

# 臺北市立萬芳高級中學

## 114 年度愛心捐血注意事項說明

親愛的家長您好：

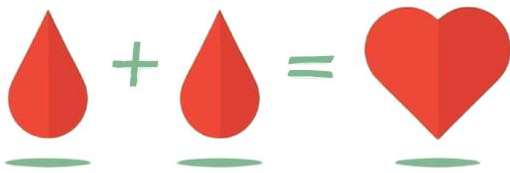
捐血救人是一種分享健康的公益行為，貴子弟有意願參與捐血活動實屬難能可貴！依衛生福利部公告捐血者健康標準：年滿 17 歲者，應視體能狀況，並經法定代理人之同意，始得捐血。

感謝您同意貴子女參與捐血，下列為捐血前需注意事項，特向您說明並請協助提醒貴子女：

1. 攜帶身份證或健保卡。
2. 捐血前睡眠需充足，請勿熬夜。
3. 正常飲食，勿空腹。
4. 捐血後，請於捐血扎針處加壓 5～10 分鐘，以防止皮下瘀血。
5. 捐血後稍作休息 10 分鐘並補充水分。

若疏忽以上事項，可能產生捐血過程的一些風險：如暫時性虛弱、頭昏與噁心、皮下瘀血等，如有這些現象請立即向護理人員反應，適時處理可減少不良反應發生。

**捐血一袋，救人一命！**



臺北捐血中心感謝您

-----✂請沿虛線剪下，並將下聯繳回✂-----

### 臺北市立萬芳高級中學 114 年度愛心捐血活動家長同意書

親愛的家長：

由於人口日趨老化，血量愈來愈短缺，學校為了響應這有意義的活動，發揮『捐血一袋，救人一命』之博愛精神。將於 4 月 18 日舉辦捐血公益活動，只要年滿 17 歲，健康狀況良好者即可參與捐血，希望您能支持孩子參與 『共同攜手，讓愛匯流』，一起將這份愛傳遞下去。

本人同意子女參加學校捐血活動

子女姓名：\_\_\_\_\_ 班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_

法定代理人(或監護人)簽名：\_\_\_\_\_ 關係：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

註：

1. 捐血當天務必攜帶此同意書及身分證或有身分字號、出生年月日、照片之有效證件。
2. 同意書由學校留存。於 4/10(四)前繳至衛生組，或交由慈青社 S210 趙子鋅、S205 李家彤 同  
學

中華民國 114 年    月    日

# 臺北市立萬芳高級中學

## 114 年度愛心公益捐血相關流程及注意事項

一、捐血的日子到了，為了響應這有意義的活動，請你伸出手臂，捲起袖子，發揮『捐血一袋，救人一命』之博愛精神，只要年滿 17 歲，健康狀況佳者即可參與捐血。

二、每人捐血 250cc 或 500cc。

三、捐血的好處：

1. 可以助人。
2. 可促進新陳代謝，讓自己更健康。
3. 血液檢查，了解自己的健康狀況。

<b>捐血前注意事項</b> 年齡：17-65 歲(捐血當天滿 17 歲即可) 體重：女性 45 公斤以上、男性 50 公斤以上 首次捐血限捐 250cc，第二次後體重超過 60 公斤捐血條件符合可捐 500cc 年捐量女性 1000 cc，男性 1500 cc 依生日計算 <b>1. 當天請攜帶身分證或駕照或有照片可辨識之健保卡</b> 2. 身體健康狀況良好 3. 女性非生理期 4. 捐血前勿空腹多補充水分，前一晚勿熬夜需睡滿 6 小時 5. 8 小時內勿飲酒 6. 1 週內無拔牙洗牙 7. 2 週內無服用感冒藥、抗生素治療性藥物 8. 1 年無刺青紋眉霧眉 9. 施打新冠疫苗及流感疫苗後，無不適症狀可捐血	<b>捐血五部曲</b> 1. 驗證、捐血登入→提供相關證件 2. 填寫健康問券→使用平板填寫健康問券 3. 面談體檢→健康情形及血液安全相關問題諮詢 4. 捐血→全血約 10-15 分鐘 5. 休息→休息 5-10 分鐘、多補充水份無不適再離開  <b>捐血後注意事項</b> 1. 捐血後請休息 5-10 分鐘再離開 2. 請多補充水份 3. 扎針處請按壓 10 分鐘 4. 捐血手臂 2 小時內勿提重物 5. 24 小時內不要激烈運動
--	--