

認識捐血—做個快樂的捐血人

文、圖／陳以和



說起「血」，是人類生命的泉源，它帶給人體存活的氧氣、營養與生命的活力；缺了它，生命就宛如失去了動力而停擺的機器，可怕的是甚至於死亡，可見「血」在人體內所佔的地位有其重要性。

就認識「血」來談，人類血型主要可區分為：A、B、O、AB及見的Rh等五種血型，而根據捐血機關的統計，目前台灣的捐血人中，約有26.8%為A型，23.7%為B型，O型則佔43.5%，另外AB型則5.9%。而就「血」的份量而言，一位健康成年人的全身血量大約是體重的十三分之一，平均約4~5公升（若以體重65公斤的成人換算，血量約5000毫升），而每立方毫米的血，含有4、5百萬個紅血球，4000至11000個白血球，以及150000至400000個血小板；血液中大約40%~45%由紅血球構成，紅血球能攜帶氧氣，其餘的55%~60%血漿和小部分可以防護身體的白血球、凝血因子和血小板，而血液

的各種不同成分均可利用，每種成分也在救人一命中，扮演重要角色。

世界上任何一個角落、任何人、任何時候都可能需要用血，因為嚴重的疾病或意外傷害隨時都可能發生。而「捐血一袋、救人一命」的呼籲，想必是大家耳熟能詳的一句口號，從早期知名藝人孫越、陳淑麗代言的「我不認識你，但是我謝謝你」起，接續影星成龍的「伸出手臂—做個快樂的捐血人」、周華健的「快樂捐血、讓愛相隨」後，至近期女歌星李玟的「快樂捐血、健康加倍」，到形象健康、活潑、美麗的女生團體S.H.E拍攝的「安全血液，從我開始」等捐血公益廣告，其中所訴求及宣導的主題，即是呼籲國人樂於伸手挽袖加入快樂捐血人的行列，並藉由社會大眾踴躍的捐獻熱血活動，讓捐血救人的工作能順利推展。

談起「捐血」，看似容易但非人人敢於嘗試，因為捐血使用的粗針（17號針頭）往皮膚血管一扎，那痛楚的恐懼感，往往會嚇跑很多人打退堂鼓而不敢捐血。但對定期「捐血人」而言，對扎針卻樂此不疲，因為他們對無償捐血已捐上癮，不扎反而覺得渾身不對勁，筆者即是其中之一。而「捐血」另一讓人怯步的原因，不外乎是受「一滴血、一滴精」傳統觀念的影響，無法讓年老長輩接受，而反對家人捐血。其實「捐血」非常EASY，只要你身體健康年滿17歲以上、65歲以下，男性體重50公斤、女性45公斤以上，人人皆能捐血。而「捐血」的方式，可從下列解說得知：

一、全血捐血：每次捐血以250毫升為原則，但體重60公斤以上者，每次捐血得為500毫升。但



爲了維護捐血人的健康，根據衛生署的規定，若每次捐血250毫升者，其捐血間隔應爲二個月以上；每次捐血500毫升者，其捐血間隔應爲三個月以上；且男性年捐血量應在1500毫升以內，女性年捐血量應在1000毫升以內。

二、分離術捐血：是將捐血人的血液抽出，吸入在密閉無菌的離心鉢內，藉由血液分離機分離出血小板或血漿等個別成分，其他血液成分（如紅血球）則立刻送回捐血人血管內；而分離術捐血可分爲三類：血漿分離術、血小板分離術及血小板兼收血漿分離術；有異於捐全血的方式，血小板分離術及血小板兼收血漿分離術約需1.5至2小時，血漿分離術約需45分鐘，且分離術捐血者的條件爲男女體重一律要50公斤以上，而捐血間隔較捐全血者短，只需二週以上，但年捐血漿總量以12公升爲限（每年最多可捐上限爲24次）。

經由上述的捐血認識介紹後，你是否已蠢蠢欲動想把體內滿腔的熱血奉獻出來，亦或仍裹足不前，滿腦疑問？捐血有什麼好處呢？你大可放下一百個心，捐血是件利人利己的善行義舉，因爲根據醫學調查報告，捐血不但可以促進血液新陳代謝，有益自己的身體健康，更重要的是可以幫助傷病患者挽回生命，試想何樂而不爲呢！

想到「捐血」，讓我不禁憶起生平所捐出的「第一滴血」，猶記得民國七十七年四月在金門當兵即將退伍的前夕，於某日的凌晨二點多，當連上全體官兵正在酣熟的睡夢中，突然被一陣緊急集合的哨聲驚醒，原以爲是彼岸共軍打過來，寢室內同袍還有人嚇的從床舖摔下來，待連長集合隊伍說明原委，方知是隔區他連住守碉堡的獨立班哨，有位小兄弟夜裡因急性胃出血，請求本連送往金門花崗石醫院，後因大量出血急需捐輸A型血液；當時爲了救人，二話不說立即與同爲A型血的幾位弟兄，火速趕往醫院並各捐出五百CC熱血，所幸在七、八千CC的輸血後，方才挽回那位小兄弟的生命，事

後那救人的成就感與喜悅的心情，非筆墨得以形容，自此便與捐血結下不解之緣。

每個捐血者背後都有段不爲人知的小故事，而捐血的動機有的本著「人飢己飢、人溺己溺」的精神，有的出自於行善助人的理念，有的則是經歷了刻骨銘心的感動。有時望著被百針扎到滿孔結疤的左手臂，憶起自七十七年四月退伍後，回首來時路，已投入十五載的「捐血光陰歲月」，期間感謝家人的諒解、體恤到支持，自秉持「施比受更有福」的信念裡，竭盡所能的揮灑「捐血一袋、救人一命」的志願，在歷經三次完成「百次捐血」的成績後，於本（九十二）年四月廿四日創下捐血滿4000次（捐血總量達十萬CC）的個人輝煌紀錄，讓全力投入長年捐血的自己，能見識到自我努力所付出的成果。

近年來，透過財團法人中華血液基金會（前身爲捐血運動協會）的強化宣導及積極開拓血源，自八十五年起訂每年的一月舉辦「捐血月」活動，加上社會各界熱心公益團體的具體迴響，共同發起推動愛心人士捐獻熱血運動，使得國內的血液供應更爲充裕且安全無虞，並有效提振關懷社會的公德心，救助需血使用的病患。但近日受到SARS疫情的影響，許多捐血人及團體紛紛取消捐血行程與活動，使得全省各捐血中心的安全存血量再次亮起紅燈，已嚴重影響到各地醫院用血，讓人不免憂心忡忡。古云：「救人一命，勝造七級浮屠」，捐血救人是關懷生命、熱愛社會的具體表現，而捐血運動更是一項永續經營的社會公益事業，需要國人的持續響應與熱烈參與。朋友們！讓我們再次凝聚愛心的鮮血，慷慨奉獻、賡續傳承生命的動力，共同爲建立溫馨、健康且充滿希望的社會而努力，最後誠摯的歡迎你（妳）加入捐血人的行列——「做個快樂的捐血人！」

（作者任職於第一（基隆）海巡隊隊員）