



编者按

值第十个世界献血者日到来之际，我们谨向全市广大献血者致以节日的问候，感谢您的爱心奉献，感谢您对生命的捐赠。每一份献血都是生命的礼物。

世界献血者日 菏泽举办丰富多彩的活动

市民凭《无偿献血证》可免费乘坐公交车，出租车雷锋车队城区免费送回

文/李德领 张勇军

6月14日，是第十个世界献血者日。13日，记者从菏泽市中心血站获悉，为纪念这一特殊的日子，动员更多市民积极参与无偿献血，菏泽市中心血站将于世界献血者日当天在东方红大街献血服务中心为获奖者颁奖，而当日凭《无偿献血证》可免费乘坐公交车，出租车雷锋车队城区免费送回。

据悉，今年是世界献血者日十周年纪念日，今年的主题为“每一份献血都是生命的礼物”，其侧重点是：献血是拯救生命的

礼物。世卫组织鼓励所有国家突出讲述那些通过献血而使其生命得以挽救的故事，借此鼓动常规献血者继续献血，并且动员那些身体状况良好但又从未献过血的人(尤其是年轻人)开始献血。每年在6月14日，世界各国都纪念世界献血者日。

每次出现季节性缺血时，菏泽各爱心人士都会积极参与无偿献血，各爱心团队都会积极与市血站联系，组织单位集体献血。很多人都这么认为，“无偿献

血是无私奉献、救死扶伤的崇高行为，它能使患者解除病痛甚至挽救他人生命，其价值是无法用金钱衡量的。”

市中心血站负责人告诉记者，世界献血者日当天，将在东方红大街献血服为获得全国无偿献血者颁奖，而在当天参与无偿献血的市民可以凭借献血证免费乘坐公交车；出租车雷锋车队城区免费送回；张玉贵免费为无偿献血者擦鞋，胡玉将进行演出。

菏泽自1996年开展无偿献血

以来，在市委市政府的领导下，在市卫生局的组织下，在社会各界的积极支持和广大群众的广泛参与下，得到了健康快速发展，取得优异成绩，连续八次荣获全国无偿献血先进城市奖。1998年顺利实现与《献血法》的接轨，自2000年菏泽临床用血100%来源于自愿无偿献血。截至目前，菏泽已有78万多人次参加菏泽无偿献血，保障了菏泽人民临床用血需求和安全，挽救了几十多万危重病人的生命和健康。

相关链接 ▶▶▶

2004年6月14日为第一个世界献血者日。该主题日由世界卫生组织、红十字会与红新月会国际联合会、国际输血组织联合会、国际输血协会于2004年发起，旨在鼓励世界各国的健康人群无偿献血，并通过这一日宣传和推动全球血液安全规划的实施。世界献血日之所以选中这一天，是因为6月14日是发现ABO血型系统的诺贝尔奖获得者卡尔·兰德施泰纳的生日。其宗旨在于，通过这一特殊的日子感谢那些拯救数百万人生命的自愿无偿献血者，特别是多次定期捐献血液的个人，颂扬他们无偿献血的无私奉献之举；同时希望全社会对自愿无偿献血的重要性引起更广泛的认识，鼓励更多的人尤其是青年，成为合格的经常献血者，在需要拯救生命时提供可使用的最安全血液。

世界献血者 日历年主题

- 2004年主题：血液，生命的礼物。感谢您
- 2005年主题：赞颂您血液的礼物
- 2006年主题：确保安全血液的普及使用
- 2007年主题：安全血液促进母亲安全
- 2008年主题：定期献血
- 2009年主题：继续重视通过实现100%自愿无偿献血和血液成分的目标，改善安全和充足的血液供应
- 2010年主题：向世界提供新鲜血液
- 2011年主题：捐献更多血液，挽救更多生命
- 2012年主题：每位献血者都是英雄

献血后 注意哪些问题

采血结束后，献血者应在采血位置上或就近做稍事休息，不得急起，以防一过性脑缺血的发生。同时按压住针眼部的消毒棉球，以免针眼处渗血或皮下淤血。

献血后的当日，要注意穿刺针眼处的清洁卫生，洗澡以淋浴为好，不要以脏水或肥皂水进入或刺激针眼，以防感染。

在献血后的1-2日内，适当增加饮水量，注意增加一点高蛋白和易消化的食物，切记暴饮暴食。适当注意休息，不要进行剧烈的活动。个别出现倦怠感者，只要保证充足的睡眠，也会很快消失的。

献血者献血后心情应该是愉快的，因为自己做了一件无私奉献的、有意义的事，献血是不会损害健康的，但是如果出现一些不良反应，应与采血单位取得联系，以便及时进行访视和处理。

造血的主要原料是蛋白质、铁、维生素B12和叶酸等，这些养料在普通饮食里都有，不必特别去多吃。献血后，适当地增加一些营养，吃些瘦肉、鸡蛋、豆制品、新鲜水果和蔬菜等，可促进血液成分恢复更快，但切忌暴饮暴食，亦不要饮酒。



掐着日子 无偿献血

近日，陪儿子中考的李永健在儿子走进考场后，到献血服务中心奉献自己的一份爱心。据其介绍，今年3月份曾经来献血服务中心无偿献血，但因还没到再次献血时间，这次距上次无偿献血刚过半年，趁陪孩子中考之际，来无偿献血算是了却一桩心事。

本报记者 李德领 摄

宗丽英：一个普通职工的献血情怀

文/李德领 张方建

在2010-2011年度全国无偿献血奉献奖银奖中有这样一名无偿献血者：为了能够无偿献血甚至谎报上次献血时间，她是巨野县供电公司的宗丽英，已无偿献血30次。近日，记者了解到一段她曾经要求无偿献血的感人通话。

“你好，是党群部吗？”

“你好，这里是党群部，您有什么事情吗？”

“我是董官屯供电所的宗丽英，得知咱们要集体献血，我要报名献血！我是O型血！”

“太谢谢您了！稍等啊，我就给您登记。”

“咱们几号献血啊？”

“已经与市中心血站联系好了，本周六上午，到时献血车直接开到咱公司院里来。”

“周六？那我儿子就不能跟我一起来了，这个周六要上课

的，上个月在广场上献血我就带他一起去的。”

“什么？你上个月刚献过？那这次活动你不能参加了。”

“《献血法》规定两次采集间隔期不少于6个月，你这个情况绝对不行！”

“我是O型血！你不说我不说，别人谁也不知道，我只是想给奉献自己的一份爱心。再说我经常锻炼，身体很棒！”

“宗姐，谢谢你啦，咱可不能冒这个险，太不安全了，心意领了，谢谢！谢谢！”

“哎呀！我都答应领儿子一起去献血了，小家伙6岁了，我想带他多感受下爱的氛围。我是O型血，你到时候问问来采血的医生，如果可以的话，就给我打电话，我马上到。”

平凡的感动：他15年坚持无偿献血

文/李德领 叶葵葵

在国家电网曹县公司普连集供电所客户服务大厅，整齐地摆放着几排打气筒、雨伞，上面都醒目的印着：“无偿献血 利国利民”。“这些都是刘宝进所长无偿献血的奖品，放这儿为客户提供方便”。

初见刘宝进，个子不高，但身板很健壮，平凡的外表，让人很难与他15年来坚持无偿献血的事情联系起来。

1996年时，刘宝进得知荷

泽南华广场有无偿献血活动，便毫不犹豫地伸出手臂，并无偿献血400毫升。此后，刘宝进便开始坚持无偿献血，且每次都是400毫升，目前已经累计无偿献血30次。“经常无偿献血可以提高造血功能，也可以降低血脂等，对身体没有损害。”

有人曾问过刘宝进：“你卖血挣了多少钱？”而他总是笑着回道：“我不是卖血，是无偿献血。”他每次无偿献血所

得的像雨伞、雨衣等纪念品从不带回家，而是放在所里备用，“纪念品上都印有无偿献血的标语，这样也能提高无偿献血的普及率。”

有些人在背后议论刘宝进，说他有点傻，而他却甘愿做这样的“傻子”。他常说：“无偿献血是一件利人利己的好事，不仅有利于自身健康，还能救助那些有需要的病人。并表示以后只要身体允许，还会

一直参与无偿献血。”在他的带动下，所里有7名职工成为长期义务献血者。

刘宝进每次都能按最高量献血和他的身体素质也是分不开的，他很喜欢运动，特别是打篮球，被大伙热情的称为“篮球场上的坦克车”。而在业务上他更是当仁不让，十几米的电杆，他登起来“非常麻利”，所里的十几名职工没有一个能比得上。