

Thanh Bình, ngày 19 tháng 3 năm 2026

THƯ KÊU GỌI
Hiến máu tình nguyện năm 2026

Kính gửi:

- Các cơ quan, đơn vị;
- Các tổ chức thành viên của MTTQ xã;
- Toàn thể cán bộ, đảng viên, đoàn viên, hội viên và nhân dân trên địa bàn xã.

Hiến máu nhân đạo là một nghĩa cử cao đẹp thể hiện tấm lòng nhân ái và trách nhiệm với cộng đồng. Đây là một trong những phong trào lớn của xã hội, là hoạt động ý nghĩa và mang đậm tính văn hóa, nhân văn, thể hiện sâu sắc đạo lý tương thân tương ái, thương người như thể thương thân của dân tộc ta.

Thực hiện Kế hoạch số 01/KH-BCĐ ngày 10/3/2026 của Ban chỉ đạo vận động hiến máu tình nguyện xã Thanh Bình, tỉnh Ninh Bình. Với tinh thần cho đi để sống lại, **Thứ Sáu ngày 27 tháng 3 năm 2026**. Hội Chữ Thập Đỏ xã Thanh Bình Bình, tổ chức ra quân Hiến Máu tình nguyện Đợt 01, hưởng ứng “Lễ Hội Xuân hồng” năm 2026 tại Nhà thi đấu xã Liêm Hà (**tức Nhà thi đấu xã Liêm Cần cũ**).

Vì vậy Ban Chỉ đạo hiến máu tình nguyện xã Thanh Bình trân trọng kêu gọi các cơ quan đơn vị, toàn thể cán bộ, đảng viên, hội viên, đoàn viên, thanh niên và nhân dân tích cực tham gia Ngày Hội Hiến máu tình nguyện.

- Mọi chi tiết liên quan đến việc hiến máu liên hệ với các đ/c Bí thư Chi bộ, Trưởng thôn, đ/c Chi hội trưởng Chữ thập đỏ các thôn, lãnh đạo các cơ quan, đơn vị hoặc liên hệ với Hội Chữ thập đỏ xã để được tư vấn cụ thể.

Số điện thoại liên hệ: 0856331232 - Đồng chí Hoàng Thị Thanh Huyền - Chủ tịch Hội Chữ thập đỏ xã.

Xin trân trọng cảm ơn sự hưởng ứng của quý cơ quan, đơn vị và toàn thể nhân dân./.

TM. BAN CHỈ ĐẠO
TRƯỞNG BAN

PHÓ CHỦ TỊCH UBND XÃ
Phạm Thị Thu Hằng

Phụ lục tuyên truyền, vận động hiến máu tình nguyện

1. Ai có thể tham gia hiến máu?

- Tất cả mọi người từ đủ 18 đến 60 tuổi.
- Cân nặng 42 kg đối với nữ, 45kg đối với nam. Lượng máu hiến mỗi lần không quá 9ml/kg cân nặng và không quá 500ml mỗi lần.
- Không bị nhiễm hoặc không có các hành vi lây nhiễm HIV và các bệnh lây nhiễm qua đường truyền máu khác.
- Thời gian giữa 2 lần hiến máu là 12 tuần đối với cả nam và nữ.

2. Ai là người không nên hiến máu?

- Người đã nhiễm hoặc đã thực hiện hành vi có nguy cơ nhiễm HIV.
- Người đã nhiễm viêm gan B, viêm gan C và các vi-rút lây qua đường truyền máu.
- Người có các bệnh mãn tính như: tim mạch, huyết áp, hô hấp, dạ dày...
- Phụ nữ đang mang thai.

3. Khi hiến máu sẽ được làm những xét nghiệm gì?

- Tất cả những đơn vị máu thu được sẽ được kiểm tra nhóm máu (hệ ABO, hệ Rh), HIV, vi-rút viêm gan B, vi-rút viêm gan C, giang mai.
- Người hiến máu sẽ được thông báo kết quả, được giữ kín và được tư vấn (miễn phí) khi phát hiện ra các bệnh nói trên.

4. Hiến máu nhân đạo có hại đến sức khỏe không?

Hiến máu theo hướng dẫn của thầy thuốc không có hại cho sức khỏe. Điều đó đã được chứng minh bằng các cơ sở khoa học và cơ sở thực tế.

a. Cơ sở khoa học:

- Máu có nhiều thành phần, mỗi thành phần chỉ có đời sống nhất định và luôn luôn được đổi mới hằng ngày. Ví dụ: Hồng cầu sống được 120 ngày, nếu không hiến máu thì hồng cầu cũng chết đi và sinh ra hồng cầu mới, huyết tương thường xuyên được thay thế và đổi mới. Cơ sở khoa học cho thấy, nếu mỗi lần hiến dưới 1/10 lượng máu trong cơ thể thì không có hại đến sức khỏe.

- Nhiều công trình nghiên cứu đã chứng minh rằng, sau khi hiến máu, các chỉ số máu có thay đổi chút ít nhưng vẫn nằm trong giới hạn sinh lý bình thường không hề gây ảnh hưởng đến các hoạt động thường ngày của cơ thể.

b. Cơ sở thực tế:

- Thực tế đã có hàng triệu người hiến máu nhiều lần mà sức khỏe vẫn hoàn toàn tốt. Trên thế giới có người hiến máu trên 400 lần. Ở Việt Nam, người hiến máu nhiều lần nhất đã hiến gần 100 lần, sức khỏe hoàn toàn tốt.

- Như vậy, mỗi người nếu thấy sức khỏe tốt, không có các bệnh lây nhiễm qua đường truyền máu, đạt tiêu chuẩn hiến máu thì có thể hiến máu từ 3-4 lần trong một năm, mà không ảnh hưởng xấu đến sức khỏe của bản thân và đảm bảo máu có chất lượng tốt, an toàn cho người bệnh.

5. Quyền lợi của người hiến máu (Căn cứ Thông tư số 26/2013/TT-BYT ngày 16/9/2013 của Bộ Y tế về việc Hướng dẫn hoạt động truyền máu).

- Được khám và tư vấn sức khỏe miễn phí.

- Được kiểm tra và thông báo kết quả các xét nghiệm máu (hoàn toàn bí mật):

nhóm máu, HIV, vi-rút viêm gan B, vi-rút viêm gan C, giang mai. Trong trường hợp người hiến máu có nhiễm hoặc nghi ngờ nhiễm các mầm bệnh này thì sẽ được

Bác sỹ mời đến để tư vấn sức khỏe.

- Được giải thích về quy trình lấy máu, các tai biến không mong muốn có thể

xảy ra, các xét nghiệm sẽ thực hiện trước và sau khi hiến máu.

- Được cấp giấy chứng nhận hiến máu tình nguyện. Ngoài giá trị về mặt tôn vinh, giấy chứng nhận hiến máu có giá trị bồi hoàn máu không tính tiền nếu không

may mình mắc bệnh có sử dụng máu, số lượng máu được bồi hoàn lại tối đa bằng

lượng máu người hiến máu đã hiến. Giấy Chứng nhận này có giá trị tại các bệnh

viện, các cơ sở y tế công lập trên toàn quốc.

- Được cơ quan có thẩm quyền xem xét, quyết định tôn vinh, khen thưởng và

bảo đảm các quyền lợi khác về tinh thần, vật chất của người hiến máu theo quy định của pháp luật.

6. Khi hiến máu có thể bị nhiễm bệnh không?

Kim dây lấy máu vô trùng, chỉ sử dụng một lần cho một người, vì vậy không thể lây bệnh cho người hiến máu.

7. Ngày mai tôi sẽ hiến máu, tôi nên chuẩn bị như thế nào?

- Tối nay bạn không nên thức quá khuya (ngủ trước 23:00).
- Khi đi hiến máu nên ăn nhẹ, uống nhiều nước trước khi hiến máu; không ăn

thức ăn nhiều dầu mỡ trước khi hiến máu.

- Không uống rượu, bia trong 24h trước khi hiến máu.
- Mang giấy CCCD/CC hoặc giấy tờ tùy thân có dán ảnh khi đi hiến máu.

8. Những trường hợp nào cần phải trì hoãn hiến máu?

* Những người phải trì hoãn hiến máu trong 12 tháng kể từ thời điểm:

- Phục hồi hoàn toàn sau các can thiệp ngoại khoa;
- Khỏi bệnh sau khi mắc một trong các bệnh sốt rét, giang mai, lao, uốn ván,

viêm não, viêm màng não;

- Kết thúc đợt tiêm vắc xin phòng bệnh dại sau khi bị động vật cắn hoặc tiêm,

truyền máu, chế phẩm máu và các chế phẩm sinh học nguồn gốc từ máu;

- Sinh con hoặc chấm dứt thai nghén.

* Những người phải trì hoãn hiến máu trong 06 tháng kể từ thời điểm:

- Xăm trổ trên da;
- Bấm dái tai, bấm mũi, bấm rốn hoặc các vị trí khác của cơ thể;
- Phơi nhiễm với máu và dịch cơ thể từ người có nguy cơ hoặc đã nhiễm các

bệnh lây truyền qua đường máu;

- Khỏi bệnh sau khi mắc một trong các bệnh thương hàn, nhiễm trùng huyết,

bị rắn cắn, viêm tắc động mạch, viêm tắc tĩnh mạch, viêm tuỷ xương, viêm tụy.

* Những người phải trì hoãn hiến máu trong 04 tuần kể từ thời điểm:

- Khỏi bệnh sau khi mắc một trong các bệnh viêm dạ dày ruột, viêm đường tiết niệu, viêm da nhiễm trùng, viêm phế quản, viêm phổi, sởi, ho gà, quai bị, sốt

xuất huyết, kiết lỵ, rubella, tả, quai bị;

- Kết thúc đợt tiêm vắc xin phòng rubella, sởi, thương hàn, tả, quai bị, thủy đậu, BCG.

* Những người phải trì hoãn hiến máu trong 07 ngày kể từ thời điểm:

- Khởi bệnh sau khi mắc một trong các bệnh cúm, cảm lạnh, dị ứng mũi họng,

viêm họng, đau nửa đầu Migraine;

- Tiêm các loại vắc xin khác, trừ các loại đã được quy định.

* Một số quy định liên quan đến nghề nghiệp và hoạt động đặc thù của người

hiến máu: những người làm một số công việc và thực hiện các hoạt động đặc thù

sau đây chỉ hiến máu trong ngày nghỉ hoặc chỉ được thực hiện các công việc, hoạt

động này sau khi hiến máu tối thiểu 12 giờ:

- Người làm việc trên cao hoặc dưới độ sâu: phi công, lái cần cẩu, công nhân

làm việc trên cao, người leo núi, thợ mỏ, thủy thủ, thợ lặn;

- Người vận hành các phương tiện giao thông công cộng: lái xe buýt, lái tàu hoả, lái tàu thuỷ;

- Các trường hợp khác: vận động viên chuyên nghiệp, người vận động nặng, tập luyện nặng.