



## 热血大爱！5年内连续捐献53次

# “80后”献血达人为生命“加油”

□晚报记者 高超  
通讯员 孙春莲 杨莹

1月16日,省四进驻滨州惠民县工作队工作人员陆斯嘉再次来到滨州市中心血站捐献单采血小板。这是他到滨州工作后第五次献血。省四进驻滨州惠民县工作队还为贫困大学生捐款1000元,以行动奉献爱心,为公益事业助力。

当天15:00许,陆斯嘉来到滨州市中心血站机采室,熟练通过了填表登记、测量血压、抽血检测等快检流程,顺利上机采血。

2009年,陆斯嘉穿上军装走进军营,服役8年内获得团嘉奖、优秀团干部、优秀基层干部等荣誉。军旅生涯不仅赋予了他强健的体魄,更锤炼出他乐于奉献的高尚品格。退役后,他始终以一名共产党员的标准严格要求自己,积极投身公益事业,撸起袖子献血便是他多年来坚持的善举。

自2019年2月首次捐献全血开始,陆斯嘉的无偿献血



之路徐徐展开。“献全血需要间隔半年,一年最多只能献两次,后来我了解到捐献单采血小板可以半个月献一次,便从2022年3月开始坚持捐献血小板。”陆斯嘉说,他希望自己的捐献可以帮助到需要的人,“不想太多,就这样坚持下来了。”

2024年11月5日,是陆斯

嘉派驻滨州工作的第五天,也是他首次在滨州捐献单采血小板的日子。“我来之前先打电话进行了预约,每次来都很顺利,血液也都合格。”陆斯嘉表示,能够坚持献血也得益于自己一直保持着运动的习惯,身体非常健康。

“近期临床上B型血小板用量很大,陆斯嘉接到我们的

电话,就从惠民县赶过来了。”滨州市中心血站献血服务科机采室主任杨莹介绍,陆斯嘉做了充分的准备,迅速通过了快检,上机顺利捐献了2个治疗量的血小板,“这样就能及时给患者用上,挽救患者生命”。

从首次捐献至今,陆斯嘉献全血5次,累计献血量

1900ml,捐献单采血小板48次,累计95个单位治疗量。“令我感受最深的就是来滨州这几次献血,认识了很多‘熟悉的陌生人’,一起上机,一起下机,虽然不知道他们叫什么名字,来自哪里,但是他们始终都在靠自己的力量默默将这份爱心传递下去。”陆斯嘉说,滨州是一座有温度的城市,无偿献血者是在用生命守护生命,用希望传递希望,留下的不仅是热血还有微笑。

他还表示,在条件允许的情况下,他会将这一份爱心持续传递下去,“同时也呼吁更多人加入到无偿献血事业,为守护生命奉献自己的一份热血。”

当天,省四进驻滨州惠民县工作队成员、省卫生健康委员会体制改革处二级调研员王金茂代表工作队为贫困大学生捐款1000元,滨州市红十字会赈灾救济部部长由雅荣颁发捐赠证书,感谢他们勇担社会责任,传递社会温暖的精神。

## 医者仁心献热血 大爱无疆暖寒冬

为积极应对冬季期间血液采集紧张局面,保障广大用血患者的安全,1月15日,滨州市人民医院组织了一场主题为“医者仁心献热血,大爱无疆暖寒冬”的无偿献血活动。医务人员积极响应,踊跃献血,共筑爱心长城。

活动当天,尽管寒风凛冽,医院的献血现场却暖意融融。许多职工早早地来到献血车旁等候,他们中有刚刚下夜班的医护人员,有利用短暂休息时间前来献血的,还有专程从家中赶来参与的。

“冬季是用血紧张的时期,作为医务工作者,我们深知血液对于抢救生命的重要性。能够通过献血帮助到需要的人,是我们义不容辞的责任。”李医生在献血现场说。

献血不仅是对他人的帮助,更是对生命的尊重和关爱。在医务人员的带动下,许多患者家属也加入了献血队伍。

在这个冬日,滨州市人民医院的医务人员如同冬日里的暖阳,用热血和爱心,点燃了一盏盏温暖的灯火,为需要帮助的生命带来温暖和希望。

(滨州市人民医院)



### 新闻十

#### 献血后注意事项

献血后,需压迫针眼处10分钟左右或用弹力绷带压迫20分钟左右,防止皮下出血。针眼处保持干燥、清洁,4小时内不沾水,避免感染。

献血手臂24小时内不提重物献血后1~2天内不做剧烈运动。若针眼处有渗血,出现红肿24小时内冷敷,48小时后热敷,般7~10天会逐渐恢复。多饮水,适当补充维生素C和铁含量高的食物,如瘦肉、鸡蛋、猪肝、豆制品及蔬菜、水果等。

另外,献血不会导致免疫力下降。献血会使人体失去血液中的一部分白细胞与抗体,但从通常献血量来看,人体实际上失去的白细胞与抗体的比例是非常少的。献血后失去的水分和无机物1~2个小时就会补上,血浆中的抗体等蛋白质,由肝脏合成,1~2天内就能得到补充,白细胞也会很快恢复到原来水平。(人民网)