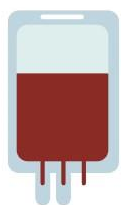


加泰罗尼亚每天需要

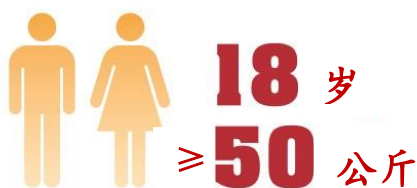


1000 次
献血
以救治病患

在加泰罗尼亚，每天需要有1000次左右的献血才能满足救治病人的需要。十分之一的人在一生中的某个阶段需要输血。但我们还无法制造血液：只有献血能保证每个人在因治疗、手术或意外事故发生而需要用血时拥有血液。

三种物质会从捐献的血液中分离出来：红细胞、血小板和血浆。每次献血最多可以挽救三个人的性命。

任何身体健康、年龄在18到70岁之间、体重不低于50公斤的人均可献血；如果是女性，则还要求避开孕期。



女性每年最多可献血三次，男性则为四次。两次献血之间必须至少间隔两个月。

即使出现以下情况，您也可以献血：

- 您曾在12岁前患过肝炎。
- 您没有空腹。
- 您胆固醇高。
- 您在服用某种常用药。

如果出现以下情况，则您无法献血：

- 您曾是肿瘤患者。
- 您是肝炎或HIV病毒的携带者。
- 您患有急性病。
- 您患有贫血症。
- 您曾患过梗塞或心绞痛。

您有20分钟空闲时间吗？
来献血吧！



如何献血？

为了确保献血对您和接受您血液的人安全无患，您必须填写一份关于健康状况和生活习惯的问卷。我们将对您进行医疗问询并为您测量血压和血红蛋白。

抽血会持续10至15分钟。献血后您应该休息几分钟，并吃些小吃。您要注意水分的摄入（血液超过一半的含量是水），并在接下来的24小时内避免过重的体力劳动，尤其避免使用被扎针的手臂。

您可前往加泰罗尼亚的主要医院和全国4000多个献血站献血。您可前往 donarsang.gencat.cat 网站查看离您最近的献血站。