학 부 모 님 께

본교에서는 국가 혈액사업에 동참하여 수혈이 꼭 필요한 환자의 치료에 도움 및 희망과 용기를 심어줄 수 있는 **생명 나눔 헌혈운동**에 참여하려 합니다.

헌혈에 참여하고자 하는 학생이 하단 동의서를 제출하면, 사전에 엄격한 문진과 기본 검사를 실시하여 적격자에 한하여 헌혈을 하게 됩니다. 또한 헌혈 후 **「혈액 검사 결과서」**를 통해 자녀의 건강을 점검해 볼 수도 있습니다.

건강한 신체와 정신을 가지고 있는 학생이라면 사랑을 실천하는 헌혈운동에 참여하여 아름다운 마음을 가지는 계기가 될 것입니다.

헌혈 예정일: 2021. 07. 13.(화)

[일정은 사정에 의해 변경될 수 있음]

1. 헌혈 참여 조건

나 이	만 16 ~ 69세(**2005년생, 헌혈 당일 생일이 지난 자**)
체 중	남자 50kg 이상 , 여자 45kg 이상
약물복용	치료목적 약물 복용 후 일정기간 경과(진통제 1일, 감기약 3일, 여드름치료제 1개월 등)
외국여행	외국 여행한 경우는 귀국 후 1개월 경과
질 병	질병 완치 후 일정기간 경과 (일정기관 경과, 수혈 후 1년 경과)
기 타	**헌혈 당일 식사 꼭 하고, 전일 수면시간 5시간 이상**

※ 헌혈 가능 여부는 헌혈 당일 간호사와의 문진을 통해 판정

2. 혈액 검사를 통한 건강 체크

소중한 헌혈로 얻어진 모든 혈액에 10가지 혈액 검사를 실시합니다.

[혈액형, 혈액형아형, 비예기항체, B형간염바이러스항원, C형간염바이러스 항체검사, HTLV항체, 매독항체, ALT(간기능검사), 총단백, 핵산증폭검사]

* **혈액 검사 결과서**는 15일 이내에 학교를 통해 본인에게 개별 전달됩니다.

3. 헌혈증서 교부 및 사용

모든 헌혈자에게 발급되는 헌혈증서는 본인은 물론 가족, 이웃, 친지 등 누구에게나 양도할 수 있으며, 혈액을 필요로 할 때 헌혈증서 수량만큼 무상 수혈이 이루어집니다.

4. 헌혈 자원봉사 인정

헌혈 1회당 자원봉사시간 4시간, 연 3회 범위 내에서 인정됩니다.

5. 안전한 헌혈환경 조성

헌혈 담당 직원은 개인 위생 관리에 만전을 기하고 있으며, 단체 헌혈이 실시되는 헌혈버스 및 채혈관련 장비도 매일 소독하여 안전한 헌혈 환경을 만들고 있습니다. 또한 헌혈 참가자 체온 측정, 손소독 등을 실시하고 헌혈 버스 내 사회적 거리두기를 통한 안전한 헌혈 환경 조성에 힘쓰고 있습니다.

북 일 고 등 학 교 장

.....

헌 혈 동 의 서

"생명을 살리는 헌혈운동"에 부모님의 동의를 얻어 참여하고자 합니다.

( )학년 ( )반 ( )번 학생 성명 : (서명)

보호자 성명 : (서명)

♥ 헌혈 ! 생명을 나누어 주는 큰 사랑입니다 ♥

□ 헌혈의 필요성

1. 유일한 수단

- 헌혈은 수혈이 필요한 환자의 생명을 구하는 유일한 수단입니다. 혈액은 아직 인공적으로 만들 수 있거나, 대체할 물질이 존재하지 않습니다.
- 생명을 사고 팔 수 없다는 인류 공통의 윤리에 기반하여, 세계 각국은 혈액의 상업적 유통을 법으로 규제하고 있습니다.

2. 장기간 보관 불가

살아있는 세포로 구성되는 혈액은 장기 보관이 불가합니다. 적정 혈액보유량을 위해 지속적이고 꾸준한 헌혈이 필요합니다. (혈액을 외국으로부터 수입하지 않고 자급자족하기 위해서는 연간 약300만명의 헌혈 필요)

3. 생명을 살리는 숭고하고 직접적인 행위

국가적 혈액 부족 상황 시 응급환자의 수술이 미뤄지면 환자의 생명이 위험합니다. 단 1번의 헌혈을 통해 세 사람의 생명을 살릴 수 있습니다.

4. 사랑의 실천

우리는 언제 수혈을 받을 상황에 처할지 모릅니다. 건강할 때 헌혈하는 것은 자신과 사랑하는 가족을 위하여, 더 나아가 모두를 위한 사랑의 실천입니다.

□ 헌혈자 혜택

1. **10개 항목 혈액검사를 통한 건강 체크** ☞ 검사결과는 학교로 발송 통보
2. **헌혈 1회당 자원봉사시간 4시간 인정 (연 3회 범위 내에서 인정)** ☞ VMS를 통한 관리
3. **헌혈증서 발급** ☞ 추후 수혈비용 병원 정산시 본인부담금 공제(타인 양도 가능)
4. **대한적십자사 포상**
   - ☞ 30회《은장》 ▷ 50회《금장》 ▷100회 ▷ 200회 ▷ 300회
   - ☞ 4회《우수헌혈청소년표창》(2021년 중)
5. **감사기념품 제공** ☞ 문화상품권, 영화관람권, 햄버거교환권, 커피교환권 / 과자, 음료 등
   * 기념품 목록은 변경될 수 있음

□ 헌혈자 준비 사항

1. **신분증 지참** ☞ 학생증, 주민등록증, 청소년증 등 (얼굴 사진이 있는 신분증)
   ※ 단 학교 내에서 헌혈 시 신분증 생략 가능 (학생명렬표 등을 확인하여 신분확인)
2. **헌혈 당일 식사 / 헌혈 전일 충분한 수면** ☞ 헌혈자 보호를 위해 헌혈 전 꼭 확인합니다.

□ 헌혈 과정

						
동의서 제출	신분 확인	전자문진 실시	간호사 문진	헌 혈	휴식 (15분)	헌혈증서 및 기념품 수령

헌혈 후 유의사항

헌혈에 동참해 주셔서 감사합니다. 헌혈 당일에 지켜야 할 몇가지 유의사항을 알려드립니다.



1 헌혈 중이나 헌혈 후 규칙적으로 호흡하면서 다리를 발목근처에서 꼬고 다리근육에 힘을 주는 운동을 하거나, **(그림)과 같이 다리 근육에 힘을 주는 운동**을 따라 해 보세요. 헌혈 후 발생할 수 있는 저혈압을 예방해 줍니다.



2 **헌혈부위는 지혈을 위해 10분 이상 엄지로 꾹 눌러주세요.** 헌혈 부위를 문지르면 멍이 듭니다 (헌혈장소를 떠나기 전 헌혈 하신 부위가 완전히 지혈 되었는지 반드시 확인해 주세요).

3 헌혈부위에 이물질이 접촉하지 않도록 **반창고는 최소 4시간 이상** 붙여주세요.



4 헌혈 직후에는 헌혈장소에서 **편안한 자세로 15분 이상 휴식**을 취해 주세요.



5 헌혈 후 탁자 근처에 앉을 경우 **양발이 바닥에 닿은 상태에서 탁자에 팔꿈치를 대고, 앞쪽으로 기대어 앉아** 주세요. 이 자세는 현기증을 느끼거나 실신할 경우 바닥에 쓰러질 가능성을 줄여 줍니다.



6 헌혈 후에는 평소보다 **3~4컵의 물을 더 섭취**해 주세요. 헌혈한 혈액량을 보충하는데 많은 도움이 됩니다.



7 **헌혈당일 음주나 헌혈 후 1시간 이내의 흡연은 피해** 주세요. 1시간 이내의 흡연은 현기증이나 구토를 유발할 수 있습니다.



8 헌혈당일 등산, 과격한 운동, 놀이기구 탑승 등은 피해 주세요. **헌혈한 팔로 무거운 것을 들거나 심한 운동을 할 경우 멍이 들거나 통증**이 생길 수 있습니다.



9 **헌혈당일 가벼운 샤워는 가능**하지만 사우나, 찜질방, 통목욕은 수분 손실이 많으니 피해 주세요.



10 헌혈부위에서 출혈이 되면 팔을 가슴보다 높게 들어 올린 상태에서 지혈이 될 때까지 **출혈부위를 (엄지로 꾹) 눌러주세요.**



11 화물 · 여객운전자, 다이버, 높은 곳에서 작업 하는 경우 헌혈 후 **최소 12시간 이상**(항공기 조종사는 **최소 24시간 이상**) **휴식**을 취한 후 업무에 복귀해 주세요.



12 헌혈장소를 떠난 후에 메스껍거나 어지러우면(지연성 혈관미주신경반응) **즉시 바닥에 주저앉아** 증상이 호전될 때까지 **무릎사이에 머리를 넣거나**. (바닥에 눕는 등의 자세로) 가능한 **머리를 낮추고 다리를 들어올려** 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** 12시간 동안은 격렬한 육체 운동은 피해 주세요.