



15年间，无偿献血从未间断

曹县普连集镇国税分局李东立坚持无偿献血15年，并表示只要身体允许，还会继续献血

记者 李德领 通讯员 张勇军

在菏泽市曹县，有这样一个人，他从1998年开始无偿献血，15年来只要身体允许，他都会定期到献血室献血，从未间断。他先后献血次数达到三十多次，献血总量达13000余毫升，他用自己的行动，诠释了一名共产党员、一名国税系统基层科

员应尽的义务。

他就是李东立，曹县普连集镇国税分局一名普通的税收管理员。

李东立正在献血服务中心无偿献血。(资料图)



15年间，参加无偿献血他从未间断

今年53岁的李东立是曹县普连集镇国税分局税收管理员，在工作岗位上他不仅兢兢业业、任劳任怨，还乐于帮助他人。其实，李东立还有一个鲜为人知的称呼——无偿献血者。

说到李东立的第一次献血，

还要追溯到1998年。“当时是指标献血，虽然单位发出倡议让报名参加献血，但很少有人自愿报名，看到这种情况后，我就急忙报了名，也算起了一个带头作用吧。”李东立笑着说。

其实，在李东立献血前，还

有一个秘密。“我之前生病输液，可能是因为一直输液的原因，看到针就害怕。第一次献血，在医护人员工作人员的引导下，也克服了晕针的恐惧心理。”之后的几年，只要单位发出无偿献血倡议，他都会第一个报名。

1998年到2012年，15年间，李东立的无偿献血行从未中断。李东立说，无偿献血是无私奉献、救死扶伤的崇高行为，经常参加无偿献血不仅可以提高自身造血功能、降低血脂等，还可以帮助到别人。

无偿献血时，他还义务宣传献血知识

说起15年坚持献血的事情，李东立笑着说到，“很多事情都是靠坚持，我也不例外，无偿献血谁都能做到，只不过我感觉它是一件非常意义的事情，就坚持了下来。”

2008年，李东立在献血服务

中心刚献完血，遇到两个第一次无偿献血的小女孩，“由于是第一次无偿献血，她们显得格外紧张，采血结束后，其中一个小女孩没有按住针眼，血流了出来，一旁的工作人员急忙给小女孩

进行止血处理。”

看到这种情况后，李东立感觉每一个无偿献血者都应该宣传无偿献血知识，让更多的人了解无偿献血前、中、后的知识。从那之后，只要李东立在献血室无偿

献血，就会无偿宣传献血知识。

15年坚持无偿献血，现在李东立家中已经有十几本献血证，“现在无偿献血已经成为我的一种习惯，每次都是算着时间去献血。”李东立说道。

为人低调，15年无偿献血鲜有人知道

虽然李东立从1998年就开始无偿献血，但低调的他从没有对别人说过，对亲朋好友也是从未提及此事。“无偿献血是我自己的事情，我感觉没有必须告诉别人，也不需要讲。”

今年4月份，李东立和同事一块吃饭时，他们才得知李东立无偿献血的事情，有不少

同事向他投来敬佩的目光，也有不少同事对他的做法不理解。

“现在有些朋友开玩笑说我是傻瓜，但我感觉每次无偿献血是我的责任，每次我都一笑了之。”李东立告诉记者。

得知李东立无偿献血三十多次的事迹后，在局里引起强烈

反响，同事们被他奉献的精神所感动，更为他的低调和谦和所折服。曹县国税局局长耿继敏得知此事后到分局进行慰问，并发出了“远学郭明义，近学李东立”的倡议。

今年4月17日，曹县国税局发出开展“爱心传递，百名税干献血”活动号召，鼓励税务干部

发扬雷锋精神，积极参加无偿献血活动，捐一份热血，献一片爱心，以实际行动践行新时代雷锋精神。

当天先后有36名税务干部参加无偿献血，献血量达14400ml。不少员工表示，只要有需要，随时都可以站出来献出自己的热血。

只要身体允许，还会一直献下去

今年李东立已经53岁，随着年龄的增长，他对于无偿献血的热情没有一丝降低，“只要身体允许，还会一直献下去”。

自今年7月1日起，卫生部、中国国家标准化管理委员会联合发布《献血者健康检查要求》，根据新国

标规定，既往无偿献血反应、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。

得知这个消息后，李东立很高兴，“本以为两年后就不能再献血，没想到献血新规出台后，不仅延长了自己的献血年限，更

给了我动力继续进行无偿献血，也使得我继续成为菏泽无偿献血志愿者中的一员。”

生活中，李东立喜欢书法、养鱼养花等，最近又喜欢上了骑行。现在的他每天都会骑车上班，有时还会骑车从曹县来荷

泽，用他的话说就是，这样既能锻炼身体又节能减排。

工作中，李东立兢兢业业，由于工作认真负责，多次荣获“曹县国税局先进个人”、“优秀税务工作者”、“全县五一劳动奖章获得者”等荣誉称号。

“我也来奉献自己的爱心”

“今天去三角花园办事，路过献血室时，感觉自己到了献血的时间，就进来献血了。”近日，在献血服务中心，刚献完血的刘述亮告诉记者。

据了解，刘述亮家住牡丹区何楼办事处，现在自己打理生意，从2003年开始，他就开始无偿献血，至今已经献了10次全血，1次血小板。

“以前经常听朋友说无偿献血可以降低血脂，减少心脑血管疾病的发病率，就与朋友去血站无偿献血。”刘述亮告诉记者，第一次献血后，刘述亮一年都会进行两次无偿献血，后来工作忙了，但只要有时间且符合献血时

间、身体允许，他都会进行无偿献血。

刘述亮经常参加无偿献血，慢慢地也影响到了身边的朋友。“身边的朋友得知我经常无偿献血时，一开始很不理解，但了解到无偿献血的好处后，也会与我一起无偿献血。”

有一次，刘述亮与几个朋友在献血服务中心无偿献血，检测时，由于他朋友昨晚喝酒而没有检测通过，从那之后，只要快到无偿献血的时间，刘述亮就不敢喝酒，“在献血前几天我都不喝酒，不吃油腻东西，这样才能保证血液的质量。”

(李德领 张勇军)



无偿献血知识回答：

一、为什么提倡一次献血400毫升？

一次献血400毫升，可大大提高临床用血安全。因为临床有效输血量一般为400毫升。对于用血的患者来说，血液来自同一个人可大大减少输血反应。一次献血400毫升与200毫升相比，可以成倍地节约血源，提高工作效率，减少差错机会，也利于成分血的制备和推广。

二、献血后血液能很快得到补充吗？

献血后血容量的补充是很快，实际上当您离开采血点时，机体已经开始补充，只需几个小时，血容量就会达到正常水平，不仅没有任何不适感，还可以从事正常的工作。

三、献血后如何止血？

献血针眼有别于医院输液针眼，献血后必须压迫和观察十分钟以上。当拔针后应伸直前臂，或前臂伸直后稍稍后抬，用另一只手的食指、中指和无名指按压针眼及上方10分钟止血。若未完全止血，需继续按压，直至完全止血。不要屈肘止血，因为屈肘时会给手臂静脉网回流心脏的血液增加一定的阻力，使血液回流受阻，从血管的针眼处溢出，而出现皮下淤血；也不要捻动棉球，那样会使血管上的针眼刚粘合住又被揉开。

四、献血后为防止针眼感染，一般多少天内不要沾水？

1-2天内不要沾水，保持针眼处清洁，以防感染。

五、献血后能否参加剧烈运动？

献血后当天，不要参加剧烈运动或通宵娱乐活动。

六、为什么说无偿献血制度就像一种保险？

因为今天你为他人献了血，抢救了他人的宝贵生命；明天，你需要输血救治，他人又用爱心的甘露滋润我的生命。一人献血全家受益。在你身体健康时献血，他日，你或你的家人用血时可以享受到免费用血的待遇，这分明是一种输血医疗保险。

七、《无偿献血证》的用途

献血后将发给国务院卫生行政部门制作的《无偿献血证》，该证书在全国范围内通用。《无偿献血证》既是献血者的荣誉，又是献血次数和献血量的记录证明，也是对无偿献血者进行奖励的依据。《无偿献血证》还是无偿献血者及其配偶、父母、子女用血后报销血液成本费和用血补偿金的凭证之一。

