

金平县红十字会无偿献血工作指南及流程

生命无法复刻

血液难以替代

无偿献血是用平凡举动

为生命续航的温暖选择

捐献热血让善意都化作守护生命的希望

一、主要成分

血液是人体内最复杂的“液体器官”，由红细胞、白细胞、血小板和血浆组成，是维持生命运转的“全能团队”。

白细胞是积极勇敢的“免疫卫士”，对抗病菌入侵；

血小板是随时待命的“修理工”，负责止血凝血；

血浆是营养丰富的“运输车”，负责运送蛋白质、电解质等营养物资。

二、功能主治

用于临床救治手术患者、孕产妇、血液病患者、创伤急救等，是生命与时间赛跑时的关键“补给”。

三、有效期

血液无法长期保存，但爱永不过期。

四、哪些人可以献血？

年龄：18-55 周岁的健康公民（年龄要求参照现行《中华人民共和国献血法》）

体重：男性 ≥ 50 公斤、女性 ≥ 45 公斤。

注意：近期无感冒发烧，未服用抗生素等药物，女性避开生理期及前后三天。

五、参加无偿献血有哪些流程？

登记报到：带好身份证，填写健康问卷。

小小体检：开展健康征询，测量血压，采集微量血，检测血红蛋白、血型、转氨酶等指标，确保献血者安全和血液质量。

爱心时刻：躺在采血椅上，护士进行专业操作并时刻观察献血者状态，如有不适可随时停止献血。采集 200-400 毫升血液（全血），过程约 5-10 分钟；采集机采血小板 1 至 2 个治疗量，过程约 45-90 分钟。

爱心回礼：采血结束后，领取献血证和贴心纪念品，休息 10-15 分钟可离开。

结果反馈：献血后 3-7 天，血站将通过短信方式告知献血者血液筛查检测结果。

六、献血前、献血后需注意什么？

献血前“三要三不要”：要睡眠充足、清淡饮食、带上身份证；不要空腹、饮酒、吃高脂食物。

献血后“三个小贴士”：当天避免剧烈运动、提重物；多喝水，正常饮食，无需刻意进补；如出现头晕，别慌张，坐下休息一会可恢复。

七、献血间隔时间是多久？

两次捐献全血，间隔不少于 6 个月；

两次成分献血（单采血小板），间隔不少于 2 周，且每年不超过 24 次；

成分献血（单采血小板）后，与捐献全血间隔不少于 4 周；

捐献全血后，与成分献血（单采血小板）间隔不少于 3 个月。（以上时间间隔参照现行《中华人民共和国献血法》）

八、献血对健康是否有影响？

不会！一个健康成年人的总血量约为 4000-5000 毫升，捐献 200-400 毫升血液仅占很小比例，不会影响身体健康，还能促进血细胞新陈代谢。

献血后，身体会迅速启动“代偿机制”，肝、脾等组织内贮存的液体会立即进入血管内补充循环血液，1-2 小时便可恢复血容量。造血干细胞也会立即开启“加班模式”，快速增殖分化血细胞，1-2 天内即可补足白细胞和血小板，7-10 天即可补足红细胞和血红蛋白。

九、献血会感染疾病吗？

不会！采血所用全部器材均为一次性无菌器具，严格执行“一人一针一管”，血液采集后，器材会集中销毁，没有任何交叉感染风险。

十、血液的“爱心旅程”

严格“体检”：血液搭乘冷链运血车到达血站后，要通

过最严格的“体检”。血站工作人员会再次鉴定血型，每一袋血液都会接受乙肝、丙肝、艾滋病、梅毒等传染病检测。只有所有指标合格的血液，才能获得“通行证”。

智能“分身”：在无菌环境中，血液被离心机分离为红细胞、血小板、血浆等不同成分，并制备成不同的血液制品，实现“一血多用”，提高治疗效果和输血安全。

分配“宿舍”：血液制品被分配到不同的“宿舍”，以确保最佳活性。红细胞住在 2-6℃的专用冰箱里，血浆住在 -18℃的冰柜中，血小板在 20-24℃环境中振荡保存，它们随时等待生命的召唤。

全速“出击”：当医院发出用血申请，血站根据用血需求将血液成分装入运血箱中迅速送往临床一线。随着血液缓缓输入患者体内，生命的希望被慢慢点燃，这段爱的旅程也抵达了终点

地址：金平县红十字会（县总工会办公楼五楼）

电话：0873-5227735

邮箱：jphszh@163.com