

捐血注意事項

擬訂於 108 年 11 月 27 日 舉辦捐血活動，欲響應捐血的同學請先詳閱捐血須知；不符合捐血條件者請勿捐血。

一、捐血須知：

1. 年滿 17 歲，即 民國 91 年 月 日 以前出生者。
2. 體重女生滿 45 公斤、男生滿 50 公斤以上。
- ※ 3. 捐血者請攜帶身分證或身分證明文件（具身分證字號及相片，請勿用學生證）。
- ※ 4. 請勿空腹捐血，睡眠需 6 小時以上。

二、捐血的好處：

1. 捐血不但沒有危險性，還可以救人一命。
2. 可以促進血液新陳代謝，體內環保。
3. 捐血中心會為你做詳細健康檢查，並將檢驗報告寄給你。

三、有下列情形之一者，請暫時不要捐血：

1. 婦女懷孕中或產後（含流產後）6 個月以內。
2. 現患梅毒、活動性結核病、糖尿病、心臟病、消化道潰瘍出血、高血壓、腎臟病、哮喘、感冒、急性感染、傳染病及過敏等病症。
3. 曾在 7 天內拔牙。
4. 曾在 7 天內服用含 Aspirin 類藥物或其他可抑制血小板功能之藥物者。
5. 曾在 4 星期內接種麻疹、德國麻疹、腮腺炎及小兒麻痺（口服）等活性減毒疫苗者。
6. B 型肝炎表面抗原呈陽性反應者。
7. C 型肝炎病毒抗體呈陽性反應者。
8. 1 年內曾罹患肝炎或 6 個月內密切接觸肝炎病患者。
9. 1 年內曾刺青者（含紋身、紋眉）。
10. 1 年內曾是矯正機關收容人。
11. 1 年內曾接受輸血；接受大手術，或使用生物製劑者。
12. 自瘧疾疫區回國 1 年內，或曾在 3 年內罹患瘧疾者。
13. 自西尼羅病毒流行疫區離境日起 1 個月以內者。
14. 自「嚴重急性呼吸道症候群」疫區回國後 1 個月以內者、經通報為「嚴重急性呼吸道症候群」疑似或可能病例，並於治療痊癒後未逾 3 個月者、及曾與「嚴重急性呼吸道症候群」疑似或可能病例密切接觸，並於最後接觸日起 1 個月以內者。
15. 於民國 69 年至 85 年（1980-1996）間曾經在英國旅遊或居留時間合計超過 3 個月，或民國 69 年（1980）以後曾於歐洲旅遊或居留時間合計超過 5 年，或民國 69 年（1980）以後曾於英國或法國接受輸血。
16. 懷疑自己感染愛滋病毒，或 2 年內曾與「可能感染愛滋病毒者」發生性行為者。
17. 1 年內曾有危險性行為（與陌生人發生性行為、性交易、一夜情或超過 1 位以上性伴侶）或曾罹患性病（梅毒、淋病、披衣菌、生殖器皰疹、軟性下疳、尖型濕疣等）。






學生首次捐血前說明

附件四

一、捐血的意義：

血液在人體內是有限的生命體，額外的血球會在脾臟分解，而傷(病)患在急性缺血時，唯有輸血才能恢復健康或生命，「捐血一袋，救人一命」捐血是利人利己的作為。

二、捐血前注意事項：




捐血前24小時	捐血前
 <p>1. 捐血時，體內的血量會小部分流失。你可以在前一天先補充大量的水分（特別是天氣較熱時）。</p>	 <p>1. 捐分離術血小板者，請您在捐血前3小時先補充適當水分。</p>
 <p>2. 補充一些鹹的食物，增加鹽份的攝取可以幫助您在捐血後更快地恢復血量。</p>	 <p>2. 捐全血者，請在捐血前3小時、到達捐血地點後，分別補充約300毫升的水。</p>
 <p>3. 捐血前一天有充足的睡眠，請不要熬夜！</p>	 <p>3. 記得正常飲食或吃些小點心（補充鹹餅乾是不錯的選擇）。</p>

三、捐血流程--捐血五部曲：

- 1 驗證、捐血登錄**
出示身分證。
- 2 填寫捐血登記表**
現場使用電子化設備填寫捐血登記表；也可上網預填，現場進行確認，更省時方便。
- 3 面談、體檢** 健康情形及血液安全相關問題諮詢
全血捐血：體重、體溫、血壓、脈搏、血紅素測量
分離術捐血：體重、體溫、血壓、脈搏、血球計數及乳糜血檢測
- 4 捐血**
全血約10分鐘；分離術約1~2小時。
- 5 休息**
捐血後休息至少10~15分鐘，補充500毫升的水及小餅乾，確認沒有不舒服再離開。

四、捐血後注意事項：

1. 捐血後請至少休息10~15分鐘，確定沒有任何不舒服後再離去，並在捐血後1小時內補充3大杯的水（約500毫升）及小餅乾。
2. 6~8個小時內

  請至少補充約500毫升的水。	  不要劇烈運動，例如騎車、慢跑或上健身房鍛鍊身體。  請儘量不要開車或騎車。  不要長時間站立，例如排隊或站在擁擠的公共交通工具上。  不要讓自己處於過熱的環境下，不要坐或站在陽光直射處、勿泡溫泉、勿蒸氣浴。  不要飲用酒精類飲品。
--	--

如果您在捐血後感到不適，請立即告訴現場護理人員，或致電我們。