

共青团吉首大学委员会文件



关于开展吉首大学吉首校区 2023 年无偿献血与 血小板、造血干细胞捐献活动的工作提示

各学院团委、青年志愿者组织：

无偿献血、血小板捐献、造血干细胞捐献是奉献爱心，挽救生命的崇高行为。根据《湘西州人民政府办公室关于做好 2023 年度无偿献血组织工作的通知》（州政办函〔2022〕114 号）文件精神，结合我校实际情况，现就相关工作提示如下：

一、活动的内容

- 1.无偿献血；
- 2.血小板捐献、造血干细胞捐献（相关流程及注意事项详见附件 2、3）；
- 3.无偿献血、血小板捐献、造血干细胞捐献知识普及与宣传。

二、活动时间

上半年时间安排：

大田湾校区：5 月 20 日—5 月 21 日

5 月 27 日—5 月 28 日

6 月 17 日—6 月 18 日

砂子坳校区：6月3日—6月4日
6月10日—6月11日
6月17日—6月18日

下半年时间另行通知。

二、活动地点：

砂子坳校区：体育科学学院前坪

大田湾校区：羽毛球场

三、建议完成指标

各学院具体时间安排参照《吉首大学吉首校区 2023 年无偿献血工作计划安排表》（详见附件1），可提前联系工作人员协调具体时间，砂子坳校区联系人：章家义 15367855854；大田湾校区联系人：欧阳桂莲 15973429220。

四、注意事项

1.近期到过新冠肺炎高、中风险区或接触过新冠肺炎病人、疑似病人或与新冠肺炎病人密切接触者，请暂时不要献血；已接种新冠病毒灭活疫苗者，请在接种新冠病毒灭活疫苗 48 小时后无不适，再献血；接种灭活疫苗以外的其他类型新冠疫苗（不包括减毒活疫苗）者，2 周后可献血。

2.献血前三天了解无偿献血的相关知识（如：年龄 18-55 周岁，体重男 \geq 50KG，女 \geq 45KG，近视眼 $<$ 600 度，女性不在生理期、孕期、哺乳期，没有需要长期服药的已知疾病且自我感觉健康况良好等），从而消除紧张心理，有准备地前来献血。

3.献血前一天不能熬夜、服药、喝酒和过度劳累。

4.献血日带好有效身份证件，勿空腹，宜进清淡的营养早餐。

5.献血时请保持心情愉快并与工作人员有效沟通，可看书、玩手机、谈笑等分散注意力，消除紧张心理。

6.献血完按采血人员指导正确按压针眼止血，缓慢起身至休息区，休息 5-10 分钟无不适方可离开。保持献血针眼处的清洁干燥，创可贴至少保留 4 小时以上，防止针眼处污染而感染。

7.献血后 3 天适当加强营养，多喝温热汤、水，多吃新鲜水果蔬菜、瘦肉及蛋奶类食物；养成良好规律作息，注意休息，不熬夜、喝酒、剧烈运动、高空作业和长途驾驶，不必长休、大补；冬天献血后注意保暖，预防感冒。

8.若献血后有任何不适，请第一时间返回献血现场或致电以下电话（0743—8267531），以便及时正确指导和处理。

9.本次爱心献血添加造血干细胞、血小板捐赠，相关知识见《造血干细胞捐献常见问题》（附件 2）《血小板捐献常见问题》（附件 3）。

附件：

- 1.《吉首大学吉首校区 2023 年无偿献血工作计划安排表》
- 2.《造血干细胞捐献常见问题》
- 3.《血小板捐献常见问题》

共青团吉首大学委员会

2023 年 5 月 17 日

吉首大学吉首校区 2023 年无偿献血工作计划安排表

学院	建议完成人数	校区安排	预安排时间段	指导老师	联系电话
体育科学学院	75	砂子坳校区	6 月 3 日 8:00—11:30	颜 茜	13087324713
生物资源与环境科学学院	100	砂子坳校区	6 月 3 日 11:30—15:00	闫 亮	15074329709
音乐舞蹈学院	80	砂子坳校区	6 月 3 日 15:00—18:00	张湘华	15074344880
计算机科学与工程学院 (吉首校区))	60	砂子坳校区	6 月 4 日 8:00—10:30	何 剑	18867216880
		大田湾校区	5 月 20 日 8:00—11:30		
物理与机电工程学院	110	砂子坳校区	6 月 4 日 10:30—14:00	谭艳文	17872087078
数学与统计学院	120	砂子坳校区	6 月 4 日 14:00—18:00	张毓芯	18574329888
		大田湾校区	5 月 20 日 11:30—15:00		
化学化工学院	90	砂子坳校区	6 月 10 日 8:00—11:00	刘 卫	18974382289
通信与电子工程学院	100	砂子坳校区	6 月 10 日 11:00—13:30	祖 力	15074328929
		大田湾校区	5 月 20 日 15:00—18:00		
医学院	280	大田湾校区	5 月 21 日 8:00—12:00	王艳兰	18274263293

药学院	50	大田湾校区	5月21日 12:00—15:00	石静咏诗	18897439473
法学与公共管理学院	90	砂子坳校区	6月10日 13:30—16:00	哈密拉提·买合木提	17872087053
		大田湾校区	5月21日 15:00—18:00		
外国语学院 (吉首校区)	40	砂子坳校区	6月10日 16:00—18:00	郭梦瑶	15874368140
		大田湾校区	5月27日 8:00—12:00		
商学院	160	砂子坳校区	6月11日 8:00—11:00	库都力克·卡迪尔	15274313495
		大田湾校区	5月27日 12:00—15:00		
文学与新闻传播学院	140	砂子坳校区	6月11日 11:00—14:00	刘建新	18874363903
		大田湾校区	5月27日 15:00—18:00		
马克思主义学院	45	砂子坳校区	6月11日 14:00—16:00	袁梓翔	18074371836
		大田湾校区	5月28日 8:00—12:00		
人文学院	45	砂子坳校区	6月11日 16:00—18:00	黄建胜	13739834650
		大田湾校区	5月28日 12:00—15:00		
吉首校区所有学院		砂子坳校区	6月17日、6月18日全天	朱姗姗	15580456663
		大田湾校区			
总计	1585				

附件 2

造血干细胞捐献常见问题

1. 中华骨髓库

中国造血干细胞捐献者资料库（中华骨髓库），英文 China marrow donor program（缩写 CMDP），是中国红十字会受政府委托，领导建立的无偿为需要造血干细胞移植的患者寻找相合捐献者的人道救助组织，是世界骨髓库成员，依《中国红十字会法》履行法定职责。

目前，中华骨髓库在全国建有 31 个省级管理中心。有 230 万志愿捐献者登记入库，每日参加与患者的检索配型，随时准备为患者捐献造血干细胞。中华骨髓库竭诚欢迎有爱心，有奉献精神的社会人士加入和支持中华骨髓库。

加入中华骨髓库是一种对患者的郑重承诺。一旦需要，我们要不忘初心，坚守承诺。

2. 什么是造血干细胞

干细胞是具有自我复制和多向分化潜能的原始细胞，是机体的起源细胞，是形成人体各种组织器官的始祖细胞。

造血干细胞是所有造血细胞及免疫细胞的起源细胞，具有自我更新、多向分化和归巢（即定向迁移至造血组织器官）潜能。它不仅可分化为红细胞、白细胞和血小板，有研究发现，造血干细胞还可跨系统分化为多种组织器官的细胞，因此是多功能干细胞。

3. 什么是造血干细胞移植？

适龄，健康的公民捐出自己正常的造血干细胞，输注到原已衰竭或摧毁造血功能和免疫功能的患者体内，重建患者的造血功能和免疫功能，达到治疗某些疾病的目的，此过程为造血干细胞移植。

4. 造血干细胞移植能治疗哪些疾病

造血干细胞移植可治疗恶性血液病，骨髓功能衰竭，部分非血液系统恶性肿瘤，部分遗传性疾病等近百种严重的致死性疾病，包括白血病、恶性淋巴瘤，再生障碍性贫血，骨髓增生异常综合征，多发性骨髓瘤，急性放射病，骨髓纤维化，阵发性睡眠性血红蛋白尿，自身免疫性疾病，实体瘤，先天性疾病或遗传性疾病等。

5. 什么是 HLA?

HLA 即人类白细胞抗原 (Human Leulocute Antigen)，存在于人体的各种的核细胞表面，它是人体生物学“身份证”，由父母遗传；能识别“自己”和“非己”，并通过免疫反应排除“非己”，从而保持个体完整性。

6. 兄弟姐妹的 HLA 相合率是多少?

同卵（同基因）双生兄弟姐妹间 HLA 相合率为 100%，非同卵（异基因）双生或亲生兄弟姐妹 HLA 相合率为 25%。中国独生子女家庭遍，在血缘关系中找到相合供者的机会很小，因此非血缘关系供者只能在中华骨髓库中寻找。

7. 如成为造血干细胞志愿捐献者

年在 18-45 周岁、身体健的公民志愿捐献造血干细胞，可与所在省/自治区/直辖市的中华骨髓库省级管理中心联系，在当地献血点填写《志愿捐献者同意书》并采集约 8 毫升血样，即可成为一名造血干细胞志愿捐献者。

志愿捐献者的血样经 HLA 分型检验，相关信息及志愿捐献者基本资料会被录入到中华骨髓库管理中心数据库中，等待患者查询。

8. 捐献造血干细胞无损健康

造血干细胞具有高度的自我更新、自我复制及很强的再

生能力，捐献造血干细胞后，可刺激骨髓加速造血，1—2周内，血液中各种成分可恢复到原来水平。

适龄、健康的志愿者捐献造血干细胞后，由于血细胞数量减少，会促使骨髓把储备的血细胞释放，并刺激骨髓造血功能，促使血细胞的生成。所以，捐献造血干细胞不会影响身体健康。

9. 不忘初心 真诚救助

加入中华骨髓库后，您随时会接到与患者配型成功的通知。此时您若放弃，一个生命的希望可能就此破灭。因此，我们希望您坚守加入中华骨髓库时的承诺，不忘初心，真诚救助。

10. 捐献者的保障

捐献前对捐献者进行严格体检，相关事项告知。捐献中视情况补充钙剂，温馨陪护。捐献后半年体检，定期随访，同时给捐献者定制健康保险。

11. 深思熟虑 义无反顾

采集约8毫升血样，加入中华骨髓库不难。难的是您确实了解了捐献造血干细胞的常识，熟悉了捐献流程，做好了亲属的思想工作，当与患者匹配相合，特别是患者经大剂量化疗“清髓”后，您能义无反顾地进行捐献，否则一个生命就结束了。

12. 采集造血干细胞是安全的

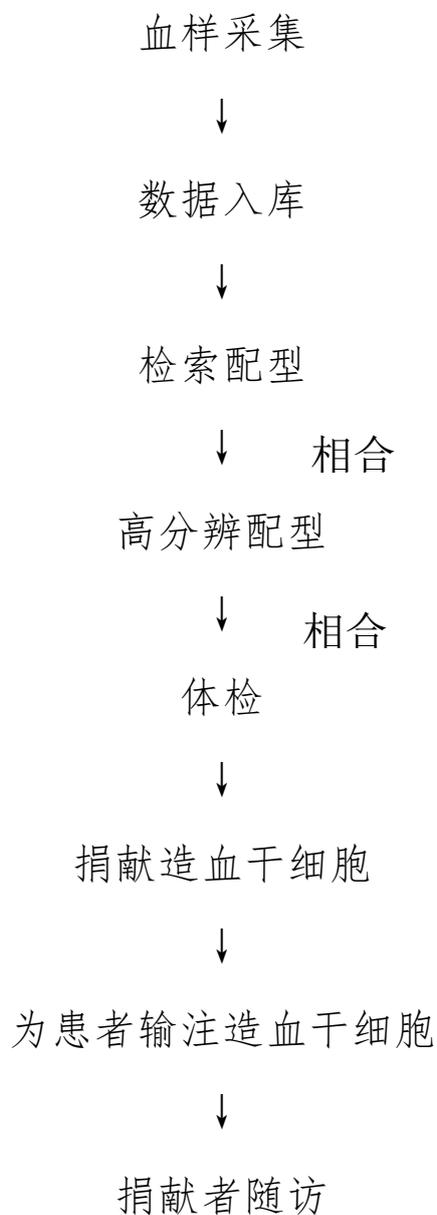
采集外周血造血干细胞遵循卫生主管部门颁布的采集技术标准、技术，设备成熟，耗材一次性使用安全可靠。采集时要平卧几个小时，在采集完成后，不适感将会很快消失。

13. 注射动员剂是安全的

经过国际上对数万名捐献者注射动员剂的临床证实，注

射动员剂是安全的。个别出现的轻微不适会在捐献后一两天后自行消失。随访观察亦未见远期副作用。

14. 简明捐献流程



附件 3

血小板捐献常见问题

1. 捐献血小板的过程安全吗?会不会影响身体健康?

安全。在捐献血小板的过程中，捐献者的血液都在经严格消毒的密闭管道套材中循环分离，每位献血者每次使用的都是一次性全新套材，绝对不会造成交叉污染或感染上疾病。另外，健康人体内血小板数量充裕，正常范围是 $100\sim 300\times 10^9/L$ ，捐献血小板前，会根据血小板计数确定能否捐献及捐献的数量，保证采后血小板量仍在正常范围。还有，血小板的恢复比红细胞快，捐献血小板三天后，循环血液中的血小板即可恢复到捐献前的水平。因此，我国规定捐献血小板最短可以每两周献一次，一年最多可献 24 次，只要符合单采血小板的献血要求，采集后无任何身体不适，可进行正常的工作和学习，对人体没有损害。

2. 单采血小板捐献者应符合哪些体检条件?

- ①男性体重： $\geq 50\text{kg}$ ；女性体重 $\geq 45\text{kg}$ ；
- ②献血前血液常规检测：血红蛋白男性 $\geq 120\text{g/L}$ ，女 $\geq 115\text{g/L}$ ；血小板计数 $\geq 150\times 10^9/L$ ，且 $< 450\times 10^9/L$ ；
- ③预测采后血小板数 $\geq 100\times 10^9/L$ ；
- ④血压： $90\leq$ 收缩压 $< 140\text{mmHg}$ $60\leq$ 舒张压 $< 90\text{mmHg}$ ；
- ⑤脉搏： $60\sim 100$ 次/分钟；
- ⑥红细胞比容 ≥ 0.36 ；

⑦双臂可穿刺血管较明显。

⑧经健康征询，没有会影响血液质量和献血者本人身体健康的疾病或病史。

3. 捐献血小板前的注意事项

①献血前一周不得服用抗血小板聚集或抑制血小板代谢的药物，如阿司匹林、维生素 E、消炎痛、潘生丁、氰茶碱、氟霉素及抗过敏药物的等；

②献血前两餐应清淡饮食，不要吃高脂或高蛋白食品，如肥肉、鱼、油条等，不饮酒，不可空腹献血；

③献血前保证充足的睡眠和稳定的情绪；

④因机器采集过程稍长，献血前半小时内应少饮或适量饮水，并尽可能先行排尿，以免中断采集。

4. 捐献血小板的流程

登记、体检→血液初筛检测→血小板采集→休息→领取无偿献血证和纪念品