

6 คุณสมบัติผู้บริจาคโลหิต



1 สุขภาพแข็งแรง
สมบูรณ์



2 มีน้ำหนักตั้งแต่
45 กิโลกรัม ขึ้นไป



3 อายุตั้งแต่ 17-70 ปี
ครั้งแรกอายุไม่เกิน 60 ปี



4 การพักผ่อน
นอนหลับให้เพียงพอ
ไม่น้อยกว่า 5 ชั่วโมง



5 ไม่มีประวัติป่วย
เป็นโรคร้ายแรง
หรือโรคติดต่อ
ทางกระแสเลือด



6 ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง
ทางเพศสัมพันธ์

ขั้นตอนการบริจาคโลหิต

1 กรอกแบบฟอร์ม
ควรให้ข้อมูลตรงตามความเป็นจริง
จะทำให้ได้โลหิตที่มีคุณภาพ ปลอดภัย



2 ลงทะเบียน
ลงข้อมูลการบริจาคโลหิตในระบบคอมพิวเตอร์



3 ตรวจร่างกาย
วัดความดันโลหิต และตรวจความเข้มข้นโลหิต



4 บริจาคโลหิต



5 นั้งพัก
อย่างน้อย 10-15 นาที รับประทานอาหารว่าง
และเครื่องดื่ม



โปรดตอบคำถามเกี่ยวกับสุขภาพตามความเป็นจริง
เพื่อความปลอดภัยทั้งผู้ให้และผู้รับ



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ก.อ.รังสิตจตุจักร ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ สาขาบริการโลหิต โรงพยาบาลประจำจังหวัดทั่วประเทศ โทร. 0 2256 4300, 0 2263 9600-99 ต่อ 1101, 1760, 1761

www.blooddonationthai.com

[Facebook](https://www.facebook.com/blooddonationthai)

[YouTube](https://www.youtube.com/channel/UCBncro)

[Instagram](https://www.instagram.com/BloodDonationThai)

[TikTok](https://www.tiktok.com/@BloodDonationThai)

[YouTube](https://www.youtube.com/channel/UCBncro)

[YouTube](https://www.youtube.com/channel/UCBncro)



การเตรียมตัว ก่อน บริจาคโลหิต



อายุ
17 ปี - 70 ปี



ดื่มน้ำ
ประมาณ 300 - 500 ซีซี
ก่อนบริจาคโลหิต 30 นาที



น้ำหนัก
ไม่ต่ำกว่า 45 กิโลกรัม



ไม่อยู่ระหว่าง
รับประทานยาโรค
บางอย่าง



นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ
ไม่น้อยกว่า 5 ชั่วโมง



ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ



รู้สึกสบายดี
สุขภาพแข็งแรง
พร้อมบริจาคโลหิต



งดสูบบุหรี่
ก่อนและหลังบริจาคโลหิต
1 ชั่วโมง



รับประทานอาหารประจำมื้อ
ก่อนมาบริจาคโลหิต
หลีกเลี่ยง
การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง
เช่น ข้าวขาหมู ข้าวมันไก่ แกงกะทิ
ก่อนมาบริจาคโลหิต อย่างน้อย 6 ชั่วโมง



งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
ก่อนและหลังบริจาค 24 ชั่วโมง
หากดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ
งด 7 วัน ก่อนบริจาคโลหิต



ฉีดวัคซีน COVID-19 เว้น 2 วัน บริจาคโลหิตได้
หากมีอาการข้างเคียงหลังฉีดวัคซีน เมื่อหายแล้ว ให้เว้น 7-14 วัน จึงบริจาคโลหิตได้

อย่าใช้! การบริจาคโลหิตเป็นการตรวจเลือด
ในกรณีไม่มันใจ

โปรดตอบคำถาม เกี่ยวกับสุขภาพตามความเป็นจริง
เพื่อความปลอดภัยทั้งผู้ให้และผู้รับ



การรักษาผิวหน้า เสริมความงาม บริจาคโลหิตได้หรือไม่

กรีกเมนต์ ยกกระชับผิว

✔️ บริจาคโลหิตได้

เสริมความงาม

จากคลินิกที่ **ไม่ใช่โรงพยาบาล**

- ฉีดวิตามิน
- ฉีดโบท็อกซ์
- ฉีดฟิลเลอร์
- ฉีดเมโส
- ฉีดกุดต้าโรอิน
- ปรับรูปหน้าเรียว วีเซฟ
- กัดสิว ฉีดสิว
- ร้อยไหม



❌ **งดบริจาค 4 เดือน**

การรักษาโรคเหล่านี้ด้วยเลเซอร์

สิว กระ จุดด่างดำ ขี้แมลงวัน ริ้วรอย
แผลเป็น เนื่องจากที่ไม่ใช่เมเร็ง
ตึงเนื้อ หูด ปาน ไฟ รอยสัก และกำจัดขน

✔️ **บริจาคโลหิตได้**
หากไม่มีการอักเสบ

หากอักเสบ รอให้แผลหายดีก่อน
จึงจะบริจาคโลหิตได้



รับประทานยารักษาสิว

- ♥ ยาปฏิชีวนะ: ผู้บริจาคโลหิตต้องใช้ยาครบคอร์ส หยุดยา 1 สัปดาห์ และไม่มีอาการ
อักเสบแล้ว อย่างน้อย 2 สัปดาห์
- ♥ ยา Retinoids ต้องหยุดยาก่อนการบริจาค เนื่องจากยาในกลุ่มนี้ มีผลทำให้เกิด
ความพิการของการทในครรภ์
 - Isotretinoin (Roaccutane®) ต้องหยุดยา อย่างน้อย 1 เดือน
 - Acitretin (Neotigason®) ต้องหยุดยา อย่างน้อย 2 ปี
 - เคยใช้ยา Etretinate (Tigason®) งดบริจาคโลหิตถาวร



"โปรดตอบคำถามเกี่ยวกับสุขภาพตามความเป็นจริง เพื่อความปลอดภัยทั้งผู้ให้และผู้รับ"

"อย่าใช้ การบริจาคโลหิตเป็นการตรวจเลือด ในกรณีไม่มั่นใจ"

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ถ.จรัญญิ์ถ์ ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ สาขาบริการโลหิตแห่งชาติ โรงพยาบาลประจำจังหวัดประเทศ โทร. 0 2256-4300, 0 2263-9600-99 ต่อ 1101, 1760, 1761

www.blooddonationthai.com



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ
สภากาชาดไทย



@nrbctrc



@GiveBloodThai



NationalBloodCentreThailand



Blood Donation Thai

LINE: 08789 2565



ทำไม? ต้องงดอาหารที่มี ไขมันสูง ก่อนมาบริจาคโลหิต

❌ ควรหลีกเลี่ยง การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง
ก่อนมาบริจาคโลหิต อย่างน้อย 6 ชม. เช่น



ข้าวหมู



ข้าวมันไก่



แกงกะทิ

หากรับประทานอาหารที่มี **ไขมันสูง** ก่อนมาบริจาค
เมื่อนำโลหิตไปปั่นแยก เป็นส่วนประกอบโลหิต ได้แก่



เม็ดโลหิตแดง



พลาสมา



เกล็ดโลหิต

จะทำให้พลาสมามีสีจางๆ **ไม่สามารถ** นำไปใช้รักษาผู้ป่วยได้



พลาสมาสีเหลืองใส



พลาสมาสีจางๆ



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ต.จรัญฉัตร ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ สาขาบริการโลหิตแห่งชาติ โรงพยาบาลประจำจังหวัดทั่วประเทศ โทร. 0 2256-4300, 0 2263-9600-99 ต่อ 1101, 1760, 1761

www.blooddonationthai.com



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย



@inbctrc



@GiveBloodThai



Nationalbloodcentrethai



Blood Donation Thai

วันที่ 14/05/2566



รับประทานอาหารเสริม สมุนไพร บริจาคโลหิต ได้หรือไม่ ?



รับประทานอาหารเสริม



- วิตามินทุกชนิด
- เวย์ โปรตีน
- แอลคาร์นิทีน
- คอลลาเจน
- กลูตาไรโอน
- เลซติน อี
- อาหารเสริมที่มีไบโอดีน



บริจาคโลหิตได้

สมุนไพร

- ฟักทะลายใจ
- โสม
- กังเซา



บริจาคโลหิตได้



น้ำมันตับปลา น้ำมันปลา และงมันชัน



ต้องงดบริจาค 3 วัน ก่อนบริจาคโลหิต



เพราะมีผลต่อการทำงานของเกล็ดเลือด

" โปรดตอบคำถาม
เกี่ยวกับสุขภาพตามความเป็นจริง
เพื่อความปลอดภัยทั้งผู้ให้และผู้รับ "

"อย่าใช้! การบริจาคโลหิต
เป็นการตรวจเลือด
ในกรณีไม่มั่นใจ"

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ก.อ.รังสิตจ.ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ภาคารบริการโลหิตแห่งชาติ สาขาบริการโลหิตแห่งชาติ โรงพยาบาลประจำจังหวัดทั่วประเทศ โทร. 0 2256-4300, 0 2263-9600-99 ต่อ 1101, 1760, 1761

www.blooddonationthai.com



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย



@nbctrc



@GiveBloodThai



Nationalbloodcentrethai



Blood Donation Thai

www.blooddonationthai.com

