

世界献血者日

科学认识输血 保障血液安全

血液是一种无法人工合成、也不能长期保存的无法替代的宝贵资源。2023年6月14日是第20个世界献血者日。专家提示,科学认识输血,适量献血,是无损健康的。希望更多公众能够加入无偿献血者队伍,保障临床血液安全供应。

无偿献血是关系人民群众健康和生命安全的社会公益事业。1998年,我国颁布实施了《中华人民共和国献血法》,形成了“政府主导、部门协作、社会支持、公众参与”的无偿献血工作格局。25年来,无偿献血事业发展取得了显著成绩,世界卫生组织发布的《全球血液安全报告》显示,我国在无偿献血总量、血液安全水平和临床合理用血等方面位居全球前列。

根据世界卫生组织活动口号,结合我国无偿献血发展情况,2023年我国世界献血者日的活动口号是:捐献血液,分享生命。活动主题是:汇聚青春正能量,无偿献血传爱心。国家卫生健康委医疗应急司有关负责人表示,世界献血者

日旨在颂扬无偿献血者通过献血拯救他人生命、改善他人健康的奉献行为,也呼吁更多人特别是青年人能够定期参加无偿献血。

“一个健康成年人献血不超过自身总血量的13%,对身体没有不良影响。”北京协和医院输血科主任甘佳介绍,一个健康成年人的总血量约占体重的8%,以一个体重50公斤的成年人为例,其体内的血液为4000至5000毫升,一次献血200至400毫升,即占人体总血量的5%至10%,失去的血容量可以很快从组织间液和饮用水中得到补充,血细胞在一个月内就可恢复到原有水平。

足量、安全、持续的血液供应,是开展临床医疗救治和患者生命安全的重要保障。甘佳介绍,输血治疗是一种十分重要的临床治疗手段,主要应用于创伤、产科围产期出血和手术出血、其他出血性疾病等。此外,输血治疗也用于血液系统疾病以及肿瘤放化疗之后的骨髓抑制患者。

如何避免经输血传播疾病?

专家表示,在医疗过程中,除必须接受输血救治外,应尽量避免异体输血。同时,一些病原微生物的传播还会通过不洁净的针刺过程发生,所以针刺、注射治疗以及打耳洞等要选择正规机构。这些病原微生物还可能通过性接触和体液传播,要避免不洁的性行为。

此外,要保持合理饮食、充足休息和适量运动,养成健康的生活方式,拥有健康的体魄,才能拥有健康的血液。

为加强全国血站服务体系建设,进一步提升我国血液安全供应水平,2021年12月,国家卫生健康委发布《全国血站服务体系建设发展规划(2021—2025年)》明确,到2025年,全国血站服务体系进一步完善,各级血站规模和服务体系显著提升,无偿献血采集量进一步增加,建立血液安全风险监测预警机制,完善血液联动保障机制,血液供应保障公平性和可及性持续提升,血液质量安全水平稳居全球前列。

新华社北京6月13日电

致敬“熊猫侠”
谢谢你们的“挽袖相助”

上图:6月13日,在长春市中心血站,RH阴性血无偿献血志愿者王文东(右)在献血前量血压。

有这样一群无偿献血志愿者,他们的血型是罕见的RH阴性。因为在人群中数量少,RH阴性血被称为“熊猫血”,RH阴性血无偿献血志愿者被称为“熊猫侠”。

十余年来,借助组织无偿献血宣传活动和通过媒体号召,吉林省长春市中心血站吸纳了上千名RH阴性血无偿献血志愿者。这些“熊猫侠”会不定期进行无偿献血,在接到紧急用血求助时,他们第一时间“挽袖相助”,为挽救生命奉献自己的力量。

新华社发



左图:这是一位RH阴性血无偿献血志愿者展示的奖章和血液即将投入临床使用的回执短信(6月13日摄)。



专家提示
科学认识输血,适量献血,是无损健康的
希望更多公众能够加入无偿献血者队伍,保障临床血液安全供应

专家介绍
一个健康成年人献血不超过自身总血量的 13%
对身体没有不良影响

一个健康成年人的总血量约占体重的 8%

● 以一个体重50公斤的成年人为例 ●

其体内的血液为 4000 至 5000 毫升
一次献血 200 至 400 毫升
即占人体总血量的 5%至10%

失去的血容量可以很快从组织间液和饮用水中得到补充,血细胞在一个月内就可恢复到原有水平

如何避免经输血传播疾病?

专家表示

在医疗过程中,除必须接受输血救治外,应尽量避免异体输血

同时,一些病原微生物的传播还会通过不洁净的针刺过程发生,所以针刺、注射治疗以及打耳洞等要选择正规机构

这些病原微生物还可能通过性接触和体液传播,要避免不洁的性行为

此外

要保持合理饮食、充足休息和适量运动,养成健康的生活方式,拥有健康的体魄,才能拥有健康的血液