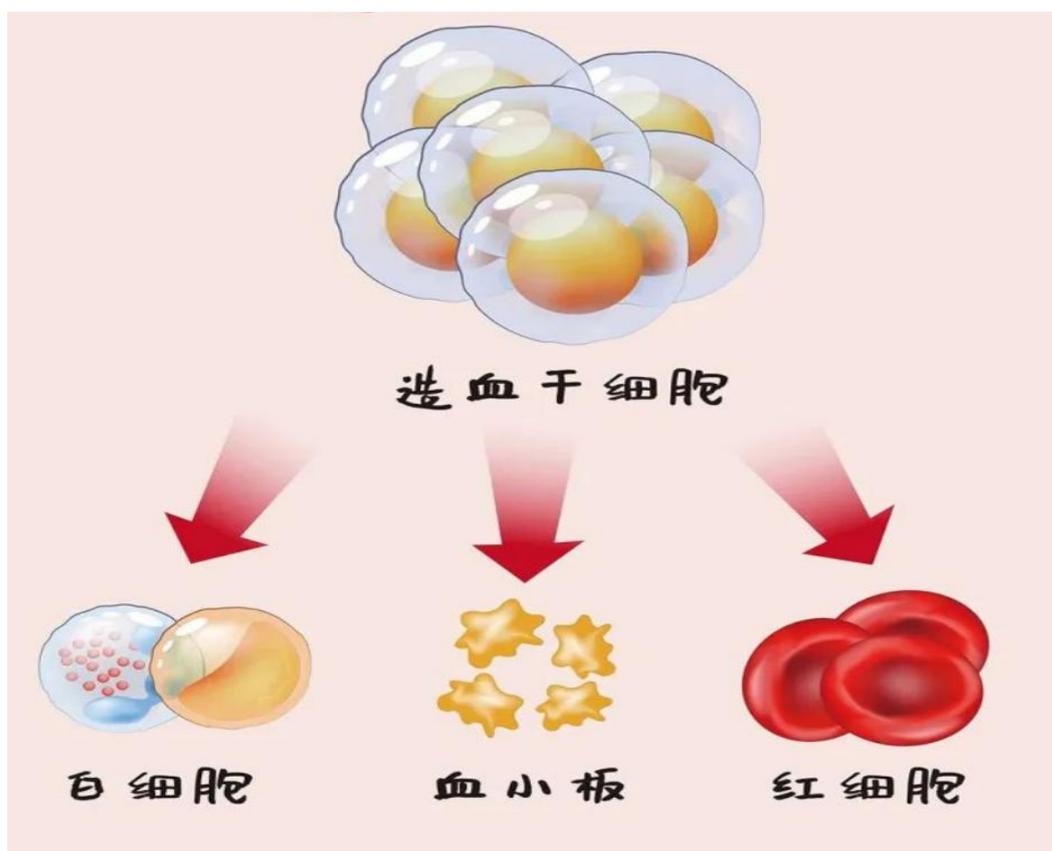


## 揭开造血干细胞捐献的“神秘面纱”



什么是造血干细胞？



造血干细胞是指尚未发育成熟的细胞，是所有血细胞和免疫细胞的起源，具有自我更新、分化发育和再生能力。它不仅可以分为红细胞、白细胞和血小板，还可以跨系统分化为各种组织细胞，因此医学上称其为“万能细胞”。

## 捐献造血干细胞影响健康吗？



捐献造血干细胞是不会影响健康的。人体内的造血干细胞具有很强的再生能力，正常情况下，人体各种细胞每天都在不断新陈代谢，进行着生成、衰老、死亡的循环往复。失血或捐献造血干细胞后，可刺激骨髓加速造血，1-2周内血液中的各种血细胞即可恢复到捐献前水平。

## 哪些人能成为捐献造血干细胞的供者？

(1) 首先符合异基因移植所需的人类白细胞抗原 (HLA) 配型要求，分为亲缘性和非亲缘性。例如，兄弟姐妹、父母、子女等 (与受者 HLA 全相合或半相合)，非血缘无关供者 (一般要求 HLA 的 10 个位点中至少 8 个位点相合)。

(2) 无肿瘤、传染病、遗传病史及活动性感染等。

(3) 无严重心肝肾疾病和/或精神性疾病，可以充分理解、配合和耐受造血干细胞采集的全过程。

(4) 对于异基因造血干细胞移植的供者而言，15-60 岁的健康男性或女性都可以捐献造血干细胞。对于年龄小于 15 岁或者大于 60 岁的供者，移植中心的医师会集体讨论，根据供者的健康状况、身高、体重等决定是否捐献造血干细胞。

## 如何找到无血缘关系的人来捐献造血干细胞？



骨髓库也叫造血干细胞捐献者资料库，它并不是以实物的形式保存非血缘志愿者的骨髓或外周血造血干细胞，只是保存志愿捐献者的姓名、年龄、性别、健康状况、详细地址、联系方式以及 HLA 基因检测（俗称“配型”）结果等。如果某个患者需要做造血干细胞移植，患者所在移植中心的医师就会联系骨髓库的管理人员，将患者的 HLA 配型结果与所有志愿者的 HLA 配型结果进行比对，如果配型相合且志愿者同意的情况下就可以捐献造血干细胞。因此，参加骨髓库的志愿者越多、库容量越大，患者找到 HLA 相合捐献者的机会就越多。

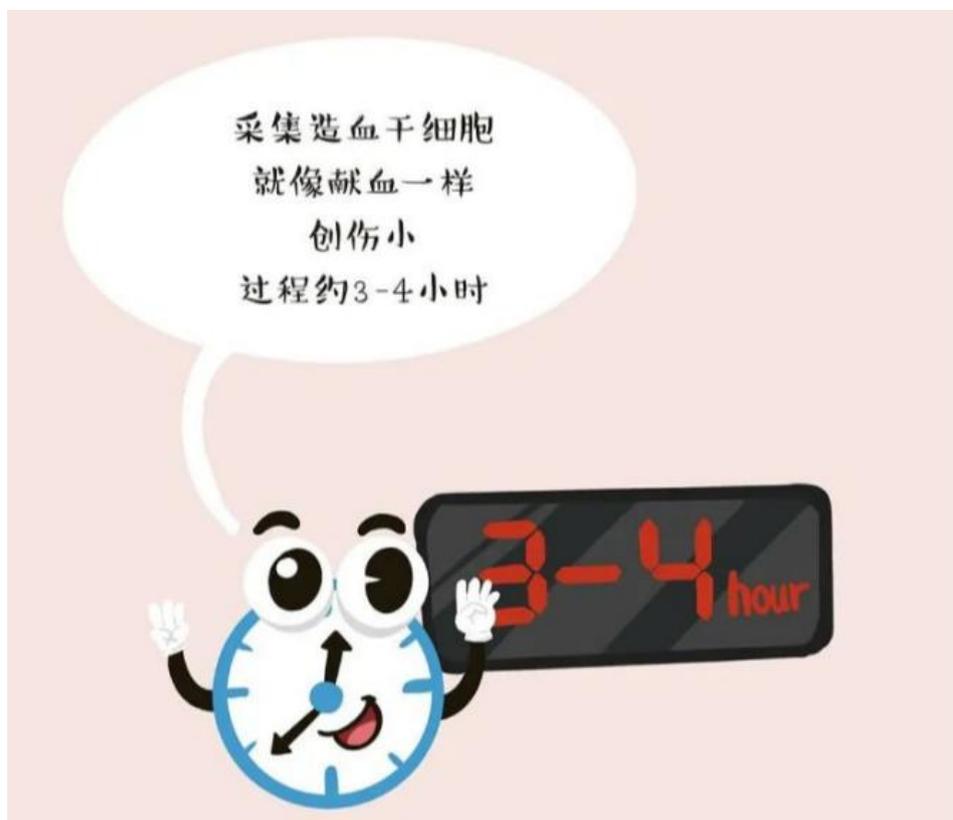
### **怎样成为骨髓库的造血干细胞捐献志愿者？**

如果您年龄在 18-45 周岁、身体健康、已获取家人同意并志愿捐献造血干细胞，就可以与省级分库或所在地的红十字会联系，到指定地点采集血液约 10ml，经 HLA 分型检验后，把所有相关资料录入到骨髓库管理中心的计算机数据库中，这样您就成为了一名捐献造血干细胞的志愿者了。

### **如何获取我们所需要的造血干细胞？**

一般捐献者于患者移植前 3-4 天开始皮下注射造血干细胞动员剂（粒细胞集落刺激因子，通过特定机制促使骨髓造血干细胞向外周血释放），连续 5-6 天。在患者移植第 1 天开始采集外周血造血干细胞。整个采集过程就像献血一样，创伤比较小，采集过程没有明显的疼痛和不适。采集人员从您的一侧手臂静脉处把血引流到血液分离机中，对造血干细胞进行分

离采集，然后将其余的血液成分通过另一侧手臂的静脉全部回输给您，整个过程约 3-4 小时，采集量约为 150-300ml。



## 注射造血干细胞动员剂对身体有什么危害？

近期影响主要是不同程度的肌肉酸痛、乏力、食欲减退、低热、骨痛等，属于用药后的正常反应，多为轻度，以第4天最为明显。这些反应常在停用造血干细胞动员剂、采集结束后2-3天自行缓解，一般不需要处理，所以不用担心。

## 捐献造血干细胞前后要注意些什么？

### 捐献前

①为了保障捐献者安全，保证造血干细胞采集和移植的顺利进行，捐献者应尽量减少外出，少到人群密集的公共场所走动，防止意外情况发生；在捐献前的2-4周内保持健康状态，避免腹泻及感冒。

②注意休息，避免劳累，保证充足的睡眠。每天8-9h睡眠时间，调整好情绪，以保证机体处于良好状态。

③应适当地补充一些高热量、高蛋白、高维生素、铁和钙含量丰富的食物，如瘦肉、鸡蛋、牛奶、豆腐、蔬菜、水果等，加强营养。捐献前少食用虾、蟹、羊肉等容易引起过敏的食物；避免进食辛辣刺激、高脂肪的食物。

### 捐献后

①应注意观察穿刺点有无出血现象，不要穿袖口过紧的衣服；穿刺点局部要保持清洁干燥，24小时不可接触水，预防穿刺处感染。

- ②可遵医嘱口服铁剂、叶酸、钙片等药物 1-4 周。
- ③每周复查血常规、肝功能 1-2 次，直到恢复正常。
- ④注意休息，保证充足的睡眠，避免剧烈的活动和运动。
- ⑤饮食要求与采集前相同，不建议过度进补。
- ⑥造血干细胞采集后 3-7 天可恢复正常工作，但应避免劳累。
- ⑦亲缘供者采集后 2 周内尽量减少到医院探视，防止发生院内感染。

