

捐血人 自我健康管理 措施

簡介



捐血救人

醫療財團法人

台灣血液基金會

Taiwan Blood Services Foundation

台灣血液基金會自104年11月1日開始，於血液例行檢驗外，針對40歲以上且2年內曾捐過血者的重複捐血人，只要於捐血登記表上勾選同意增加檢驗，每間隔3年，將為其進行1次總膽固醇（Cholesterol）、低密度脂蛋白膽固醇（LDL-C）及糖化血色素（HbA1c）等3項檢驗。

依據103年國人死因統計資料，心臟血管疾病僅次於癌症，居十大死因的第二位。而心臟血管疾病發生主要危險因子，包括高血壓、高血糖及高血脂統稱「三高」，適當控制三高，可顯著降低心血管疾病發生率。本會為促進捐血人健康意識，特別挑選與「三高」相關聯之檢驗結果彙整於原有檢驗報告中，做為捐血人健康自主管理的參考。

良好的血液品質來自健康的捐血者，唯有健康的捐血人，才有安全的血液可提供傷病患者輸用。本會增加這些項目的檢驗，希望能回饋重複定期來捐血的中高齡捐血人，讓他們從捐血行動中獲得自我健康管理的資訊，持續照護身體健康，便能持續捐血救人！

當您收到檢驗報告時，如有數值高出參考標準值，請您定期追蹤自己的健康狀況，但並不影響血液的品質，仍然可供病患輸用。謝謝所有捐血人對於自主健康管理的關注，也請您定期捐血，讓我們協助為您的健康把關！

體檢項目與三高相關聯之檢驗項目參考值彙整如下

項 目	說 明
每次體檢實施項目：	
血 壓	國民健康署建議之參考值：收縮壓 < 120 mmHg 舒張壓 < 80 mmHg 如果收縮壓反覆超過 140 mmHg 或舒張壓反覆超過 90 mmHg，請到醫院尋求醫師諮詢。
身 高	世界衛生組織建議以身體質量指數(BMI)來衡量肥胖程度，其計算公式是以體重(kg)除以身高平方(m ²)。國民健康署建議國人BMI應維持在18.5~24 (kg/m ²)之間。24~26.9 (kg/m ²) 為過重，≥27 (kg/m ²) 為肥胖。
體 重	
身體質量指數 (BMI)	
40歲以上且2年內持續捐血者，每間隔3年將於取得本人同意後實施檢驗項目：	
總膽固醇 (Cholesterol)	國民健康署建議之參考值：< 200 mg/dL 說明： 膽固醇是人體細胞膜的基本成分，主要來自人體肝臟合成和動物性食物，例如奶類製品、牛油、起司、蛋黃等。其成份包括高密度、低密度及非常低密度脂蛋白膽固醇，血液總膽固醇正常值一般為200 mg/dL以下。
低密度 脂蛋白膽固醇 (LDL-C)	國民健康署建議之參考值：< 130 mg/dL 說明： 低密度脂蛋白膽固醇佔總膽固醇值約60~70%，血液中低密度脂蛋白膽固醇含量過高時可能會堆積在血管內造成血管阻塞、硬化。
糖化血色素 (HbA1c)	美國糖尿病學會臨床治療指引建議之參考值： HbA1c < 5.7%：正常。 HbA1c 5.7~6.4%：糖尿病高風險群(建議應追蹤)。 HbA1c ≥ 6.5%：糖尿病確診(建議應就醫)。

如有疑問，可向各地衛生所及健康管理中心詢問。

台北捐血中心 02-2897-1600#6053

新竹捐血中心 03-555-6111#3141

台中捐血中心 04-246-12345#208-209

台南捐血中心 06-213-1212#302

高雄捐血中心 07-366-0999#7503

捐血快樂 用血安全
自我提昇 永續精進

台北捐血中心 02-2897-1600

新竹捐血中心 03-555-6111

台中捐血中心 04-246-12345

台南捐血中心 06-213-1212

高雄捐血中心 07-366-0999



醫療財團法人台灣血液基金會
台北市10066中正區南海路3號3樓
<http://www.blood.org.tw>

版權所有，轉載請先取得同意。

106-07 DM-009.2