

# 薬局 だより

KI PHARMACY

2024年1月号

## 献血



お薬や健康に関するお悩みは、お気軽にケイアイ調剤薬局へご相談下さい。

### 「はたちの献血」キャンペーン

令和6年1月1日から2月29日までの2ヵ月間、「はたちの献血」キャンペーンが実施されます(主催:厚生労働省、都道府県、日本赤十字)。冬は献血者が減少する傾向にあります。安定的に献血血液を確保するため、はたちの献血キャンペーンでは、若者を中心とした国民に広く献血について理解・協力をしてもらうための啓発活動が行われます。

献血でいただいた血液は、病気やけがの治療や手術などで輸血を必要としている方のいのちを救うのに役立っています。日本国内には、**輸血を必要としている人が年間100万人**いると言われていたますが、血液は長い時間保存することができず、人工的に作ることもできません。多くの方のいのちを救うため、安定的に血液を確保するためには、**多くの方に継続的に献血に協力していただく必要**があります。

こんな方におすすめの記事です

- 献血に興味がある
- 人助けしたい
- ボランティアに興味がある
- 新年、新しいことを始めたい

### 献血について知りたい

日本赤十字社のホームページでは、「献血について」「献血の流れ」など詳しく紹介されています。<https://www.jrc.or.jp/donation/>

今回はその内容を参考にまとめていますが、もっと詳しく知りたい方は、ぜひ日本赤十字社のホームページもご覧になってください。

#### Q 献血って何?

A 輸血を必要としている人のために、健康な人が自分の血液を無償で提供するボランティアです。

#### Q 献血する人ってどれくらいいるの?

A 2022年は、年間で約500万人、1日平均では約14,000の方が協力してくださいました。ただし、若年層の献血者数は10年間で31%減少しており、**今後輸血用血液の供給が不安定になることが懸念**されています。

#### Q 年齢制限はある?

A **16歳～69歳**の方にご協力いただいています。ただし、65歳以上の方は、60～64歳の間に献血経験がある方に限られます(献血する方の健康を考慮)。また、献血の種類によっては、16、17歳は受けられないものがあります。



## 献血にはどんな種類があるの？

献血には「**全血献血**」と「**成分献血**」があります。

- ・全血献血・・・血液中のすべての成分を献血する。  
200mLと400mLがある。
- ・成分献血・・・血小板、血漿など特定の成分だけを献血し、回復に時間のかかる赤血球は体内に戻す。

### 成分献血のメリット・デメリット

- 😊 体への負担が全血献血に比べて軽い
- 😊 多くの血漿・血小板を献血できる
- 😞 全血献血に比べて時間がかかることがある



## 献血できる基準はある？

① 体重：女性は40kg以上、男性は45kg以上。  
全血献血400mLは男女ともに50kg以上。

- ② 血圧：最高血圧90～180mmHg、  
最低血圧50～100mmHg以下。
- ③ 脈拍：40～100回/分。

その他、体温、血色素量、採血間隔、年間総採血量・回数、妊娠の有無、既往歴など、献血・輸血の安全性を高めるために様々な基準が設けられています。



## 献血できないのはどんな場合？

- ・左記の基準を満たしていない
  - ・当日の体調不良、服薬中（ビタミン剤や一般的な胃薬などは大丈夫）、発熱（37.5℃以上）等
  - ・出血を伴う歯科治療（歯石除去含む）を受けた（治療日含む3日間）
  - ・一定期間内に予防接種を受けた（予防接種の種類によって、献血できない期間は異なります）
  - ・6カ月以内にピアスの穴をあけた、ピアスを付けた、いれずみを入れた
  - ・外傷がある
  - ・動物または人に咬まれた（動物に咬まれた場合は傷が治癒してから3カ月間、人に咬まれた場合は傷が治癒してから6カ月間）
  - ・特定の病気にかかったことがある（心臓病・悪性腫瘍・けいれん性疾患・血液疾患・ぜんそく・脳卒中・梅毒等）
  - ・海外旅行者・海外生活（滞在先によって、献血できない期間は異なる）
  - ・輸血歴・臓器移植歴がある
  - ・エイズ、肝炎などのウイルス保有者、クロイツフェルト・ヤコブ病（CJD）の方、またはそれと疑われる方
  - ・妊娠中、授乳中等
- 上記に該当しない場合でも、医師の判断によっては献血できない場合があります。



皆さんの善意の献血で、多くの命が救われます。ご協力お願いいたします。