

Chapter **2**

社會永續

- 2.1 歷任總統支持
- 2.2 捐血教育
- 2.3 多元宣傳





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；現任總統賴清德以及歷、現任地方行政首長如許明財、侯友宜等，都是固定捐血人，在血源短缺時期，總不遺餘力的協助勸募血源，對民眾開啟帶頭作用。

2.1.1 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年首辦親自召見績優捐血代表們進總統府的活動，名為「愛心一號」專案活動，讓捐血人倍感榮耀。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。

2.1.2 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問感謝捐血人。



◆ 91年6月6日前總統陳水扁於台大醫院捐血活動現場捐血。

2.1.3 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。於是在結束上一個行程後直奔台北南海捐血室捐血，並在滿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們笑著說：「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！』」



◆ 馬前總統（左3）由本會副董事長張上淳（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齊威（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。）

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；甚至在法務部部长及臺北市市長任內，均親自出席台北捐血中心每年辦理的捐血績優表揚大會，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），應是台灣捐血最給力的總統，也是世界唯一。

2.1.4 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，至2023年底已累積捐入27,794袋血液，期望透過眾人的熱血，支持每位需要輸血療疾的傷病患。

除了每年的捐血活動外，台北市小英之友會在2022年捐贈無動力捐血車「小英號」，與一般捐血車使用燃油動力系統不同，配備外接電源，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藝術塗裝，讓捐血環境更為舒適雅緻。同時為了協助台北



◆ 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。

捐血中心強化血液冷鏈管理，也捐贈一部「小英號」血液運送車，以維持血液的品質，讓血液能在良好的儲存下運送到各醫療院所。

2022年5月22日「小英號」捐血車正式於大安森林公園啟用，展開日常的捐血服務，也考量民眾於此運動休憩，作為都市之肺的難得綠地，環境的保護更加重要，因此無動力捐血車採用電力，捐血作業期間不會排放廢氣，並且與綠地相襯，特別以綠意展示車身。蔡總統特別強調希望能多做一些社會公益活動，而台北市小英之友會每年的520捐血活動是眾多活動之中非常有意義的活動，這次更透過小英號捐血車的捐贈，希望把愛傳出去。

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、前衛生福利部長陳時中、小英之友會全國總會長顏志發、台北市小英之友會總會長陳茂仁、本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夠穩步前進，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。

小英號捐血車自2022年5月服役以來，至2023年底總共募集29,324袋熱血，超過730萬C.C.的血量。小英號血液運送車，行駛了35,922公里，相當於繞行台灣38圈。在啟用週年慶上，距離願景的30,000袋熱血已不遙遠。

2.1.5 總統賴清德 樂當捐血月代言人

甫上任的賴清德總統，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。



- ◆ 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。

捐血運動在台灣推行，並成為最成功的社會運動之一，今年正是 50 週年；甫出版發行的《熱血奔騰 50 年》，特邀賴總統作推薦序，賴總統立刻應允，更是為捐血運動的歷史增添一份祝福，鼓勵我們往百年邁進。

2.1.6 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，由於總統府場地有限，依規定每年晉見代表限定 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，總統蔡英文與受贈代表蔣智明合影。

2-2 捐血教育

2.2.1 生命教育向下扎根 首創科普圖文書《小大人的血液課》

奔騰的熱血能維繫生命、救助他人，為了讓更多年輕世代了解血液知識，2023年5月本會打造了台灣第一本為青少年量身編製的血液知識科普圖文書《小大人的血液課》，以圖文並茂、淺顯易懂的方式，協助青少年了解捐血資訊及捐血的重要性。

《小大人的血液課》新書發表會邀請到淡江中學及自學團體等師生近60位參與，為這群青少年進行血液從捐入、檢驗、成分到供應的全線導覽，讓青少年們實地瞭解血液從離開人體到供應至醫院的流程，也讓他們理解血液的不可取代，以及血液的捐入到供出，是一個有嚴格品管的過程，讓捐血的健康觀念向下扎根，產生潛移默化的影響。

血液是醫療現場重要且不可或缺的資源之一，必須仰賴全民主動捐血支持。雖然台灣國民捐血率世界第一，但當前步入高齡化及少子女化社會，全台年輕族群捐血量卻逐漸下滑，17至20歲的捐血率也從民國2013年的15.61%來到了2022年的11.19%，小於24歲的首次捐血人數，更是從2013年的104,090人跌到2022年的61,408人，跌幅高達41%。由此可知捐血教育必須向下扎根，否則可預見的未來將面臨捐血斷層、醫療用血也恐將出現短缺。血液在人體內有無可取代的重要性，捐血對國家社會也深具重要性，期待本書能陪伴青少年



- ◆ 侯勝茂董事長在記者會致詞中表示，血液無可取代，捐血的觀念要往下扎根，所以希望藉由這本書，能讓青少年們瞭解捐血的重要。



◆ 田知學以醫師的角度肯定本書能讓讀者輕鬆認識血液基本知識和了解捐血無可取代的重要性。



◆ 本會董事長侯勝茂頒發獎品給搶答成功的五位同學。

建立健康的觀念，並且願意與人分享，因為捐血是分享生命、救助他人生命的大愛行動。因此，本會積極催生《小大人的血液課》一書，透過與「親子天下」專業團隊的合作，轉化專業的醫療陳述，讓捐血相關知識深入淺出、更加平易近人，並結合專業的出版發行規模以及行銷平台的露出，能精準的將訊息傳達給青少年們。

《小大人的血液課》新書發表會邀請到衛生福利部食品藥物管理署、衛生福利部醫事司、教育部國民及學前教育署以及新北市私立淡江高級中學共同參與，結合了產官學，以全方位點線面的擴散，讓各界都能在這個議題上各擅勝場。會中並邀請與談人振興醫院急重症醫學部主任田知學、親子天下總經理游玉雪與本會董事長侯勝茂展開座談。身在急診第一線田知學醫師特別分享急診室經驗，如果沒有足夠的醫療用血，病人無血可用很容易就處於不穩定的狀態或是無法挽救生命，在緊急輸血的背後，是因為一群默默挽袖的捐血人，才能守護有



◆ 記者會貴賓雲集，左起衛生福利部醫事司簡任技正呂念慈、教育部國民及學前教育署簡任視察張世昌、衛生福利部食品藥物管理署副署長陳惠芳、振興醫院急重症醫學部主任田知學、本會董事長侯勝茂、新北市私立淡江高級中學校長柯賜賢、親子天下總經理游玉雪、本會執行長魏昇堂。

需要的人與家庭，是他們守護著不認識的陌生人。她強調充足及安全的醫療用血對病人及醫療現場的重要性，「每一次我們用熱血挽救生命，背後都是國家與社會的團結，血液是穩定生命最重要的力量。」

座談後進行有獎徵答，對於才進行捐血中心參觀及聽取工作人員對於血液作業流程各項解說的同學們，紛紛舉手搶答，答對的同學們也由本會董事長侯勝茂頒發獎品，鼓勵這群小尖兵。從實地觀摩學習，到現場驗收成果進行問答，與學生們的互動為向下扎根做了最佳的示範，為學生們上了一堂最棒的生命教育課程。

《小大人的血液課》就像一堂生命教育通識課，內容囊括了歷史、生物、衛教、社會等跨領域知識，富含人文歷史、科學觀念以及公民素養，透過系統性整理，帶領青少年讀者一次搞懂血液基本知識和捐血無可取代的重要性。為了擴散本書影響力和向下扎根捐血教育，本會公益贈書給全國國中 736 所和全國公共圖書館 198 所，並以本書內容為基礎，對應課綱編製專屬教案和學習單、建立專屬網頁，於 2023 年 7 月 22 日舉辦線上教案師培活動，廣邀各地老師和教育工作者共同參與，共同實踐生命教育，幫助更多有需要的人。

◎《小大人的血液課》專屬網頁及教案下載：<https://reurl.cc/51OXbM>



- ◆《小大人的血液課》新書發表暨世界捐血人日記者會在豐富的內容安排中結束，與會貴賓與近 60 位的師生及家長合影，期望捐血向下扎根的願景能逐步實現。（圖第一排左起本會執行長魏昇堂、親子天下總經理游玉雪、新北市私立淡江高級中學校長柯賜賢、教育部國民及學前教育署簡任視察張世昌、本會董事長侯勝茂、振興醫院急重症醫學部主任田知學、衛生福利部食品藥物管理署副署長陳惠芳、衛生福利部醫事司簡任技正呂念慈。）

2.2.2

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
<ol style="list-style-type: none"> 1. 捐血時，體內的血容量會小部分流失。你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！ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 捐分層血小板者，請您在捐血前3小時先補充適量水分。 2. 捐全血者，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個小時內

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

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

PC-008.4

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，每人每次所捐血容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，這是一種捐血最易發生的不良反應，稱為血管迷走神經反應。虛弱、頭暈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
<ol style="list-style-type: none"> 1. 找他人陪伴您一起來捐血。 2. 如果您曾暈車或暈船或在突然站起來後感到暈眩，請在捐血前先告訴我們，我們的護理人員可以協助您。 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分鐘再次補充水、果汁或牛奶等水分。 5. 捐血前應正常飲食（清淡為主），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！ 	<ol style="list-style-type: none"> 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，使身體逐漸調節血容量。 2. 捐血後6小時內勿飲用酒精類飲品、勿泡溫泉、勿蒸氣浴。 3. 捐血後6小時內請勿開車。 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，請立即告訴我們的護理人員。
2. 如果您在離開捐血時感到暈眩，請立即坐下（或躺下）以避免跌倒並保護自己。您可以：

<ol style="list-style-type: none"> (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，至少坐上4-5分鐘。 (3) 在您離開之前補充至少約300毫升的水（如果有涼水更好），並補充解渴點心。 	<ol style="list-style-type: none"> (4) 在恢復後至少6小時內儘量不要開車（騎）車。 a. 如果您必須開車（騎）車卻在駕駛時感到暈眩，請放慢速度並在安全的情況下盡快靠邊停車。 b. 請您在汽車裡，儘可能躺在您的座位上（騎車者儘可能找安全處坐下或躺下）。 c. 建議不要離開您的車，因為行走在馬路上發生暈倒可能更危險。 d. 您可以撥打119求救專線。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，並且需要緊急照護，請先就近尋求醫院的協助，並致電我們這件事情。

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



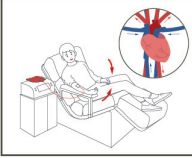
3. 「捐血過程中，您可以這樣做 - 簡單肌肉運動 (Applied Muscle Tension , AMT) 」

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昏現象，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輕。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：



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

您也可以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，請立即告訴現場護理人員，或致電我們。

台灣血液基金會

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、提取重物所導致。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，這是皮下組織疏鬆，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. 扎針手臂所纏繞之彈性繃帶，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？

請您不要緊張，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 小時內禁止搓揉或按摩瘀血處。
5. 必要時可在醫師的指示下，塗抹消腫藥膏於扎針處四周皮膚，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、手掌或手指頭有麻木感，或有持續性的針刺感。
3. 手臂或手指頭感到僵硬，或手掌或手指頭皮膚顏色發生改變，例如變白或變藍。
4. 扎針處腫脹大或異常腫脹。
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。

台灣血液基金會

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-011.3

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避免血液凝固，以使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、鎂，使其在血液中的濃度暫時下降，部份捐血人可能在**嘴唇、指尖或腳部**有發麻感，也可能有**輕微胃痛**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 牛奶、優格、乳酪	新鮮水果 香蕉、蘋果、哈密瓜、葡萄、鳳梨、柳橙、檸檬、橘子、草莓、藍莓、覆盆子、櫻桃、李子	綠色蔬菜 菠菜、油菜、芥藍、茼蒿、空心菜、豌豆苗、豆苗、豌豆、綠豆、黑豆、花生、芝麻、核桃、杏仁、腰果、榛子、松子、核桃仁、杏仁片、腰果片、花生片、芝麻粉、花生粉、芝麻粉、花生粉	堅果 杏仁、腰果、花生、芝麻、核桃、松子、核桃仁、杏仁片、腰果片、花生片、芝麻粉、花生粉
------------------------	---	---	--

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。

台灣血液基金會

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-012.2



◆ 「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。

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）。

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。

2.2.3

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，PBM）」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。

台灣的國民捐血率雖然是世界第一，但偶有醫療用血供應不足、血源短缺的現象。除了持續推動自願無償捐血外，因應未來可能面臨缺血的潛在隱憂，以及積極推動病人血液管理，本會廣邀台灣各醫學中心專科醫師加入編纂及審查團隊，於 2020 年 6 月正式出版編印第一本台灣本土化的輸血指引《精實輸血手冊》，自發行後無償贈予各醫療院所與輸血治療相關之專科醫師如血液腫瘤科、產科、小兒科、急診創傷及住院醫師等及血庫人員共

計 44,300 本。出版後參考醫界的回饋與建議，增修部分內容，俾使更符合台灣臨床作業之需求，於 2022 年 6 月發行第二版。

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。



2-3 多元宣傳

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。

2.3.1 知名人士代言 提高關注度

從大眾傳媒不發達到現在的自媒體時代，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，包括陳淑麗、賴佩霞等；爾後甚有成龍為捐血拍攝電視廣告，成為打開捐血的社會運動議題。

在名人的號召下，捐血運動漸漸基礎穩定，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，也同時結合拍攝捐血公益廣告。為推動年輕族群捐血，開始採用年輕代言人，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。歌手吳汶芳並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。除此之外，也特別與國際企業合作，引進全球捐血代言人世界級足球明星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。

2024年本會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享譽國際外，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動員去捐血。



- ◆ 黑嘉嘉的「參與捐血，改變局勢」，以台灣圍棋第一女棋士之姿展現，很能說服民眾。

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。2021年 COVID-19 疫情一度三級警戒，嚴謹的防疫措施，讓全民日常生活步調都有所變動，血源勸募也再次受到重挫；本會除配合國家政策外，捐血作業場所更加強防疫措施，做到「捐血安心，用血安全」。近年分別以2022年「捐血一袋，生命之愛」，2023年「捐血有愛，因為你在」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。



- ◆ 2022年捐血月於2021年12月30日辦理記者會，邀請到台灣海洋性貧血協會理事長盧孟佑醫師（右4）、用血30年的海洋性貧血病友杜羿進先生（左4）以及甫接受總統接見的績優捐血人代表劉俊耀教官（左3）現場分享。需要定期輸血的海洋性貧血患者在血液短缺時必須延長輸血周期，深明捐血重要，也藉此機會特別感謝捐血人，為「捐血一袋，生命之愛」的最佳寫照。



- ◆ 2023年捐血月記者會邀請網紅作家村子裡的凱莉哥（右3）及文苒（左2），分別以捐血者暨用血者家屬和年輕的定期捐血者的角色來分享經驗。



- ◆ 2022 年世界捐血人日的宣傳主題是「捐血是一種團結的行為，一起努力，拯救生命！」。值此疫情蔓延之際，更顯示捐血人透過持續捐血的團結行動，拯救他人生命，讓無數生命延續，是支持醫療量能的實際行動。



- ◆ 2023 年世界捐血人日「捐出血液和血漿，分享生命要時常」強調需要終生輸血的患者，要仰賴捐血人定期捐血，始有穩定的血源可輸用，對他們來說，是珍貴的生命禮物。定期捐血的習慣，才能讓血液能供應無虞，讓所有有需要的患者都能得到及時治療。

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。

2.3.3 運用媒體 發揮社會溝通力

本會以「以行動化、智能化的全國單一血液管理資訊系統—全方位管控血液品質」，獲「SNQ 國家品質標章—醫療週邊類／公益服務組」認證及「國家生技醫療品質獎」銅獎，是基金會第五度獲得國家生技醫療品質獎肯定。

以行動化、智能化全國單一血液管理資訊系統獲銅獎肯定及SNQ認證

台灣血液基金會 國家生技醫療品質獎5連霸

■鄭芝蘭

台灣血液基金會以「行動化、智能化的全國單一血液管理資訊系統—全方位管轄血液品質」，經評審團一致通過授予「國家生技醫療品質獎」銅獎，並獲「SNQ國家品質標準—醫療周邊類」公益服務組認證肯定，其優良的品質，被評審團譽為台灣最具代表性的生醫標準，帶給國人安心、健康的保障。這強大的研發實力、卓越的品質，是基金會第五度獲得國家生技醫療品質獎肯定。

台灣血液基金會董事長侯勝茂表示，為確保血液品質的核心架構出發點，台灣血液基金會與設備科技，共同組成百餘人專業團隊，花費近3年多的時間，透過客體化系統開發，建立全國性單一供血資料庫，從系統設計、開發、測試、驗收合格後上線，將捐血人招募、血液採集、血液檢驗、血品監製以及供應到醫院，全程納入系統監控，嚴密的管轄機制，更能提升血液品質及效能，所以獲得評審團肯定。該系統特色如下：

即時連接系統

智能專家嚴密把關

行動化：行動上網已深度融入生活，將行動數據整合至血液管理資訊系統。只要有網路設備，就能即時連接到系統，對捐血資格進行審核，立即將捐血過程的每項紀錄，同步傳送到系統資料庫。

料庫。官方網站上的「捐血人專區」也透過資料整合，捐血人可自行下載檢驗報告、捐血紀錄及預約捐血等服務。

智能專家系統協助捐血資格審查：「血液管理資訊系統」採用智能專家模式，均能自動套用管轄代碼，再將問題排序定版，組成成為捐血人填寫的電子捐血表。系統中的關鍵數據及問卷結果，判定捐血資格，大幅提升判定標準的一致性，確保資格審核的嚴謹度。

特殊血品配對

全程履歷管轄品質

特殊血品配對：大幅度改善配對等服務供時效；紅血球抗原血品供應配對，向患者提供紅血球與抗原配對服務，讓進行紅血球與抗原配對，並檢出與之相對應抗原性的紅血球血品；因各種紅血球抗原性的頻率不同，潛在數以千計的庫存血袋中尋找，運用系統可自動找出符合的血袋，快速供應給病患使用。

HLA配合血小板供應管理

針對HLA配合血小板供應管理，以一般血小板供應輸血無效時，需要HLA配合之分離血小板；輸入病患的HLA分型，系統自動將符合的分離血小板血品依相容程度高低排序，如無適合的血品，系統將搜尋相容度高的捐血人前來捐血，該捐血人捐入的血品也會自動與醫院訂單的病



台灣血液基金會董事長侯勝茂（左四）帶領資深同仁以「行動化、智能化的全國單一血液管理資訊系統—全方位管轄血液品質」第五度獲得國家生技醫療品質獎銅獎。台灣血液基金會/提供



「SNQ國家品質標準」授證國家生技醫療品質獎頒獎典禮，由行政院副院長沈榮津（左）頒發，台灣血液基金會董事長侯勝茂代表受獎。毛汎霖/攝影



台灣血液基金會董事長侯勝茂表示，以完備的資訊系統做好血液履歷全程追蹤，讓安全的血液成為醫療的支撐與後盾。毛汎霖/攝影

資料認定，供應給指定對象。全程履歷：捐血人從招募、血液採集、血液運輸、血品製備以及供應到醫院，詳實記錄各項關鍵數據的人、事、時、地、物，包含關鍵物料的廠牌/批號、血液採集時間、製備時間從捐血人到血品供應，全程納入履歷追蹤。

品質管轄：系統建置「血品安全管轄機制」，將各種影響血品安全的情境，產生對應的管轄代碼，判定嚴峻或特殊處理；亦可在捐血前自動審查捐血資格；在製備過程中將檢驗不合格、瑕疵不良品及有安全疑慮的血品自動隔離管轄，更提升血液品質及效能。

系統資料整合

高品質用血環境

系統整合：過去的捐血管理資訊系統為分散獨立的家園，捐血人資料需要利用內網進行交換，造成各捐血中心有一天的資料整合時間差。設置單一資料庫後

，可以即時同步各捐血地點捐血資訊；亦整合血液製備過程中各項儀器設備，介接「實驗室資訊系統」、「血球計數儀器」、「自動壓板機」、「全自動細菌檢測系統」等，以及醫院血庫使用的「醫院作業平台」，線上資訊均可即時同步。

大數據：「血液管理資訊系統」，透過嚴謹的資料轉換驗證，將40餘年重要的供、用血紀錄納入新系統；亦整合血液製備過程中各項儀器設備，介接「實驗室資訊系統」、「血球計數儀器」、「自動壓板機」、「全自動細菌檢測系統」等，以及醫院血庫使用的「醫院作業平台」，線上資訊均可即時同步。

科學化、縮短時間差、服務更及時

；科技化及數位化的服務，改善捐血人的捐血體驗。未來基金會除了SNQ監督機制接受不定期的檢查與抽驗之外，更以積極、嚴謹的態度自主管理，成為人民健康的後盾，也將繼續秉持「捐血快樂、用血安全」的理念，持續不斷精進，創造更好的捐血環境，提供高品質的醫療用血。

年份	獲獎題目	獎項
2017	安全類專用血來源的慎嚴者	國家生技醫療品質獎「醫療周邊類」銅獎
2018	全方位、高效率的捐血檢驗守護國人輸血安全	國家生技醫療品質獎「醫療周邊類」銅獎
2019	黃台灣、藍藥、離島病患用血的守護神—高雄捐血中心	國家生技醫療品質獎「醫療周邊類」銅獎
2020	全球首創人類類單株抗體檢測米田麥血型、輸血安全上層樓	國家生技醫療品質獎「醫療周邊類」銅獎
2021	行動化、智能化的全國單一血液管理資訊系統—全方位管轄血液品質	國家生技醫療品質獎「醫療周邊類」銅獎

◆ 2022年1月25日「經濟日報」刊登本會五度獲SNQ肯定及「國家生技醫療品質獎」銅獎之殊榮之相關報導。

廣告企劃製作

台灣血液基金會董事長侯勝茂表示，以「行動化、智能化的全國單一血液管理資訊系統—全方位管轄血液品質」第五度獲得國家生技醫療品質獎銅獎。

廣告企劃製作

一、行動化

- 捐血車配備行動網路：在任何地方都能連結資料庫，辦理捐血活動。
- 建置「捐血人專區」：捐血人可自行下載檢驗報告、捐血紀錄及預約捐血等服務。
- 打造「醫院網路作業平台」：提供醫院可線上訂位，並搜尋所有申請血品配對，包括單項血品與複項血品，提升血液管理效率。
- 血液服務專線申請：為急重症病人、輸血困難個案提供快速服務，不需受時間、地點限制，能即時與專家溝通處理，病人輸血反應也可透過專線回報，保障病人用血安全。

二、智能化

- 完整的「品質履歷」：透過數位化的系統開發設備，應用雲端運算與數據分析，建立完整的品質履歷。
- 大數據與AI加強把關：透過電子系統管理，即時掌握血液品質，從血液安全到血液品質，特殊血品配對功能，提升對捐血與用血成效，以及整合各捐血中心大數據，解決資料跨機關問題。

血液管理資訊更新 讓捐血快樂、用血安全

血液管理資訊更新，讓捐血快樂、用血安全。血液管理資訊系統，讓捐血快樂、用血安全。血液管理資訊系統，讓捐血快樂、用血安全。

國家與科技攜手展現軟實力

是根據保衛區、各自為政，例如台北有台北捐血中心的系統，台中、花蓮也有自己的捐血系統，資料互不相通，難以有效利用。

「血液管理資訊系統」，是根據保衛區、各自為政，例如台北有台北捐血中心的系統，台中、花蓮也有自己的捐血系統，資料互不相通，難以有效利用。

台灣血液基金會打造智能平台 五度獲SNQ與國家生技醫療品質獎肯定

台灣血液基金會，以「行動化、智能化的全國單一血液管理資訊系統」，獲「國家生技醫療品質獎」銅獎肯定。這背後，有賴整個「熱血團隊」的努力。

手術台上 一包血救護生命

「在手術台上，我一條條領命自當與神聖，整整進行二十四小時，從科專業的服務，回到患思而回國台時，當第一場手術與大量輸血，挽回一條七歲的生命。那天，小兒在護士房裡，不懼火氣與驚慌，緊握著我的孩兒，淚流滿面，決定用兩條腿重新站起。

「一般成人血液容量為5,000CC，手術過程中，小兒血液容量為3,000CC，手速

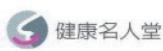
一包血救護生命

每一滴的熱血都有它的重量，台灣血液基金會董事長侯勝茂，帶領同仁創新捐血系統與流程，歷經五年獲得國家品質獎肯定，透過行動化、智能化的「血液管理資訊系統」，如今年在「台灣第一包輸血用血配對專案」，大幅提升輸血的安全與效率，確保醫療用血安全，為提升「熱血」的品質與品質，來回饋社會。

「在手術台上，我一條條領命自當與神聖，整整進行二十四小時，從科專業的服務，回到患思而回國台時，當第一場手術與大量輸血，挽回一條七歲的生命。那天，小兒在護士房裡，不懼火氣與驚慌，緊握著我的孩兒，淚流滿面，決定用兩條腿重新站起。

「一般成人血液容量為5,000CC，手術過程中，小兒血液容量為3,000CC，手速

◆ 2022年2月24日發行之《今周刊》1314期刊登專文報導。



病毒核酸檢驗 有效降低輸血感染



侯勝茂

台灣人熱心全球知名，近年受疫情影響，維持醫療用血供應無虞成為醫療體系最重要的挑戰，110年國人捐血達182萬人次，提供約422萬單位各類血品救助患者，國民捐血率高達7.76%，依舊維持世界第一，大家為了發揮愛心挽袖捐血，心意珍貴。

十年未再聞輸血染愛滋

國人愛心感人，但政府與民間合作維持用血安全，功不可沒，從事後救濟邁進為事前預防，血液基金會自102年1月16日起，於常規檢驗中納入「核酸擴大檢驗（NAT）」，針對愛滋、B及C型肝炎等病毒檢驗，自實施以來，迄今已十年未再發生輸血感染愛滋病毒個案，也未發生B型肝炎及C型肝炎的輸

血感染案例。

最早是為了照顧輸血感染愛滋病患，民國82年8月10日衛生署（現衛福部）與捐血中心研商，對輸血感染愛滋病毒者實施「道義救濟」的可行性及救濟額度，同年8月15日出現首例因輸血感染愛滋病毒案，加快政府腳步，與血液基金會多次討論，籌措道義救濟金來源。

輸血染病專款道義救濟

經各方努力，以社會救濟彌補科學檢驗檢限，衛生署核定「每一單位血液及血液成分的材料工本費附加百分之二」，專款提撥輸血感染愛滋病毒道義救濟金。經與醫療院所協議，自民國94年7月1日起實施，並設置道義救濟金管理委員會，於108年起減半收取。

初期輸血感染愛滋病患每位道義救濟給付200萬元，民國98年1月1日起，考量幫助無辜受害者，每案例救濟給付提高至300萬元。103年起納入輸血感染B、C肝炎個案，救濟給付50萬元，107年再擴大，將輸血相關急性肺損傷致死者納入救濟範圍，救濟給付200萬元。

血液基金會更將道義救濟金利息收入，用於加強捐血前篩檢，防範高風險族群捐血，杜絕輸血後感染愛滋病毒案例。除了在各捐血中心利用短片及海報宣導，各捐血點設置「私密性面談空間」，讓捐血人在私密環境下，誠實回答問卷及相關問題；也另提供愛滋病匿名諮詢醫院資訊，呼籲捐血人勿利用捐血進行愛滋篩檢。

實施「輸血感染愛滋病毒道義救濟」制度以來，截至日前，愛滋病毒道義救濟案件共27件。此制度屬於無過失救濟，保障民眾使用合法血液導致感染愛滋病時，依法請求救濟，使不幸感染的民眾不會驚慌失措或生活陷入困境，穩定社會民心。

長假之後更需大家挽袖

血液基金會除了全力維護醫療用血捐供平衡，對醫療用品品質更是嚴格把關，讓民眾有一個安心用血的環境。剛過完長達十天年假，適年前為假期儲備的血液差不多都供應到醫院了，因應醫院用血需求，此時更需大家挽袖捐出熱血，望大家維持定期捐血習慣，讓需血療疾的病人有充足的血液輸用。

（作者侯勝茂為台灣血液基金會董事長、前衛生署長）

◆ 董事長侯勝茂於 2023 年 1 月 31 日發表「病毒核酸檢驗 有效降低輸血感染」一文。

本會自 2013 年 2 月 1 日起全面供應經核酸擴大檢驗（NAT）合格的血品。至 2023 年已屆滿十年，而這十年來再無因輸血感染愛滋病毒、B 型肝炎及 C 型肝炎的個案，對於醫療用血的品質及安全，做到了最高級別的保障。NAT 實施至今已屆滿十週年，侯董事長為感謝前人為了血液安全的努力不懈，也欣慰能在血液安全的防線上，發揮了最大的功用，保護了用血人，也幫助了捐血者，特於 2023 年 1 月 31 日《聯合報》健康名人堂專欄發表「病毒核酸檢驗 有效降低輸血感染」一文。未來，本會仍會在醫療用血的捐供業務上持續努力，強化對捐血人的服務，為每一袋珍貴的血液做好最嚴密的把關，成為醫療最佳後援。

「健康醫療網」於捐血月期間製作健康專輯「熱血青年 ALL IN！」共分為五篇報導：「化療用血需求量比車禍更多！網紅凱莉哥捐血拋磚引玉」、「臉上做『這件事』長達一年不能捐血！護理長解密冷知識」、「捐血頭暈是貧血？醫師：錯！更透漏捐血人最常因『它』被婉拒」、「捐血竟有這好康！國外研究可降低心血管疾病發生」、「捐血後血液需經多少關卡才可使用？探訪捐血中心帶你一次瞭解！」。2023 年 4 月 6 日《聯合報》以半版篇幅以及網路新聞刊出捐血專題系列報導，包括「警報！年輕人不捐血 2030 年血液恐不夠用」、「年輕人不捐血敲響警鐘 輸血學會提 4 大改變」、「捐血退貨貧血占第一 補血要多吃這食物」等，引起其他媒體爭相報導相關主題。

除了醫療用血捐供平衡之外，本會延續企業社會責任與永續發展的雙重精神，積極配合政府各項政策與國際趨勢，本會透過環保化捐血車隊之建立、友善捐血環境，以節能減碳轉型的實際作為，獲得「2023 第三屆 TSAA 台灣永續行動獎」的「SDG13 氣候行動—建立環保化的捐血車隊」及「SDG3 健康與福祉—核酸試驗確保輸血安全」銅獎；經過《今周刊》的報導，也讓本會的永續行動讓民眾有更多的了解。

112年9月21日《今周刊》1396期

推動環保捐血車、確保輸血安全 台灣血液基金會榮獲二〇二三台灣永續行動獎

環保財團法台灣血液基金會作為台灣唯一非營利捐血機構，不僅在捐供保環維輸相關領域，更以聯合國永續發展目標中「SDG15陸地資源」和「SDG3氣候行動」領域的表現，獲得二〇二三台灣永續行動獎。這項殊榮再次凸顯台灣血液基金會「捐血快樂、用血安全、自我提昇、永續精進」的經營理念。

台灣血液基金會在「ESG」永續發展中，分別獲得了SDG15陸地資源、SDG3氣候行動、SDG9工業、製造及基礎建設「一項全獎」，並於七月二十一日，在入選頒獎典禮中接受頒獎。

台灣近十年無輸血感染案例 提升用血安全成效顯著

台灣捐血運動已有近半個世紀的歷史，每有超過百萬名熱心民眾自願無償參與。然而，過去儘管已經採用專業血液分析法（E-2）進行嚴格檢驗，患病的仍輸血者仍使用在「空窗期」的血液而不幸遭到感染的情況。

為了解決這一問題，台灣血液基金會與「E-2」進行嚴格檢驗，患病的仍輸血者仍使用在「空窗期」的血液而不幸遭到感染的情況。

台灣血液基金會獲獎後表示：台灣人的捐血事和輸血安全值得讚揚

台灣血液基金會董事長侯勝茂表示，台灣人的捐血事和輸血安全值得讚揚。定點採捐捐血車約六五〇萬元，也引致捐血車則約六〇〇萬元，因此台灣血液基金會會和其他公司企業及民間社團，以公益模式推動各類捐血車。

如二〇二一年捐血車共計六〇〇輛，電單車捐血車共計三二〇輛，電單車捐血車共計三二〇輛，電單車捐血車共計三二〇輛。

總計共約等同期於「六座大眾森林公園」一年的捐血量，逐步採供捐血車捐血車的發展，不只大幅降低了感染率，也明顯減少了血液排棄。

實踐 ESG 理念 台灣血液基金會獲獎後表示

侯勝茂表示，台灣的捐血事業長期維持在百分之八之間，二〇二二年更創下歷史新高，達到八〇％，是全世界最高所得國家捐血率中位居三、一五〇、五倍，堪稱全球之冠。

台灣血液基金會在 ESG 價值的引領下，未來除了繼續推動捐血車捐血車外，積極推廣採捐血車外，持續引進先進技術，確保血液檢測的高品質，並透過為青少年打造的校園文宣、小大人的血液課，即席開下外頭的宣傳。

即便醫療技術不進步，血液至今仍無法被取代。在少子化高齡社會的雙重挑戰下，台灣血液基金會將繼續探索新的到來，捐血、救人，救人、捐血。能喚起個人對自願捐血與永續環保的關注，共同創造更宏大正向的影響力。



台灣血液基金會榮獲「TSA 台灣永續行動獎」肯定，參獎單位研究處長侯仁輝（左一）及董事長侯勝茂（左二）與董事長侯勝茂（右一）合影。

◆ 2023年9月21日《今周刊》1396期，刊出本會永續行動獎相關報導。

2.3.4 網路新媒體崛起 閱者眾亦具報導深度

因應網路世代，本會亦持續以不同管道向群眾溝通。台灣網路新媒體《故事：寫給所有人的歷史（StoryStudio）》，透過創意方式結合數位媒體展現，提供適合所有讀者且值得信賴的知識平台，廣為年輕族群喜愛。董事長侯勝茂於2023年5月26日接受故事StoryStudio採訪，除了分享捐血事業在台灣的發展及變革，更表示如今台灣醫療量能足以讓每個生命享有充足血源、無分貧富貴賤，如此的捐血、供血平衡，確實是得來不易。



◆ 董事長侯勝茂接受網路媒體《故事：寫給所有人的歷史》的訪問。



◆ 「健康醫療網」於捐血月期間製作健康專輯「熱血青年 ALL IN！」，分5日陸續刊出，於捐血月期間協助宣導。

「健康醫療網」於捐血月期間製作健康專輯「熱血青年 ALL IN！」共分為五篇報導：「化療用血需求量比車禍更多！網紅凱莉哥捐血拋磚引玉」、「臉上做『這件事』長達一年不能捐血！護理長解密冷知識」、「捐血頭暈是貧血？醫師：錯！更透漏捐血人最常因『它』被婉拒」、「捐血竟有這好康！國外研究可降低心血管疾病發生」、「捐血後血液需經多少關卡才可使用？探訪捐血中心帶你一次瞭解！」

2.3.5 推動新世代捐血 社群宣傳多元化

「BE THE 1」是美商亞培公司發起的捐血人招募全球性計畫，在世界多國都有推行不同的招募方案或宣導，例如國際足球巨星 C 羅（Cristiano Ronaldo）就曾做為招募捐血人的全球代言人。2016 年時在台灣也獲得授權，於捷運車廂及月台均刊出 C 羅代言的捐血宣導廣告，引起民眾關注。

2023 年 4 月 27 日～6 月 16 日在台灣推出「BE THE 1 捐了再 GO⁺！」活動。在少子女化及高齡化的人口結構改變雙重影響下，向年輕族群招募捐血越來越不容易，如何讓年輕族群關心醫療用血，教育和宣導是重要的開端，也必須持續不斷的進行。運用年輕族群依賴的社群網路，透過線上活動擴散捐血訊息，是一個必要的途徑。

本次活動與學生們喜愛的社群 Dcard 合作，由 Dcard 當家主持人曼曼及 Rio 實際捐血分享捐血體驗，拍攝捐血車開箱影片，並在校園內進行隨機採訪，探討年輕族群們對於捐血的印象和對捐血的瞭解，讓議題在校園中發散，讓更多學生們注意到捐血課題，發揮網紅影響力；再結合年輕人關注的藝人、網路知名人物、KOL 等實際捐血、發揮影響力，藉以鼓勵新世代們勇敢捐血。

「捐了再 Go⁺」象徵著重整再出發、做有意義的事讓自己更有動力的意涵，希望透過直接而明確的宣傳，鼓勵年輕人付出行動的動力。活動期間包括宋芸樺、李玉璽、蔡阿嘎、王宣、反間樂咖、反間佳播、黃沐妍、短今、黑嘉嘉共 9 位參與捐血，並透過個人社群宣導及鼓勵民眾捐血救人。本次活動不論是影片或是藝人捐血，都引起網友們的注意，在社群上均造成討論話題，也是一項成功的宣傳行動。



◆「BE THE 1 捐了再 GO⁺！」活動用鮮明的主視覺，於社群快速傳散。



◆ 「多位知名藝人及KOL以實際捐血行動，再透過社群來號召捐血，引起迴響。(由左至右依序短今、蔡阿嘎、小豬黃沐妍、李玉璽、黑嘉嘉、宋芸樺、反間樂咖、反間鍾佳播、王萱)」

為了鼓勵年輕人捐血，與長期支持捐血公益的貼圖團隊「柴語錄」，聯手推出「捐血有你『柴』給力！」活動，製作「柴語錄聯名款多功能吊飾」，將可愛的「廢柴」結合鼓勵血人的話語，希望為捐血人帶來溫暖的力量；吊飾共有「熱血英雄」、「熱血勇士」、「熱血英雄給讚」3個款式，於2023年5月1日至6月15日期間致贈。另外，更邀請「廢柴」快閃校園，炒熱捐血活動氣氛！活動場次分別為5月3日明志科技大學、5月5日忠孝捐血室、5月10日中山醫學大學、5月11日國立屏東科技大學、5月12日國立中央大學。熱力



◆ 明志科技大學全校性捐血活動合影，左起國際獅子會300B1 財務長李彥杰、國際獅子會300B1 第一副總監鄭興進；右起國際獅子會300B1 校園熱血獅子會創會長陳秋欽、明志科技大學校長劉祖華。



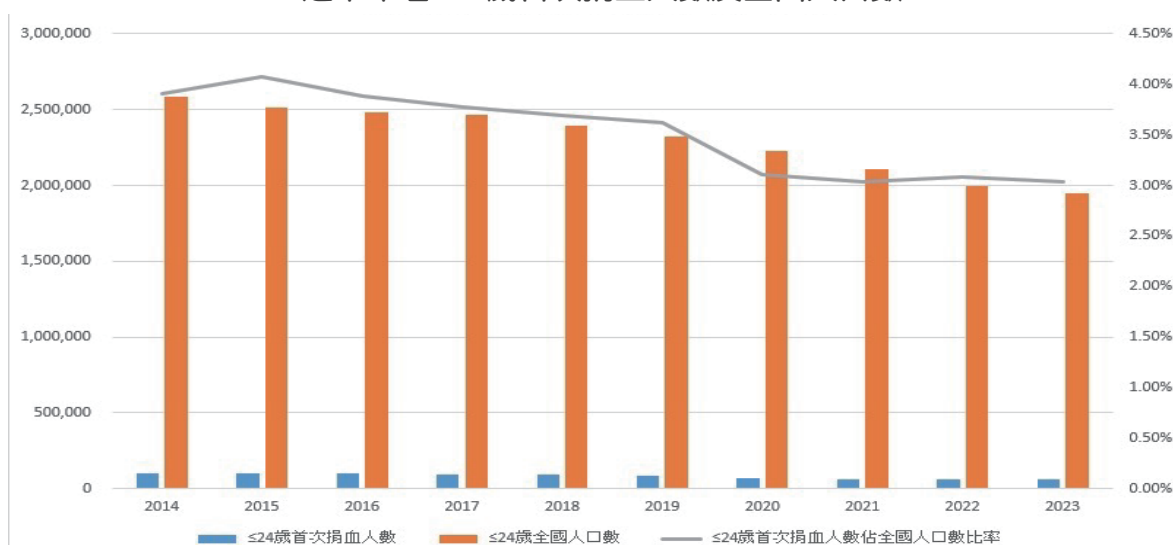
◆ 「廢柴」在台北忠孝捐血室附近的街頭賣力宣傳呼籲，希望有更多民眾來捐血。

四射的「廢柴」用滿滿熱情與大家相見，無論是捐血人或是同學都興奮地爭相合照；同時也不忘獻出熱血，5 個場次共 464 人次參與，募得血液 558 袋。

為拉近與年輕族群的距離，「柴語錄」更義務為台北忠孝捐血室及高雄北安捐血室導入「柴語錄」形象設計，成立主題捐血室，讓捐血室變得更輕鬆活潑，沈浸式的捐血體驗，也使得年輕族群捐血更沒有壓力，與走進醫院有完全不同感覺，讓年輕人更容易卸下心防走進捐血。

近年 24 歲以下首次捐血人數在近年多管齊下的努力後，下降比率從 4% 逐漸緩降，近兩年均值 3.06%，在面對少子女化趨勢的不可逆轉，已漸收效果。

近十年 ≤ 24 歲首次捐血人數及全國人口數



2.3.6 加強宣傳廣度 深化公益形象

2022 年新拍攝三支形象影片，包括「東引篇」、「疫情篇」、「紫南宮篇」。「東引篇」至東引拍攝，此為睽違 18 年再度登上國之北疆展開募血活動，透過連江縣政府及東引鄉公所協助，將捐血車載運至東引，參與陸軍東引地區指揮部 62 周年隊慶。捐血中心籌備數



- ◆ 2022 年拍攝三支形象影片，包括「東引篇」、「疫情篇」、「紫南宮篇」，藉以紀錄疫情時代募血點滴，也深化公益形象。

月，排除萬難，讓東引軍民都能認識捐血、參與捐血，也象徵捐血中心的服務能擴及每一個離島地區。

近三年的新冠肺炎疫情，讓全民已適應防疫新生活，但對捐血的影響，也在這三年中起起伏伏，一旦疫情燃起，確診、居隔人數大幅增加、取消捐血活動的情況頻繁發生，多次血液庫存量無法達到安全標準；許多定期的捐血人，做好自身防疫，仍然前來捐血，共體時艱，為了將疫情下的溫暖紀錄下來，拍攝「疫情篇」以感謝廣大的社會大眾，持續捐血救人。

捐血量受疫情影響甚巨，全國各地都有緊急支援團體在血量危急時刻協助各捐血中心辦理捐血活動。紫南宮於疫情期間每年辦理超過百場捐血活動，為緊急支援團體捐血募集量第一，拍攝「紫南宮篇」以資紀錄台灣特有宮廟文化，對聚集捐血能量的影響。

2.3.7 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，2022 年全國性捐血活動募得 201,089 袋血液、2023 年募得 245,995 袋血液，結合社會各界辦理全國性捐血活動，不僅有宣傳聲量，亦更名為活動聚焦，盼能為全國各地的捐血活動增添助力。

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，



◆ 台灣高鐵公司舉辦「寒冬送暖 捐血傳愛」捐血接力，首場於 2021 年 10 月 22 日在台北車站東三門出口外開始展開，10 月 29 日在高鐵南港總公司，高鐵董事長江耀宗（左 7）帶領同仁響應捐血救人。

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、傑人會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。



◆ 國際獅子會 300D3 區、300D5 區獅友及彰化師範大學附屬工業職業學校畢業的優秀校友企業家共同捐贈一輛大型捐血車「彰工金葉號」給台中捐血中心，捐贈暨剪綵儀式於 2023 年 1 月 31 日在彰師大附工校園內舉行。



◆ 「熱血傳愛，讓生命重啟」，金樹慈善基金會再捐「溫心 2 號」血液輸送車，捐贈儀式於 2023 年 1 月 8 日舉行，由董事長張福源（右）代表捐贈、台北捐血中心主任林敏昌（中）代表受贈，並於新北市議員金瑞龍（左）見證下合影。