

14年，110次，35700毫升！保山九龙路这家小超市里，藏着一位“热血”掌柜

保山市红十字会 2026年2月27日 17:21 云南



“您捐献的血液已用于临床救治患者……”

在保山市九龙路上的一家小超市里，40岁的杨金亮看着手机里刚弹出的这条短信，长长地舒了一口气，嘴角忍不住上扬。这一刻，是他守店一天中最开心的瞬间。

在这间不起眼的超市里，杨金亮每天从早上9点雷打不动地守到半夜12点。街坊邻居只知道他是个勤快、和气的小老板，却鲜有人知，这个为了柴米油盐奔波的中年男人，在过去14年里，累计无偿献血110次，献血总量高达35700毫升，在全保山市排名第八。

他还是一位18岁就入党的老党员。用他的话来说：“献血救人，是一种加法，是心灵的升华。”

以下视频来源于

保山市中心血站



街头的一次“偶遇”，开启14年长跑

时间倒回2011年5月1日。那天，靠打零工、开出租车维持生计的杨金亮，难得给自己放了半天假。逛到正阳南路保山市第二人民医院门口时，一辆无偿献血车停在那里。

“以前总听人说献血会伤身体、针头不干净，心里其实挺犯嘀咕的。”杨金亮回忆，但他知道医院里总有人等着血救命。带着一丝好奇和紧张，他壮着胆子走上献血车咨询。工作人员的耐心科普彻底打消了他的疑虑。那天，他撸起袖子，献出了人生中第一个200毫升全血。

“要是早点有人给我科普，我肯定早就开始献了。”这是杨金亮献完血后最大的感慨。

从那天起，他的人生多了一项“固定日程”。每隔半年，他必定准时出现在献血站。在捐献了6次全血后，他了解到机采血小板能更精准、更高效地帮助临床患者，便毅然转为成分献血。如今，只要身体条件允许，他每个月都会去捐献两次机采血小板，每次两个单位。



为了合格的“救命血”，他活成了“苦行僧”

随着国家对无偿献血者的体检要求越来越严格，杨金亮发现，想要“达标”并不容易。

有一阵子，逢年过节朋友家里喜事多，杨金亮连着吃了几天宴席。结果到了献血站一查，转氨酶偏高，不合格！这件事给了他极大的震动。他身边就有一位热心献血的朋友，因为常年控制不住嘴，指标次次不达标，最后无奈退出了志愿者的队伍。

“身体好才能采集到健康的血，才能满足病人的需要。”为了这句承诺，杨金亮开始了极为严苛的自律生活。

在超市守店，从早9点到晚12点，作息本来就难熬，但他硬是给自己定下了铁规矩：饮食必须低糖、低盐、低油，多吃蔬菜水果保证蛋白质；坚决不抽烟、不喝酒。更让人佩服的是，哪怕守店再累，为了让血液指标始终保持在最佳状态，他每天都会硬挤出时间，雷打不动地跑上5公里。

在那次指标不合格后，正是靠着这种堪称“苦行僧”般的半个月严格调整，他硬是把各项指标全部降了下来，重新回到了献血队伍。

“为了献血而保持健康，健康又让我有了更好的身体去生活，这是双赢。”杨金亮笑着说。



一个人带动五十人，小超市成了“宣传站”

“我光荣，她也光荣。”提到自己的妻子，杨金亮眼中满是温柔。

妻子在城南的一家服装店打工，两口子收入虽然不算丰厚，但日子过得踏实。在杨金亮的带动下，妻子近五年也加入了无偿献血的队伍。

不仅是妻子，杨金亮的这家小超市，潜移默化中成了一个“无偿献血宣传站”。来买东西的熟客、闲聊的街坊，听着他普及献血常识，看着他红光满面的健康状态，不少人都被打动了。

隔壁理发店的店主夏女士，在杨金亮的影响下，不仅自己献了10多次血，还拉着老公一起去；堂哥、堂姐、左邻右舍……不知不觉间，一个接近50人的“热血小团体”以杨金亮为中心建立了起来。最多的一次，他们一次性约了4个人组团去血站。

截至目前，杨金亮已经先后荣获四届“全国无偿献血奉献奖金奖”、两届“银奖”，以及全国无偿献血奉献奖终身荣誉奖。但面对这些沉甸甸的荣誉，这个中年汉子显得很平静。

“这些都是相关部门的关爱。我今年40岁，正是身强力壮的时候。只要身体条件允许，我会一直献下去，能献多久就献多久。”

夜深了，九龙路上的行人渐渐稀少，杨金亮的小超市依然亮着灯。在这个平凡的角落里，那份炽热的爱心，正随着他的血液，在城市的脉络里源源不断地流淌。

记者手记：

做社会新闻久了，我们常常在寻找那些惊天动地的故事。但杨金亮的故事告诉我们，真正的伟大，往往藏在日复一日的坚持里。110次扎针，35700毫升鲜血（相当于将全身血液换了7次多），这绝不是一时脑热，而是一种刻进骨子里的善良与自律。他用一个普通人的微光，照亮了无数个濒临绝望的生命。

关注一下会变得更美↓



来源：开屏新闻

编辑：李莹璇

责任审核：杨子芹

电话：0875-2125079

E-mail: bshszh@126.com