



ที่ ชม ๐๐๑๗.๓/ว ๔๕๑๐

ศาลากลางจังหวัดเชียงใหม่
ถนนโชตนา ขม ๕๐๓๐๐

๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๙

เรื่อง ขอเชิญชวนร่วมบริจาคโลหิต

เรียน หัวหน้าส่วนราชการ หัวหน้าหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ นายอำเภอเมืองเชียงใหม่ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดเชียงใหม่
นายกเทศมนตรีนครเชียงใหม่ และนายกเทศมนตรีเมือง

ด้วยภาคบริการโลหิตแห่งชาติที่ ๑๐ จังหวัดเชียงใหม่ สภากาชาดไทย ได้กำหนดจัดกิจกรรมการบริจาคโลหิต เพื่อเพิ่มปริมาณโลหิต ในวันศุกร์ที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๙ ระหว่างเวลา ๐๙.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ณ หอประชุมอำเภอเมืองเชียงใหม่ ศูนย์ราชการจังหวัดเชียงใหม่ ถนนโชตนา ตำบลช้างเผือก อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

ในการนี้ จังหวัดเชียงใหม่ขอเชิญชวนท่านและบุคลากรในสังกัดร่วมบริจาคโลหิต ตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น ทั้งนี้ สำหรับอำเภอเมืองเชียงใหม่ขอให้ประชาสัมพันธ์เชิญชวนไปยังเทศบาลตำบล และองค์การบริหารส่วนตำบลในพื้นที่ด้วย

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

~๒๕๖๐ อ.เกษมธนากร
(นายบุญลือ ธรรมธานรักษ์)
รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่

สำนักงานจังหวัด
กลุ่มงานอำนวยการ
โทรศัพท์ ๐ ๕๓๑๑ ๒๗๐๘
โทรสาร ๐ ๕๓๑๑ ๒๗๐๗



คุณสมบัติของ ผู้บริจาคโลหิต



1. อายุ 17 ปีบริบูรณ์ -70 ปี

1.1 ผู้บริจาคโลหิตต้องมีอายุ 17- 70 ปี

1.2 บริจาคโลหิตครั้งแรก อายุไม่เกิน 60 ปี

1.3 ผู้บริจาคที่มีอายุ 60-65 ปี บริจาคได้ทุก 3 เดือน

1.4 ผู้บริจาคที่มีอายุ 65 -70 ปี บริจาคได้ทุก 6 เดือน และต้องมีการตรวจนับจำนวนของเม็ดเลือด

ทุกชนิดทุกครั้ง ไม่รับบริจาคในหน่วยเคลื่อนที่

2. รู้สึกสบายดี สุขภาพแข็งแรง พร้อมทั้งจะบริจาคโลหิต

ผู้บริจาคโลหิตมีความปกติทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถปฏิบัติตามกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ ไม่มีอาการผิดปกติต่างๆ เช่น อาการอ่อนเพลียจากการอดนอน อาการเวียนศีรษะจากการตื่นแอลกอฮอล์หรือสารอื่นๆ

3. นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ อย่างน้อย 5 ชั่วโมง

การนอนหลับมีความสำคัญต่อสุขภาพ แต่ไม่จำเป็นต้องนอนถึง 8 ชั่วโมง เพียงสามารถนอนได้อย่างเพียงพอและดีคุณภาพ เพียง 5-6 ชั่วโมง ถ้านอนหลับสนิท ตื่นมารู้สึกสดชื่น ไม่ผิดไปจากกิจวัตรเดิม และสามารถทำงานได้อย่างปกติ

4. หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง ภายใน 6 ชั่วโมง

เนื่องจากอาหารที่มีไขมันสูง เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวขาหมู จะทำให้พลาสมาของผู้บริจาคโลหิตมีสีขาวขุ่น ซึ่งไม่สามารถนำพลาสมาลักษณะเช่นนี้ไปให้ผู้ป่วยได้ ผู้บริจาคโลหิตจึงควรหลีกเลี่ยงอาหารเหล่านี้ก่อนบริจาคโลหิต

5. หากมีโรคประจำตัว ให้แจ้งเจ้าหน้าที่

อาทิ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง Hypertthyroid โรคลมชัก โรคเมะเร็งทุกชนิด โรคไวรัสโรค และโรคหอบหืด เป็นต้น เพราะโรคบางโรคสามารถบริจาคโลหิตได้ แต่ในบางโรคไม่สามารถบริจาคโลหิตได้ เช่น โรคเมะเร็งทุกชนิด เป็นต้น

6. กรณีรับประทานยาต่างๆ

6.1 ยาปฏิชีวนะ (ยาฆ่าเชื้อ) หลังรับประทานยาเมื่อสุดถ่ายแล้ว ให้เว้น 7 วัน จึงสามารถบริจาคโลหิตได้

6.2 ยาแอสไพริน ยาคลายกล้ามเนื้อ ยาแก้ปวดข้อ สามารถบริจาคโลหิตได้ แต่หากพบโรคเกาต์โลหิต จะต้องหยุดรับประทานยาแล้ว อย่างน้อย 2 วัน จึงจะบริจาคได้

7. งดดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนมาบริจาคโลหิต 24 ชั่วโมง

8. อยู่ระหว่างตั้งครรภ์ หรือให้นมบุตร ไม่ควรบริจาคโลหิต

9. คลอดบุตร หรือแท้งบุตร เว้น 6 เดือน

10. มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

10.1 ท่านมีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกัน (โดยเฉพาะชาย) ซึ่งอัตราการติดเชื้อเอชไอวี ของกลุ่มชายที่มีเพศสัมพันธ์กับชายสูงกว่าประชากรทั่วไปมาก และโอกาสที่จะมีผู้ที่อยู่ในระยะ ที่เพิ่งเริ่มติดเชื้อ ในร่างกายยังมีเชื้อจำนวนมาก ไม่สามารถตรวจพบร่องรอยการติดเชื้อได้ด้วยวิธีทางห้องปฏิบัติการแต่สามารถถ่ายทอดไปยังผู้รับโลหิตได้
ข้อนี้จึงยังเป็นข้อกำหนดไม่รับบริจาคโลหิตอย่างถาวร

10.2 ท่านหรือคู่ของท่านมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ : มีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่ไม่ใช่คู่ของตนเอง / ผู้ขายบริการ / ผู้เสพยาเสพติด / ผู้ที่อาจติดเชื้อเอชไอวีหรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ หากผู้บริจาคโลหิตและคู่ มีพฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าว ย่อมมีผลกระทบต่อผู้ป่วยที่ได้รับโลหิตเช่นเดียวกัน จึงเป็นข้อกำหนดให้งดบริจาคโลหิตอย่างไม่มีกำหนด

11. เคยใช้ยารักษาหรือป้องกันโรคเอชไอวี

อาทิ PrEP PEP เพราะยากลุ่มนี้ยังไม่สามารถกำจัดเชื้อเอชไอวีได้หมด เพียงแต่ลดปริมาณของเชื้อจนถึงระดับที่ไม่สามารถตรวจพบได้ หากเป็นการรับประทานยาเนื่องจากอุบัติเหตุของบุคลากรทางการแพทย์ ให้นัด 1 ปี เพื่อติดตามผลการตรวจติดเชื้อให้ครบกำหนด หากผลตรวจเป็นลบสามารถบริจาคโลหิตได้

12. อดสูน ชูดินปูน เว้น 3 วัน / กอนสูน รักษาโรคฟัน เว้น 7 วัน



13. ก้องเสีย ก้องร่ว เว้น 7 วัน

14. เจาะหู ผ่าหนัง สัก สบรอยสัก ผ่าเข็ม เว้น 4 เดือน

15. ผ่าตัดเล็ก เว้น 7 วัน / ผ่าตัดใหญ่ เว้น 6 เดือน

16. เคยป่วยและได้รับโลหิต หรือส่วนประกอบโลหิต ภายใน 1 ปี ที่ผ่านมา

17. เคยได้รับการปลูกถ่ายอวัยวะ: หรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต (Stem Cells) ให้งดบริจาคโลหิตถาวร

18. เคยถูกเข็มที่เปื้อนเลือดตำ ในระยะ: 1 ปีที่ผ่านมา ให้งดบริจาคโลหิต 1 ปี

19. เคยป่วยเป็นโรคตับอักเสบ

การเป็นโรคตับอักเสบก่อนอายุ 11 ปี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากไวรัสตับอักเสบบี เมื่อหายแล้วสามารถบริจาคโลหิตได้ แต่หากมีประวัติเป็นตับอักเสบหลังอายุ 11 ปี มักมีสาเหตุจากไวรัสตับอักเสบบี หรือ ซี ต้องงดบริจาคโลหิตถาวร เพื่อลดความเสี่ยงจากการถ่ายทอดเชื้อให้ผู้ป่วยที่ได้รับโลหิต



20. คู่ของท่าน หรือบุคคลในครอบครัว เป็นโรคตับอักเสบ
ในระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา

21. เคยตรวจพบว่าเป็นพาหะของโรคตับอักเสบ
ให้ฉดบรจากโลหิตถาวร

22. เคยป่วยเป็นโรคมะเร็ง ในระยะ 3 ปีที่ผ่านมา

23. เคยเข้าไปในพื้นที่มีเชื้อมาลาเรียชุกชุม ในระยะ 1 ปี ที่ผ่านมา

24. มีประวัติป่วยเป็นโรคไขหวัดใหญ่ / โรคไขเลือดออก/ โรคไขชกา / โรคโควิด-19 หรือ โรคซิคุนคุนยา
ในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา

25. ได้รับวัคซีนป้องกันโรค

25.1 วัคซีนป้องกันโรคพิษสุรยบ้า ป้องกันบาดทะยัก หลังฉีดวัคซีน 24 ชม. ไม่มีอาการข้างเคียง และบาดแผลหายดีแล้ว
บรจากโลหิตได้

25.2 วัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี หลังได้รับวัคซีน 21 วัน บรจากโลหิตได้

25.3 วัคซีนป้องกันโรคหัด คางทูม หัดเยอรมัน ีสุกอีสุ และงูสวัด หลังได้รับวัคซีน 4 สัปดาห์ ไม่มีอาการข้างเคียง
บรจากโลหิตได้

25.4 วัคซีนป้องกันโรคเมะเร็งปากมดลูก วัคซีนป้องกันไขหวัดใหญ่ ปอดอักเสบ และวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบี เอ
หลังฉีดวัคซีน 24 ชม. ไม่มีอาการข้างเคียง บรจากโลหิตได้

26. มีประวัติเสพยาเสพติด ฉดบรจากโลหิตถาวร

27. เคยถูกควบคุมตัวหรือจองจำในเรือนจำ ติดต่อกันเกิน 72 ชั่วโมง ให้ฉดบรจากโลหิต 1 ปี
(หลังจากวันที่ได้รับการปล่อยตัว)

28. เคยมีน้ำหนัลด มีไข้ มีต่อมน้ำเหลืองโต โดยไม่ทราบสาเหตุ ในระยะ 3 เดือนที่ผ่านมา
หรือเคยตรวจพบว่ามีเชื้อเอชไอวี ต้องฉดบรจากโลหิตถาวร

29. ช่วงพ.ศ. 2523 - 2539 ท่านเคยพำนัถอาศัยอยู่ในประเทศ สหราชอาณาจักรบริเตนใหญ่และไอร์แลนด์เหนือ
เป็นเวลาคะสมมากกว่า 3 เดือน ให้ฉดบรจากโลหิตถาวร เนื่องจากมีการระบาดของโรคเอดส์

30. ช่วงพ.ศ. 2523 - 2544 ท่านเคยพำนัถอาศัยอยู่ในประเทศฝรั่งเศส และไอร์แลนด์
เป็นเวลาคะสมมากกว่า 5 ปี ให้ฉดบรจากโลหิตถาวร เนื่องจากมีการระบาดของโรคเอดส์

