Saving Lives,
적십자는
생명입니다

단체헌혈 안내자료



☞ 헌혈 세상에서 가장 따뜻한 선물 ☜

대한적십자사
대구경북혈액원
헌혈개발팀
41900 대구광역시 중구 태평로7
(053) 605-5620

목 차

1. 헌혈의 필요성 3
2. 혈액이란 4
3. 헌혈 혈액의 사용 5
4. 단체헌혈 참여방법 6
5. 헌혈과정 7
6. 헌혈기준 8
7. 전자문진 9
8. 헌혈 혈액 검사 10
9. 기타사항 11

1 헌혈의 필요성

헌혈이란

혈액의 성분 중 한 가지 이상이 부족하여 생명과 건강을 위협받는 다른 사람을 위해, 건강한 사람이 자유의사에 따라 아무 대가 없이 자신의 혈액을 기증하는 사랑의 실천이자, 생명을 나누는 고귀한 행동입니다.

수혈이란

혈액이 모자라는 환자에게 혈액을 주입해 주는 치료 방법

헌혈의 필요성

· 혈액은 **인공적으로 만들 수 없으며, 대체할 물질이 존재하지 않아서** 수혈이 필요한 환자의 생명을 구하는 유일한 수단임

· 헌혈한 혈액은 살아있는 세포로 구성되어 있어 **장기간 보관이 불가능**합니다. 따라서 적정한 혈액보유량인 5일분을 유지하기 위해서는 헌혈자분들의 지속적이고 꾸준한 헌혈이 필요합니다.

- 1일 평균 필요한 전혈 헌혈자 전국 5,000명 / 대구, 경북 470명

· **사람은 언제 수혈을 받을 상황에 처할지 모릅니다.** 건강할 때 헌혈하는 것은 자신과 사랑하는 **가족과 이웃을 위한 고귀한 사랑의 실천**입니다.

헌혈과 건강

· 헌혈은 우리 몸에서 여유로 갖고 있는 혈액을 기증하는 것으로, 헌혈 후 충분한 휴식을 취하면 건강에 아무런 지장이 없습니다.

· 헌혈시 무균처리된 일회용 기구만을 사용하기 때문에, 에이즈는 물론이고 다른 질병에 감염될 위험이 전혀 없습니다.

2 혈액이란

혈액은 ?

뼈속의 골수에서 생성, 우리 몸속에 4~6리터의 혈액보유

혈액의 역할



· 심장박동으로 동맥, 모세혈관, 정맥 순환
· 산소와 영양분, 노폐물을 운반
· 백혈구와 항체 등을 통해 세균 감염 등 질병으로부터 보호
· 혈구와 혈장 성분으로 구성

헌혈의 구성

◇ 적혈구 

· 혈액 1마이크로리터에 400~500만개 있음
· **산소운반**

◇ 백혈구 

· 혈액 1마이크로미터에 4,000~10,000개 있음
· **외부에서 박테리아,바이러스 등이 침입하면 제거**

◇ 혈소판 

· 혈액 1마이크로미터에 15~40만개 있음
· 상처가 났을 때 혈액응고를 일으켜 피를 멎게 함

◇ 혈 장 

· 혈액의 반 이상 차지
· 생명유지에 필요한 전해질, 영양분, 비타민, 호르몬, 효소 또한 항체 및 혈액응고 인자 등 중요한 단백질 성분 포함

3 헌혈 혈액의 사용

한 명의 헌혈자로부터 채혈된 전혈헌혈은 성분별 분리과정을 거쳐 적혈구, 혈장, 혈소판 등으로 분리하여 사고, 질병 등으로 수혈이 필요한 환자들에게 소중하게 사용됩니다.

전 혈 [WB]	급성출혈 또는 수술시 출혈로 인한 산소운반능력과 혈액량 확장이 동시에 요구될 때 사용
농축적혈구 [RBC]	산소운반능력과 적혈구 보충이 요구되는 빈혈등의 환자에게 사용
세척적혈구 [W-RBC]	적혈구 또는 전혈수혈 후 알레르기 반응을 보이는 경우에 사용, 신생아 또는 태아 수혈
농축혈소판 [PLT]	혈소판 기능 이상, 혈소판 감소(항암치료등) 환자의 출혈 예방이나 치료
신선동결혈장 [FFP]	혈액 응고인자의 보충, 간질환등에 의한 응고인자의 결핍, 쇼크, 화상, 단밸혈증, 수술시 다량의 출혈환자의 혈압유지에 사용
동결침전제제 [CRYO]	혈우병, 폰빌레브란드병, 섬유소원의 소모와 관련된 질환
동결침전물제거혈장 [CR-P]	용혈성 요독증후군이나 혈전성 혈소판 감소성자반증 환자를 위한 혈장 교환에 신성동결혈장 대신 사용

4 단체헌혈 참여방법

1. 단체헌혈 신청(전화), 혈액원과 협의(헌혈일, 참여희망자 파악 등)

2. 단체헌혈일 확정(날짜, 장소, 시간 등)

3. 단체헌혈 안내 문서 발송(혈액원)

4. 직원홍보 및 단체헌혈 준비(단체)

5. 혈액원 채혈 버스 단체 방문 헌혈실시

※ 단체헌혈 이란 ?

· 단체헌혈은 혈액원 이동헌혈버스와 채혈팀이 사업체, 단체를 방문하여 헌혈를 희망하는 분들을 대상으로 헌혈을 실시하는 것을 말합니다.

· 참여희망자가 30~40명일 경우 1일, 10~20명일 경우에는 반일(오전 또는 오후)만 실시할 수 있습니다.

※ 사회공헌활동

· 우리는 언제 수혈을 받을 상황에 처할지 모릅니다. 헌혈하는 것은 자신과 사랑하는 가족, 나아가 모두를 위한 사랑의 실천입니다.

· 한 사람의 헌혈이 세 사람의 생명을 살립니다.

· 기업의 사회공헌활동, 자선적 책임을 “단체헌혈”을 통해 참여해 주세요

5 헌혈과정

1. 전자문진(헌혈기록카드 작성)
2. 헌혈상담 : 신분확인(신분증), 헌혈경력조회, 헌혈 전 검사, 문진
3. 헌혈 : 전혈헌혈
4. 휴식(15분) : 헌혈침대 및 휴식장소
5. **헌혈증서** 수령 : 병원에서 수혈 후 증서 제출로 수혈비용을 공제 받을 수 있음
6. 헌혈혈액 검사결과서 통보 : '레드커넥트' 어플을 통해서 확인 가능
7. 헌혈 재참여 : 8주 후 재헌혈 가능

헌혈후 유의사항

- 밴드는 최소 4시간 이상 붙여 주세요.
- 헌혈부위를 10분 이상 눌러 주세요. 문지르면 멍이 듭니다.
- 헌혈 직후에는 헌혈장소에서 편안한 자세로 15분 이상 휴식을 취해 주세요
- 헌혈 후 탁자 근처에 앉을 경우 양발이 바닥에 닿은 상태에서 탁자에 팔꿈치를 대고, 앞쪽으로 기대어 앉아 주세요.
- 평소보다 3~ 4컵의 물을 더 섭취해 주세요.
- 당일 음주, 1시간 이내의 흡연은 피해주세요.
  (1시간 이내의 흡연은 현기증이나 구토를 유발할 수 있습니다.)
- 당일 등산, 과격한 운동, 놀이기구 탑승 등은 피해 주세요. 헌혈한 팔로 무거운 것을 들거나 심한 운동을 할 경우 멍이 들 수 있습니다.
- 당일 가벼운 샤워는 괜찮지만, 통목욕은 수분손실이 많으니 피해 주세요.
- 헌혈부위에서 출혈이 되면 가급적 팔을 가슴보다 높게 들어 올린 상태에서 지혈이 될 때까지 출혈부위를(엄지로 꾹) 눌러 주세요.
- 항공기 조종사의 경우 최소 24시간 이상, 트럭운전사, 다이버, 높은 곳에서 작업하시는 분은 최소 12시간 이상 휴식을 취한 후 업무에 복귀해 주세요.
- 헌혈장소를 떠난 후에 오심, 구토, 현기증 등의 증상이 나타나면 즉시 바닥에 주저앉아 증상이 호전될 때까지 무릎사이에 머리를 넣거나, 가능하면 다리를 들어 올려 주세요. (운전 중일 때 이러한 증상이 발생하면 증상이 호전될 때까지 운전을 멈춰 주세요. 이러한 증상은 보통 헌혈 후 1~2시간 이내에 일어나기 때문에 이 기간 동안에는 운전을 하거나 기기를 작동하지 않는 것이 좋으며, 헌혈 후 12시간까지는 격렬한 육체운동은 피해주세요

6 헌혈 기준

1. 나이 (16세 ~ 69세) : 65세이상은 60세~64세까지 헌혈유경험자에 한함

2. 체중 : 남자 50kg, 여자 45kg 이상

3. 혈색소 : 남자12.5-18.5 g/dL, 여자 12.5-16.5 g/dL)

4. 혈압 : 약복용과 상관없이 수축기혈압 90mmHg~179mmHg, 이완기 혈압 99mmHg이하

※ 헌혈관련 안내

1. 치료중이거나 약을 복용하고 계신분 헌혈불가
   - 고지혈증, 항히스타민제(비염 등), 혈압약, 당뇨약 복용중이더라도 현재 정상수치 및 4주이내 처방 변경 없으면 가능
   - 비타민등 영양제, 소화제, 보약성 한약등 복용 헌혈가능

2. 과거 약물복용 및 시술 관련
   - 단순진통제 : 헌혈 당일이 아닐 경우 가능
   - 감기약, 아스피린 복용 : 3일 후 가능(단, 종합감기약은 1일후)
   - 피부약 : 1주일 후 가능(약 종류에 따라 판단)
   - 비만치료제 : 삭센다, 위고비, 마운자로 등 1주일 후(체중감량여부 추가 확인 필요)
   - 여드름 치료제, 탈모 치료제, 내시경 검사(위, 대장) : 4주 후 가능
   - 귀뚫음(피어싱) : 4주 후 가능(1회용 도구 사용시)
   - 문신(미용문신포함) : 6개월 후 가능(의료기관 시술한 경우 4주)
   - 사혈 부항 : 1회용 도구 사용 3일 후 가능(1회용 도구가 아닌 경우 6개월)

3. 여행, 숙박관련
   - 외국여행 4주 경과 후 헌혈가능 / 말라리아 위험지역 숙박 확인에 따라 변동
   - 국내 말라리아 관련 헌혈 제한지역에서 1박 이상 숙박시(거주 또는 군복무 포함)에는 1년간 전혈헌혈 및 혈소판성분헌혈을 할 수 없으며 혈장성분헌혈만 가능

◇ 신분확인 필수 : 신분증

- 실물신분증 : 주민등록증, 운전면허증, 여권, 사원증, 학생증 등

- 모바일신분증 : 어플(PASS 및 정부24 등) 내 주민증, 운전면허증 등

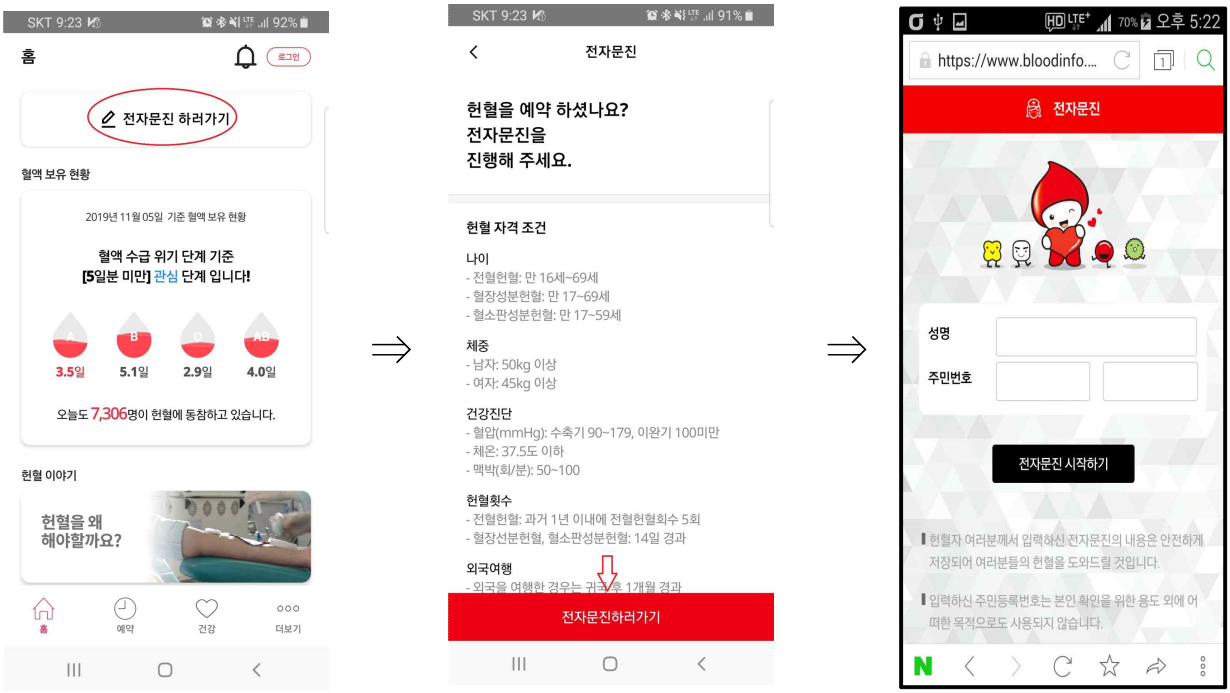
7 전자문진

1. 대한적십자사에서는 헌혈자분들의 편의와 신속, 정확한 헌혈업무 진행을 위하여 헌혈의집 뿐 아니라 헌혈버스에서도 2015년 11월부터 스마트 **앱 (레드커넥트)을 통한 전자문진**을 시행하게 됨에 따라,

2. 기존 종이(헌혈기록카드)에 적던 인적사항 및 문진사항을 스마트폰이나 전자패드로 기재하게 되었습니다.

3. 이에 헌혈자분께서는 헌혈버스에 준비된 패드로 전자문진을 처리하여도 무방하오나 여건이 되시는 분께서는 전자문진이 가능한 앱 레드커넥트을 휴대폰에 설치하여 전자문진을 사전 진행 하시고 헌혈에 참여하시면 좀더 편리하고 빠르게 진행하실 수 있습니다.

휴대폰에 레드커넥트 앱 설치 ⇨ 전자문진 시작하기 ⇨ 헌혈장소 입장



8 헌혈 혈액 검사

모든 헌혈혈액에 대해 아래와 같은 항목의 검사를 실시하고 검사에 이상이 없는 혈액만 수혈용으로 공급합니다.

혈액형
ABO식 혈액형 : 적혈구 표면에 존재하는 A항원과 B항원에 의해 결정되며, 항원의 유무에 따라 O형, A형, B형, AB형으로 분류합니다.
Rh식 혈액형 : Rh 혈액형 항원 중에서 가장 중요한 D항원의 유무에 따라 Rh 양성 또는 Rh 음성으로 판정합니다.

SUB(혈액형 아형)
혈액형을 결정짓는 적혈구막의 항원이 정상과 구조적 또는 양적 차이를 보이는지 알아보는 검사입니다.
아형은 대부분 유전적 요인에 의하며 일상생활에는 영향이 없습니다.

ABS(비예기항체)
적혈구 항원에 대한 비예기항체가 존재하는지 알아보는 검사로 비예기항체는 수혈 시 용혈성 수혈부작용을 일으킬 수 있습니다.

B형간염 바이러스 항원
B형간염을 일으키는 바이러스에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. B형간염 바이러스로 인하여 급성 간염이 발병하면 대부분 회복하지만, 5% 미만에서 만성간염으로 진행됩니다.

C형간염 바이러스 항체
C형간염을 일으키는 바이러스에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. C형간염 바이러스로 인하여 70% 정도가 만성간염으로 진행됩니다.

HTLV항체
인체T림프영양성바이러스(Human T- c ell Lymphotropic Virus: HTLV)에 감염되어 있는지 알아보는 검사 입니다. HTLV는 사람의 림프구 중 T세포를 선택적으로 감염시켜 수십 년이 지난 후에 약 2~ 5% 정도에서 신경질환이나 백혈병과 같은 질병을 유발할 수 있습니다.

매독항체
매독에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. 현재 감염 또는 과거 감염 경력이 있거나 자가면역질환,임신,약물복용,각종 세균 및 바이러스 감염 등에 의한 거짓양성일 가능성이 있습니다.

총단백
500종류 이상으로 구성된 단백질은 우리 몸에서 여러 가지 물질의 운반, 철분대사, 면역, 혈액응고 등 중 요한 역할을 하며 전반적인 건강 상태를 나타냅니다.

핵산증폭검사
핵산증폭검사는 혈액 내 바이러스에서 직접 핵산을 분리, 증폭하여 그 감염여부를 확인하는 방법입니다. 기존 효소면역측정법에 비하여 항체 미형성 기간을 단축하여 조기에 바이러스 감염여부를 진단할 수 있 는 방법으로 B형간염검사, C형간염검사 등을 실시하고 있습니다

9 기타사항

◇ 자원봉사시간 인정

헌혈은 자발적으로 시간과 노력을 제공하는 행위로 **헌혈1회당 4시간**의 자원봉사로 인정됩니다.(2010.7.1)

- http://www.vms.or.kr

◇ 헌혈증서

- 헌혈증서는 1회에 한하여 재발급 가능하며, 증여 및 양도가 가능합니다
- 병원에서 수혈 후 증서(타인증서 포함) 제출로 수혈비용의 본인 부담금을 공제 받을 수 있습니다.

◇ 헌혈 참여 횟수 확인

- 스마트앱『레드커넥트』
- 혈액관리본부 홈페이지(www.bloodinfo.net)

◇ 헌혈 참여 횟수에 따라 적십자 포상 수여

30회(은장) / 50회(금장) / 100회(명예장) / 200회(명예대장) / 300회(최고명예대장)