关于组织开展我校2025年无偿献血活动

的通知

各学院：

为积极响应无偿献血工作部署，进一步发挥高校在无偿献血工作中的示范引领作用，充分彰显我校师生的奉献精神，经研究，决定组织开展我校2025年无偿献血活动，现将有关事项通知如下。

一、活动主题

热血奉献爱心 真情汇聚济医

二、无偿献血对象

我校18至55周岁（年满55周岁至60周岁者，已有过2次献血以上经历的，可继续献血到60周岁）、身体健康的师生员工。

三、活动时间、地点

时间：2025年12月5日9:00-16:30

地点：太白湖校区南北餐厅中间空地

四、无偿献血流程

1.信息登记。在现场志愿者引导下，献血人员携带本人身份证（护照、军官证等有效证件）或学生证，前往献血地点填写《无偿献血登记表》。

2.健康征询及体检。

（1）身体条件：身心健康，男性体重50公斤以上，女性45公斤以上，无心、肺、肝、肾等疾患，无高血压、冠心病、糖尿病以及其他慢性病病史；

（2）妇女经期（含前后3天）、妊娠期、流产后未满6个月，生产后未满一年的，暂不献血；

（3）每次献血量自愿选择200毫升、400毫升。两次献血间隔时间不能少于六个月。

3.信息录入及核查。

4.快速检测。采集指端末梢血，做采血前快速筛查。

5.血液采集。

6.领取献血证、献血纪念品。

五、无偿献血注意事项

1.献血前要了解献血具体操作流程，消除紧张情绪，保持充足睡眠；建议清淡饮食，适量饮水，尽量不要食用油炸辛辣食物；最好不要空腹献血，避免低血糖或有其他不适。

2.献血后献血者应在采血椅上休息片刻，到休息区休息10～15分钟，无不良反应后再离开。

3.为保护穿刺针眼不受擦伤和感染，穿刺点上的敷料应保留至少4小时；如针眼处有青紫现象，24小时之内冷敷，超过24小时后热敷。

4.献血后24小时内避免剧烈运动、重体力劳动、高空作业和过度疲劳、针眼处不要沾水。

5.献血后多补充水分，食用易消化吸收的食物和水果，应避免暴饮暴食和饮酒，保证充足的睡眠。

6.部分人献血后有疲劳或困倦感，属正常生理反应，要保证充足的睡眠。

六、有关要求

1.广泛动员。各学院要广泛宣传《献血法》和无偿献血知识；广大党员、团员和学生骨干要发挥示范作用，积极带头参与活动。

2.精心组织。各学院要积极发动本单位师生员工参与活动，认真做好无偿献血的组织工作，根据上课情况和献血注意事项统筹安排献血时间。

3.激励措施。出示“无偿献血证明”可获“德育教育实践类”0.5学分，12月31日前学校完成补录；获得市级及以上“无偿献血爱心大学生”荣誉称号的学生，参照“德育教育实践类”标准分别赋予1、2、3学分，以最高标准统计，不累计赋分。市级以上的荣誉称号根据上级通知要求表彰，统一于本年度学分认定的时间范围内赋分。

附 件：1.无偿献血倡议书

2.献血前、后的注意事项

3.济宁市无偿献血优待用血返还政策

工会 团委

2025年12月2日

附件1

无偿献血倡议书

近年来，随着公民健康意识的不断提高，临床用血量逐年增长，我市年用血量已达36吨，每年需要10万余名爱心公民参加无偿献血才能够基本满足临床用血需求，仅依靠街头无偿献血已很难满足临床用需求。

献血无损健康，只需小小勇气。如今科学技术还不能研制出人造血液，医疗用血只能依靠健康人体捐献。每次献血所抽取的200-400毫升血液，仅占人体血液重量的5%-10%。同时，“一次献血，终身受益；一人献血  全家受益”，无偿献血者本人可以终生免费用血,献血者的配偶、父母、子女、兄弟姐妹、祖父母、外祖父母、配偶父母、子女配偶可以免费等量用血。爱心献社会，受益是全家。这种既可以救死扶伤，又对自身有益的事，我们何乐而不为！

为满足临床用血需求，让更多的患者重燃生命的希望，让无数的家庭重温幸福时光，让我们为爱捋袖，伸出我们的臂膀，以参加无偿献血的方式拯救同胞的生命，让在同一片蓝天下的我们，共享生命的感动！

献血服务热线：**400-657-33692171010**

附件2

献血前、后的注意事项

18-55周岁身体健康的公民，出示真实的身份证明。既往无献血反应的多次献血者要求再次献血的，年龄可延长至60周岁

**献血前**

1.献血前一天需要休息好。献血前前一天晚餐和当天早餐不要喝酒，不要吃鱼、肉、油条、豆制品等高脂肪、高蛋白的食物，以免发生脂肪血，影响化验结果和血液质量。但也不要空腹献血，可以吃些清淡饮食，如馒头、稀饭、清汤面条。

2.献血一周内避免服用任何药物、女士避开月经期前后三天。

**献血后**

1.针眼的护理：献血后及时按压针眼5-10分钟，千万不要揉搓针眼，以免造成局部渗血。献血后1小时方可取下弹性绷带，24小时内穿刺针眼不要沾水，避免穿刺针眼感染。若穿刺部位出现青紫，多因按压不当，少量血液渗出到皮下所致，可24小时内局部冷敷，24小时后热敷，一般10天左右即可恢复正常。

2.饮食与休息：（1）献血后使用高蛋白、易消化吸收的食物，如肉类、蛋、奶及豆类食品等，避免暴饮暴食；献血当日尽量不要饮酒，避免剧烈运动、高空作业及过度疲劳，手臂避免过度用力；4小时内多饮水，有助于血容量恢复；半小时内不要吸烟；注意休息，保证充足的睡眠。（2）部分献血者献血后有疲劳感或困倦感，属正常的生理反应，不必担心，献血者保持精神愉快、情绪稳定，要有充足的睡眠，尤其是首次献血，适当休息即可恢复。也可拨打血站的电话400-657-3369或2171010联系血站工作人员，进行咨询。

3.血站对献血者血液进行转氨酶、乙型肝炎表面抗原、丙型肝炎抗体、梅毒螺旋体抗体、艾滋病病毒抗体等项目的检测,并将检测结果以短信方式反馈给献血者。

附件3

济宁市无偿献血优待用血返还政策

济宁市目前执行的优待用血报销制度是根据《中华人民共和国献血法》、《山东省实施<中华人民共和国献血法>办法》《济宁市血液管理办法》（市政府第31号令）《医疗机构病例管理规定》（卫医法[2002]193号）及《济宁市无偿献血者及其受益人用血费用报销工作管理办法》等法律法规有关规定，凡在我市参加无偿献血的公民可以享受以下优待有血权利：无偿献血的公民终身享受无限量免费用血。其配偶、父母、子女、兄弟姐妹、祖父母、外祖父母、配偶父母、子女配偶因伤病医疗用血时，可免费享受与其无偿献血等量的医疗用血。