



找记者上壹点

读者热线&gt;&gt;&gt;

6330011

## 向您们致敬!6月14日,菏泽举行第19个世界献血者日庆祝活动 汇聚爱的力量,点亮生命之光

记者 周千清  
通讯员 张勇军

在我们身边,有这样一些人,他们从事不一样的职业,来自不同的领域,承担着不同的社会责任,但他们有一个统一且光荣的名字:无偿献血者!

6月14日,迎来第19个世界献血者日,在这个充满爱心的节日,菏泽市再次迎来好消息。在连续12次24年成为全国无偿献血先进城市之后,菏泽市各项献血指标均再次达到全国无偿献血先进单位的标准,目前正积极筹备、申报第13次全国无偿献血先进单位,同时5231名献血者申报全国无偿献血奉献奖、165名志愿者申报无偿献血志愿服务奖。

### 点亮地标 致敬无偿献血者

第19个世界献血者日主题是“献血是一种团结行为。加入我们,拯救生命!”为感谢献血者的无偿献血行为,弘扬救死扶伤的人道主义精神,保障临床血液供应和安全,6月14日,菏泽市中心血站在市东方红大街献血服务中心举行庆祝“世界献血者日”及无偿献血宣传活动,当晚菏泽地标建筑——菏泽大剧院、希尔顿花园酒店楼体LED大屏点亮,滚动播放“献血是一种团结行为。加入我

们,拯救生命!”等节日主题标语。

据了解,多年来,菏泽市委、市政府始终把无偿献血工作列入重要的议事日程,成立了无偿献血委员会和献血办公室。

为开创菏泽市无偿献血工作新局面,市中心血站经过多方调研学习,结合菏泽市实际,建立健全了无偿献血促进机制,全面做好服务就是其中重要的一环。

在乡村,变上门献血到上门采血。为此市中心血站采取多项措施,巩固完善各县献血点和农村献血点的建设,在各县区全部建立献血点,献血车每周两次到每个县城开展采血活动。

在献血点工作开展成熟后,市中心血站又克服重重困难,把献血点逐步向农村延伸,现已在50多个集镇建立了献血点,极大方便了群众献血,农村居民献血者的比例已达到75%。

在城区,则是逐步完善献血室建设。如设施完善设备一流的菏泽城区东方红大街献血服务中心,不仅满足了采集全血和机采成分血的需求,方便了市民献血,并成为全省最具特色的献血室。

### 奉献爱心 共筑生命长城

为进一步推动无偿献血工作再上新台阶,市中心血

站不断加强内部管理,通过改革激发了活力,提高了综合服务水平和业务技能。中心血站建立了能上能下的聘任管理人事制度,全站所有中层干部实行两年任期制,新科室主任和科室工作人员,双向选择。尤其是对采血工作实施了绩效改革,增加一线工作人员,调整优化采血班组,给全站工作注入了持续的工作动力。

近年来,在各级领导和各相关部门的大力支持下,我市广大群众积极参加到无偿献血这个爱心大家庭中,使我市无偿献血工作呈现可喜的局面。但是随着人民生活水平的提高,就医能力的逐步增强,我市用血量也是连年上升,特别是疫情期间增长更加明显,因此呼吁更多的爱心人士和爱心单位关注、支持、参与无偿献血工作,使我市无偿献血工作得到更好的发展。同时预祝我们申报成功。”市中心血站站长巨昆说。

生命离不开血液,输血是抢救危重病人的一种特殊医疗措施。菏泽市中心血站向广大市民朋友发出倡议:秉承关爱社会、关爱他人的奉献精神,邀请大家积极加入到无偿献血者队伍中来,用爱心挽救不可重来的生命。希望通过大家的共同努力,将爱心广泛传播,让更多患者告别病痛,重拾健康与快乐,请加入我们,拯救生命!

**献血前后应该注意什么?**

献血前,要注意清淡饮食,不饮酒吸烟;保证充足睡眠;空腹献血。

献血后,针眼处要压迫10-15分钟,4小时内针眼处保持清洁;当天不从事危险作业;多饮水,饮食要清淡,进食不要过量,适当进食含铁丰富的饮食,优质蛋白,维生素丰富的饮食;注意休息,不熬夜。

**接种了新冠疫苗还可以献血吗?**

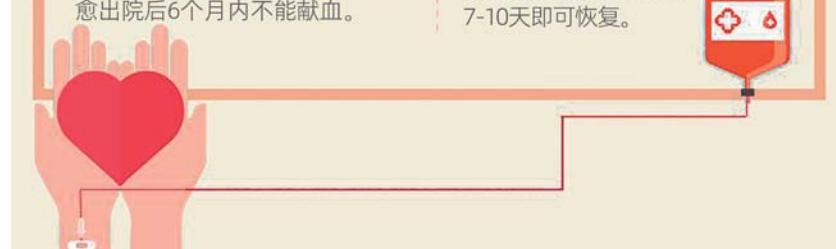
国家卫生健康委办公厅、中央军委后勤保障部卫生局联合印发的《关于印发血站新冠肺炎疫情常态化防控工作指引的通知》规定:

新冠病毒灭活疫苗接种者,疫苗接种48小时后可献血;接受其他类型新冠病毒疫苗接种者(不包括减毒活疫苗),接种当日起14天后可献血。

如果曾被诊断为新冠病毒感染者,除捐献恢复期血浆外,治愈出院后6个月内不能献血。

**献血后多久可以恢复?**

正常情况下,每天约有40毫升的红细胞死亡,同时,也有相应的红细胞新生,在失血(献血)后,人的造血功能比正常增强4倍。以此献血200-400毫升失去的水分和无机盐,只要1-2小时便可得到补充;蛋白质1-2天内就可完全补足;白细胞、血小板约3天可恢复;恢复较慢的红细胞,大约在7-10天即可恢复。



## 2022年菏泽各县区 高考志愿填报公益报告会、咨询会

主办: 齐鲁晚报 齐鲁壹点 菏泽融媒中心

学生和家长免费参会

线上  
讲座  
时间

6月12日晚7:30-9:30 《如何填报山东普通高考志愿》上  
6月13日晚7:30-9:30 《如何填报山东普通高考志愿》下  
6月14日晚7:30-9:30 《艺体类考生如何填报高考志愿》  
6月20日晚7:30-9:30 《如何填报山东普通高考志愿》

时 间	地 点	
6月17日 上午9:00-11:00	菏泽市图书馆	
6月17日 下午2:30-5:00	鄄城一中东校区二楼大会议室	
6月18日 上午9:00-11:00	郓城红星美凯龙家居广场(金河路西段与义和路交汇处)	
6月18日 下午2:30-5:00	巨野青少年活动中心	
6月19日 上午8:30-11:00	单县孔子学堂	
6月19日 下午2:30-5:00	成武一中	
6月20日 上午8:30-11:00	东明云厨大酒店	
6月20日 下午2:30-5:00	定陶佳和城园营销中心	
6月21日 上午8:30-11:00	曹县一中	
6月21日 下午2:30-5:00	菏泽市图书馆	
6月26日	菏泽万达广场	本科招生咨询会
7月16日	菏泽万达广场	专科招生咨询会
7月5日	菏泽万达广场	普高、中职招生咨询会



高考  
志愿  
填报  
讲座



高考志愿填报讲座主讲人:丁磊

教育部阳光高考网升学指导专家;中国生涯规划资深专家;《求学》、《高考金刊》、《大学》等杂志特邀撰稿人;北京高考资讯编辑部执行主编;《高考报考专业指南》、《高中生职业规划读本》等图书总策划、总编辑;全国资深教育媒体人。

咨询电话: 15615301228

中、高考咨询会现场,全国各高校、中职类院校招生负责人现场为菏泽考生解疑答惑。

考军校、考警校,上大学,别让近视阻挡你的未来!菏泽华厦眼科医院屈光手术专家王丽霞一对一设计摘镜方案

咨询电话: 6306222 医院地址: 菏泽市和平路666号(和平路与长江路交叉口往北50米路西)



扫码  
咨询