

[Home](#) > [地方綜合](#) > [醫護相挺](#) 嘉基醫院挺環台活...

地方綜合

醫護相挺 嘉基醫院挺環台活動救血荒

 By 黃信峯 2021年2月5日

 166

f

Facebook



Telegram



Twitter



Email



記者黃昭博 / 嘉義報導

為解全台血荒，台灣環台醫療策略聯盟協會發起「醫護相挺·好血有你·環台二十·熱血無限」捐血活動，嘉義基督教醫院副院長陳明晃帶頭捐血共同響應，院方也特別預備再耕園餐盒，鼓勵民眾伸出援手捐出熱血，幫助更多需要的病人。截至5日下午2點嘉基募集了50袋血，為南部血液庫存低於10天用量的情況盡點心力，稍紓解庫存不足的壓力。



台南捐血中心表示，現因年節將至，血庫為儲備春節血源，目前低於十天庫存，尚缺約一萬袋血，各血型皆需要，故急須大家挽袖捐血。

嘉基營養科營養師吳惇平說，大家都會擔心捐完血後可能會產生一些副作用，例如疲累、無力、頭昏等，如何幫助改善這些副作用呢？因血漿中90%都是水，剛捐完血的時候補充水份，可使血容積很快恢復以避免捐血後的不適，所以最好能在捐完血後1小時內補充500毫升的水分並攝取一些食物，可讓身體回復體力並讓血液中的葡萄糖保持穩定，可以選擇富含蛋白質和鐵質的食物如：豬肉、牛肉、海鮮等。在捐血後的6-8小時內，記得還是要持續補充至少500毫升的水並且避免激烈運動。

嘉基院長姚維仁表示，嘉基為「重度級」急救責任醫院，每月平均要用血3180袋、每日平均120袋，血液需求量相當大，且血液目前仍無替代品可取代，鼓勵符合捐血條件的民眾養成定期捐血的習慣，讓血庫不再有血荒，一起幫助更多有需要的民眾。