



挽袖为爱 血脉相连

——2025年第22个“世界献血者日”特别报道

策划:陈平 曹思扬

编者按

当生命的律动遭遇意外挑战,当健康的河流面临干涸危机,是什么能跨越陌生、穿透黑暗,为亟待救治的病患带来生的希望?答案往往蕴藏在一份份承载着无私大爱的热血之中。无偿献血,一个简单的挽袖之举,却是生命对生命的直接馈赠,是人间至善至美的崇高表达。

2004年,世界卫生组织、红十字会与红新月会国际联合会、国际输血协会、国际组织联合会、国际输血协会决定将发现ABO血型系统的诺贝尔奖获得者卡尔兰德斯坦纳的生日6月14日定为“世界献血者日”,以此感谢为挽救生命而自愿献血者的奉献精神,鼓励更多的人成为自愿献血者。今年的6月14日是第22个“世界献血者日”,主题是“献血传递希望,携手挽救生命”。届时,广东省卫生健康委、广州市卫生健康委将携手在广州大学城环绿道举行“热血广东·活力全运”——2025年广东省无偿献血暨高校热血公益健康跑开幕式活动。

为弘扬自愿无偿献血者的无私奉献精神,进一步推动广东无偿献血工作,在第22个“世界献血者日”来临之际,本期特别以无偿献血科普知识、相关政策以及无偿献血故事为内容,邀您一起学习相关知识,了解相关政策,主动参与其中,用可再生的血液,守护不可重来的生命。(刘欣)

艾文秀: 26年无偿献血1万多毫升



艾文秀为无偿献血者点赞

在广州市海珠区有一位“献血达人”,26年来风雨无阻,坚持定期献血,攒下了厚厚的一沓献血本,她把献血当成一种生活习惯,累计无偿献血1万多毫升,她就是广州市海珠区市场监管局一级主办艾文秀。

“把献血当成一种生活习惯”

“作为部队的医务工作者,有责任主动参与献血。”提起无偿献血的缘由艾文秀说,1998年《中华人民共和国献血法》开始实施,很多人对献血认识不够,参与积极性不高。1999年,她随部队从北京来到广州,成为驻穗军队医务工作者。一天,途经白云宾馆时看到路边停了一辆献血车,便毫不犹豫地上车献血200毫升。“适当献血可促进新陈代谢,既对自己的健康有好处,又能及时行善帮助别人,何乐而不为?”

带着军人的责任和担当,艾文秀成了大家心目中的“献血豪杰”。除了孕期和哺乳期,她按照国家规定“必须间隔6个月方能献全血”的最短时限,每半年就献一次全血。按照一个普通成年人4000~4500毫升的血量计算,如今艾文秀的献血量约相当于捐献了2个成年人的血量。

“因曾看到医院里等待用血患者家属的无助,我便投入到无偿献血志愿服务中,把献血作为一种生活习惯。”艾文秀说。2012年,她从部队转业到原广州市食品药品监督管理局食品监管分局工作,脱下戎装,依然“冲锋”在献血一线的她渐渐认识到,无偿献血不仅是一种简单的医疗行为,更是一种社会责任和道德担当的体现,需要全社会形成良好氛围,从而引导公众自觉参与。为此,她加入广州市无偿献血志愿者服务队,并

坚持每周至少抽出1天时间参加各类志愿服务。

身体力行感染着身边人

一路走来,艾文秀参与并见证了整个社会献血环境和氛围的变化。她说:“广州不断完善无偿献血配套服务,从过去需要填各种表格到现在只需刷身份证,对献血者的人文关怀越来越多,献血车的设备越来越好。现在有很多爱心人士主动加入无偿献血的大军。”

“你看我的条件能不能献血?要注意些什么?”艾文秀身体力行地感染着家人、朋友和同事,常常有人找她咨询献血问题。在她的带动下,越来越多的人愿意参与无偿献血,她的弟弟已经坚持献血10多年,累计献血4000多毫升;儿子伏加凯也成为中信志愿服务站年龄最小的注册志愿者;还有同事、朋友相约在除夕当天献血,用这种方式庆祝传统节日。寒暑假期间,她也经常带儿子一起参加志愿活动,普及无偿献血知识。

如今,艾文秀兼任广州市无偿献血志愿者服务队分队长、天河区中信广场志愿服务站副站长,以固定献血点和中信志愿服务站为平台,为来往市民提供无偿献血咨询、答疑解惑等服务。加入志愿组织十几年,她的志愿服务累计时数达3500小时,被广州市成人宣誓委员会和共青团广州市委员会聘为广州市“18岁成长引路人”,还先后获得全国无偿献血志愿服务奖五星奖、全国无偿献血奉献奖金奖、广东省红十字会优秀志愿者等荣誉称号。

“我做的只是一件小事,对社会做好,就能成为一件有益于社会的大事。”艾文秀说。

吴言东: 做生命长河的“救生员”

从广州亚运会吉祥物公仔到工艺品笔筒,吴言东家中放满了“骄傲”,这是26年来他参加无偿献血和志愿服务所获得的奖杯和纪念品。在无偿献血志愿服务中,他已获得全国无偿献血志愿服务“终身荣誉奖”。

吴言东清楚地记得自己第一次参与献血的场景。1999年6月,他无意中在街上看到了一辆献血车。心中有所触动便前去咨询了解。通过填写、体检、初筛,他顺利地捐献了自己人生中的第一次“热血”。自此也与无偿献血结下了不解之缘。

用无偿献血铭记生活的重要时刻

“广州很多患者需要输血,没人献血,这些患者怎么办?我们献出一点血,就能帮助他们,为什么不献呢?”面对家人和朋友的不理解、不支持,吴言东道。自1999年6月起,他坚持每年参加无偿献血志愿服务活动,先后献血321次,平均每年献血超过10次,献血总量累计127200毫升,相当于25个50公斤成年人身体的血液总量,是广州市献血较多的志愿者之一。

一直以来,吴言东都以“捐献可以再生的血液,挽救不可重来的生命”这句话激励自己。在生

活中一个个需要仪式感的时刻,他都会选择无偿献血。如2014年12月5日是第29个国际志愿者日,他完成了第100次献血;2019年7月14日,他完成了第200次献血;2024年5月23日,他完成了第300次献血。每年的生日,只要条件许可,他也会选择以献血的方式来铭记。

广东省无偿献血奉献奖金奖、广东省无偿献血促进奖、全国无偿献血志愿服务奖“五星级志愿者”、全国无偿献血奉献奖金奖……几十本大红的献血证,见证了吴言东26年来无偿献血的坚持。提及家人和朋友的不理解、不支持,吴言东表示,一开始家人主要是担心献血对他的健康有害。后来在他的影响下,家人和朋友也慢慢加入无偿献血志愿服务活动中。其中有他的2个孩子,一满18岁就主动参与无偿献血了。

“能够帮助别人是一种快乐”

为让更多市民了解和参与到无偿献血的活动中,2007年12月,广州血液中心组建起广州市无偿献血志愿者服务队,吴言东成为这个队伍的第一批队员。“社会上一些人对无偿献血存在一定的误解。”作为无偿献血的



吴言东一家四口一起献血

科普者和身体力行者,吴言东总是以自己的故事为例,认真给大家解释:“无偿献血非但对身体没有伤害,反而利人利己。”

2012年,广州市无偿献血志愿者服务队承接了天河区中信服务站,这个服务站随后成为造血干细胞和无偿献血主体宣传驿站。吴言东承担了项目总监的重任,组织志愿者参与无偿献血培训和交流活动,到高校宣讲无偿献血知识,到各区、各高校开展无偿献血活动和造血干细胞入库采样。“无偿献血就像是生命长河里的‘救生员’,血液可以再生,生命不可重来。我们一个小小的无偿献血举动,挽救的不单单是一个生命,还可能是一个家庭的希望。”

2021年,广州市修订实施《广州市献血管理规定》,加强对无偿献血者的激励与优待。吴言东就是最高等级“广州市无偿献血优待证(A)”00001号持有者。在他的影响下,他的儿子、女儿也获得了“A证”。“我的太太也快速到申领‘A证’的条件了。‘A证’彰显了政府对献血者的关怀,能拿到‘A证’并享受免费乘坐公共交通的优待,我们固然高兴。但最让我们欣慰的是,这张献血者优待证,意味着我们曾切切实实帮助过许多有需要的患者。”吴言东说,“无偿献血和志愿服务是我人生的一部分,能够帮助别人是一种快乐,我会在这条路上一直走下去。”

陈景晖: 无偿献血帮助自己,也帮助他人

曹思扬

“科学证明,适度献血有利于各器官系统的健康。”广州医科大学附属妇女儿童医疗中心麻醉科副主任医师陈景晖说。提及无偿献血很多人有这样的疑问:你们医护人员自己献血吗?甚至还有这样一种说法:别去献血,医生护士他们自己从来都不献血。然而真相却是,医护人员一直都是无偿献血的主力军。从2011年开始,陈景晖已累计献血18次,献血量达5400毫升。

作为一名麻醉科医生,陈景晖深知血液对生命的重要意义,此前因体重不达标无法献血一直是他的遗憾。等待体重符合献血标准后,他立即完成了人生中的

第一次献血。回忆起当时的场景,陈医生忍俊不禁。原来第一次献血陈景晖就挑战了400毫升,然而采血时出血很慢,看到护士反复调整针头位置,他灵机一动提出:“要不我躺下来试试?”没想到这一试却引发了一场误会,全院一下子传开了“陈医生献血晕倒要输血”的段子。直到他举着献血证在科室辟谣:“我可是麻醉医生,晕血怎么会发生在我身上?”

一次乌龙事件并没有让陈景晖退缩,反而更坚定了他的献血热情。“每当看到等待血液救治患者焦灼的眼神,我总是希望能伸出援手……”陈景晖说,这是他坚持献血的不竭动力。



陈景晖无偿献血现场打卡

如今,无偿献血成了陈景晖生活中的一件平常事,他表示,广州医疗资源优质,外地来粤求医的患者很多,临床用血需求非常

大。“作为一名医务工作者,能在本职工作之外帮助自己,又帮助别人,非常有意义。”(作者单位:省卫生健康委宣传教育中心)

无偿献血知识问答

陈锦艳 欧阳剑

Q: 人体内有多少血液?

A: 成年人体内的血液量是根据个体体重决定的。正常人的血液总量约占体重的7%~8%,一个体重60公斤的成年人,全身约有4200~4800毫升血液。一般情况下,80%的血液在血管里流动,20%贮存在肝、脾、骨髓和皮下毛细血管中,以备不时之需,称之为“小血库”。当人体从事剧烈活动或少量失血时,这些血液会立即释放出来,参与血液循环,血液中的水分和钠盐也会在1~2小时内恢复,维持人体正常生理功能。

Q: 为什么要无偿献血?

A: 当今医疗救治扶持,输血已成为不可缺少的重要治疗手段之一。目前仍没有制造出能够完全替代血液的代用品。因此临床输血治疗的血液只能来源于健康人体,由于血液不能长期贮存,而临床急救却需常备供应,所以只能依靠足够的、健康的人定期献血,才能确保充足的血液供应。血液是一个健康人可以赠予另一个人最宝贵的礼物,一个献血的决定可以挽救一个甚至多个人的生命。

Q: 献血对身体有什么影响?

A: 成年健康人一次献血200~400毫升后,人体的造血功能系统会迅速启动,骨髓的新陈代谢加快,使得人体在肝、脾等脏器内贮存的血液会迅速进入血液循环系统,和循环血量保持平衡。血管周围的液体会立即进入

血管内,只要1~2小时便可补上失去的血容量;同时肝脏会加速制造蛋白,血浆蛋白大约在1~2天内即可补足;红细胞和血红蛋白在7~10天即可恢复到献血前水平,合理献血不会导致贫血,也不会损害身体健康。

Q: 我可以献血吗?

A: 如果您年龄在18~55周岁之间(既往无献血反应,符合健康检查要求的多次献血者主动要求再次献血的,年龄可延长至60周岁),男:体重≥50kg,女:≥45kg,血压和脉搏在正常水平内,重要器官无严重疾病,无传染病,近1周内无感冒、发热、做小手术或任何不适等(女性避开生理期和生理期前后3天),即满足献血的基本条件,均可凭有效身份证件到献血点尝试献血,献血前医护人员会对您做进一步的征询与检查,符合条件就可以献血了。

Q: 我要怎样献血?有什么需要注意的?

A: 献血流程:献血登记及咨询→体格检查及验血→等待结果并进食茶点→献血→休息无不适离开→领取电子或纸质献血证和献血纪念品。

献血时必须携带本人有效身份证件,献血前不能空腹,要清淡饮食,献血前一天晚上不要饮酒,不要熬夜,保持良好睡眠。献血后要在现场休息15分钟无不适后方可离开。献血后4小时内多饮水,24小时不能饮

酒,正常饮食即可。献血当晚不要熬夜,第二天工作和生活照常。献血后24小时内尽量不要做剧烈运动、重体力劳动及高空作业,避免外伤。

Q: 献血者献血后要做哪些检测项目?如果血液检测不合格是不是代表我身体不健康?

A: 献血后主要检测:血型检测(ABO和RhD血型正反定型)、丙氨酸氨基转移酶(ALT)、乙型肝炎病毒(HBV)、丙型肝炎病毒(HCV)、人类免疫缺陷病毒(HIV)、梅毒螺旋体(TP)等。献血检测不合格≠身体不健康,为保证血液质量,血站必须按国家卫生健康委颁布的“血液检测标准”对采集的血液进行严格检测,其判定标准与医院的血液检测判定标准有所不同。血站执行的是血液质量检测标准,医院执行的是疾病诊断标准,两个标准有着本质上的区别。因此,血站对血液检测的结果,不能等同于医院疾病诊断报告。若您确实感觉身体不适,建议到医院作进一步检查。

Q: 为什么献血无偿,而用血时要收费呢?

A: 血液本身是无价的,无偿献血者献出的爱心是无法用金钱来衡量的。临床用血费用是血液处理的本成本费。这是因为血液采集后,并非直接用到患者身上,需要经过后续的检验、分离、贮存、运输等步骤,确保血液是安全的,适用于临床的,才能用到患者身

上。因此各种血液品种标注的价格,其实是血液在处理过程中产生的成本费。这就类似于珠江的水是免费的,但经过处理,安全可饮用的自来水需要收费,是一样的道理。

Q: 献血后,我和我的亲属在医服用血能免费吗?

A: 您献血后,如在广东省累计献血量符合相关要求,您本人及您的配偶、父母、子女(包括养父母、养子女)临床用血时,可按相关规定享有减免血液采集、储存、分离、检验等费用的权利。具体政策可参考《广东省实施〈中华人民共和国献血法〉办法》。

Q: 申请免费用血时我需要提供什么材料,如何办理?

A: 我省大部分医疗机构(深圳除外)已经实现临床用血费用

直接减免服务,如您在广东省累计献血量等符合相关要求,在我省医疗机构临床用血时,只需在费用结算时提交身份证明材料及关系证明等材料,就可办理临床用血费用直接减免。

如未在医疗机构用血费用直接减免,也可以到广东省任一采供血机构(深圳市除外)进行血费报销,如需在广州血液中心报销,可关注“广州献血”公众号,依次点击“服务”-“报销指引”了解更多详情。

如您在外就医或并未在医疗机构办理直免,请准备好相关证件、关系证明、用血清单及收费单据等电子资料,通过全国电子无偿献血证(微信小程序)血费跨省减免板块,按指引线上办理跨省异地献血者的临床用血费用减免服务。

Q: 我献血后,我和我的亲属需要用时能否优先用血?

A: 在保证急救用血的前提下,广州市献血者本人及其配偶、父母、子女因病在广州市医疗机构临床用血时,享有优先用血的权益。献血者本人可无限量优先用血,献血者的配偶、父母、子女的优先用血量不超过献血者在广州地区的献血总量。广州市献血者如在本市外用血需要帮助时,可致电020-83578941,与广州血液中心献血者服务中心联系。

Q: 在广州献血,还有哪些特别的优待?

A: 在广州市范围内,献血总量累计达到一定的标准后,可办理广州市无偿献血优待证(A)/

(B)/(C),享受相应的权益,如免费游览市、区所属公园、纪念馆、博物馆、科技馆和实行政府定价、政府指导价的自然风景区;到公立医疗机构就诊的,享受优先就诊,免收普通门诊诊查费;符合条件的可按照规定优先入住市、区公办养老机构;刷卡免费乘坐市内线路的公共汽(电)车、过江渡轮和城市轨道交通等公共交通工具;对符合条件的灵活就业人员按照规定给予社保补贴;同等条件下优先提供就业岗位,优先推荐就业;优先保障子女入托、入学等,详情请阅读《广州市献血管理规定》及《广州市无偿献血激励与优待办法》。(作者单位:广州血液中心)

本版文稿除署名外均由广州血液中心提供

