

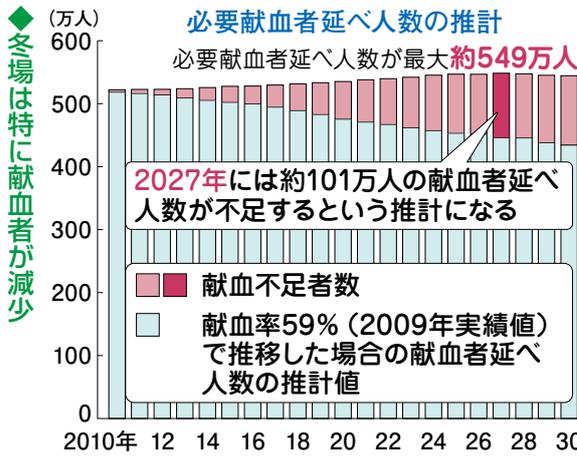




献血者が減少

輸血を受ける人の約9割が50歳以上です。今後も少子高齢化により輸血を必要とする高齢者がふえ続け、献血を担う若者は減少します。

そのため、特に若者の献血がますます重要になりますが、この状況に反して、10〜20代の献血者は、10年前に比べて35パーセントも減少しています。若者の献血がこのまま減り続けると、2027年には約101万人分の血液が足りなくなると推測され、危機的な状況になる可能性があります。(左グラフ参照)。



◆冬場は特に献血者が減少  
冬場の1〜3月は、インフルエンザなどが流行して体調を崩したり、薬を服用したりする人が多くなるため、献血者が減少します。



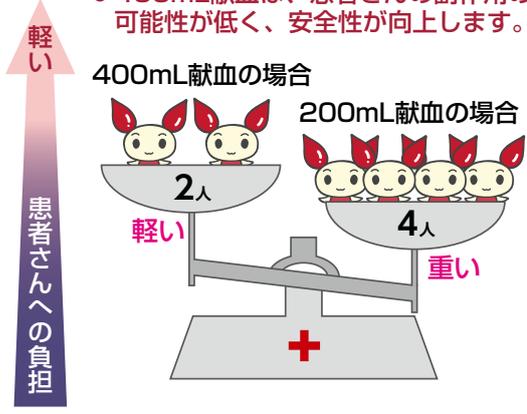
400mL (ミリリットル) の献血にご協力を

献血は、400ミリリットル献血と200ミリリットル献血、成分献血の3種類があります。

現在、輸血用血液は献血によって賄われていますが、医療現場が必要としている血液製剤の大部分は400ミリリットル献血と成分献血からできる製剤です。A・O・B・ABやRhなどの血液型が同じでも、血液は一人一人微妙に違います。免疫反応による重大な副作用や、肝炎などの輸血後感染症の危険性を減らすためにも、できるだけ少人数の献血者による血液を使うことが望まれます。

輸血を必要としている患者の安全のために、採血基準を満たしている人は、ぜひ400ミリリットル献血にご協力をお願いします。

◆400mL献血は、患者さんの副作用の可能性が低く、安全性が向上します。



献血方法別の採血基準

項目	全血献血		成分献血	
	200mL 全血献血	400mL 全血献血	血しょう成分献血	血小板成分献血
1回献血量	200mL	400mL	600mL以下 (循環血液量の12%以内)	400mL以下
年齢	16〜69歳※	男性：17〜69歳※ 女性：18〜69歳※	18〜69歳※	男性：18〜69歳※ 女性：18〜54歳
※65歳以上の人の献血は、60〜64歳の間に献血経験がある人に限ります。				
体重	男性：45kg以上 女性：40kg以上	男女とも50kg以上	男性：45kg以上 女性：40kg以上	
最高血圧	90mmHg以上			
色素量 (ヘモグロビン濃度)	男性：12.5g/dL以上 女性：12.0g/dL以上	男性：13.0g/dL以上 女性：12.5g/dL以上	12.0g/dL以上 (赤血球指数が標準域にある女性は11.5g/dL以上)	12.0g/dL以上
血小板数	—		15万/μL以上	
年間献血回数	男性：6回以内 女性：4回以内	男性：3回以内 女性：2回以内	血小板成分献血1回を2回分に換算して血しょう成分献血と合計で24回以内	
年間総献血量	200mL献血と400mL献血を合わせて 男性：1,200mL以内 女性：800mL以内		—	



献血ができる基準

- ◆献血ができる人  
献血する人の安全と、その血液を輸血する人の安全の両方を守るため、  
○16〜69歳の健康な人(65歳以上の人)は、60〜64歳の間に献血経験がある人で、左表の採血基準に該当する人
- ◆献血ができない人  
×体調不良、服薬中、発熱などの人  
★服薬中の人は、服薬目的により医師が可否を判断しますので、薬剤名がわかるものを持参してください。

- ×3日以内に出血を伴う歯科治療をした人
- ×一定期間内に予防接種を受けた人
- ×6か月以内にピアスの穴をあけたり入れ墨を入れた人
- ×心臓病・悪性腫瘍・血液疾患・ぜんそく・けいれん性疾患・脳卒中など特定の病気にかかったことのある人
- ×4週間以内に海外へ行った人
- ×輸血歴・臓器移植歴のある人
- ×エイズ、肝炎などのウイルス保有者、クロイツフェルト・ヤコブ病の人、またはそれと疑われる人
- ×妊娠中、授乳中の人 など

献血の間隔表

今回の献血	200mL 全血献血	400mL 全血献血	血しょう成分献血	血小板成分献血※
200mL 全血献血	—	—	—	—
400mL 全血献血	—	—	—	—
血しょう成分献血	男女とも4週間後の同じ曜日から献血できます	男性は12週間後・女性は16週間後の同じ曜日から献血できます	男女とも2週間後の同じ曜日から献血できます	—
血小板成分献血※	—	男女とも8週間後の同じ曜日から献血できます	—	※血しょうを含まない献血をした場合、1週間後血小板成分献血ができます。ただし、4週間に4回以上期間をあけてください。