





ประกาศอำเภองาว

เรื่อง ขอเชิญร่วมบริจาคโลหิต ประจำเดือน เมษายน ๒๕๖๖

\*\*\*\*\*

ด้วยสาขาบริการโลหิต เหล่ากาชาดจังหวัดลำปาง ได้กำหนดออกรับบริจาคโลหิต ประจำเดือน เมษายน ๒๕๖๖ ณ ศาลาประชาคมอำเภองาว (หลังเก่า) หมู่ที่ ๔ ตำบลหลวงเหนือ อำเภองาว จังหวัดลำปาง ในวันพุธ ที่ ๒๖ เมษายน ๒๕๖๖ ตั้งแต่เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

อำเภองาว จึงขอเชิญชวนข้าราชการ พนักงาน ลูกจ้าง และประชาชนทุกภาคส่วน ร่วมบริจาคโลหิต เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล และเพื่อช่วยเพื่อนมนุษย์ที่เจ็บป่วย ในวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าว ตามมาตรการป้องกันการระบาดของโรคติดเชื้อ COVID-19 การคัดกรองตนเองก่อนบริจาคโลหิต

ประกาศ ณ วันที่ ๑๒ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖



(นายสมจิตร จุลเจริญ)

นายอำเภองาว



## คุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต ,ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้บริจาคโลหิตก่อนบริจาคโลหิต และผลดีของการบริจาคโลหิต

การบริจาคโลหิต คือ การสละโลหิตส่วนเกินที่ร่างกายยังไม่จำเป็นต้องใช้ เพื่อให้กับผู้ป่วย ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อผู้บริจาค หลังการบริจาคโลหิต ไช้กระดูกในร่างกายสามารถสร้างเม็ดเลือดแดงมาทดแทน สามารถบริจาคได้ทุกๆ 3 เดือน

### คุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต

1. มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์
2. อายุระหว่าง 17 ปีบริบูรณ์ถึง 60 ปี
3. น้ำหนักตั้งแต่ 45 กิโลกรัมขึ้นไป
4. ไม่เป็นบุคคลในกลุ่มที่เสี่ยงต่อการเป็นพาหะของโรค เช่น กลุ่มรักร่วมเพศ กลุ่มติดยาเสพติด
5. ต้องไม่มีประวัติเป็นโรคติดเชื้อ โรคเอดส์ และไข้มาลาเรียในระยะ 3 ปี

### ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้บริจาคโลหิต ก่อนบริจาคโลหิต

1. ควรนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง
2. รับประทานอาหารตามมื้อปกติ ไม่ควรรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงมาก ก่อนมาบริจาคโลหิต
3. ควรมีความสุขสมบูรณ์ดีทุกประการ
  - ถ้ากำลังเป็นหวัด ไม่ควรบริจาค
  - ควรหายจากไข้หวัดอย่างน้อย 7 วัน
  - ถ้ากำลังรับประทานยา หรือฉีดยารักษาอาการเจ็บป่วยอยู่ ก็ไม่ควรบริจาค
4. งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ก่อนมาบริจาคโลหิต 24 ชั่วโมง
5. งดสูบบุหรี่ก่อนและหลังบริจาคโลหิต 1 ชั่วโมง เพื่อให้ปอดฟอกโลหิตได้ดี
6. ควรดื่มน้ำ 1-2 แก้ว ก่อนบริจาค เพื่อช่วยให้โลหิตไหลเวียนดี

### ผลดีของการบริจาคโลหิต

1. จิตใจดี รู้สึกดี ได้ช่วยเหลือชีวิตผู้อื่น เป็นการต่อชีวิตให้กับหลายคน มีชีวิตรอดปลอดภัย
2. สุขภาพแข็งแรง ช่วยกระตุ้นการผลิตเม็ดเลือดใหม่
3. ได้รับการตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี, เชื้อโรคเอดส์และเชื้อซิฟิลิส (กามโรค)



# แนวทางปฏิบัติการรับบริจาคโลหิต ในสถานการณ์การระบาด COVID-19



## การคัดกรองตนเองก่อนบริจาคโลหิต

1



คัดกรองและประเมินตนเอง  
ก่อนมาบริจาคโลหิต  
เพื่อความปลอดภัยของท่าน  
และส่วนรวม

2



- กรณีได้รับวัคซีน COVID-19  
แล้ว 7 วัน บริจาคโลหิตได้
- กรณีมีอาการข้างเคียงหลังฉีดวัคซีน  
เมื่อหายแล้วให้ วัน 7-14 วัน  
บริจาคโลหิตได้

3



ผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19  
แต่ไม่แสดงอาการใดๆ  
งดบริจาคโลหิต 10 วัน  
หลังตรวจพบเชื้อ

4



ผู้ที่เสี่ยงสูง  
งดบริจาคโลหิต 5 วัน

5



ผู้ป่วย COVID-19  
งดบริจาคโลหิต 14 วัน  
นับตั้งแต่หายป่วย  
ไม่มีอาการใดๆ หลงเหลืออยู่

6



กรณีติดเชื้อ COVID-19  
ภายใน 7 วัน หลังบริจาค  
แจ้งหน่วยงานที่รับบริจาคโลหิต  
ทราบทันที

## ผู้สัมผัสเสี่ยงสูง



ไม่ได้สวมหน้ากากอนามัย  
ไม่ได้สวมชุด PPE  
เมื่อสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย



อยู่ใกล้/ พูดคุยกับผู้ติดเชื้อ  
COVID-19 ในระยะ 2 เมตร  
นานกว่า 5 นาที



ผู้ป่วย ไอ จาม ฝ่  
โดยไม่สวมหน้ากากอนามัย



อยู่ในสถานที่ปิด  
ไม่มีอากาศถ่ายเท  
ร่วมกับผู้ติดเชื้อ COVID-19  
นานกว่า 30 นาที



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย

ประกาศ ณ วันที่ 10 พฤษภาคม 2565  
สอบถามโทร 0 2256 4300