붙임 1 헌혈참가 주의사항 안내

구분	세부내용
★ 헌혈전 유의사항	☞ 헌혈 전일 과음 안되요! ☞ 공복에 헌혈 안되요! ☞ 1개월 내 외국 다녀오신 분은 헌혈이 안되요! ☞ 신분증 꼭 지참(주민등록증, 여권 등 주민등록번호가 확인가능한 것) ☞ 헌혈한 날로부터 전혈은 2달 후, 성분헌혈은 2주 후 같은 날짜가능
⬇	
헌혈방법 문의	적십자사 혈액관리본부 : 1600-3705 / www.bloodinfo.net 한마음혈액원 : 02-6918-2041 / www.bloodnet.or.kr
⬇	
헌혈기록 카드작성 및 문진	1. 헌혈관련 안내문 읽기 2. 헌혈기록카드(앞면 및 뒷면의 문진표) 작성(전자문진 가능) 3. 신분증 확인 4. 헌혈경력조회 5. 헌혈전 검사(혈압, 맥박, 체온, 혈액형검사, 혈액비중 검사, 혈소판 수 측정) 6. 문진
⬇	
헌혈실시	(전혈) 혈액의 모든 성분(적혈구, 백혈구, 혈장, 혈소판)을 채혈 ● 소요시간 : 약 10분~15분 ☞자격요건 ① 나이 : 320mL – 만 16세 ~ 69세 / 400mL – 만 17세 ~ 69세 ※ 65세 이상인 자의 헌혈은 60세부터 64세까지 헌혈한 경험이 있는 자에 한함 ② 몸무게 : 남자 50kg 이상, 여자45kg 이상(단 400mL 전혈헌혈은 남여모두 50kg 이상) ③ 혈압 : 수축기혈압:90mmHg 초과,180mmHg미만 이완기 혈압 : 100mmHg 미만 (성분헌혈) 성분채혈기를 이용하여 혈소판 또는 혈장 등의 필요한 성분만을 분리해 채혈(혈소판, 혈장) ● 소요시간 : 혈장 약 30~40분 / 혈소판 약 1시간 30분 ☞자격요건 ① 나이 : 혈소판성분헌혈 – 만17세 ~ 59세 / 혈장성분헌혈 – 만17세 ~ 69세 ※ 65세 이상인 자의 헌혈은 60세부터 64세까지 헌혈한 경험이 있는 자에 한함 ② 몸무게 : 남자 50kg 이상, 여자45kg 이상 ③ 혈압 : 수축기혈압:90mmHg 초과,180mmHg미만 이완기 혈압 : 100mmHg 미만
⬇	
★ 헌혈후 유의사항	☞ 헌혈직후에 편안한 자세로 15분 이상 휴식 ☞ 헌혈 직후 흡연이나 음주 피하기, 철분 음식을 많이 섭취 ☞ 수분을 많이 섭취하기 ☞ 헌혈당일은 헌혈한 팔에 무리한 힘이 가해지지 않도록 하기 (무거운 물건을 들거나 심한 육체운동은 NO!!) ☞ 헌혈 당일에는 욕탕에 몸을 담그거나 사우나는 피하기(간단한 샤워는 OK) ☞ 메스껍거나 어지럼증을 느끼면 반드시 앉거나 눕고 옆사람 도움 청하기 ☞ 헌혈부위의 반창고는 잘 때까지 붙이기

붙임 2 주요 헌혈 관련 제한 규정

□ **헌혈 관련 제한 규정** (혈액관리법 시행규칙 별표 1의2)

① **(공통기준) 연령**(16세이하, 71세이상), **체중**(남 50kg미만, 여 45kg미만), 체온(37.5도 초과), 기타 **혈압·맥박** 등

② **(문진 부적격)** 건강상태, 공복, 생리중, 수면부족, 음주, **1년 이내** 수술·문신·침술·피어싱, **해외여행 후 1개월 이내** 등

③ **(감염병)** 만성 B형간염, C형간염, 후천성면역결핍증 등 혈액 매개 감염병 환자, 의사환자, 병원체 보유자

- **(병력자)** 말라리아(치료종료 후 3년), 매독(치료종료 후 1년), 급성 B형간염(완치 후 6개월) 등

④ **(약물)** 아스피린(투여 후 3일), 티클로피딘(투여 후 2주), 아시트레틴 성분(투여 후 3년) 등

⑤ **(예방접종)** 콜레라·A형간염·파상풍(접종 후 24시간), 홍역·황열·경구용 소아마비(접종 후 2주), 풍진·수두(접종 후 4주) 등

⑥ 기 타

- (진료·처치) 임신중, 분만 또는 유산 후 6개월 이내, 수혈 후 1년, 전혈채혈 2개월, 혈장·혈소판혈장 성분채혈 14일 등
- (말라리아, 광우병) 말라리아*·광우병 지역** 거주자 또는 체류자

* 말라리아지역(파주, 연천, 강화, 철원)에 거주나 복무(연중 6개월 이상 숙박)시는 2년간, 여행(연중 1일 이상~6개월 미만 숙박)시는 1년간 헌혈 제한

** 영국에 '97년 이후 3개월 이상 체류 시 영구 배제