

社會永續

2.1 歷任總統支持

2.2 捐血教育

2.3 多元化溝通、跨世代參與



2.1

歷任總統支持

歷任總統中，包括李登輝、陳水扁、馬英九，都曾公開呼籲支持捐血運動，並身體力行挽袖鼓勵民眾捐血。現任總統賴清德於擔任臺南市市長時間，每年均與捐血中心聯合辦理捐血月記者會，身為醫師更清楚血液的重要性；現任副總統蕭美琴更自立法委員時期，便是捐血人；在血源短缺時期，不遺餘力的協助勸募血源，對民眾開啟帶頭作用。

前總統李登輝 支持捐血不遺餘力

1980年1月，李登輝前總統擔任臺北市市長時期，為推廣捐血，親至台北捐血中心捐血，恰巧成為第15萬號捐血人，爾後遇有捐血活動即響應捐血，並向市府員工宣導捐血的好處。任台灣省政府主席時期，也多次前往台中捐血中心關切作業場所新建事宜。擔任總統時，更請捐血車駛入總統府，鼓勵總統府工作人員捐血。1993年開啟以發布總統文告的方式呼籲全民響應捐血，並於1995年首辦親自接見績優捐血代表們的活動，名為「愛心一號」專案活動，讓捐血人進總統府接受元首表揚，倍感榮耀。對捐血的支持可說是不遺餘力，也為國家元首支持捐血建立典範。



▲ 1989年12月20日前總統李登輝捐血250C.C.，以身作則支持捐血運動。



▲ 1993年1月2日，前總統李登輝首度發布總統文告，呼籲民眾做個快樂的捐血人。往後每逢捐血月容易缺血時期，本會均恭請總統發布總統文告，開啟歷屆總統透過公開信的方式來重視及呼籲全民捐血。

前總統陳水扁 首設機關內捐血室

前總統陳水扁從臺北市市長到擔任總統，不僅藉其身分呼籲，也是積極推動捐血活動的推手。1996年，在臺北市市政府一樓設立「市府捐血室」，鼓勵市府員工以及前來洽公的市民有舒適的捐血空間。1997年，於1月6日第二屆捐血月首日，帶領市府同仁在「市府捐血室」捐血，並親自廣播呼籲同仁踴躍參與。關注捐血議題並以身作則，直至總統任內也持續不斷，多次在缺血時期親自至捐血室視察及慰謝捐血人。



▲ 2002年6月6日前總統陳水扁於台大醫院捐血活動現場捐血。

前總統馬英九 以捐血為一生志業

前總統馬英九從學生時代即開始捐血，而且身體力行，從政生涯數十年，不論是在法務部長、臺北市長、總統任內，總是利用公務空檔捐血，一直到2020年屆齡為止，總共捐了208袋的血液。任職臺北市長時，經常在午休時間，帶了三明治當做午餐就前往捐血，捐分離術血小板所需時間較長，便利用這段時間稍微補眠，這是他另類的午休方式。

2015年7月，馬前總統考慮到月中要出訪拉丁美洲友邦，由於海地為瘧疾疫區，所以特別趕在出訪前，抽空到南海捐血室捐血，並自嘲出訪回來又要「坐1年血監」了。在滿65歲的生日前，與年輕族群捐血相見歡，在本會副董事長張上淳教授的見證下，現場做了捐血的傳承，希望拋磚引玉，讓更多年輕人加入捐血行列。

馬前總統對現場一起捐血的年輕人笑著說：「到今天為止，我總共捐了94,000 C.C.的血液，換做1公升的寶特瓶，就是94瓶寶特瓶的血呢！」馬前總統將「我年輕！我捐血！」的使命交接給17歲剛捐第一次血的熱血青年學生大使傅薺葳，並鼓勵薺葳要



▲ 馬前總統（左3）由台灣血液基金會副董事長張上淳（右3）陪同，和年輕人一起捐血並暢聊捐血經驗，並將「我年輕！我捐血！」的使命傳承給學生大使傅薺葳（右2）。



▲ 2017 年 9 月 29 日，韓國 KBS 國家電視台來台灣採訪前總統馬英九先生的捐血經驗。（右為政治大學韓文系董文君教授協助 KBS 現場翻譯。）

一直持續捐血，也帶動周遭的同學朋友們一起來捐血！並幽默的說「應該是『我裝年輕！我捐血！』不然也可以改成『我捐血！所以我年輕！』」

台灣國民捐血率高，名聞國際，為吸取台灣推廣捐血經驗，韓國 KBS（Korean Broadcasting System）國家電視台於 2017 年 9 月 29 日來台灣採訪前總統馬英九的捐血

經驗。馬前總統一邊受訪一邊捐出他的第 193 袋血液，並向 KBS 記者表示：「台灣捐血率世界最高，因為四十多年來不斷的向民眾宣導無償捐血觀念，長期扎根在民眾心裡，結合社會資源，讓全民的愛心擴散才能有高捐血率。」

馬前總統在繁忙的公務生涯當中，始終對捐血念茲在茲，公務之餘，仍將捐血視為必要的活動；在法務部部長及臺北市市長任內，均親自出席台北捐血中心每年辦理的捐血績優表揚大會，也曾以捐血人的身分接受表揚。卸任後，馬前總統更是持續捐血的習慣，並且改捐分離術捐血，較沒有時間壓力，至 2020 年 5 月於屆齡前，共捐 208 單位（分離術捐血 196 單位、全血 12 單位），應是捐血第一名的台灣總統，也是世界唯一。

小英之友總動員 捐血捐車

全國各縣市小英之友會是前總統蔡英文在民間的基層支持者，也是在各行各業的好朋友，會員遍布全國各地。為推廣及鼓勵捐血，並力行關懷社會、實踐公益的社會責任；自 2017 年起，每年在全國各地辦理捐血活動，期望透過眾人的熱血，支持每位需要輸血療疾的傷病患。

除了例行的捐血活動外，台北市小英之友會捐贈無動力捐血車「小英號」，於 2022 年 5 月 22 日正式於大安森林公園啟用，作為都市之肺的難得綠地，考量民眾於此運動休憩，環境的保護更加重要，因此無動力捐血車配備外接電源，捐血作業期間不會排放廢氣，所以沒有引擎廢氣的排放，希望捐血活動及環境保護相輔相成，以行動支持政府推動落實 ESG 企業永續。車內明亮寬敞的空間及由藝術大師洪易繪製的車身塗裝，與綠地相襯，特別以綠意展示車身，讓捐血環境融入地景。同時也捐贈一部「小英號」血液運送車，以嚴謹的血液冷鏈管理維持血液的品質。

台北市小英之友會 2023 年 5 月 20 日在大安森林公園舉辦捐血活動暨小英號捐血車、血液運送車啟用週年慶祝儀式，總統蔡英文、前衛福部長陳時中以及台灣血液基金



▲ 2022 年 5 月 22 日「小英號」捐血車啟用儀式，總統蔡英文（左 5）特至現場剪綵致詞以及至捐血車上實地勘察。



▲ 左為小英號捐血車，右為小英號血液運送車，以總統命名的捐血車及血液運送車也是首創。

會董事長侯勝茂等人出席。蔡總統的參與更是展現了對社會公益的支持，蔡總統在致詞中特別表達了「感謝小英之友會多年來的陪伴和支持，表示台灣在面對挫折時仍能穩步前進，作公益來深入社會的每個角落，讓大家感受溫暖，讓民眾感到不孤單。」



▲ 2023 年 5 月 20 日在大安森林公園舉辦捐血活動暨小英號捐血車、血液運送車啟用週年慶祝儀式，希望能早日突破 30,000 袋熱血。

總統賴清德 樂當捐血月代言人

賴清德總統，因為行醫經歷，深知醫療用血的重要性，也深刻體會缺血時病人與家屬的焦慮與窘迫，所以一直以來都盡己之力捐血以及倡議捐血。從任立法委員時期開始，就力行捐血；在 2010 年 12 月至 2017 年 9 月的台南市長任內，每年均在農曆年節前的捐血月，率領各局處同仁，一起響應捐血，為寒冬增添許多溫暖；如遇有社團辦理捐血活動，間隔到了也毫不遲疑的前往捐血；更特別的還有為台南捐血中心錄製呼籲捐血的錄音，透過大街小巷穿梭的垃圾車沿路播放，支持捐血不遺餘力。

捐血運動在台灣推行，並成為最成功的社會運動之一；台灣捐血事業 50 週年時出版的《熱血奔騰 50 年》，特邀賴總統作推薦序，更為捐血運動的歷史增添一份祝福，鼓勵我們往百年邁進。



▲ 2015 年捐血月記者會，賴清德總統（時任台南市長）率先捐血，呼籲市民一起響應。

副總統蕭美琴 最佳定期捐血代言人



▲ 蕭美琴副總統（右）定期捐血，圖為本會董事長侯勝茂前往致意。

蕭美琴副總統長期關注並大力支持捐血活動，過去不論工作地點是花蓮或台北，都是身體力行。任副總統後，在日理萬機之餘，也是不忘抽空挽袖捐血，就近到輕車簡從的到台北南海捐血室捐血，整個捐血流程就如同家常便飯般；同樣的，副總統的許多隨扈看到「老闆」捐血，在值勤的空檔也主動跟進。2025 年分別在台北及嘉義都有捐血，是定期捐血的最佳典範。

晉見總統機會一生一次 國家級肯定至高榮耀

前總統李登輝支持捐血運動，自 1995 年起安排績優捐血人代表晉見總統，首次辦理時稱「愛心一號」活動，共有 26 位 1994 年度績優捐血人代表至總統府晉見總統。往後每年都辦理，每年晉見代表名為 38 人，晉見總統活動至今已逾千人參與過。本活動對宣導捐血，導正社會風氣，極具正面影響，捐血人也能領受與正或副國家元首會面及合影的榮耀。歷任總統包括李登輝、陳水扁、馬英九，蔡英文都接見過績優捐血人代表，公開支持捐血、表彰捐血人，並藉以鼓勵民眾捐血。



▲ 1998 年 5 月 8 日前總統李登輝接見績優捐血人代表，一一握手致意。



▲ 2007 年 6 月 25 日前總統陳水扁接見績優捐血人代表。



▲ 2015 年 12 月 15 日 2014 年度績優捐血人代表晉見總統活動，前總統馬英九一一向捐血人代表致意。



▲ 2023 年 11 月 21 日 2022 年度績優捐血人代表晉見總統活動，前總統蔡英文與受贈代表蔣智明合影。



▲ 2024 年 12 月 23 日 2023 年度績優捐血人代表晉見總統活動，副總統蕭美琴與受贈代表鄭棠容合影。



▲ 2025 年 11 月 20 日 2024 年度績優捐血人代表晉見總統活動，副總統蕭美琴與受贈代表陳宜津合影。

2.2 捐血教育

《身體之河：血液探索之旅》開啟全民血液素養新對話

繼 2023 年發行《小大人的血液課》成功將血液知識向下扎根後，並獲得廣大的迴響；面對台灣社會高齡化與年輕世代捐血率下滑的嚴峻挑戰，台灣血液基金會深知血液教育不能停歇。雖然台灣國民捐血率享譽國際，但我們不能只停留在過去的成就，必須正視未來的隱憂。科技與醫療縱使不斷進步，血液的珍貴價值與捐血制度的重要性依然不可取代。為持續喚醒年輕世代的認知與關注，本會再次編製出版血液科普通識書籍《身體之河：血液探索之旅》，期盼帶領年輕世代踏上跨越醫學、教育與社會關懷的重要旅程。

2025 年 6 月 14 日「世界捐血人日」同步舉辦《身體之河：血液探索之旅》新書發表會，發表會現場產、官、學界貴賓齊聚，邀請到衛生福利部醫事司專門委員郭威中、食品藥物管理署藥品組組長林建良、陽明交通大學校長林奇宏，以及知名部落客「村子裡的凱莉哥」等。透過跨領域的對話與合作，期盼喚起社會各界對血液教育的重視，並



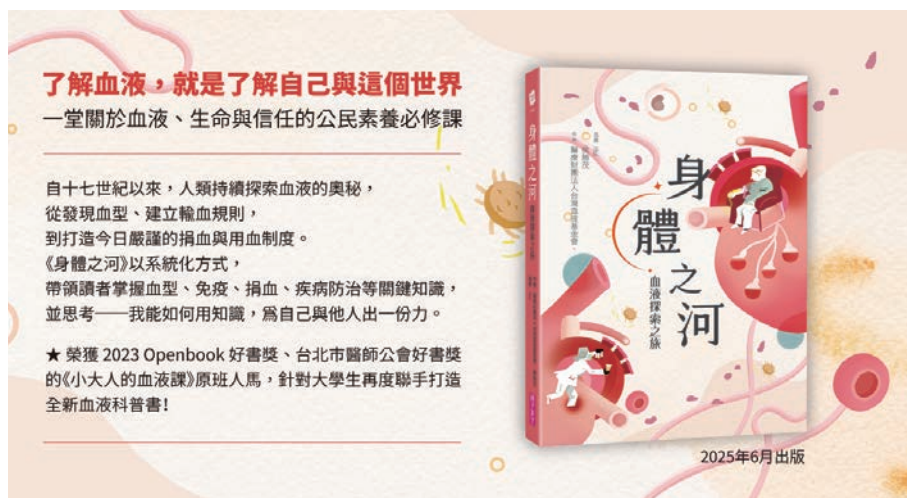
▲ 前排左起親子天下品牌部總監李佳穎、知名作家凱莉哥、台灣血液基金會執行長王宗曦、國立陽明交通大學校長林奇宏、台灣血液基金會董事長侯勝茂、衛生福利部醫事司專門委員郭威中、台灣血液基金會顧問醫師洪正昇、業務處長洪英聖、公關處長黎蕾

將影響力擴及至更多家庭與年輕學子。發表會現場更有百餘位讀者共襄盛舉，現場氣氛熱烈。

台灣血液基金會董事長侯勝茂長年致力於推動安全用血與血液教育，他在致詞中強調：「捐血從來不是單一善行，而是現代社會中每位公民都應理解與實踐的公共責任。」身為外科醫師，侯董事長在醫療最前線見證無數生命生死交關的時刻，深知當血源不足時，醫療體系便可能陷入危機。因此，發行《身體之河：血液探索之旅》一書，不僅是一本科普通識書，更是一位外科醫師獻給下一代的生命對話。

《身體之河：血液探索之旅》這本書也將致贈全國大專院校 149 所及各公共圖書館 341 所，記者會上邀請到陽明交通大學林奇宏校長做為受贈代表，林校長也肯定本書的實用性，也希望透過大學辦理捐血活動，讓學生們有更多機會參與捐血活動，進而養成捐血的習慣。

血液，是身體的河流。它的流動不只是生命的象徵，更是一種社會的連結。唯有從源頭做起，讓社會大眾真正理解血液的科學知識，才能使這股熱血從心而發，進而在社會中長流不息。《身體之河：血液探索之旅》一書特別為大家打造一條清晰易讀的「血液素養地圖」，將複雜的醫學概念轉化為可親的知識旅程，並透過插圖與專欄設計，提升知識的吸收與延伸影響力。更重要的是，這本書也是一次向青年世代傳遞公共參與價值的嘗試，希望喚起更多年輕世代對醫療體系與社會福祉的關注。



《身體之河：血液探索之旅》
專書網頁

為守護捐血人健康 繼續推廣衛生教育

捐血人如發生捐血不適反應，除了必須關心捐血人當下的健康狀況外，考量到恐會影響再次回捐的意願，進而導致血源流失，因此，為預防及降低捐血人發生捐血後不適症狀，並守護捐血人的身體健康，對於捐血前、中、後較常發生的捐血不適反應，製作一系列衛教小卡放置於各捐血站點，讓工作人員方便對捐血人進行衛教宣導，亦讓捐血人可自行取閱參考。

衛教小卡的主題包括：

1. 「捐血前、後您應該注意的事情」

捐血前、後經由一些小技巧讓捐血更安全、更輕鬆；捐血前不熬夜、有充足的睡眠，捐血前、後可補充適量水份及飲食（鹹餅乾是不錯的選擇）。

捐血前、後您應該注意的事情

捐血是一件令人開心的事情，您可以在捐血前、後經由一些小技巧讓捐血更安全、更輕鬆。

捐血前您可以這樣做

捐血前 24 小時	捐血前
1. 捐血時，體內的血容量會小部分流失，您可以在前一天先補充適量的水分（特別是天氣較熱時）。 2. 補充一些鹹的食物，適量鹽份的攝取可以幫助您在捐血後更快地恢復血容量。 3. 捐血前一天有充足的睡眠，請不要熬夜！	1. 捐血前避免劇烈運動，請您在捐血前 3 小時先補充適量水分。 2. 捐血前，請在捐血前 3 小時、到達捐血地點後，分別補充約 300 毫升的水。 3. 記得正常飲食或吃些小點心（補充鹹餅乾是不錯的選擇）。

捐血後您可以這樣做

1. 捐血後請至少休息 10~15 分鐘，確定沒有任何不舒服後再離去，並在捐血後 1 小時內補充 3 大杯的水（約 500 毫升）及小餅乾。
2. 6~8 小時內

✓	✗
請至少補充約 500 毫升的水。	不要劇烈運動，例如開車、慢跑或上健身房鍛鍊身體。 請儘量不要開車或騎車。 不要長時間站立，例如排隊或站在擁擠的公共交通工具上。 不要讓自己處於過熱的環境下，不要坐在或站在陽光直射處，勿泡溫泉、勿蒸氣浴及勿游泳。 不要飲用酒精類飲品。

如果您在捐血後感到不適，請立即告知捐血場護理人員，或致電我們。

台北捐血中心 02-28971600#6055 台中捐血中心 04-24612345#4208
新竹捐血中心 03-5556111#3141 高雄捐血中心 07-3660999#7504

PC-006.4

2. 「捐血後感覺虛弱、頭昏與噁心」

捐血後請至少休息 10 ~ 15 分鐘再離去，且 6 ~ 24 小時內勿讓自己暴露於危險環境中等（例如：勿飲用酒精類飲品，勿泡溫泉、勿劇烈運動。）

捐血後感覺虛弱、頭昏與噁心

依據捐血原則，每人每次捐血量不會超過全身預估血量的 15%，因此，大多數的人很快就能適應捐血所造成的血液流失，並且不會感到任何不舒服。但是，有一小部分人卻可能有虛弱、頭昏與噁心等不適感，這是一種捐血後可能發生的不良反應，稱為血管迷走神經反應。虛弱、頭昏與噁心可能會發生在捐血過程中，也可能在離開捐血地點後的 6 小時內發生。

如何預防捐血後血管迷走神經反應？

捐血前您可以這樣做	捐血後您可以這樣做
1. 找個人陪伴您一起來捐血。 2. 如果您曾暈車或暈船，請在捐血前告知捐血場護理人員，以便他們為您提供協助。 3. 捐血前一天內要補充適量的水分（特別是天氣較熱時）。 4. 捐血前 30 分鐘內補充兩次水、果汁或平穩等水分。 5. 捐血前請正常飲食（適量為佳），請勿空腹捐血（補充鹹餅乾是不錯的選擇）。 6. 捐血前一天有充足的睡眠，請不要熬夜！	1. 捐血後請至少休息 10~15 分鐘，確定沒有任何不舒服後再離去，並補充水分和點心，使身體逐漸恢復血容量。 2. 捐血後 6 小時內避免飲用酒精類飲品、泡溫泉、勿蒸氣浴。 3. 捐血後 6 小時內請勿劇烈運動。 4. 捐血後 24 小時內多補充水分。 5. 捐血後 24 小時內勿劇烈運動，例如打球、賽跑、游泳等。

如果您感到暈眩甚至快要暈倒該怎麼辦？

1. 如果您在捐血過程中感到暈眩或不適，請立即告知捐血場的護理人員。
2. 如果您在離開捐血椅後感到暈眩，請立即坐下（或躺下）以避免跌倒受傷。您可以：

(1) 保持平躺約 30 分鐘，或直到您再次感覺良好。 (2) 在站起來之前，至少坐下 4~5 分鐘。 (3) 在離開之前補充至少 300 毫升的水（如果有滾水更好），並補充餅乾點心。	(4) 在恢復後至少 6 小時內盡量不要開車（騎）車。 a. 如果您必須開車（騎）車，請在離開時感到暈眩，請立即停車並在安全的情況下儘快停車。 b. 請留在汽車裡，儘可能躺在您的座位下（開車者儘可能將安全帶坐下或躺下）。 c. 建議不要離開您的車，因為行走在馬路上發生暈倒可能很危險。 d. 您可以撥打 119 救護專線，請不要試圖繼續開車或騎車。
--	--

我們非常關心您的健康，如果您在離開捐血地點後出現任何症狀，並且需要緊急協助，請先就近尋求醫院的協助，並致電我們這件事務。

台北捐血中心 02-28971600#6055 台中捐血中心 04-24612345#4208
新竹捐血中心 03-5556111#3141 高雄捐血中心 07-3660999#7504

PC-007.4

3. 「捐血過程中，您可以這樣做 - 簡單肌肉運動（Applied muscle tension, AMT）」

在捐血期間拉緊腿部肌肉，有助於身體保持血壓，可協助降低頭暈、噁心等迷走神經不良反應發生率。

捐血過程中，您可以這樣做

有些人在捐血中或捐血後可能有頭暈現象，最常見的原因是捐血過程中血液流失導致血壓突然下降引起，稱為血管迷走神經反應。國際研究已證實：如果能在捐血期間拉緊腿部肌肉，有助於身體保持血壓，可降低發生頭暈的機率。

簡單肌肉運動 Applied Muscle Tension

當您坐在捐血椅上時，可以試著透過反覆的簡單肌肉拉伸（特別是小腿和大腿肌肉），肌肉會將血液從腿部的血管中擠回心臟，可在兩到三秒內增加捐血者的血壓，緩解或防止血管迷走神經反應的症狀。

進行簡單肌肉運動（Applied Muscle Tension）可避免在捐血過程中感到頭暈腳軟。

您可以在準備捐血上針前、結束捐血拔針前或感覺頭暈不適時，進行簡單肌肉運動：

- 交叉雙腿。
- 夾緊大腿肌肉持續用力 5 秒，同時用力伸直腳跟。
- 放鬆大腿肌肉 5 秒。
- 重複用力、放鬆的動作 5 次。
- 交換雙腿，重複上述（1~4）動作。

您也可以在預計捐血的前一天自行練習，那麼捐血時便可立刻派上用場。

如果您在捐血後感到不適，請立即告知捐血場護理人員，或致電我們。

台北捐血中心 02-28971600#6055 台中捐血中心 04-24612345#4208
新竹捐血中心 03-5556111#3141 高雄捐血中心 07-3660999#7504

PC-010.2

4. 「捐血後手臂瘀血怎麼辦？」

捐血完拔針後，請用手指壓住紗布直接加壓扎針處 5-10 分鐘、扎針處所纏繞的彈性繃帶於 30 分鐘後再拆除、24 小時內請減少出力並避免提舉任何重物等。

捐血後手臂瘀血怎麼辦？

捐血後手臂扎針處瘀血，發生的原因可能是本身的血管壁太脆弱、下針角度偏差致使血管壁受傷、捐血後扎針部位加壓時間不夠或捐血後手臂在短時間內用力過度、搬起重物所導致。瘀血可能是捐血後立刻發生，也可能在捐血後 1-2 天才會出現；瘀血的範圍也可能在 1-2 天後擴大，這是皮下組織充血，血液從血管流出後散開的現象。



如何預防瘀血？

1. 捐血完拔針後，請用手指壓住紗布直接加壓扎針處 5-10 分鐘，這是最有效的止血方式；同時可伸展並抬高手臂，避免彎曲手臂而產生腫脹。
2. 扎針時所纏繞之彈性繃帶，請於 30 分鐘後再拆除。
3. 扎針手臂於 24 小時內，請盡量減少出力，並避免提舉任何重物。

如何處理瘀血？

請您不要緊要，並依下列方式處理：

1. 48 小時內，請冰敷瘀血部位，每 2 小時 1 次，每次 5-10 分鐘。
2. 48 小時後，請熱敷瘀血部位，每 2 小時 1 次，每次 5-10 分鐘。
3. 應先用毛巾包裹冰（熱）水袋，再進行冰敷或熱敷，避免直接接觸皮膚而造成凍傷或燙傷。
4. 捐血後 48 小時內禁止揉搓或按摩瘀血處。
5. 必要時可在醫生的指示下，塗抹消腫藥膏於扎針處周圍皮膚，以緩解症狀。
6. 大約 1-2 週左右，瘀血由青紫色漸漸變淡至淡黃色時，就會逐漸消失。

如果您發生下列狀況，請尋求醫院的協助或緊急照護：

1. 扎針手臂嚴重疼痛。
2. 手臂、手掌或手指有麻木感，或有持續性的針刺痛。
3. 手掌或手指感到腫痛，或手掌或手指皮膚顏色發生改變，例如蒼白或發紅。
4. 扎針處腫脹大或異常發熱。
5. 扎針處有疼痛性紅腫或發炎現象。

如果您在捐血後感到不適，請立即告訴現場護理人員，或致電我們。

台北捐血中心 02-28971600#6055 台中捐血中心 04-24612345#4208
新竹捐血中心 03-5556111#3141 高雄捐血中心 07-3660999#7504

台灣血液基金會

PC-Q11.3

5. 「分離術可能引發的不適反應」

可於捐分離術的前一天和當天，多吃富含鈣、鎂及鉀等食物（例如牛奶、香蕉、菠菜等）；捐血前亦可以預防性服用我們提供的鈣片，捐血中可蓋上毛毯保持身體溫暖等，皆可有效降低分離術捐血中可能產生的低血鈣反應。

分離術捐血可能引發的不適反應

親愛的捐血人，非常感謝您願意利用寶貴時間來進行分離術捐血。

捐血的過程是安全的，但我們仍然要讓您知道，進行分離術捐血時，必須加入適量抗凝劑以確保血液凝固，以便紅血球可以順利地回輸到您體內。抗凝劑中含有檸檬酸鈣，該成分會結合血液中的游離鈣，使其在血液中的濃度暫時下降，部份捐血人可能在**喉嚨、指尖或腳部**有發麻感，也可能有輕微胃腸不適等現象。但請不用擔心，身體代謝檸檬酸鈣的速度很快，此現象在捐血完後很快就會消失。

因此，在您準備進行分離術捐血前，建議您可以預防性服用我們提供的**鈣片**，並在捐血過程中蓋上毛毯保持身體溫暖，以減少此反應發生。

如果您在捐血過程中感到不適，請立刻告訴現場護理人員，護理人員可視情況降低回輸血液的速度，或再次給予鈣片來排除您的不適。

請放心，即使您定期進行分離術捐血，每次短暫的檸檬酸鈣不適反應，並不會對您的健康產生任何長久的影響。



如何減少抗凝劑造成的不適反應

建議您在捐分離術的前一天和當天，可以多吃富含鈣、鎂及鉀的食物：

乳製品	新鮮水果	綠色蔬菜	堅果
牛奶	香蕉	菠菜	杏仁
豆漿	蘋果	豌豆苗	核桃
起司	葡萄	綠花椰菜	腰果
優格	橙子	茼蒿	花生
煉乳	梨子	豆苗	芝麻

如果您在捐血後感到不適，請立即告訴現場護理人員，或致電我們。

台北捐血中心 02-28971600#6055 台中捐血中心 04-24612345#4208
新竹捐血中心 03-5556111#3141 高雄捐血中心 07-3660999#7504

台灣血液基金會

PC-Q12.2

6. 「熱血回流」

除了鼓勵民眾勇敢跨出捐血第一步，本會更長遠的目標在於協助捐血人培養「定期定量」的捐血習慣，以維持國內血液庫存的穩定與安全。然而，實務上常有熱心民眾因健康狀況或近期療程不符規範而遭「暫緩捐血」，若缺乏後續引導，這些熱血族群往往會因遺忘或不確定恢復時間而中斷捐血行為。

為了因應此點並降低捐血人的流失率，2025 年特別製作「熱血回流」衛教指引小卡。該小卡針對捐血民眾最常遇到的「短期暫緩原因」進行整理，內容涵蓋各項緩捐原因及所需的短暫緩捐天數：1. 常見病症：如感冒、發燒、罹患 COVID19 者；2. 使用藥物：注射玻尿酸、口服消炎止痛類（NSAID）、使用抗生素等；3. 近日有注射疫苗者；4. 剛完成相關手術、檢查或切片者：如牙科治療或例行健康檢查有做軟式內視鏡等。

熱血回流！——暫緩捐血期限到了，請記得回來捐血！

親愛的捐血朋友們，如果您今天來捐血，卻因為某些因素被暫緩捐血，我們誠摯地歡迎您依下表所列暫緩捐血天數期滿後，立刻加入我們捐血的行列。您的熱血一袋，可以幫助更多人！

如果您現患有下列疾病者，可於疾病痊癒無症狀且停止使用藥物後：

1. 如果您現在有感冒、發燒等症狀	14天
2. 如果您正罹患COVID19者	14天

如果您現使用下列藥物者，可於疾病痊癒並停止使用藥物後：

1. 注射玻尿酸、關節腔或於靜脈、關節、肌腱處注射類固醇者	7天
2. 口服消炎止痛類 (NSAID) 藥物 (例如Proxam、布洛芬、Mefenamic acid、博洛麻、布洛芬、或其他常見Diclofenac、Ibuprofen、Naproxen、Ketorolac、Celecoxib、Etoricoxib等)	7天
3. 近期曾感染口服或注射抗生素	14天
4. 口服降糖粉劑類藥物 (Isotretinoin A酸、可致脫髮)	1個月
5. 小針美容Siron	1個月

如果您近日有注射疫苗者：

1. 流行性感冒疫苗	無須暫緩
2. 新冠肺炎疫苗 (mRNA、腺病毒載體及蛋白次單位疫苗)	無須暫緩
3. B型肝炎疫苗	14天
4. 带状疱疹疫苗 (欣克修Shingrix)	無須暫緩
5. 带状疱疹疫苗 (伏帶修ZOSTAVAX)	4週

如果您剛完成下列手術、檢查或切片者：

1. 剛完成洗牙、拔牙	7天
2. 正在進行牙齒矯正療程，每次調整矯正器後若無因矯正器造成口腔內有潰瘍性傷口或出血者	7天
3. 牙科根管治療者，需於完成所有療程後 (約1-2個月)	7天
4. 進行植牙者，需於完成所有療程後 (約3-6個月)	7天
5. 皮下各種美容手術，傷口若無紅腫發炎者	7天
6. 例行健康檢查者，有做軟式內視鏡相關檢查或切片者	6個月

台灣血液基金會

其它更多暫緩捐血訊息，請上本會官網查詢或致電本會LINE (藍標) 官方帳號查詢相關資訊。



PC-013.1

此外，本會亦拍攝一支「降低捐血不良反應的技巧」衛教示範影片，於各捐血站點播放，使捐血人於捐血時可一邊觀看並同步練習簡單肌肉運動 (Applied Muscle Tension, AMT)。



▲ 「降低捐血不良反應的技巧」示範影片 - 可於捐血過程中同步執行簡單肌肉運動 AMT。

捐血人如於捐血時發生不適反應，現場工作人員除立即給予妥適醫療處置外，更會視個別需求轉介就醫；如捐血人於離開捐血現場後發生不適反應，亦請即時致電衛教小卡上各捐血中心之通報電話諮詢或尋求協助，將持續追蹤關懷捐血人，以確保其復原良好。

推動臨床精準用血 導入病人血液管理概念

近年全球輸血醫學界致力推廣「病人血液管理 (Patient Blood Management)」的觀念，透過對病人全身循環血量的管理方案，減少病人對輸血的需求，成為醫學先進國家對病人輸血的主流策略。為在台推廣此理念，徵得澳洲國家血液管理局同意，翻譯

其所出版之《病人血液管理指引》套書，再經由國內各領域之醫師、專家審查後，致送給用血量排名前 50 名之醫院，期能對臨床輸血療法的實施方案有所助益，推廣病人血液管理的觀念。

台灣雖維持世界領先的無償捐血率，然而近年受限於醫療用血需求增長與血源供應偶發短缺，臨床用血之穩定性已面臨嚴峻挑戰。為因應此一長期存在的缺血隱憂並優化醫療血品配置，本會自 2019 年起正式導入國際推廣之「病人血液管理（Patient Blood Management；PBM）」概念，旨在從被動供血轉向精準的需求端管理。本會邀集國內各醫學中心專科醫師組成編纂團隊，於 2020 年 6 月發行首部本土化《精實輸血手冊》，並於 2020 至 2021 年間免費分送 25,000 冊至各級醫療院所。期間本會參酌醫界反饋再次進行內容修訂，於 2022 年 6 月推出第二版手冊，亦於 2022 至 2023 年分送 19,300 冊；自 2024 年起至今，更編列常態性發送計畫，每年穩定提供逾千冊予新進住院醫師（PGY1）及相關醫事人員，期能達到人手一本。

手冊內容以常見的適應症、治療方式為主，佐以實證醫學導入適當的用血指引，亦加入臨床相關情境或替代治療方案，提供用血醫師更周全的輸血模式。主要目的在於精準用血、降低病患風險以提升用血安全、降低醫療成本、改善治療結果。

為推廣「病人血液管理」觀念，本會各中心醫師亦積極前往各醫院演講，倡導「適量有效輸血」、「血液成分療法－減除白血球的優點與臨床應用」、「病人血液管理介紹及經驗分享」等，期能使各醫院透過《精實輸血手冊》對各類疾病、各項術式之用血模式進行審查與管控，主動減少不適當、不必要的輸血需求，以減少輸血可能造成的病患損傷，能幫助輸血治療上的判斷以及血源緊縮的困境。

精實輸血手冊



2.3 多元化溝通、跨世代參與

本會自成立以來，即多角度的將自願無償捐血的觀念傳達給民眾，並能逐步落實；自 1991 年首度突破百萬單位的捐血量，跨越了 5% 國民捐血率的國際門檻，達成世界衛生組織宣示血源能自給自足的目標，成為捐血事業先進國家之列。

知名人士代言 提高關注度

從大眾傳媒不發達到現在的網路及自媒體時代，知名人士代言，往往能吸引民眾的目光。早期捐血機構成立初期風氣未開，影視名人孫越成為第一位捐血終身志工，捐血也是他投入公益的第一個志業，他號召電視、電影圈的朋友們一起響應，如陳淑麗即在孫越的影響下，投入捐血宣傳工作，直至現在，仍是我們的志工。之後更請到了成龍為捐血拍攝電視廣告，在當時也蔚為話題，打開捐血的社會運動議題。

在名人的號召下，捐血運動漸漸讓民眾知道、接受並打下基礎，1998 年邀請具有醫學院背景之知名藝人李玟擔任代言人並拍攝廣告；歌手周華健在出片之餘，也同時拍攝捐血公益廣告。為推動年輕族群捐血，採用年輕族群喜愛的歌手擔任代言人，邀請徐佳瑩、曾沛慈、吳汶芳等創作型新生代歌手來代言。因世運會的強大影響力，台灣最速男楊俊瀚，也親自捐血為捐血代言。歌手吳汶芳除拍攝捐血公益宣傳影片外，另為本會創作代言歌曲，期能以藝人本身的影響力，影響更多的年輕人加入捐血行列。也與國際企業合作，引進全球捐血代言人暨世界級足球明星 C 羅的「BE THE 1」捐血宣導肖像，開啟與國際同步宣導捐血之創舉。

本會繼續延請國際女棋士黑嘉嘉為捐血代言，黑嘉嘉不僅因為身為頂尖圍棋七段棋士響譽國際外，也在影劇圈有亮眼表現；受到父親身教影響，黑嘉嘉也是一位定期捐血人，故代言捐血可說



▲ 黑嘉嘉的「參與捐血，改變局勢」，以台灣圍棋第一女棋士之姿說服民眾捐血。



▲ 黑嘉嘉定期捐血，是最稱職的代言人。



▲ 年代主播吳宣儀特地穿上「我年輕、我捐血」的T恤前來捐血。

是名符其實，且於每一次捐血後都在社群發文，呼籲粉絲和學生們都要一起去捐血。

年代主播吳宣儀也是定期捐血人，除為本會拍攝捐血宣導影片外，也於自己的網路節目中特別製作捐血主題；每次捐血後，都在社群發文，請網友們加入捐血行列。

議題宣導 加強民眾印象

每年逢年節前後，容易發生血源短絀的狀況；農曆年節假期長，再加上天氣寒冷，感冒民眾多，捐血的人數大幅減少。2024 年適逢台灣捐血事業 50 週年，故以「捐血運動 50 載，救人無數善常在」作為年度及捐血月主題；捐血運動自民國 63 年開始發起，走過 50 年，從民風保守的年代努力到現在的國民捐血率世界第一，要感謝一路走來社會各界的支持與投入，以及民眾的熱血奉獻，才能讓醫療用血不虞匱乏。2025 年以「捐血有你，熱血相挺」為主題辦理捐血月，透過捐血者與受血者的故事分享，打動人心，藉以激勵捐血的動力。

2024 年捐血月記者會邀請到「Icu 醫生陳志金」粉專的熱血醫師陳志金，其於疫情期間數度呼籲民眾捐血，守護台灣。除此之外，也曾於粉絲專頁上讓網友們分享第一次捐血的經驗，獲得熱烈迴響，亦針對不正確的捐血訊息去做醫學上的說明及解釋，堪稱最佳代言人。陳志金醫師於記者會上分享於 ICU 產婦產後大出血的個案，在 ICU，天天與生命拔河，更能體會血液的重要性。劉瑜婷、劉瑜珊是雙胞胎姊妹，受到父親捐血的影響，姊妹在滿 17 歲生日那天，就一起去捐血，每年都捐滿額度，對劉家來說，全家捐血像一種傳承、家庭傳統。黎友翔先生在 2015 年 6 月 27 日的八仙塵爆裡受重傷，從那天起，伴隨而來的是數次自體皮膚移植重建手術和許多年的整復治療；療程中的手術和清創都使用了無數捐血人捐出的血液，療程再痛苦也感謝著這些陌生的捐血人。在逐漸恢復、浴火重生後，為了回饋和感謝，一直持續且定期的捐分離術血小板，希望自己能幫助更多需要幫助的病人。

2

社會永續



▲ 2024 年捐血月記者會來賓合影，左起 LINE 台灣總監廖婉寧、劉瑜婷及劉瑜珊姊妹、陳志金醫師、時任台灣血液基金會執行長魏昇堂、台北捐血中心主任林敏昌、黎友翔先生。

2025 年捐血月邀請到先天性成骨不全症關懷協會秘書長程健智分享自身經歷，因成骨不全容易骨折，開刀 36 次，因多次輸血也特別感謝捐血人；兒子也因為父親反覆開刀、經常接受輸血，深刻感受到來自無數陌生捐血人的善意與支持，進而成為一名定期捐血人，醞釀熱血循環的溫情。邀請榮總內科部輸血醫學科醫師陳玟均現身說法，因產後大出血，緊急輸用血液，更能切身體會穩定血液庫存對臨床救治的重要性，特別藉此機會向所有捐血人致上最誠摯的感謝。長年投入捐血行列的捐血人陳光蘊先生，以及藝人陳明珠，分享自身捐血經驗與心路歷程。在青年族群推廣方面，特別延請高中時期即開始捐血的知名圖文作家四小折製作捐血主題的四格漫畫並現身支持，雖因心律不整無法再繼續捐血，他仍以漫畫創作方式，將捐血知識轉化為淺顯易懂的內容，協助宣導捐血理念，成功拉近與年輕世代的距離，擴大公益影響力。



▲ 2025 年捐血月記者會來賓合影，左起台北捐血中心主任林敏昌、台灣血液基金會執行長王宗曦、中華捐血運動協會副理事長魏昇堂、先天性成骨不全症關懷協會秘書長程健智、台北榮總內科部輸血醫學科主治醫師陳玟均、捐血人陳光蘊先生、藝人陳明珠小姐、圖文創作作家四小折。



每年的 6 月 14 日是世界衛生組織訂定的「世界捐血人日」，為了推動全世界自願無償捐血的觀念，在這天向無私奉獻的捐血人感謝，並鼓勵更多人加入捐血的行列。

2024 年世界衛生組織為慶祝世界捐血人日 20 週年：「謝謝您，捐血人！」為主題，感謝世界各地所有的捐血人為挽救生命所做的奉獻。

2025 年世界衛生組織將世界捐血人日主題訂為「捐血、給出希望——我們一起守護生命（Give blood, give hope: together we save lives）」。

運用媒體 發揮社會溝通力

2025 年 4 月 10 日《今周刊》專訪本會，報導本會在永續及各種不同領域均有亮眼成績，包括形象影片「疫情下的溫暖」獲第八屆金鵬微電影展銅獎及網路人氣獎雙獎項、《小大人的血液課》獲台北市醫師公會好書獎及 Openbook 閱讀誌「SDGs 台灣議題書單 100 本」選書、醫療財團法人社研卓越獎、台灣永續能源基金會 TCSA（台灣企業永續獎）「企業永續報告類 - 政府及 NGO 組 - 第 2 類」金級獎、以「捐血者篩檢病毒核酸檢驗實施 10 年成效」為主題通過「SNQ 國家品質標章」認證及「國家生技醫療品質獎」銅獎、「2024 幸福企業」金獎以及 2024 年協助全民防衛動員準備事務民間有功單位等。

為配合國家政策推行「國血國用」，本會積極向各界表達國血製劑的重要性。2025 年 6 月 12 日召開記者會後，7 月 1 日《醫藥新聞週刊》頭版至三版並刊登專題報導，向醫界說明二代國血製劑的優勢；並請民眾用實際行動捐血救人，定期捐血，響應「國血國用」政策；每一袋捐得的血液，都是國血國用的血液製劑生產的來源，也是急重症與罕病患者延續希望的關鍵力量。

另於 2025 年 8 月 21 日於《今周刊》刊出「用國人的血救國人的命 台灣血液基金會強化醫療韌性防線」專題報導，更強調國血國用是為醫療韌性的重要一環。

際疏離，每一位不離不棄的捐血人與勇於醫護人員撐起這股善的循環，袋袋熱血幫助病人延續生命。獲第八屆金馬微電影獎《網癮與網路人氣雙嘆》。

台灣血液基金會奪6獎 打造永續新典範

你多久沒捐起子捐血了？台灣血液基金會推動自願捐血逾半世紀，蔣經國精神樂捐歌成社會運動，作為國內代捐捐血機構，從源頭同步落實血液安全管理。迎戰「大人的血與超齡化雙變革」，基金會營運下全面啟動歷年世世代代捐血潮，拍攝微電影《路過的血》、出版《大人的血與超齡化雙變革》，基金會得國家生技發展局品質管理獎。黃貴敬繼續使命打造奉獻企業，今年延續捐血行政專家王宗德任執行長，以創新策略延續捐血文化。

「我不在乎，但是謝謝你們打聽
人心的廣告。」這位台灣世界級的
捐車手，讓別人以台灣公益基金會擔任執行
長的王宗漢為榮。身為謝淑芬行
動的「主腦」在特別第一線指揮打行政
公戰，王宗漢的工作都與血液息息相關。

為確保常規性募血七日以上安全血
存量，台灣血液基金會每週一次更新血
液庫存量，喚起人人捐血意願，但王宗
漢觀察，每條血管都長著動脈或脈管，
都可能是影響國人捐血精確度，造成血
液狀況。

「我曾在手術檯上遇產婦產後大出血，患者昏迷前最後一句話是『醫師救我』。」

《疫情下的溫爐》 鄭雙燕

社會溝通引共鳴

台醫血通

除了短期變數外，勢不

步減少，天來血源供應恐拉警報。為此，衛福部也預告將修正捐血標準，放寬年紀上下限。

度，一臨決刃經工作都還王宗曉深刻體會血液無可取代的重要性，加上血品皆有有效期限制，與捐血人立即上聯作配合，組織穩定提供供輸血，成台灣血液基金會的重要使命。

人數僅占六、五%，捐血人次更高度達百分之十，台灣年正式需求，超為社會用。慢性病患手術需求增加，勢必耗用捐血。王宗曉表示，需捐血人年齡層須用長齡近捐血血齡上限，又碰上年輕血液開

為募集更多熱血，台灣血液基金會多管齊下強化對國人的調運力道。將新冠肺炎疫情期間突破困難募血的點滴拍攝紀錄片「疫情下的溫暖」，突破疫情造成的人

《小大人的血液》透過深入淺出的圖文科普，帶領讀者認識血液重要特性，繼前年獲 Olycom 閱讀誌年度好書獎，去年再奪台北大學醫師公會好書獎。

發行永續報告書，參與台灣永續能源研究基金會「台灣企業永續獎」評比，獲「政府及NGO組第二類」銀獎，去年再次發行並參加評比，更上一層樓獲金獎。

下，

Openbook 閱讀誌「第100本」台灣
議題書單「100本」選書，
成功將病血救人觀念向下扎
根。本書議題也符合聯合國

另獲「二〇二四幸福企業」金獎與協助市民防衛動員準備事務民間有功單位多項肯定。



王宗嘯（前右）帶領推動的C9第三項良好健康與福祉範疇，近期再度永續議題百大獲肯定，基金會也躍上全台七十大所國中與近

為提升供血品質，台灣血液基金會自二〇一三年起對捐入血液的常規檢驗中全面實施梅毒核酸擴大檢驗，保障輸血安全，並以「捐血者勝於病毒核酸檢驗驗單

《前左》興執行董
，繼受肯定。

捐血教育。
二百座圖書館，全方位推廣

驗十年成效」為題，通過以「國家品質標章認證」並六度獲得國家生技醫療產品獎，針對高次數捐血人，另提供康部超量血液檢查、應急型轉、低密度脂蛋白膽固醇



「台灣走過血牛時代」在
本世紀初仍具重要價值
最大化共好效益

與糖化血色素三項檢查，助病人自我健康照護。



衝擊，台灣血液基金會力透，不論體電或對事業的永續發展。」王宗盛說

王宗曉分享經驗(外傷重症中心)。



調，捐血救人是他利他精神的表現，捐血是每一位員工與捐血人都是最佳代言人，戮力將共好發揮最大效益。基金會統二〇

灣血液基金會，王宗曉盼透過開源節流，動員識深入校園，需求端則與台灣輸血學會合作，於醫院推動病人用血管理，讓台

[illegible]

齊熱血逼向永順*

[illegible]

2014年11月11日 星期二

【本報記者王冠廷專訪】
新創領銜華康藥廠
研發恆樂華康士威藥
 總經理：王冠廷
 總經理：王冠廷

news 醫藥新聞週刊

第二大陸血漿 台灣免疫球蛋白 皇供能力

▲國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）與台灣衛生局官員合影。

▲國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）與台灣衛生局官員合影。

【本報記者王冠廷專訪】
 國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）與台灣衛生局官員合影。陳建榮表示，台灣衛生局官員在訪問期間，與國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）及國台經貿文化合作委員會秘書長王冠廷（左三）等官員，就台灣免疫球蛋白的生產、品質、安全、及國際貿易等問題，進行了廣泛而深入的交流。陳建榮表示，台灣免疫球蛋白的生產，具有悠久的歷史，且品質優良，安全無虞，是國際市場上的重要產品。他強調，台灣免疫球蛋白的生產，是台灣醫藥產業的重要支柱，也是台灣醫藥產業國際化的重要體現。他呼籲，台灣免疫球蛋白的生產，應進一步加強與國際市場的聯繫，提高生產效率，降低生產成本，以更好地服務國際市場。

▲國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）與台灣衛生局官員合影。陳建榮表示，台灣免疫球蛋白的生產，具有悠久的歷史，且品質優良，安全無虞，是國際市場上的重要產品。他強調，台灣免疫球蛋白的生產，是台灣醫藥產業的重要支柱，也是台灣醫藥產業國際化的重要體現。他呼籲，台灣免疫球蛋白的生產，應進一步加強與國際市場的聯繫，提高生產效率，降低生產成本，以更好地服務國際市場。

▲國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）與台灣衛生局官員合影。陳建榮表示，台灣免疫球蛋白的生產，具有悠久的歷史，且品質優良，安全無虞，是國際市場上的重要產品。他強調，台灣免疫球蛋白的生產，是台灣醫藥產業的重要支柱，也是台灣醫藥產業國際化的重要體現。他呼籲，台灣免疫球蛋白的生產，應進一步加強與國際市場的聯繫，提高生產效率，降低生產成本，以更好地服務國際市場。

▲國台經貿文化合作委員會副委員長陳建榮（左二）與台灣衛生局官員合影。陳建榮表示，台灣免疫球蛋白的生產，具有悠久的歷史，且品質優良，安全無虞，是國際市場上的重要產品。他強調，台灣免疫球蛋白的生產，是台灣醫藥產業的重要支柱，也是台灣醫藥產業國際化的重要體現。他呼籲，台灣免疫球蛋白的生產，應進一步加強與國際市場的聯繫，提高生產效率，降低生產成本，以更好地服務國際市場。

【本報記者王冠廷專訪】

[illegible][illegible]



台灣血液基金會董事長侯勝茂，血液基金會致力推動的「身體之河」血液探索之旅，透過教育先行提升年輕族群捐血意識與興趣。

用國人的血救國人的命 台灣血液基金會強化醫療韌性防線

你知道當地起袖子捐出一袋袋熱血，不只能幫助手術病人輸血，其中分離的血漿也能成為罕病與急重症患者的救命藥？台灣歷經半世紀努力，早已實現捐血自給自足，但多數血液製劑仍仰賴進口，在全球供應鏈不穩與傳染病風險升高的時代下，國血國用不只是口號，更涉及國人健康、醫療自主，乃至於國家韌性。血液基金會董事長侯勝茂接受本刊專訪，解密這條從台灣到海外血液製劑工廠的生命安全防線。



血液基金會董事長侯勝茂（前排中）與相關醫療院所共同簽署「國血國用」承諾書，強調利用國產血液製劑，目前僅有少數血液製劑廠，後者仍有努力空間。

台灣捐血率長期以來高於世界衛生組織訂定的五分之一自給自足率，國民捐血率名列世界前茅，去年捐血人次突破一九〇萬人。這些自願無償捐出的血液，經由血液基金會的精密檢驗與分離技術，可將血液製成各種血製品，而血液正是製作各種血液製劑的原料，包括一〇〇%人血清白蛋白、人免疫球蛋白與第八因子等製劑，對重症、罕病與自體免疫疾病患者來說，堪稱是一救命的「金鎖匙」。

對於「國血」定義，侯勝茂表示，是指國人自願無償捐出所得的血液，以及利用血液製成的血液製劑。經過社會各界的共同努力，目前國內醫療用血已完全達到自給自足，供應無虞。然而血液製劑部分仍仰賴進口，進口產品，台灣目前無血液製劑加工廠，血液基金會委託代工廠設於澳洲與日本，C.S.L.血漿工廠代工廠設於澳洲，也備有治癒海外其他生產基地，分散風險，這是國家安全，不容有失。

為了建立國產血液製劑與供應體系，血液基金會也在國內市場尋求與發展，也同步建立國內庫存機制，像是維持血液製劑免凍蛋白至少二個批號，可支應六個月以上用量的庫存，同時積極洽詢並規劃多

國產血液製劑或發生免疫球蛋白低下，以及多種自體免疫反應的神經免疫疾病，如重症肌無力（Myasthenia Gravis）、慢性發炎性腸病、多發性神經病變（CID）、多灶性運動神經病變（Multifocal Motor Neuropathy）、格林-巴利症候群（Guillain-Barre Syndrome）等。

侯勝茂表示，神經免疫疾病病情變化大，治療難度高，一名患者嚴重虛弱無力，病友許小姐也現身分享治療經驗，在歷經胸腹手術後，呼吸衰竭治療等不絕不等的治療過程，直到採用血液製劑療程，才徹底改善症狀，大幅提升生活品質。此外，不少新冠病毒肺炎疫苗所產生的後續症狀，也能透過換血治療或施打人類免疫球蛋白而獲得緩解。

由於取自國人血液，國產血液製劑有基因調配優勢，製劑中的蛋白質、抗體結構與國人基因相對吻合，較不易產生排斥反應。侯勝茂強調：「這對於被外來急病、但從免疫學角度來看，卻是非常關鍵的因素。」也呼籲國產血液製劑不僅是成本考量，更是對於國家與醫療安全的戰略考量。

青年捐血斷層資訊
儘管台灣捐血率穩定，但捐血者人口結構逐年老化，仍不足為慮。侯勝茂憂心忡忡地說，近十年來，年輕捐血人口數量大幅減少五十七%，目前捐血主力集中在四十至五十歲族群，「熱血需要世代相傳，若無法向青年傳承與扎根，少子化時代勢必影響未來血液供應的穩定性。」

為了擴大血液來源，衛生福利部在今年七月頒布「捐血者健康標準」修正草案，此次修正重點包括放寬捐血年齡、轉運門檻及強化血液安全等，將捐血年齡由原本十七歲下修至十六歲，逾六十五歲的捐血者只要符合捐血者健康標準，且一年內有捐血紀錄，經評估合格即可捐血，年齡逾七十歲以上的捐血者仍須經醫師評估同意。

除了積極向外，血液基金會也從教育著手，出版科普刊物《身體之河：血液探索之旅》，並致函全國大專院校、四九一所及各公共圖書館二四一四所，讓進入合法捐血年齡的學生族群也能具備正確知識與公共參與意識。侯勝茂強調，捐血是公民責任與義務，依法律應取得醫師之同意。另外，捐全血之捐血人體重統一調整為45公斤以上，不同性別有一致標準。

在旅遊史規範部分，自離疫區回國「1年內暫緩捐血」之管制放寬為自離疫流行地區離境之日起「未逾3個月暫緩捐血」；新增自離開發熱流行地區及茲卡病毒感染症流行地區之日起「未逾1個月必

▲ 2025 年 8 月 21 日《今周刊》國血國用專題報導。

因應捐血者健康標準放寬，董事長侯勝茂亦於 2025 年 7 月 14 日《聯合報》「健康名人堂」專欄，發表「捐血者健康標準放寬 擴大捐血者範圍」一文，讓民眾瞭解捐血者健康標準修改內容，將能有更多捐血者能參與捐血。

健康

聯合報
更多新聞、精華彙整 ▶ 聯合新聞網 <https://udn.com>
中華民國114年7月14日 星期一

不怕失智 共向未來

08/09 SAT 13:15-16:30
2025 先賢節 永懷國魂
◎ 台北市大安區金華山莊內舉行

捐血者健康標準放寬 擴大捐血者範圍

侯勝茂

時隔19年，衛福部於今年7月2日發布「捐血者健康標準」修正案，修改內容包括放寬捐血年齡、體重門檻及強化血液安全等內容。捐血年齡由原來的17歲下修至16歲，而逾65歲之樂齡捐血者，只要符合捐血者健康標準，又有2年內之捐血紀錄評估適宜即可捐血，惟逾70歲之樂齡捐血者，依法仍應取得醫師之同意。另外，捐全血之捐血人體重統一調整為45公斤以上，不同性別有一致標準。

在旅遊史規範部分，自離疫區回國「1年內暫緩捐血」之管制放寬為自離疫流行地區離境之日起「未逾3個月暫緩捐血」；新增自離開發熱流行地區及茲卡病毒感染症流行地區之日起「未逾1個月必

須暫緩捐血」之管制。有關流行地區可參考疾病管制署國際旅遊疫情建議等級。

為了強化血液安全，台灣血液基金會自102年2月1日起已全面實施B型肝炎、C型肝炎與愛滋病毒的核酸擴大大檢驗（NAT），此次「捐血者健康標準」修正也將其正式入法，納為捐血機構必須採集血液進行檢驗之項目。

20歲以下捐血者 10年降幅57%

因應此次「捐血者健康標準」修正案，台灣血液基金會配合衛福部食藥署規畫亦已籌畫多時，包含血液資訊管理系統的修改以及人員教育訓練，希望能提供捐血者友善及安全的捐血環境，所捐出的每一滴充滿愛心的血品，得到最大的用途。

台灣面臨高齡化與少子化雙重壓力，20歲以下青年族群捐血者持續減少，10年間降幅高達57%，年輕血源的斷層顯然已對供血穩定性構成警訊。

此次公告新版「捐血者健康標準」，能擴大捐血族群，但為鼓勵年輕人參與捐血運動，台灣血液基金會針對高中與大學生出版《身體之河：血液探索之旅》血液科普及讀物，透過閱讀向下扎根、傳遞正確知識。

出版科普及讀 盼將知識化為行動

書中說明從17世紀開始，人類踏上探索血液的旅程，經過世代研究累積，形塑現代嚴謹的捐血制度，血液醫療這條長河，累積近四百年的寶貴知識，從發現血型到血型如何影響輸血匹配，我們明白血液的功用，從免疫系統到疾病防治，到未來血液可被替代嗎？從各個角度詳解血液，期待大家將知識化為行動，幫助別人也幫助自己，為醫療用血出一份力。

也辦理校園海報比賽，透過青年朋友們的創造力，激發更多參與和關注捐血議題的機會。

我們更鼓勵樂志志工與青年志工加入，以志願服務的方式擔任宣傳尖兵，讓捐血成為一種全民社會實踐，也為醫療韌性增加更多的後援，讓用血需求永遠能得到保障。

（作者侯勝茂為台灣血液基金會董事長）

▲ 本會董事長侯勝茂於 2025 年 7 月 14 日《聯合報》「健康名人堂」專欄發表「捐血者健康標準放寬 擴大捐血者範圍」一文。

2
社會永續

推動新世代捐血 社群宣傳多元化

合作貼圖獨厚愛捐血好友 「啾波麻糬」以插畫宣導捐血

LINE 台灣一直是台灣捐血事業的最佳夥伴，2024 正逢捐血運動 50 週年，特別合作公益貼圖，由畫家「柚町」之「啾波麻糬」合作聯名貼圖 8 張，並以「一起成為英雄！」為主題，期能號召更多捐血人響應捐血月活動及加入好友，也藉由貼圖使用相互提醒捐血。凡是「愛捐血」官方帳號 (@blood) 好友均可免費下載，下載時間至 1 月底，使用期限 90 天。於貼圖上架日就創下單日新增好友 22 萬人的新高。

畫家柚町的母親曾於生產之際也輸用過血液，對於此次的合作也特別開心，希望使用貼圖傳給親朋好友的同時，也能傳達捐血救人的理念，讓小小的圖傳遞大大的愛心。



▲ 與啾波麻糬合作聯名貼圖 8 張，以「一起成為英雄！」為主題，凡是「愛捐血」官方帳號 (@blood) 好友均可免費下載。

聚焦年輕世代 期讓捐血永續相傳

2025 年 11 ~ 12 月校園捐血推廣專案以《身體之河》作為血液知識基礎，於校園捐血活動中宣導以及與學生族群互動；與知名插畫家白爛貓聯名合作肩背袋，作為本次專案活動的校園場次紀念品，受到學生青睞，本次活動計有 171 個學校場次參與。與人氣女團「幻藍小熊」



▲ 活動內容豐富多元受到年輕族群關注。

合作，擔任本次活動大使，全團成員出席 11 月 17 日在淡江大學的校園捐血活動，現場有 2 位團員捐血，並於現場與學生展開有獎徵答及捐血心得分享的互動。另與 3 位高人氣網紅（HowHow、鄧福如、郭源元）及 7 位中人氣網紅合作，除均實地捐血並於社群宣導外，7 位中人氣網紅更參與學校捐血活動。另有世新大學公廣系「拾新所」畢製團隊以捐血為主題展開一系列企劃，包括實際辦理捐血活動、拍攝網路影片等等，並實際於華山展出捐血主題的展覽。另洽大學活動性社團於該校捐血活動現場展演，藉由社



▲ 人氣女團 GENBLUE 幻藍小熊全員六人現身淡江大學捐血活動，擔任校園捐血推廣專案「Go For It！熱血補給中」宣傳大使。兩名成員並於現場挽袖捐血、鼓勵粉絲參與捐血行動！左起 AYEON、采甄、XXIN、毓、媛媛、NICO。

團的社群影響力宣傳和鼓勵同學捐血，串聯各校社團活動並以影像紀錄，展現學生參與及推動捐血的活力。活動內容豐富多元，不僅在校園內受到同學們關注，由於多位知名 KOL 參與，亦於網上引起討論以及回響共鳴。

2025 年校園捐血宣導海報設計比賽

為鼓勵年輕世代關注捐血議題、深化對「自願無償捐血」的認識，本會於 2025 年舉辦「校園捐血宣導海報設計比賽」，於 2025 年 12 月決選評選出前三名及佳作十名作品。這次比賽針對校園學子，希望透過視覺創作的方式，讓學生在構思與設計過程中，更深入理解捐血救人的理念與價值，並將對生命的關懷轉化為具說服力的海報設計。期盼捐血不只是宣導口號，而能逐漸成為年輕人的生活態度，進而影響更多同儕投入公益行動。歷經約三個月的徵件，反應相當熱烈，一共收到了 550 件作品；參賽者以各種不同角度詮釋捐血主題，有的以友情、親情為出發點，有的以象徵手法呈現生命接力，每一件作品都展現年輕世代豐富的創意與觀察力，也反映他們對社會議題的關心。

參與作品數量前三名校所依序為南臺科技大學視覺傳達學系有 179 件、台北松山家商有 66 件，銘傳大學數位媒體設計科有 50 件，顯示當公益議題與校園既有課程脈絡結合時，可有效提升參與意願與投稿量，間接也讓更多的學生進而認識捐血，投注創意於作品之中，讓年輕世代透過視覺設計傳達宣傳的意念。參賽者中以女性比例明顯高於男性（4:1），在 16 歲到 30 歲之間的捐血者，女性比例也是多於男性的；反映年輕世代



▲ 由左至右分別為第一名至第三名的作品。

女性對於公共議題、社會倡議與情感型議題具有較高的共感與行動力。

依據主題契合度、創意表現及整體視覺傳達等面向審慎討論，最終選出前三名及十名佳作。得獎作品不僅畫面吸睛，更能清楚傳達捐血的重要性，成功引發觀者共鳴，展



▲ 台灣血液基金會董事長侯勝茂（左2）與得獎者合照。

現設計作為社會溝通工具的力量。本次得獎者有佳作十位以及前三名三位共計十三位，前三名分別為：第一名為台北松山家商廣告設計科陳韻婷同學，作品主題為「熱血是青春最酷的態度」、第二名為高雄師範大學視覺設計學系楊宛儒同學，作品主題為「填補空白，綻放生命」、第三名為台灣藝術大學視覺傳達與藝術學系羅邦同學，作品主題為「愛與希望」。

在評選過程中感受到的不只是作品本身的完成度，而是看見年輕世代願意主動回應與社會密切相關的議題。捐血這件事，對多數人來說也許很熟悉，但要讓它持續被討論、被理解、並能夠以實際行動支持，是需要不斷有新的觀點與新的參與方式加入，而得獎的作品，也是賦予「捐血」的重要回應之一。基金會希望讓更多年輕世代的朋友們了解到「捐血是一件可以被討論、被共感的社會議題」，而每一件作品，都是一種參與社會的方式。

推動全民參與捐血，需要長期耕耘，而青年族群的加入更是關鍵。透過海報比賽，讓年輕人用自己的語言回應，不僅提升對公共議題的關注，也培養社會責任感。每一張海報，都是一份對生命的祝福。

結合各界資源 攜手回饋社會

除了各地社團、公司行號投入辦理捐血活動外，大型企業、組織為發揮企業社會責任，辦理全國性捐血活動也蔚為風行，2024 年全國性捐血活動募得 270,886 袋血液、2025 年募得 189,719 袋血液，社會各界主動發起辦理全國性捐血活動，不僅鼓勵成員或員工，也更具有宣傳聲量，亦更能為活動聚焦，盼能為全國各地的捐血活動增添助力。



▲ 六師攜手玉山銀行「春暖人間 愛心捐血救人」捐血活動，每年均於 1 月辦理

民間社團在「捐血一袋、救人一命」的活動中是一股不可忽視的力量。台灣獨特的廟宇文化以及地方人士組成的社團皆熱情的運用寶貴資源推廣捐血，有了他們的協助宣導，地方因而凝聚一股特殊氛圍，讓捐血救人益己的觀念日漸被肯定，也讓捐血量在穩定中持續的成長。例如宗教性團體如佛光會、紫南宮等，或是獅子會、扶輪社及同濟會等民間熱心公益人士組成的社團，都大力推動捐血，也獲得相當好的成效。

除了固定辦理捐血活動，在募血之外，也募集物資，例如企業集團、獅子會、扶輪社、同濟會等社團，都將捐血活動納入例行的公益活動，也集資打造捐血車，讓捐血人有更舒適的捐血環境，也為捐血中心的招募業務拓展增添生力軍。

2024 年各捐血中心共募得大型捐血車 3 輛、定點捐血車 2 輛以及血液運送車 6 輛；2025 年各捐血中心共募得大型捐血車 6 輛、定點捐血車 1 輛以及血液運送車 2 輛。



▲ 2025 年 10 月 13 日景福宮捐贈大型電動捐血車「景福號」予台北捐血中心，除了提升捐血的服務量能，對於推動低碳永續的捐血作業環境更是助了一臂之力。