

# 献血法实施27周年 瑞安总献血量超32.08吨 这些献血知识您了解吗?

今年10月1日是《中华人民共和国献血法》颁布实施27周年的纪念日。1998年《中华人民共和国献血法》的实施,标志着我国的无偿献血工作走上了法制化管理轨道。

据统计,自1998年10月1日实施无偿献血以来,我市累计献血121016人次,献血量超32.08吨。这数字的背后,有着一群无名英雄在支撑,他们有着共同的名字——无偿献血志愿者。

正是他们的爱心与勇气,构筑起生命的桥梁,也让更多人开始关注和认同无偿献血。那么,关于无偿献血,您了解多少呢?



## 血液的组成和功能是什么?

血液是流动在人体血管和心脏中的不透明具有粘滞性的红色液体,由血细胞和血浆两大部分组成。血细胞包括:红细胞、白细胞、血小板;血浆主要成分是水(占92%)、蛋白质、无机盐和其他物质。

血液中的细胞都经历着新生、成熟、衰老、死亡的新陈代谢过程。红细胞平均寿命120天,白细胞寿命9~13天,

血小板的寿命为7~10天。在正常情况下,每人每天有一定数量的红细胞衰老死亡,同时也有相应数量的红细胞新生。血液的主要功能是:参与输送氧气和体内的二氧化碳进行气体交换,运送营养物质和体内垃圾,以及参与体内免疫、体温、凝血调节、输送微量元素等功能。

## 献血有损健康吗?

正常人体总血量约占体重的8%,一个体重50公斤的人,有血液4000毫升左右。而真正参与循环的血液只占全身血量的70%~80%,其余的则贮存在肝、脾等“人体血库”内。当人体出现失血时,贮存的血液便会释放出

来,随时予以补充。根据《中华人民共和国献血法》规定,每次献血采集量一般为200毫升至400毫升。一次合理献血,能有效刺激人体造血功能,促进血液的新陈代谢,降低血液的粘稠度。

## 什么人可以献血?

年龄要求:在18~55周岁之间,男性体重超过50公斤;女性体重超过45公斤,身体健康的公民都可以参加献血。

既往无献血反应、符合健康检查要求的多次献血者主动要求再次献血的,年龄可延长至60周岁。

## 献血前后应注意什么?

献血前注意事项:(1)参加献血人员请携带身份证或用支付宝刷脸献血。(2)献血前一晚不熬夜不喝酒,保证充足的睡眠;献血当日需清淡饮食,避免空腹献血;献血前尽量避免食用豆制品、油炸类等高脂肪、高蛋白的食品。(3)献血前一周内,若有感冒、发热

或腹泻等不适或者服用药物等应暂缓献血。女性月经前三天至后三天暂缓献血。

献血后注意事项:(1)献血成功后在休息区适当休息10~15分钟后再离开。(2)穿刺点上的敷料应保留至少4小时,止血带约60分钟解除。(3)多

补充水份,维持正常饮食,避免饮酒,保证充足睡眠。(4)24小时内忌剧烈运动、高空作业和过度疲劳。(5)穿刺处可能出现青紫或肿胀,是有少量血液皮下渗出的缘故,建议24小时内局部冷敷,24小时后热敷,一般一周左右可自行消退。

### “讲文明 树新风”公益广告

# 一滴爱心血 一生公益情

## 纪念《中华人民共和国献血法》实施27周年

1997年12月29日第八届全国人民代表大会常务委员会第二十九次会议通过 1998年10月1日起施行



瑞安市血站宣  
瑞安市融媒体中心

### 关于延长对G228丹东线(K4075+017-K4094+156段)实施交通限制措施的公告

因瑞安市2025年普通国道路基路面养护工程施工需要,为确保道路交通安全、有序,现根据《中华人民共和国道路交通安全法》第39条规定,公安机关交通管理部门将在施工期间延长交通限制措施,具体事项通告如下:

一、限制时间:延长至2025年10月21日  
限制路段:G228 丹东线 K4075+847-K4077+446(农场2号桥、鲍四1号桥、鲍四2号桥、鲍田浦桥、鲍田1号桥)、K4081+359-K4083+575(董田浦桥、直洛浦桥、华滕浦桥、东安桥)、K4085+708-K4085+768(南隅一桥),半幅半封闭施工(瑞安至平阳方向),施工期间禁止一切车辆、行人通行。施工路段单向两车道通行。  
二、限制时间:延长至2025年10月21日  
限制路段:G228 丹东线 K4075+847-K4078+317(农场2号桥、农场3号桥、南河

湫桥、前池沥桥)、K4079+283-K4081+147(小典下浦桥、桥林沥桥、华表浦桥)段,半幅半封闭施工(平阳至瑞安方向),施工期间禁止一切车辆、行人通行。施工路段单向两车道通行。

三、限制时间:延长至2025年10月14日(国庆节不施工)  
限制路段:G228 丹东线 K4086+673-K4089+629(瑞安大桥)段,南半幅(平阳至瑞安方向)禁止一切车辆通行,北半幅双向通行。  
四、限制时间:延长至2025年10月21日(国庆节不施工)  
限制路段:G228 丹东线 K4086+673-K4089+629(瑞安大桥)段,北半幅(瑞安至平阳方向)禁止一切车辆通行,南半幅双向通行。  
瑞安市公路与运输管理中心  
瑞安市公安局交通管理大队  
2025年9月28日

### 关于对塘河北路(罗阳大道至莘阳大道段)实施临时交通限制措施的公告

因瑞安市塘河北路(罗阳大道至莘阳大道段)破损维修提升工程施工需要,为确保道路交通安全、有序,根据《中华人民共和国道路交通安全法》第39条规定,公安机关交通管理部门将在施工期间实施临时交通限制措施,具体事项通告如下:

一、2025年10月10日至2025年10月19日,塘河北路(罗阳大道至莘阳大道段)北半幅禁止一切车辆通行,南半幅西往东方向单向通行。  
二、2025年10月20日至2025年10月29日,塘河北路(罗阳大道至莘阳大道段)南半幅禁止一切车辆通行,北半幅西往东方向单向通行。  
三、途经以上路段车辆请提前绕道莘阳大道、河滨路、万松东路、罗阳大道通行。  
请过往驾驶人、行人自觉遵守本通告规定,按照交通标志标线指示通行,提前做好出行规划,并服从现场民警和管理人员的指挥。  
瑞安市市政工程管理中心  
瑞安市公安局交通管理大队  
2025年9月28日

### 关于对拱瑞山路(陈虬路至瑞光大道段)实施临时交通限制措施的公告

因瑞安市拱瑞山路(陈虬路至瑞光大道段)破损维修提升工程施工需要,为确保道路交通安全、有序,根据《中华人民共和国道路交通安全法》第39条规定,公安机关交通管理部门将在施工期间实施临时交通限制措施,具体事项通告如下:

一、2025年10月10日至2025年10月19日,拱瑞山路(陈虬路至瑞光大道段)东半幅禁止一切车辆通行,西半幅双向通行。  
二、2025年10月20日至2025年10月29日,拱瑞山路(陈虬路至瑞光大道段)西半幅禁止一切车辆通行,东半幅双向通行。  
请过往驾驶人、行人自觉遵守本通告规定,按照交通标志标线指示通行,提前做好出行规划,并服从现场民警和管理人员的指挥。  
瑞安市市政工程管理中心  
瑞安市公安局交通管理大队  
2025年9月28日