

[참고] 헌혈 안내문

 **사랑의 헌혈 안내문**

◎ **헌혈, 왜 필요한가?**

혈액은 인간의 생명을 유지시키는데 꼭 필요하지만 대체 물질을 만들지 못하고 있으며, 살아있는 세포이므로 장기간 보존이 어렵습니다. 생명을 사고 팔 수 없다는 인류 공통의 윤리에 기반하여, 세계 각국은 혈액의 상업적 유통을 법으로 규제하고 있습니다. 우리는 언제수혈을 받을 상황에 처할지 모릅니다. 건강할 때 헌혈하는 것은 자신과 사랑하는 가족을 위하여, 더 나아가 모두를 위한 사랑의 실천입니다.

◎ **헌혈과 건강**

우리 몸속에는 몸무게의 약 8%가 혈액으로 구성되어 있습니다. 몸무게가 60kg인 경우 체내에 약4,800ml의 혈액이 있는데, 이중 10%인 480ml은 우리 몸이 여분으로 보유하고 있는 혈액입니다. 헌혈은 이 여분의 혈액 중 일부인 320ml 또는 400ml를 참여하는 것으로, 건강에 영향을 주지 않습니다. 발표된 연구사례에서는 헌혈 후 조혈작용이 활발해지며 심장병 위험을 줄여준다고 합니다.

또한, 헌혈한 혈액으로 7종 이상의 혈액검사를 실시함으로써, 각종 질병의 조기발견과 예방에 도움을 주고 있습니다.

- > 혈액검사7항목 : B형간염바이러스 항원, C형간염바이러스 항체 검사  
HTLV 항체(인체T림프영양성 바이러스), 매독항체  
ALT(간기능검사), 혈액형검사  
AIDS(후천성면역결핍증 ※통보하지 않음)

◎ **자원봉사시간인정** : 헌혈 1회 당 4시간(vms.or.kr 사이트등록)

◎ **헌혈 전 유의사항**

- 가. 헌혈자의 건강을 위해 : 헌혈전일금주, 과로는 피할 것, 4시간이상 숙면 필수, 식사 필수
- 나. 수혈자의 건강을 위해 : 전염성 질환 및 감염 보균자 또는 병원 치료중에 있거나  
치료용 약물복용자 참여불가(혈압, 당뇨, 콜레스테롤-헌혈가능)

◎ **아래 항목에 해당할 경우 당일(헌혈일) 기준일을 경과해야 헌혈이 가능합니다.**

예방주사 : 독감 - 1일, B형 간염 - 2주, 코로나19 - 1주일(증상발생시 증상소실 후 1주일)  
치 과 : 임플란트 - 1개월, 스케일링·발치·신경치료·치주염 - 3일  
약 : 종합감기약 - 당일, 진통제·소염제 - 1일  
병원 처방 감기약 - 3일, 항생제·병원처방약 - 1주일  
건강검진 : 위내시경·대장내시경 - 1개월  
해외여행 : 나라불문 - 1개월  
기 타 : 사혈(일회용-3일, 소독용-6개월), 부항 - 3일, 귀뜸음(일회용) - 1개월, 문신(눈썹문신 포함) - 6개월

◎ **국내 말라리아 제한(위험)지역 안내**

경기(파주시, 연천군), 인천(강화군), 군북무시(경기 양주시, 강원 철원군)

※ 위 지역에서 1년 이내(11,12,1,2,3월 제외)에 1일 이상 숙박 시 1년간 전혈 헌혈불가 (군북무 2년)

◎ **헌혈참여시 신분증 지참**

타인 명의 헌혈을 예방하고 안전한 혈액관리를 위해서 2004. 7. 1부터 헌혈실명제가 전면시행되었습니다. 따라서 헌혈 참여시에는 반드시 신분증(주민등록증, 운전면허증, 공무원증, 여권, 사원증 등 사진과 성명이 기재된 것)을 지참하여 주시기 바랍니다.

◎ **헌혈자 기념품(택1)** : 영화관람권, 문화상품권, 햄버거세트 교환권



편의점 교환권, 여행용세트, 기부권

◎ **기타 문의** : 전북혈액원 담당자 ☎063-270-5811, 010-6257-5811