

## 捐血須知

### 適合捐血的條件：

- 1、適合的捐血年齡為 17 歲 ~ 65 歲之間。
- 2、女性體重須滿 45 公斤(大於或等於 100 磅)，若女性正值生理期、懷孕、產後或流產六個月內，請暫緩捐血。
- 3、男性體重須滿 50 公斤。
- 4、二年內沒有多重性伴侶或嫖妓行為。
- 5、非愛滋病高危險群。
- 6、血壓：舒張壓 50~ 95mm /Hg、收縮壓 90~ 160 mm /Hg。
- 7、非 B 型或 C 型肝炎者。

### 捐血前之準備：

- 1、捐血前八小時勿飲酒。
- 2、養足精神，捐血前一晚須睡足六小時以上，以免無法測出正確的肝功能值。
- 3、最近 72 小時內未拔牙。
- 4、最近二週內未服用或注射任何治療性藥物(含阿斯匹靈)。
- 5、上次捐血 250cc 已間隔二個月、500cc 已間隔三個月。
- 6、捐血前勿食用油膩食物。
- 7、勿空腹捐血。
- 8、穿適當衣著，若天氣太冷，也勿穿太緊的長袖內衣，寧可在外多加件外套。
- 9、攜帶身份證或具照片之證件。

### 捐血流程：

- 1、填寫登記表。
- 2、電腦查詢、核對個人資料。
- 3、量血壓。
- 4、測血紅素。
- 5、量體溫。
- 6、捐血。
- 7、休息。
- 8、領紀念品或營養補給品(一般多為飲料及餅乾)。

男性每隔 3 個月可捐血 1 次；女性每隔 4 個月可捐血 1 次。

## 捐血後須知

### 請您在捐血後留意下列事項

捐血後 24 小時內應：

- (1) 飲用多些飲料，這將有助您補充在捐血時所流失的液體部分。
- (2) 捐血的手不宜提拿重物或過度用力，以促進針口的痊癒。
- (7) 入針位置附近若有瘀腫現象，那是由於有血液滲入皮下組織。血腫一般會於一周左右將慢慢消散，並不會對身體造成長久的不良影響。

- (3)** 如果針孔處流血，請將手臂舉高，並稍用力輕壓該處。膠布可於 5 小時後除去。
- (4)** 如果您於離開捐血地點後感到頭暈，請坐下，最好是躺下休息，並飲用多些飲料。
- (5)** 您可照常活動，但劇烈的體育活動則需留待隔天進行。這是一項預防措施，旨在協助您的身體適應體內血容量減少的狀況。
- (6)** 如果有任何不適或異常感覺，請不要離開本中心及通知醫生或護士。
- (8)** 如果在捐血後 1 個月內有高熱 伴頭痛、咳嗽、腹瀉或肌肉酸痛等症狀，請即致電 752522 與本中心醫生聯絡。
- (9)** 男性每隔 3 個月捐血一次，女性每隔 4 個月可捐血一次。這是為了確保捐血者在 下一次捐血時，體內的紅血球數目已恢復正常。
- (10)** 如果您因任何理由懷疑自己剛捐出來的血液不適宜輸給病人，請立即致電 7914315(24 小時電話錄音)通知本中心，並留下您的捐血者號碼或身份證號碼，以便本中心追查您所捐出的血液。

您的一切資料將絕對保密。

您的衷誠合作對您自己的健康和受血者的安全是非常重要的。  
謹此代表受惠的病人，向您致以萬二分的謝意！

資料來源：捐血中心