

헌혈 증서

13-16-328598



성명: **김명준** 헌혈종류: **전혈 400mL**
 생년월일: **1967. 11. 11.** 성별: 남 여

사랑의 헌혈에 동참하여 생명 나눔을 몸소 실천하신 귀하에게 깊은 존경과 감사의 마음을 담아 이 증서를 드립니다.

헌혈일자: **2016. 6. 30.**

혈액원명: **경남혈액원**

대한적십자사 총재

헌혈에 참여해주셔서 감사드립니다.

※ 헌혈 및 혈액관련정보는 대한적십자사 혈액관리본부 홈페이지 (www.bloodinfo.net)를 참조하시기 바랍니다.

※ Rh(음성)혈액을 가진 분께서 긴급헌혈 참여희망시 혈액관리본부 고객센터(1600-3705)로 등록해 주시기 바랍니다.

※ 헌혈증서는 분실시 재발급이 되지 않으니, 보관에 유의하시기 바랍니다.



헌혈 후에는 이런 점을 유의하세요

헌혈에 동참해 주셔서 감사합니다. 헌혈 당일에 지켜야 할 몇 가지 유의사항을 알려드립니다. 꼭 지켜주세요.

- 헌혈 중이나 헌혈 후 규칙적으로 호흡하면서 다리를 발목근처에서 고고 다리근육에 힘을 주는 운동을 하거나, (그립)과 같이 다리 근육에 힘을 주는 운동을 따라해 보세요. 헌혈 후 발생할 수 있는 저혈압을 예방해 줍니다.**
- 헌혈부위는 지혈을 위해 10분 이상 엄지손가락으로 눌러주세요. 헌혈부위를 문지르면 멍이 듭니다 (헌혈장소를 떠나기 전 헌혈하신 부위가 완전히 지혈 되었는지 반드시 확인해 주세요).**
- 헌혈부위에 이물감이 접촉하지 않도록 반창고는 최소 4시간 이상 붙여주세요.**
- 헌혈 직후에는 헌혈장에서 편안 한 자세로 15분 이상 휴식을 취해 주세요.**
- 헌혈 후 딱지 근처에 앉을 경우 양말이 바닥에 닿은 상태에서 탁자에 팔꿈치를 대고, 앞쪽으로 기대어 앉아 주세요. 이 자세는 천가늠을 느끼거나 실신할 경우 바닥에 쓰러질 가능성을 줄여줍니다.**
- 헌혈 후에는 평소보다 3~4컵의 물을 더 섭취해 주세요. 헌혈한 혈액량을 보충하는데 많은 도움이 됩니다.**
- 헌혈 당일 음주나 헌혈 후 1시간 이내의 흡연은 피해 주세요. 1시간 이내의 흡연은 현기증이나 구토를 유발할 수 있습니다.**
- 헌혈 당일 등산, 과격한 운동, 놀이 기구 탑승 등은 피해 주세요. 헌혈한 팔로 무거운 것을 들거나 심한 운동을 할 경우 멍이 들거나 통증이 발생할 수 있습니다.**
- 헌혈 당일 가벼운 샤워는 가능하지만 사우나, 찜질방, 통목욕은 수분 손실이 많으니 피해 주세요.**
- 헌혈당일 등산, 과격한 운동, 놀이 기구 탑승 등은 피해 주세요. 헌혈한 팔로 무거운 것을 들거나 심한 운동을 할 경우 멍이 들거나 통증이 발생할 수 있습니다.**
- 화물·여객운전자, 다이버, 높은 곳에서 작업 하는 경우 헌혈 후 최소 12시간 이상 항공기 조종사는 최소 24시간 이상 휴식을 취한 후 업무에 복귀해 주세요.**
- 헌혈장소를 떠난 후에 메스깎거나 어지러우면(지연성 혈관민주신경반응) 즉시 바닥에 주저앉아 증상이 호전될 때까지 무릎사이에 머리를 놓거나, (바닥에 누는 등의 자세로) 가능한 머리를 낮추고 다리를 들어올려 주세요. 운전 중일 때 이러한 증상이 발생하면 증상이 호전될 때까지 운전을 멈춰 주세요.**



에이즈[AIDS]관련 자진 배제

자진배제란 무엇일까요?

헌혈자가 스스로 자신의 헌혈혈액이 에이즈와 관련된 위험에 노출되어 환자에게 수혈되지 않도록 혈액원에 전화 또는 인터넷으로 알리는 것입니다.

이런 경우는 자진배제를 하여야 합니다.

- 불특정 여성과 성접촉을 하거나, 남성의 경우 다른 남성과 성접촉 경험이 있는 경우
- 에이즈 검사를 목적으로 헌혈한 경우
 ※헌혈시 에이즈 검사결과는 통보되지 않음
- 자신이 에이즈 감염자임을 알고 있는 경우
 ※후천성면역결핍증 예방법 제19조(전파매개행위의 금지)에 의한 처벌 대상이 됨.
- 에이즈관련 문진사항(헌혈기록카드 6번 문항)에 사실과 다르게 응답하고 헌혈한 경우

자진배제를 하실 경우 수혈자의 안전을 위하여 헌혈 후에 **가급적 빨리** 신청해 주시기 바랍니다.

자진배제는 꼭 필요합니다.

- 현재의 에이즈 검사법으로는 고위험행위 후 일정기간 경과하여야 바이러스 확인이 가능하므로 안전성이 100%로 보장되지 않습니다.

에이즈 관련 자진배제 방법

ARS : 080-070-6100

대한적십자사 혈액관리본부 홈페이지 www.bloodinfo.net



헌혈혈액 사용 보류

(에이즈 관련 사항 제외)

헌혈 전 문진내용에 **사실과 다르게 응답** 하거나 **헌혈 후 발생한 질환**으로 인해 수혈자의 안전을 지키기 위해서 헌혈자의 연락이 반드시 필요합니다.

문진사항에 사실과 다르게 응답하고 헌혈한 경우

- 헌혈 후 질병 발병, 과거병력 및 약물 복용, 말라리아 제한(위험) 지역 여행 및 거주 등
- 변형 크로이츠펠트-야콥병 위험지역 (영국, 프랑스 등 유럽국가) 여행 및 거주

혈액 사용 보류 방법

헌혈증서 뒤에 표기된 **혈액원으로 즉시 연락** 주십시오.

대한적십자사
혈액관리본부