

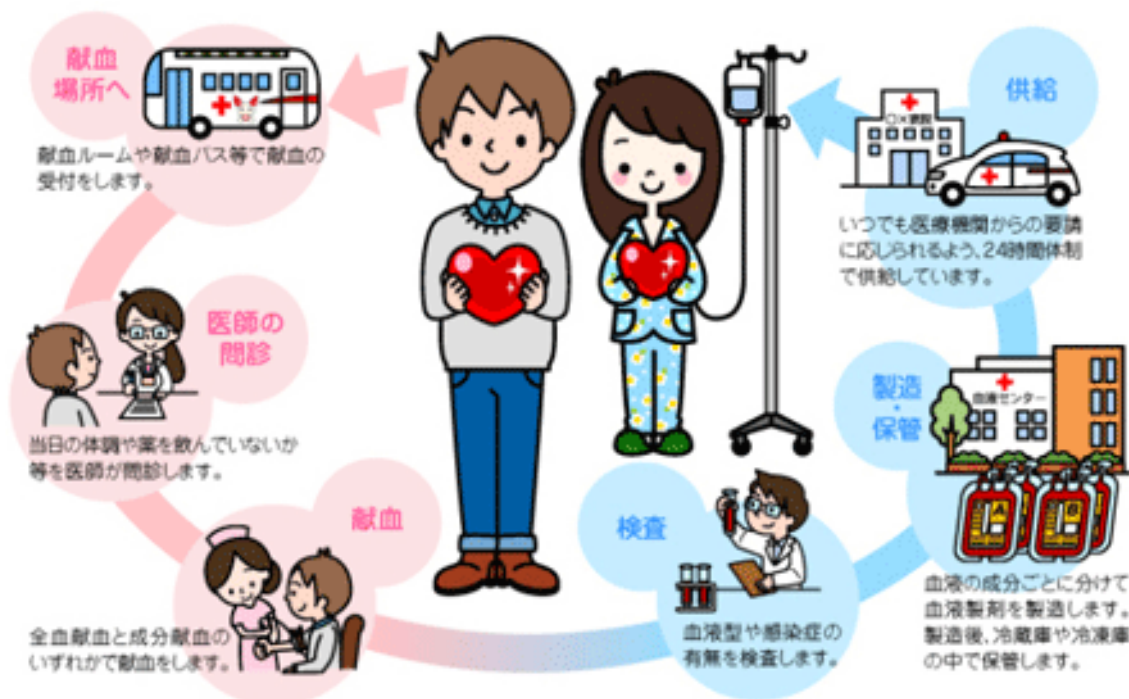
献血ってそうなんだ！

～意外と知らない献血のこと～



赤十字血液センターってなに？

私たち赤十字血液センターは輸血治療を必要とされる方に、安定して安全な血液を届ける為、「献血→検査→血液製剤の製造・保存→病院へ供給」業務をおこなっています。



私たち赤十字血液センターでは、毎日どこかで献血のお願いをさせていただいています。それは、輸血用血液には**有効期間があり長期的な保存をすることができない**からです。輸血治療で使用されている血液は生きた細胞の塊であり、**輸血効果を発揮するには、細胞が生きた状態**でなくてはなりません。その為、皆様に毎日お願いをさせていただいています。

・ 傷ついた血管を修復します

血小板製剤



血小板産生低下による血小板減少症などの場合に使われます。

有効期間
4日

血漿製剤



外傷や外科手術などに使われます。

有効期間
1年

赤血球製剤



慢性貧血、外科手術前後の輸血などに使われます。

有効期間
21日

- ・ 血管が傷ついた時に血小板より先に働き一時的な止血を行います
- ・ 細胞の浸透圧を調整し、血圧を一定に保ちます
- ・ 栄養分の運搬と老廃物の排出を行います

- ・ 体中に酸素を運びます

輸血治療が必要な時っていつ？

では、輸血治療が必要とされるのはどういう時か。

大きく分けると2つに分けることができます。

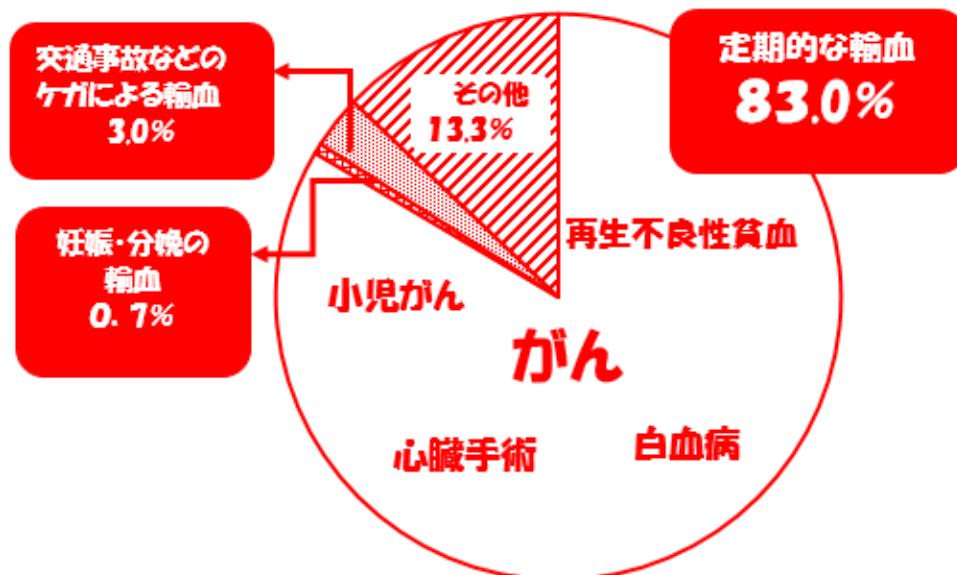
一つ目が交通事故などのケガで大量出血をしたときです。

二つ目が癌などの病気により身体の中で健康な血液が作れない方の治療をするときとなります。

輸血が必要になるとき



またどちらのケースで必要とされることが多いかというと、下のグラフにあるように二つ目に挙げた**病気の治療**が8割以上を占めています。



例えば、心臓の手術の場合、一回の手術で10~20人分の赤血球製剤と、数本の血小板製剤を必要とする場合もあります。

また再生不良性貧血などの治療に使用する場合1か月に1度というような定期的な輸血が行われます。

このように1人の患者さんの命を何人もの献血者で支えていただいています。

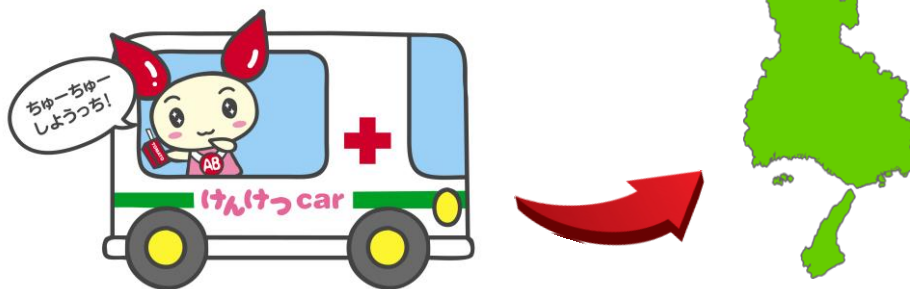
兵庫県下での輸血状況は？

兵庫県下では、上記の患者さんが安心して輸血治療を行う為に、**毎日約 570 人**の献血ご協力を必要としています。

この人数は成分献血（血漿・血小板）と全血献血（赤血球）で必要な人数を合わせたものです。

献血バスでは全血献血（赤血球）の献血者を受け入れています。この全血献血だけで見ても一日（平日平均）約 450 人（400mL 献血で）の献血ご協力が必要です！

ちなみに、これを割り振ると**献血バス一台で 1 日あたり、50 名以上（400mL 献血のみで）**のご協力が必要となっています。



献血にどうやって協力していけば？

兵庫県では毎日 7 か所の献血ルームと、一日最大 6 台の献血バスが輸血用血液確保に努めています。

献血ご協力をいただける方につきましては、ぜひお近くの献血ルームもしくは献血会場での定期的なご参加をお願いします。

詳しい会場については下記サイトの「本日の献血場所」でご確認ください。

<https://www.bs.jrc.or.jp/kk/hyogo/>（もしくは兵庫・献血で検索）



献血は誰でも参加できるの？

献血は以下の基準に該当される方であればご参加をいただけます！

-採血基準- ※献血カードをお持ちの方は献血可能日をご確認の上、当日ご持参下さい。

400mL 献血

	年齢	体重	年間採血量	採血期間（前回 400mL の場合）
男性	17 歳～69 歳（*）	50 kg 以上	年 3 回まで（1,200mL 以内）	1 2 週間後より参加可
女性	18 歳～69 歳（*）	50 kg 以上	年 2 回まで（800mL 以内）	1 6 週間後より参加可

200mL 献血

	年齢	体重	年間採血量	採血期間（前回 200mL の場合）
男性	16 歳～69 歳（*）	45 kg 以上	年 6 回まで（1,200mL 以内）	男女とも 4 週間後より参加可。
女性	16 歳～69 歳（*）	40 kg 以上	年 4 回まで（800mL 以内）	可。（200・400mL 献血共に）

（* 65 歳以上の方は、献血ご協力者の健康を考慮して、60～64 歳の間に献血経験がある方に限ります。）

※なお、基準のある方からは 400mL 献血のご協力をお願いしておりますので、ご了承をお願いいたします。

（200mL 献血の受付は、必要本数が確保でき次第終了いたします。）

献血の流れについて

献血は以下の流れでご参加をお願いしています！

1. 献血受付

献血申込書に記入します。
また、身分証明書などの提示をお願いし、本人確認を行います。



2. 質問への回答

献血する方の安全と、輸血を受ける患者さんの安全の為に、問診票の質問に正確に回答します。



3. 問診／血圧測定

問診票に基づき、医師による問診と血圧測定を行います。問診内容のプライバシーは厳守されます。



4. ヘモグロビン濃度測定／血液型事前判定

貧血の心配がないか、事前に調べます。
成分献血の場合は、血小板の数も調べます。



5. 採血

採血ベッドに横になって、採血を開始します。



6. 休憩

献血後は、休憩場所で十分に水分をとり、しばらく休憩をしてください。



7. 献血カード(献血手帳)受け取り

献血カードを受け取ります。今後の献血記録になりますので、大切に保管してください。



献血後の注意



気分が悪くなったり、針を刺した部位に痛みやしびれが残る場合は、すぐに血液センター職員にお知らせください。

* 受付・問診・事前検査・採血・休憩（15分）全て含めると所要時間は 約 40 分程 となります。

また献血ご参加をいただく前には、事前の確認事項がございます。

① 体調はよろしいですか？

もちろん体調不良の方にはご参加お願いできません。

② 食事・睡眠しっかりとりましたか？

空腹・睡眠不足の方は副作用のリスクがある為、医師の判断によりお断りする事があります。（目安として、食事は一食以上抜いている・睡眠は4時間未満であるようお願いできない場合があります。）

③ **3日間以内**で服薬・注射・歯科治療はないですか？

- ・服薬は、別紙（代表的な服薬一覧）を参考にしてください。
- ・注射は、採血とはまた別となります。
- ・歯科治療は歯石除去・虫歯治療等、歯を削るような治療をされるとご参加いただけません。

④ 海外から帰国されて**4週間以内**ではないですか？

海外旅行・出張（短期間でも）行かれた場合、帰国されて4週間経過してからでないにご参加いただけません。

⑤ 今までに**輸血**を受けたことのある方。

現在、一度でも輸血を受けたことのある方は申し訳ありませんがご参加いただけません。ただし、自己血での輸血であれば問題ありません。

⑥ 現在出血を伴う**擦り傷・切り傷**はありませんか？

血がまだ滲む・完全にかさぶたになっていないような新しい傷のある方は、完全にふさがるまでご参加いただけません。

⑦ **4週間以内**に予防接種を受けていませんか？

予防接種は、受けられてから**24時間経過**もしくは**4週間経過**が必要となります。（まれに3か月経過の物もあり）

（インフルエンザの予防接種は受けられてから**24時間経過**していればご協力いただけます。）

*当日では、上記を含む23項目の間診に回答いただき、医師の判断によって献血にご参加いただけるかどうかを判断させていただいております。

*安全に皆様にご参加いただく為、また安全な輸血用血液確保の為お手数ですがご了承お願いいたします。

【**新型コロナワクチン（ファイザー、モデルナのみ）**を接種された方。】

ワクチン接種後、1回目、2回目とも**48時間経過**で献血がお願いできるようになりました。

服薬についてはこちらをご参考に、確認をお願いします。

代表的な服薬一覧	
当日服用 していても 採血可	サプリメント
	漢方薬
	降圧剤（複数可、ただし狭心症・脳梗塞など防ぐ目的による服用の場合は不可）
	抗コレステロール薬
	抗アレルギー薬（セレスタミンは除く）
	高脂血症薬
	去痰薬（アレペール、ムコダイン等）
	尿酸降下薬（尿酸排泄促進薬・尿酸生成抑制薬・酸性尿改善薬） ユリノーム、ザイロリック、アノプロリン、ベネシッド等
前日までの 服用なら 採血可	風邪薬（市販）
	解熱鎮痛剤（市販）
最終服用日 を含む 3日間は 採血不可	痛風発作治療薬（コルヒチン）
	抗生物質
	セレスタミン（抗アレルギー薬）
	チャンピックス（内服薬）
服薬中 治療中不可	糖尿病のお薬
	心臓病のお薬

*** 血圧降下剤を複数服用されていても、献血申し込みが可能です。**

*** お薬の名前を事前にご確認いただけると、スムーズに判断させていただきます。**

また、当日の体調・症状等を含めて医師により判断させていただきますので、この限りではない事をご了承お願いいたします。

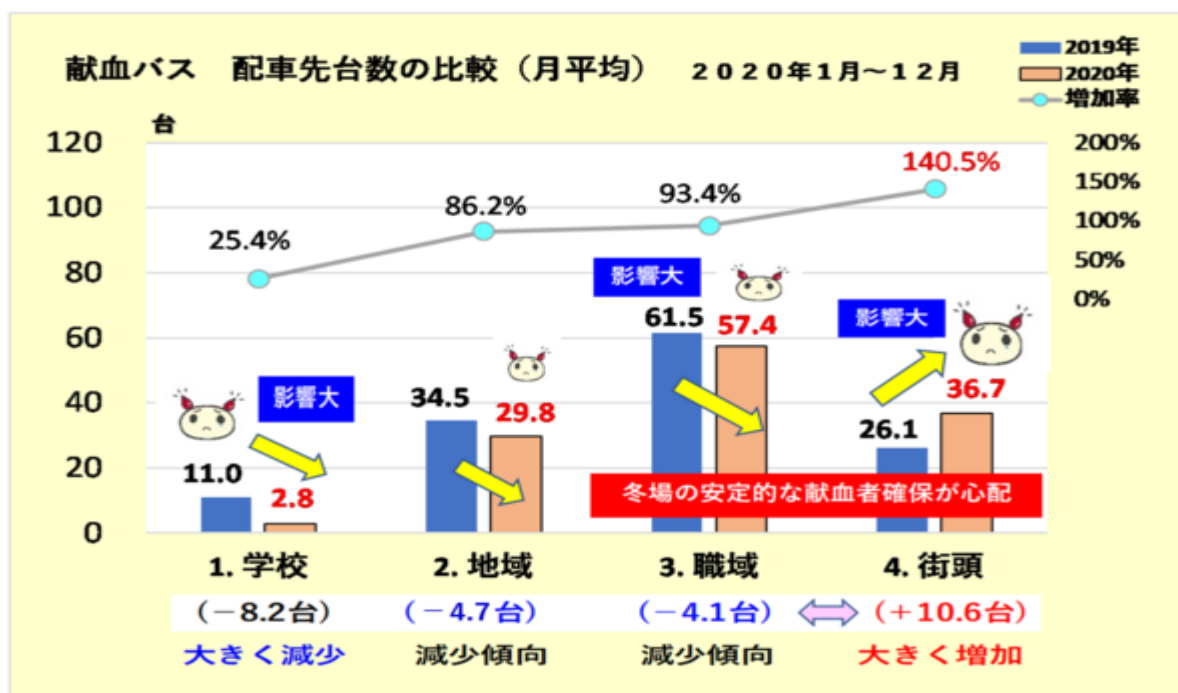
***献血基準は変更されることがございます。**

献血を取り巻く環境…

本年度、全国的に問題になっているのが新型コロナウイルスによる献血への影響です。イベントの中止や延期、企業での在宅勤務の推奨や、大学での遠隔授業など、感染予防による処置が各所で行われ、献血バスの受け入れ先にも大きな影響が出ました。

現在、県内の移動採血の配車状況は街頭献血（ショッピングモールや駅前など）での献血が昨年度に比べて増加傾向にあり、学校や職域、地域での献血が減少しております。

特に、平日の献血を支えていた職域での献血の減少により、週末での大型ショッピングセンター等での献血が増えています。血液には有効期限がある為、血液の安定供給には毎日の安定した献血へのご協力を大変必要としております。



最後に

未だ人工的な輸血用血液の使用には至っておりません。

その為、輸血治療を行う為には皆様からの献血ご参加が必要不可欠です。

皆様の少しのお時間で救われる命があります。また、まわりまわってご自身やご家族を救うことにもつながる**ボランティア**です。ぜひ、ご協力をお願いします。

新型コロナウイルスの影響による、ソーシャルディスタンス（密の回避）や企業でのテレワークの導入、大学でのオンライン授業など今後も献血活動にも大きく影響を与えることが懸念されております。より一層献血へのご理解ご協力を必要としております。

「アンパンマンのエクス」動画のご紹介

この動画は、お子さんを小児ガンで亡くされたお母さんが、その死後 1 カ月してからお礼の意味も込めて献血に訪れ、兵庫県の三宮献血ルームのメッセージノートに書かれたものを端に発します。

小児がんを治療中のアンパンマンが大好きな子供が、輸血を受けると一時的に元気になることから、輸血用の血液を「アンパンマンのエクス」と呼んでいたことを、テレビ新広島さんが取材し放送されたものです。

患者さんのリアルな状況が表現された内容となりますので、ぜひ一度ご覧ください。

- 制作・動画配信元テレビ新広島さん
- 放映時間約 10 分 30 秒
- アンパンマンのエクスで検索



〈お問い合わせ〉 兵庫県赤十字血液センター 推進課
TEL : 078-222-5013