



人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move.

日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society



献血の前には  
十分な睡眠と事前に食事  
をとってご参加ください



## お薬について

薬の種類によって、3日以内に服用していても献血可能なものがあります。受付にてお尋ねください。

- 当日服用していても献血できるもの  
降圧剤（複数種服用でも可）  
痛風・高尿酸血症治療薬  
アレルギー薬（セレスタミンを除く）  
高脂血症治療薬（エパデールを除く）  
サプリメント・漢方薬
- 前日までの服用であれば献血できるもの  
解熱剤 鎮痛剤 下剤 市販のかぜ薬 など



# 献血の日です。

## 400mL献血 限定会場



献血日 **1月30日(水)**

受付時間  
**午前9:30~11:45**  
**午後1:00~4:00**

場所  
**長久手市保健センター1階**  
**(市役所敷地内 Nバスのバス停前)**

主催  
**愛知中央ライオンズクラブ**  
**長久手市商工会**  
**長久手市**

### ★血液検査サービス★

献血された方には(糖尿病・肝機能・腎機能・コレステロールなど)検査を行いお知らせします。健康管理にお役立てください。



献血カードまたは献血手帳をお持ちの方はご持参ください

**+** 愛知県赤十字血液センター

自然保護のため再生紙を使用しています。

## 献血の基準について

健康な方ならば、献血による身体への影響はほとんどありません。しかし、体調をくずしていたり、健康状態の良くない時に献血をすると健康を損ねる場合もあります。献血者の健康を守るためにさまざまな基準を設けています。

### (献血基準)

項目	全血献血		成分献血	
	400mL献血	200mL献血	血漿成分献血	血小板成分献血
1回献血量	400mL	200mL	300mL～600mL (体重別)	400mL以下
年齢	男性17～69歳※1 女性18～69歳※1	16～69歳※1	18～69歳※1	男性18～69歳※1 女性18～54歳
体重	男女とも50kg以上	男性45kg以上 女性40kg以上		
血圧	最高血圧90mmHg以上			
1年※2に献血できる回数 (1年は52週として計算)	男性3回以内 女性2回以内	男性6回以内 女性4回以内	血小板成分献血1回を2回分に換算して 血漿成分献血と合計で24回以内	
1年※2に献血できる総献血量 (1年は52週として計算)	200mL献血と400mL献血を合わせて 男性1,200mL以内 女性800mL以内			

※1 65歳から69歳までの方は、60歳から64歳までに献血の経験がある方に限られます。

※2 期間の計算は直近の採血を行った日から起算します。

### (献血の間隔)

前回の献血	全血献血		成分献血	
	400mL献血	200mL献血	血漿成分献血	血小板成分献血※
200mL献血	男女とも4週間後の同じ曜日からは献血できます			
400mL献血	男性は12週間後、女性は16週間後の 同じ曜日からは献血できます		男女とも8週間後の同じ曜日からは 献血できます	
血漿成分献血	男女とも2週間後の同じ曜日からは献血できます			
血小板成分献血				

※血漿を含まない場合には、1週間後に血小板成分献血が可能になります。ただし、4週間に4回実施した場合には次回までに4週間以上あけてください。

## 献血 Q & A

### 献血は誰でもできるの？

A. 献血者の健康面の安全を確保するため、また、輸血を受ける方の安全を守るために、献血を行っていただけるかの問診を行います。献血基準の主なものは、左図のとおりです。

また、輸血を受ける方の安全を守るため、HIV(エイズの原因となるウイルス)感染が疑われる方、輸血や臓器移植を受けた方、一定の期間に英国などへの海外滞在歴がある方等については問診で確認し、献血をご遠慮いただいています。

### 献血の際に、病気がうつることはありませんか？

A. 衛生環境は厳重に管理しているため、心配ありません。

献血をする時に使われる針や血液のバッグなどは、献血者一人ごとに新しいものと交換されますので、ほかの献血者から肝炎ウイルスやHIVなどがうつる心配は絶対にありません。

### 初めて献血ですが、400mL献血でも大丈夫ですか？

A. 献血前に医師が問診により健康状態を伺い、血圧や血色素量(ヘモグロビン濃度)を測定して、採血基準に適合するかどうかを判断しますので、ご安心ください。

ちなみに、人間の血液量は一般的に男性で体重の約8%、女性で体重の約7%といわれており、例えば、体重50kgの方であれば、男性は約4,000mL、女性は約3,500mL血液が流れています。

医学的にみて全血液量の15%以内が失われても問題がないことが報告されていますので、男性600mL、女性525mLまでの献血は問題ないことになります。

### 医療の現場では、どれくらい400mL献血の血液製剤を必要としているのでしょうか？

A. 全国の医療機関への赤血球製剤の供給は、97%以上が400mL献血由来の血液製剤となっております。

みんなで行こう！

