

## บริจาคโลหิต ช่วยชีวิตเพื่อนมนุษย์

โลหิตเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงรักษาชีวิตมนุษย์ ให้อยู่รอด นักวิทยาศาสตร์ได้พยายามค้นคว้ามาเป็นเวลานาน แต่ยังไม่ประสบความสำเร็จในการหาสารประกอบอื่นๆ ที่มาทดแทนโลหิตได้ ฉะนั้น เมื่อยามที่ร่างกายเสียโลหิตจากอุบัติเหตุ ผ่าตัด หรือโรคที่จำเป็นต้องรักษาด้วยโลหิต จึงจำเป็นต้องรับบริจาคโลหิต จากบุคคลหนึ่งเพื่อนำไปให้อีกบุคคลหนึ่ง เพื่อช่วยเหลือชีวิตให้ทันทั่วทั้งที่ โลหิตมี 4 หมู่ คือ A B O และ AB

### ความจำเป็นต้องใช้โลหิต

โลหิต 77% ที่ได้รับบริจาคถูกนำไปใช้เพื่อทดแทนโลหิตที่สูญเสียไป เช่น อุบัติเหตุ ผ่าตัด โรคกระเพาะอาหาร การคลอดบุตร ฯลฯ

อีก 23 % เป็นการนำโลหิตไปใช้เฉพาะโรค อาทิ โรคโลหิตจาง (ธาลัสซีเมีย) เกล็ดโลหิตต่ำ ฮีโมฟีเลีย เป็นต้น

### การบริจาคโลหิตไม่เป็นอันตรายต่อผู้บริจาคแต่อย่างใด

การบริจาคโลหิต คือการสละโลหิตส่วนเกินที่ร่างกายยังไม่จำเป็นต้องใช้ เพื่อให้กับผู้ป่วย ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อผู้บริจาค เพราะร่างกายแต่ละคนจะมีปริมาณโลหิตประมาณ 17-18 แก้วน้ำ ร่างกายใช้เพียง 15-16 แก้ว ส่วนที่เหลือนั้นสามารถบริจาคให้ผู้อื่นได้ สามารถบริจาคโลหิตได้ทุก 3 เดือน เพราะเมื่อบริจาคโลหิตออกไป ไชกระดูกจะสร้างเม็ดโลหิตขึ้นมาทดแทน ให้มีปริมาณโลหิตในร่างกายเท่าเดิม ถ้าไม่ได้บริจาค เม็ดโลหิตที่สลายตัว เพราะหมดอายุ จะถูกร่างกายขับออกมาทางปัสสาวะ อุจจาระ กระบวนการบริจาคโลหิตตั้งแต่เริ่มลงทะเบียน จนกระทั่งบริจาคโลหิตเสร็จสิ้น ใช้เวลาประมาณ 20 นาที ซึ่งเจ้าหน้าที่จะเลือกเจาะโลหิตที่เส้นโลหิตดำ บริเวณแขน แล้วเก็บโลหิตบรรจุในถุงพลาสติก (BLOOD BAG) ตั้งแต่ 350-450 มิลลิลิตร (ซี.ซี.) ขึ้นอยู่กับน้ำหนักของผู้บริจาค

### คุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต

1. อายุระหว่าง 17 ปี ถึง 70 ปีบริบูรณ์ (อายุ 17 ปี มีใบรับรองจากผู้ปกครอง อายุ 61-70 ปี ต้องมีการตรวจเพิ่มเติมพิเศษ)
2. น้ำหนัก 45 กิโลกรัมขึ้นไป สุขภาพทั่วไปสมบูรณ์ดี
3. ไม่มีประวัติโรคตับอักเสบ หรือดีซ่าน ตัวเหลือง ตาเหลือง
4. ไม่เป็นไข้มาลาเรียมาในระยะ 3 ปี ที่ผ่านมา
5. สตรีไม่อยู่ในระหว่างตั้งครรภ์ หรือให้นมบุตร
6. ไม่เป็น โรคหัวใจ โรคไต และโรคติดต่ออื่นๆ
7. ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์/เสี่ยงต่อโรคเอดส์ ไม่มีประวัติยาเสพติด

### การเตรียมตัวก่อนการบริจาคโลหิต

- ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง
- ควรมีสุขภาพสมบูรณ์ดี ไม่เป็นไข้หวัด หรืออยู่ระหว่างรับประทานยาใดๆ
- ควรดื่มน้ำ 3-4 แก้ว ในช่วงเวลา 20-30 นาที ก่อนการบริจาคโลหิต
- ควรรับประทานอาหารมาก่อน และเป็นอาหารที่ย่อยง่าย ไขมันต่ำ
- งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ 24 ชั่วโมง ก่อนการบริจาคโลหิต
- งดสูบบุหรี่ก่อน และหลังบริจาคโลหิต 1 ชั่วโมง

### การดูแลตนเองหลังการบริจาคโลหิต

- ควรนอนพัก 5 นาทีก่อนลุกจากเตียงบริจาค/ดื่มเครื่องดื่มเท่า หรือใกล้เคียงกับจำนวนโลหิตที่บริจาค/นั่งพัก 15 นาทีก่อนกลับบ้าน/ไม่ใช่กำลังแขนที่เจาะบริจาค/ไม่ออกกำลังกายที่ทำให้เสียเหงื่อมาก/ทานยาธาตุเหล็กวันละ 1 เม็ดจนหมด



ท่านสามารถบริจาคโลหิตได้ที่  
ศูนย์คลังเลือดกลาง โรงพยาบาลขอนแก่น  
ชั้น 3 อาคารคุณากรปิยะชาติ  
โทร. 043-232555 ต่อ 4546  
วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-19.30 น.  
วันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์  
เวลา 08.30 -15.30 น.  
ติดต่อสอบถามสถานที่จัดรถ  
โทร. 088-5572353

ท่านสามารถติดต่อสอบถามได้ที่  
คุณวันวิสาข์ พิมพิสาร เบอร์โทรศัพท์ 09-5661-4735  
คุณอภิขญา ปัดท่า เบอร์โทรศัพท์ 08-0285-8609  
ท่านสามารถเสนอแนะ การบริการได้ที่  
คุณธารินทร์ ภัคที มือถือ 094-1989329  
และหน่วยเคลื่อนที่ ประจำวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2567  
สถานที่ สำนักงานพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาขอนแก่น  
เขต 1 เวลา 09.00 - 12.00 น.

ปฏิทินแสดงการออกรับบริจาคโลหิต งามบริการโลหิต ศูนย์คลังเลือดกลาง โรงพยาบาลขอนแก่น  
ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2567 ติดต่ได้ที่ 043-009900 ต่อ 4545, 4546

อาทิตย์	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	เสาร์
				1 สнг.ประถมศึกษา เขต 1 (ขก) 09.00-12.00 น.	2 ว.เทคนิคขอนแก่น (ขก) 09.00-14.00 น.	3
4	5 รร.กัลยาณวัตร (ขก) 09.00-12.00 น.	6 บ. ซีพี แอ็กซ์ตร้า สาขา ขอนแก่น (ขก) 09.00-14.00 น. อ.บ้านแฮด (มข)	7 อ.ชนบท (ขก) 09.00-12.00 น.	8 อ.โนนศิลา (ขก) 09.00-12.00 น.	9 บ. พานาโซนิคฯ (ขก) 10.00-15.00 น.	10
11	12 บ. โต้โยธำ อมตะ (ขก) 09.00-12.00 น. อ.เปือยน้อย (มข)	13 บ. ฟินิช พัลฟ์ แอนด์ เพ เพอร์ (ขก) 09.00-14.00 น.	14 ห้างฯ บิ๊กซีเฟรี้ (ขก) 10.00-15.00 น. อ.บ้านฝาง (มข)	15 อ.เวียงใหญ่ (ขก) 09.00-12.00 น.	16 บ. ไม้ซ้ แอพพารล NAC9 (ขก) 09.00-12.00 น.	17
18	19 ท่าอากาศยานขอนแก่น (ขก) 09.00-12.00 น. อ.กระนวน (มข)	20 อ.หนองเรือ (ขก) 09.00-12.00 น.	21 บ. CP All ท่าพระ (ขก) 09.00-14.00 น. อ.หนองสองห้อง (มข)	22 อ.หนองนาคำ (ขก) 09.00-12.00 น.	23 พอสว.อำเภอชนบท (ขก) 09.00-12.00 น.	24
25	26	27 บ. เอสพีโอโต้โปรดักส์ (ขก) 09.00-12.00 น.	28 มทบ.23 ค่ายศรีพัชรินทร (ขก) 09.00-12.00 น.	29 บ. โธมัสบี (ขก) 09.00-14.00 น.		

หมายเหตุ 1. (+) ออกหน่วยร่วมระหว่างศูนย์คลังเลือดกลางและคลังเลือดกลาง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น  
2. (ขก) ออกหน่วยรับบริจาคโลหิตเฉพาะศูนย์คลังเลือดกลาง โรงพยาบาลขอนแก่น  
3. (มข) ออกหน่วยรับบริจาคโลหิตเฉพาะศูนย์คลังเลือดกลาง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น  
4. (00.00-00.00 น.) เวลาปรับจากโลหิตเคลื่อนที่