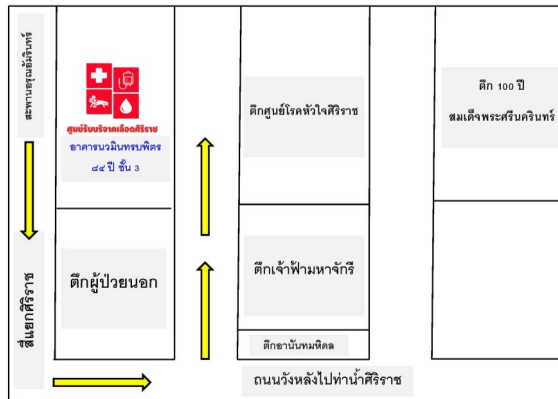


การปฏิบัติตัวภายหลังบริจาคเลือด

- ◆ นอนพักที่เตียงบริจาคต่อ อย่างน้อย 5 นาที ถ้ามีอาการมีเวียนศีรษะ กรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่
- ◆ รับประทานขนม และน้ำหวาน 1-2 แก้ว และนั่งพักอีก 10-15 นาทีที่ห้องรับบริจาคเลือด จนแน่ใจว่ารู้สึกปกติ
- ◆ ดื่มน้ำมากกว่าปกติเป็นเวลา 1-2 วัน
- ◆ หลีกเลี่ยงสถานที่ร้อนและแออัด
- ◆ งดออกกำลังกาย เล่นกีฬาหรืออบตัว/อบไอน้ำ 1 วัน
- ◆ งดการทำงานในที่สูง รมัถระวังในการขึ้นลงลิฟท์หรือบันไดสูง ถ้ามีอาการหน้ามืด เวียนศีรษะ ควรรีบนั่งลงหรือนอนราบกับพื้น
- ◆ งดการใช้แขนข้างที่บริจาคเลือดยกของหนักหรือออกแรง อย่างน้อย 12 ชั่วโมง เพื่อป้องกันเลือดออก และอาการบวมซ้ำ
- ◆ งดสูบบุหรี่อย่างน้อย 1 ชั่วโมงและงดดื่มแอลกอฮอล์ จนกว่าท่านจะได้รับประทานอาหาร

หลังการบริจาคเลือดหากท่าน มีอาการไม่สบายเช่น มีไข้ ท้องเสีย หรือไม่มั่นใจว่าเลือดที่ท่านบริจาคไปแล้วปลอดภัย แก่ผู้ป่วย *กรุณาโทรแจ้ง* 0-2414-0100

แผนที่ศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช



ศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช

อาคารนวมินทรพิตร ๘๔ พรรษา ชั้น 3



บริจาคเลือด

เปิดให้บริการทุกวัน ไม่เว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์
ตั้งแต่เวลา : 08.30 – 16.30 น. ปิดรับลงทะเบียน 16.00 น.
โทรศัพท์ : 0-2414-0100 , 0-2414-0102



บริจาคเกล็ดเลือด

เปิดให้บริการ วันจันทร์ ถึง ศุกร์ และวันอาทิตย์
ตั้งแต่เวลา : 08.30 – 16.30 น. ปิดรับลงทะเบียน 14.00 น.
โทรศัพท์ติดต่อนัดหมายล่วงหน้า : 0-2414-0104

หน่วยรับบริจาคเลือดเคลื่อนที่

ให้บริการในวันและเวลาราชการ
ติดต่อทีมงานรับบริจาคเลือดเคลื่อนที่ ได้ที่
โทรศัพท์ 0-2419-8081 ต่อ 110



Facebook : ศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช



สแกนเพื่อประเมินความพึงพอใจ
หลังจากอ่านสื่อความรู้ด้านสุขภาพฉบับนี้

จัดทำโดย ภาควิชาเวชศาสตร์การธนาคารเลือด

ที่ปรึกษา รศ.ร.อ.พญ.ปาริชาติ เพิ่มพิกุล

เรียบเรียงโดย ผศ.พญ.กุลวรา กิตติสารเศร / อ.ดร.พญ.เจนจิรา กิตติวรภัทร

ออกแบบ นายณัฐวิทย์ กาญจนกำจร

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

มหาวิทยาลัยมหิดล

พิมพ์ครั้งที่ 3

จำนวน 10,000 ฉบับ

ปี พ.ศ. 2563

รหัสหน่วยงาน TM-BD-R-015-02

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



ผ่านพับ
สุขภาพ
ออนไลน์



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์
ศิริราชพยาบาล



บัวตอร์รู



สำหรับผู้บริจาคเลือด



ศูนย์รับบริจาคเลือดศิริราช

อาคารนวมินทรพิตร ๘๔ พรรษา ชั้น 3

เปิดให้บริการทุกวัน ไม่เว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์ โทร 02-414-0100, 02-414-0102

ภาควิชาเวชศาสตร์การธนาคารเลือด
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ม.มหิดล



บริจาคเลือด = ช่วยชีวิต

- ◆ เลือดมีหน้าที่นำพาออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
- ◆ ตามปกติเราจะมีเลือดไหลเวียนอยู่ในร่างกายประมาณ 3,500 - 4,500 มล. และเม็ดเลือดแดงมีอายุประมาณ 120 วัน ดังนั้น การบริจาคเลือดปริมาณ 450 มล. จะไม่ก่ออันตรายใด ๆ ต่อผู้บริจาคและร่างกายสามารถสร้างเม็ดเลือดใหม่มาทดแทนได้
- ◆ การบริจาคเลือดสามารถทำได้ **“ทุก 3 เดือน”**
- ◆ ในการบริจาคเลือด 450 มล. เลือดของผู้บริจาค 1 ท่าน เมื่อนำมาแยกส่วนประกอบของเลือดคือเม็ดเลือดแดง เกล็ดเลือด และ พลาสมา สามารถนำไปช่วยชีวิตผู้ป่วยได้ 2 - 4 ราย
- ◆ ผู้ป่วยต้องการเลือดเพื่อการรักษาได้แก่ ผู้ป่วยโรคเลือด ผู้ป่วยที่ประสบอุบัติเหตุ ผู้ป่วยที่เข้ารับการผ่าตัด ผู้ป่วยที่มีการสูญเสียเลือดปริมาณมาก เป็นต้น ซึ่งในปัจจุบันโรคบางชนิดยังไม่มีการรักษาอื่นที่ทดแทนการให้เลือดและส่วนประกอบของเลือดได้



คำถามสำหรับผู้บริจาคเลือด

- ◆ **กรุณาตอบคำถามสำหรับผู้บริจาคเลือดตามความเป็นจริง**
 - ◆ คำถามมีเพื่อประเมินสุขภาพโดยทั่วไป ว่าท่านพร้อมที่จะบริจาคเลือด และสามารถบริจาคเลือดได้โดยปลอดภัยหรือไม่
 - ◆ ประเมินความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสเอชไอวี ไวรัสตับอักเสบ และ ซิฟิลิส ซึ่งสามารถติดต่อไปยังผู้ป่วยที่ได้รับเลือดของท่านได้
- ท่านไม่ควรบริจาคเลือดหากท่านมีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อไวรัสเอชไอวี** หรือมีอาการดังต่อไปนี้ มีไข้เรื้อรัง ลื่นมีฝ้าขาว ต่อม น้ำเหลืองโต น้ำหนักลดลงอย่างไม่ทราบสาเหตุในระยะเวลา 3 เดือนที่ผ่านมา



การเตรียมตัวก่อนมาบริจาคเลือด

- ◆ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 5 ชั่วโมง
- ◆ รับประทานอาหารก่อนบริจาคเลือด (แต่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันมาก)
- ◆ งดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ 24 ชั่วโมง
- ◆ งดสูบบุหรี่ 1 ชั่วโมงก่อนการบริจาคเลือด
- ◆ คุณสมบัติทั่วไป
 - ◆ อายุ 17 - 65 ปี (อายุ 17 ปี ต้องได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง)
 - ◆ น้ำหนักไม่ต่ำกว่า 48 กิโลกรัม
 - ◆ สุขภาพแข็งแรง
 - ◆ ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
- ◆ ไม่อยู่ในระหว่างทานยาปฏิชีวนะ หรือหากอยู่ในระหว่างทานยาโปรดแจ้งเจ้าหน้าที่ทราบทุกครั้ง
- ◆ ไม่ได้ถอนฟันหรือขูดหินปูน ภายใน 3 วันก่อนมาบริจาคเลือด
- ◆ ไม่ได้ท้องเสีย ท้องร่วง ภายใน 7 วันก่อนมาบริจาคเลือด
- ◆ ไม่มีประวัติติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ไวรัสตับอักเสบนี หรือ เชื้อไวรัสเอชไอวี
- ◆ เพศหญิงไม่อยู่ในระหว่างการมีประจำเดือน ตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร
- ◆ ไม่ได้เจาะหู เจาะผิวหนัง สัก ในระยะ 1 ปี



ขั้นตอนในการบริจาคเลือด

- ◆ กรอกแบบสอบถามและลงทะเบียน
- ◆ สัมภาษณ์ประวัติ ตรวจร่างกายและตรวจความเข้มข้นของเลือด
- ◆ รับถุงสำหรับเจาะเก็บเลือด พร้อมดื่ม น้ำ 1-2 แก้ว ก่อนบริจาคเลือด
- ◆ เจาะเก็บเลือด
- ◆ ดื่มน้ำ รับประทานอาหารว่างและนั่งพักอย่างน้อย 15 นาที ก่อนเดินทางกลับ



หากท่านสามารถบริจาคเลือดได้

- ◆ ท่านจะได้รับการเจาะเก็บเลือดจากเส้นเลือดดำบริเวณแขน โดยจะทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อและเจาะเก็บด้วยวิธีปลอดเชื้อ
- ◆ การบริจาคเลือด ใช้เข็มใหม่ทุกถุง ใช้ครั้งเดียว จึงไม่ทำให้ผู้บริจาคติดเชื้อจากการมาบริจาคเลือด
- ◆ การเจาะเก็บเลือดใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที
- ◆ **เลือดของท่านจะได้รับการตรวจ**
 1. หมู่เลือด (ABO, RhD)
 2. ไวรัสเอชไอวี (Anti-HIV และ HIV antigen)
 3. ไวรัสตับอักเสบบี (HBsAg)
 4. ไวรัสตับอักเสบนี (Anti-HCV)
 5. ซิฟิลิส (Syphilis)

การตรวจดังกล่าวเพื่อความปลอดภัยกับผู้ป่วยที่จะรับเลือดของท่าน ท่านห้ามบริจาคเลือดเพราะต้องการตรวจเอดส์เพื่อคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้รับเลือด

อาการไม่พึงประสงค์ที่อาจเกิดขึ้นได้จากการบริจาคเลือด

- ◆ โดยทั่วไปผู้บริจาคส่วนใหญ่สามารถทำการบริจาคเลือดได้อย่างปลอดภัย แต่ในบางครั้งภาวะแทรกซ้อนจากการบริจาคเลือดอาจเกิดขึ้นได้
- ◆ **ปฏิกิริยาจากการบริจาคเลือด** เช่น มึนศีรษะ หน้ามืดเป็นลมคลื่นไส้ มักหายได้เองหลังนั่งพัก 5-30 นาที
- ◆ **ภาวะแทรกซ้อนจากการเจาะเก็บเลือด** เช่น การบวมซ้ำ อาการชาหรือเจ็บจากเส้นประสาทบาดเจ็บ การติดเชื้อจากรอยเจาะ ซึ่งเกิดขึ้นได้น้อยมากเหมือนเช่นการเจาะเลือดเพื่อการตรวจโรคทั่วไป

