

保健だより 特別号 献血について

12月12日(火) 情報高校に献血バスが来ます!

対象: 男子17歳以上、女子18歳以上 男女とも体重50kg以上

先日案内があったと思いますが、12月12日は情報高校に赤十字血液センターの方々が来てくださり献血が実施されます。献血はいのちを繋ぐボランティアです。この機会に献血について学んでいきましょう!

献血とは?

献血とは、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者さんのために、健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。

献血が必要な理由?

人工的に造ることができない

現在、血液の機能を代替できる人工血液は存在しません。そのため、献血で沢山の人の血液を集める必要があります。

1日あたり約14,000人

1日約3,000人、1年間で約120万人の方が輸血を受けています。この血液を確保するためには、1日あたり約14,000人の人に献血に協力してもらう必要があります。

長期保存ができない

血液は生きた細胞なので、長期保存することができません。そのため、絶えず多くの方の献血協力が欠かせないのです。

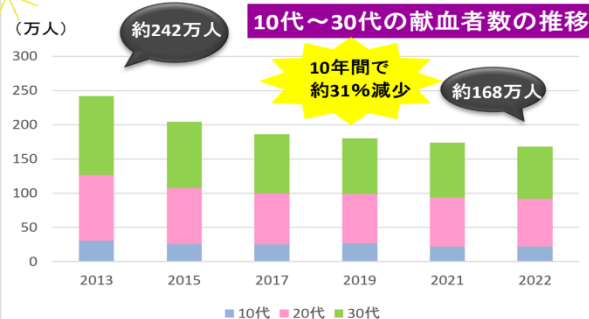
約80%が病気の治療

献血で集められた血液は、怪我をしたときの輸血に使用されるイメージがありますが、それは全体のごくわずかで、ほとんどががんなどの病気の治療に使用されています。

(日本赤十字社HPより)

献血の課題

10~30代の献血協力者数はこの10年間で31%も減少しており、今後少子高齢化が今後ますます進んでいくと、血液の安定供給に支障をきたす恐れがあります。患者さんに血液を安定的に届けるためには、**今まで以上に若い世代の献血への協力が必要**です。



献血はどこでできるの?

献血ルーム・・・鹿児島には鴨池新町と天文館の2か所の献血ルームがあります。

献血バス・・・商業施設や会社、学校などにやってきます。この献血バスの運行スケジュールは日本赤十字社のHPで確認できます。

このバスが情報高校にきてくれます!

HPでは、今何型が足りていないのか献血状況も確認することができます!

12/12 学校献血の流れ

- 「献血協力承諾書」に保護者の署名・捺印をもらい、当日まで個人で保管しておく。「受付確認票」の記載も当日までに済ませておく。
- 「献血の時間です」と案内があったら公欠願に教科担任のサインをもらい、教室退室時間を記入してもらう。
- 「献血協力承諾書 & 公欠願」「受付確認票」「生徒証明書」3つを持ち食堂に移動する。※ない場合は献血できません。
- DVD視聴・受付・問診・血圧測定・比重測定(指先から少量の血液を採取)を経て献血実施。
- 献血終了後指定された場所で休憩し、係の人に公欠願の献血終了時間を記入してもらう。
- 公欠願は証明になるものなので各自担任に渡す。

献血を受けられない人

- ☐ **体調不良の人や発熱している人**
献血する人の安全を考慮して献血ができないことがあります。
- ☐ **薬を飲んでいる人**
ビタミン剤やごく一般的な胃腸薬等は支障ありませんが、それ以外は種類によって献血ができない場合があります。
- ☐ **出血を伴う歯科治療を受けた人**
治療日を含む3日間は献血できません。
- ☐ **一定期間内にワクチンをうけた人**
インフルエンザは24時間、コロナワクチンは48時間経過後に可能となります。
- ☐ **擦り傷や切り傷などがある人**
傷の状態によってはできないこともあります。
- ☐ **朝食を食べていない人**
- ☐ **睡眠不足の人**

献血の前には医師の問診があります。気になる場合は相談しましょう!

献血後の注意点

体内の血液量が減ったことによる気分不良やめまいなどの副作用が起きることもあります。次の事項を守りましょう!



激しい運動は避けてください(部活は普段より抑えめに注意しながら)



重い荷物を持つ等腕に力を入れないでください



針の跡をこすったり揉んだりしないでください



階段を使用するときはめまいやふらつきに注意してください



十分な水分補給をしてください



十分な休息をとってください

事前調査では約90名の皆さんが献血に協力してくれる予定になっています。他にも希望する人は前日まで受け付けますので、保健室に申し出てください◎協力してくれた人には飲み物、パン、歯磨き粉がプレゼントされます!たくさんの人の協力をお願いします!

※会場に**お薬の名前がわかるもの**(お薬やお薬手帳)をご持参ください※

◆ 薬の服用について ◆

◆薬を飲んでいる方は、次の1～3にご注意されてください。



1. 当日服用していても献血できる薬

- ① ビタミン剤 (貧血治療薬・ビタミンKを除く)
- ② ミネラル剤 (貧血治療薬を除く)
- ③ 漢方薬
- ④ 高尿酸血症治療薬……痛風薬
- ⑤ 非ステロイド系抗アレルギー薬 例: 鼻炎・花粉症薬など
- ⑥ 抗ヒスタミン薬 (セレスタミンを除く) 例: 鼻炎・花粉症薬など
- ⑦ 高脂血症治療薬 (エパデール、ロトリガを除く)
- ⑧ 胃腸薬
- ⑨ 去痰剤
- ⑩ 予防薬としての抗潰瘍薬
- ⑪ 低用量ピル
- ⑫ 少量の女性ホルモン等 (更年期障害や月経困難症等の補充療法)
- ⑬ 甲状腺疾患治療薬 【チラージン・チラージンSなど】
- ⑭ 局所投与の薬物 (点鼻・点眼・吸入・外用 (塗り薬・貼り薬))
- ⑮ 降圧剤 (血圧がほぼ正常域にコントロールされている場合)
- ⑯ 利尿薬 (降圧剤としての内服の場合に限る)
- ⑰ 緩下剤
- ⑱ サプリメント



2. 当日服用していなければ献血できる薬 (前日までの服用は可)

- ① 内服用筋弛緩薬
- ② 睡眠薬・抗不安薬・マイナートランキライザー
- ③ 消炎酵素剤
- ④ 前立腺肥大症治療薬 (アボダート・プロスカ・プロペシアを除く)
- ⑤ 利胆薬
- ⑥ 高脂血症治療薬 (エパデール、ロトリガ)
- ⑦ 市販薬・抗菌剤の入っていない風邪薬



3. 服用中止から3日間は献血できない薬

- ① 抗精神薬 (マイナートランキライザーを除く)
- ② 抗菌薬 (抗生物質・合成抗菌薬)・抗真菌薬・抗ウイルス薬・抗結核薬
- ③ 止痢薬
- ④ 非ステロイド系抗炎症薬・風邪薬
- ⑤ 痛風発作治療薬 (コルヒチン)
- ⑥ 喘息治療薬
- ⑦ 花粉症治療薬 (ステロイド系抗アレルギー薬) (セレスタミン)
- ⑧ 利尿薬 (ただし、降圧剤としての内服利用は1.に準ずる)
- ⑨ 事後に服用する緊急ピル (中用量ピルを含む)

◆以下の薬を内服している場合は献血できません。



(原疾患治療後、改めて採血の可否を判断)

- ① けいれん薬
- ② 抗凝固薬・血小板凝集抑制薬
- ③ 抗甲状腺薬
- ④ 抗不整脈薬
- ⑤ 冠拡張薬 (降圧のみを目的とする場合は1.に準ずる)
- ⑥ 強心薬
- ⑦ 糖尿病薬
- ⑧ 治療用ホルモン薬 (ステロイドなど)……1ヶ月献血延期
- ⑨ 免疫抑制剤……1ヶ月献血延期
- ⑩ 抗癌剤……無期献血不可
- ⑪ 乾癬治療薬 (チガソン): 無期献血不可 (ソリアタン): 3年献血延期
- ⑫ 前立腺肥大症治療薬 (アボダート)……6ヶ月献血延期



◎ 献血にご協力いただけるかどうかの判断は、お薬だけでなく、ご本人の体調、服薬目的、症状等を考慮して検診医が最終的な判断を行いますので、ご理解ください。

◎ ワクチンの接種等については、以下の期間、献血をご遠慮いただいています。

接種後24時間	インフルエンザ、日本脳炎、コレラ、A型肝炎、肺炎球菌、百日ぜき、トキソイド破傷風等の不活化ワクチン
接種後48時間	コロナウイルスワクチン (国内で承認されているRNAワクチンのファイザー社製、モデルナ社製のワクチン)
接種後2週間	B型肝炎ワクチン
接種後4週間	おたふくかぜ、風疹、BCG等の弱毒生ワクチン
接種後2カ月間	天然痘ワクチン
投与後3カ月	破傷風、蛇毒、ガスえそ、ボツリヌスの抗血清
投与後6カ月間	抗HBs人免疫グロブリンを単独または併用した方
接種後1年間	狂犬病ワクチン(動物にかまれた後)

新型コロナウイルス感染症に関するお願い

《献血前》

以下に該当される方は

「献血」をご遠慮いただいております。

- ◆ 新型コロナウイルス感染症と診断された、または新型コロナウイルス検査（PCR または抗原検査）で陽性になったことがあり、**症状消失後**（無症状の場合は陽性となった検査の検体採取日から）**4週間以内の方**
- ◆ 発熱及び咳・呼吸困難などの急性の呼吸器症状を含む新型コロナウイルス感染症が疑われる**症状出現日から2週間以内の方及び症状消失から3日以内の方**
- ◆ 同居されている方が新型コロナウイルス感染者に該当し、発症日から**1週間以内の方**

《献血後》

献血にご協力いただいた方へ、

以下に当てはまる場合は、献血日、氏名、生年月日を、できるだけ早く血液センターにご連絡をお願いします。

- 献血後2週間以内に
 - ① 「新型コロナウイルス感染症」と診断された、または新型コロナウイルス検査(PCR または抗原検査)が陽性になった。
 - ② 発熱及び咳・呼吸困難などの呼吸器症状を含めた新型コロナウイルス感染症を疑う症状があった。
- 献血翌日までに同居されている方が新型コロナウイルス感染者または疑う症状があった。

症状の発生状況等もお聞きすることがあります。

ご連絡をいただいた方のプライバシーは確実に守られますのでご安心ください。

各血液センターお問い合わせの一覧はこちらから

<https://www.jrc.or.jp/about/search/bloodcenter>



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

新型コロナウイルス ワクチン接種に関するお願い

接種したワクチンの種類により、
献血をご遠慮いただく期間が異なります。

種類	メーカー	接種後以下の期間は 献血をご遠慮下さい
組換えタンパク質	ノババックス	<u>24 時間以内</u>
RNA	ファイザー	<u>48 時間以内</u>
	モデルナ	
ウイルスベクター	アストラゼネカ	<u>6 週間以内</u>
	J&J (ヤンセンファーマ)	

※国内承認だけではなく、海外で使用されているワクチンを接種された方は、
献血受付時に職員にお申し出ください。

新型コロナウイルスワクチンに関する詳しい情報は下記アドレスをご確認ください。

<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>

(厚生労働省 HP:「新型コロナウイルスワクチン Q&A」)