

## 高中.職學生首次捐血前說明及同意/告知書

※※感謝您登記要捐血,為了讓捐血順利，以下說明請先閱讀

年滿 17 歲

體重女生滿 45 公斤、男生滿 45 公斤以上。

※捐血者請攜帶身份證或身分證明文件需照片（具身分證字號及相片，請勿用學生證）。  
請勿空腹捐血，睡眠需 6 小時以上。

### 一、捐血的意義：

血液在人體內是有限的生命體，額外的血球會在脾臟分解，而傷(病)患在急性缺血時，唯有”輸血”才能恢復健康或生命，”捐血一袋，救人一命”捐血是利人利己的作為。

### 二、捐血前注意事項：

- (一)正常飲食，不可空腹捐血。
- (二)睡眠要充足，前一天不可熬夜。
- (三)捐血前要喝適當的水或飲料，但不要喝冰的。
- (四)捐血前 30 分鐘喝水證實可提升捐血時的感受，還能避免捐血後頭暈不適。
- (五)一身輕便，盡量穿著輕便衣物，避免緊身衣物，特別是袖子。
- (六)記得攜帶有照片與身分證字號的證件，捐血前會有一個簡明的查驗程序。

### 三、捐血流程：

- (一)我們會查驗身分證件確定是本人捐血。
- (二)登記表填寫:有些基本資料與個人的電子健康問卷要麻煩您填寫並簽名。
- (三)小型體檢: 接著，我們會進行一個小型體檢確定你的健康狀況滿足捐血條件；包含：體溫、血壓、脈搏及血紅素篩選；體檢後我們會請您再喝水。
- (四)捐血過程:捐血時會請你斜躺在椅子上，此時護理師會檢視並消毒你的手臂，並請你配合反覆握放拳頭幫助增加血液循環。我們使用的是無菌、拋棄式、一次性使用的捐血袋耗材，你的捐血過程完全不會接觸其他捐血人的血液，也不會有任何血液傳染疾病的風險。準備好後即立刻開始收集血液，整個捐血過程約莫進行 10 分鐘。捐完血需於扎針處加壓 5~10 分鐘，以防止皮下瘀血。
- (五)恭喜！你完成了一次捐血救人的任務。我們建議捐血人在休息區放鬆一下並且享受餅乾飲料，為今天重新補充能量。同時應該避免在未來的一天內提取重物或從事激烈體能活動，否則扎針處容易瘀青。如果有感覺任何異狀，請放慢行動速度和坐下休息。若有疏忽以上事項，可能產生捐血過程的一些風險：如暫時性虛弱、頭昏與噁心、皮下瘀血等，如有這些現象請立即向護理人員反應，適時處理可減少不良反應發生。捐血一袋，救人一命！

臺南第一高級中學 衛生組 健康中心分機 331-332

同意暨告知書

班級

座號

本人同意\_\_\_\_\_參與捐血救人行動。捐血人簽名：\_\_\_\_\_

法定代理人/家長簽名：\_\_\_\_\_中華民國\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日