



เหล่ากาชาดจังหวัดลำปาง
Lampang Province Red Cross Chapter

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
รับเลขที่ ๒๑
วันที่ ๑๙.๑.๖๒
เวลา ๑๓:๑๗ น.

ที่ ลข. ลป. ๖๖๑/๒๕๖๑

เหล่ากาชาดจังหวัดลำปาง
ถนนทิพย์ช้าง อำเภอเมือง ลป ๕๒๐๐๐

๒๘ ธันวาคม ๒๕๖๑

พิมพ์เขียวสารคดีและสื่อมวลชน
เลขที่ ๐๐๙ 62
วันที่ 3 ม.ค. 2562
เวลา

เรื่อง การรับบริจาคโลหิต

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กำหนดการรับบริจาคโลหิต ของเหล่ากาชาดจังหวัดลำปาง จำนวน ๑ ฉบับ
๒. คุณสมบัติ,ข้อปฏิบัติของผู้บริจาคโลหิต และผลดีของการบริจาคโลหิต จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยเหล่ากาชาดจังหวัดลำปางร่วมกับโรงพยาบาลลำปาง กำหนดออกรับบริจาคโลหิต ณ หน่วยงานของท่าน ในวันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๖๒

ในการนี้ เหล่ากาชาดจังหวัดลำปาง ขอความร่วมมือท่านในการจัดเตรียมสถานที่รับบริจาคโลหิต และประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริจาคโลหิตทราบ เพื่อเตรียมความพร้อมด้านความสมบูรณ์ของร่างกายในการบริจาคโลหิตต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เรียน อธิการบดี

ขอแสดงความนับถือ

- นำกำหนดการรับบริจาคโลหิต
ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
ในวันที่ ๓๑ ม.ค. ๒๕๖๒
- เป็นตารางขอ กงษ. จัดเตรียมสถานที่
ห้อง มุขนานที่๑๓๓๓ หรือ
- ๑๕๐/๑๓๓๓๓

ศิริสุข

(นางศิริสุข สวาสดิ์ธรรม)

นายกเหล่ากาชาดจังหวัดลำปาง

M
- 2 ม.ค. 2562

จัดพิมพ์แล้ว

๖ ม.ค. ๖๒

จัดพิมพ์แล้ว

๑ ม.ค. ๖๒

ฝ่ายเลขานุการ

โทร./โทรสาร. ๐ ๕๔๒๑ ๗๗๕๘

เรียน คณบดี
 เรียนมาเพื่อทราบ
 เรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา
 เห็นควรมอบ
 ร้องคณบดีฝ่ายบริหารและแผน
 ร้องคณบดีวิชาการและวิจัย
 ร้องคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา
○ เพื่อพิจารณา ○ เพื่อทราบ
 อื่นๆ... ป.ร. กิ่งไทรคดง

๓/๒๓/๖๒

คุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต , ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้บริจาคโลหิตก่อนบริจาคโลหิต
และผลดีของการบริจาคโลหิต

คุณสมบัติของผู้บริจาคโลหิต

1. มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์
2. อายุระหว่าง 17 ปีบริบูรณ์ถึง 60 ปี
3. น้ำหนักตั้งแต่ 45 กิโลกรัมขึ้นไป
4. ไม่จำกัดเพศ
5. ไม่เป็นบุคคลในกลุ่มที่เสี่ยงต่อการเป็นพาหะของโรค เช่น กลุ่มรักร่วมเพศ กลุ่มติดยาเสพติด
6. ต้องไม่มีประวัติเป็นโรคติดเชื้อ โรคเอดส์ และไข้มาลาเรียในระยะ 3 ปี
7. ความเข้มข้นของโลหิต หญิงสูงกว่า 80% ชาย 90%
8. ความดันโลหิตซิสโตลิก ไม่ต่ำกว่า 100 มม.ปรอท

สำหรับความเข้มข้นของโลหิต และความดันโลหิต แพทย์และพยาบาลจะตรวจให้ก่อนบริจาคโลหิต

ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้บริจาคโลหิต ก่อนบริจาคโลหิต

1. ควรนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง
2. ไม่ควรรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงมาก ก่อนมาบริจาคโลหิต
3. ควรมีสุขภาพสมบูรณ์ดีทุกประการ
 - ถ้ากำลังเป็นหวัด ไม่ควรบริจาค
 - ควรหายจากไข้หวัดอย่างน้อย 7 วัน
 - ถ้ากำลังรับประทานยา หรือฉีดยารักษาอาการเจ็บป่วยอยู่ ก็ไม่ควรบริจาค
4. ผู้บริจาคที่เป็นผู้หญิง ไม่ควรบริจาคขณะที่มีประจำเดือน
5. ขณะที่หิวหรือไม่ได้รับประทานอาหารมา ไม่ควรบริจาค

ผลดีของการบริจาคโลหิต

1. ได้ทราบหมู่โลหิต
2. ได้รับการตรวจสุขภาพทุก 3 เดือน
3. ได้รับการตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี, เชื้อโรคเอดส์และเชื้อซิฟิลิส (กามโรค)
4. ได้รับความภาคภูมิใจที่ได้เสียสละโลหิตในร่างกาย เพื่อเป็นสาธารณะประโยชน์ต่อผู้อื่นและมี
ความสบายใจที่ได้ ทำบุญทำกุศลอันยิ่งใหญ่