

VIỆN HÀN LÂM
KHOA HỌC XÃ HỘI VIỆT NAM
CÔNG ĐOÀN - ĐOÀN THANH NIÊN

Số: 38 /KHXH-CĐ-ĐTN
V/v tham gia hiến máu tình nguyện
năm 2022

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Hà Nội, ngày 21 tháng 4 năm 2022

Kính gửi: - Ban Chấp hành Công đoàn các đơn vị
- Ban Chấp hành Đoàn thanh niên các đơn vị

Những năm qua phong trào hiến máu tình nguyện được Công đoàn và Đoàn thanh niên Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam (Viện Hàn lâm) triển khai sâu rộng có nề nếp, thể hiện lòng nhân ái, tính nhân văn sâu sắc, tinh thần xung kích, tình nguyện, là nét đẹp văn hóa, nghĩa cử cao đẹp và tình cảm, trách nhiệm của công chức, viên chức và người lao động Viện Hàn lâm vì cộng đồng. Với thông điệp “Hiến giọt máu đào – trao người sự sống”, Công đoàn chủ trì, phối hợp với Đoàn Thanh niên Viện Hàn lâm tổ chức Ngày hội hiến máu tình nguyện năm 2022, kêu gọi toàn thể công chức, viên chức và người lao động (CCVCNLĐ) Viện Hàn lâm tham gia hiến máu cứu người vì sức khỏe cộng đồng. Cụ thể như sau:

1. Đối tượng, điều kiện và quyền lợi

1.1. Đối tượng: CCVCNLĐ các đơn vị thuộc, trực thuộc Viện Hàn lâm có trụ sở tại Hà Nội (đối với các Viện: KHXH vùng Trung Bộ, KHXH vùng Nam Bộ và KHXH vùng Tây Nguyên, Ban Chấp hành Công đoàn, Đoàn Thanh niên phối hợp báo cáo cấp ủy, Lãnh đạo đơn vị vận động CCVCNLĐ và liên hệ với cơ sở y tế tại địa phương để tổ chức hiến máu và báo cáo kết quả thực hiện về Công đoàn Viện Hàn lâm).

1.2. Điều kiện và quyền lợi tại Phụ lục kèm theo.

2. Thời gian, địa điểm

2.1. Thời gian: Ngày 06 tháng 5 năm 2022 (Thứ Sáu)

- Lễ Khai mạc Ngày Hội hiến máu tình nguyện: 8h30'.

- Thời gian đăng ký và tiếp nhận hiến máu: từ 7h30' đến 11h30'.

2.2. Địa điểm: Sảnh tầng 1, tòa nhà B, số 1 Liễu Giai, Ba Đình, Hà Nội.

3. Đăng ký

Danh sách đăng ký gửi về Công đoàn Viện Hàn lâm qua email: congdoanvass@gmail.com trước ngày 03/5/2022.

Với ý nghĩa cao đẹp của việc hiến máu cứu người “Hiến giọt máu đào – trao người sự sống”, Công đoàn và Đoàn Thanh niên Viện Hàn lâm đề nghị Ban Chấp hành Công đoàn và Ban Chấp hành Đoàn Thanh niên các đơn vị phối hợp, báo cáo Cấp ủy, Lãnh đạo đơn vị tạo mọi điều kiện và động viên CCVCNLĐ của đơn vị tham gia hiến máu cứu người.

Mọi thông tin chi tiết xin liên hệ đ/c Nguyễn Thị Thu Huyền, chuyên viên Văn phòng Công đoàn, điện thoại: 0985159738 hoặc đ/c Nguyễn Thanh Bình, chuyên viên Văn phòng Đoàn Thanh niên, điện thoại: 0848420292./.

Noi nhận:

- Như trên;
- Ban Lãnh đạo Viện HL (để b/c);
- Ban DVĐU Viện HL (để b/c);
- Thủ trưởng đơn vị thuộc, trực thuộc Viện Hàn lâm (để phong);
- UV BCH Công đoàn Viện HL;
- UV BCH Đoàn TN Viện HL;
- Lưu: VPCĐ, VPĐTN.

**TM. BAN THƯỜNG VỤ
CÔNG ĐOÀN
PHÓ CHỦ TỊCH**



★ Phạm Văn Dương

**TM. BAN THƯỜNG VỤ
ĐOÀN THANH NIÊN
PHÓ BÍ THƯ**



Nguyễn Thị Hiền

CÔNG ĐOÀN VIỆN HÀN LÂM
KHOA HỌC XÃ HỘI VIỆT NAM
CÔNG ĐOÀN ...

**DANH SÁCH ĐĂNG KÝ THAM GIA HIẾN MÁU TÌNH NGUYỆN
NĂM 2022**

TT	Họ tên	Năm sinh		Điện thoại
		Nam	Nữ	
1	Nguyễn Văn A	1993		
			

**TM. BAN CHẤP HÀNH
CHỦ TỊCH (PHÓ CHỦ TỊCH)**
(Ký, họ tên, đóng dấu)

THÔNG TIN CƠ BẢN VỀ HIẾN MÁU TÌNH NGUYỆN

Mỗi ngày, Viện Huyết học – Truyền máu Trung ương cần khoảng 1.500 đơn vị máu để cung cấp cho khoảng 170 bệnh viện tại 25 tỉnh, thành phố với diện bao phủ 40 triệu dân.

1. Lợi ích của việc hiến máu tình nguyện

- Kiểm tra định kỳ, theo dõi sức khỏe

Khi tham gia hiến máu, người hiến máu sẽ được kiểm tra mạch, huyết áp, lượng hồng cầu trong máu, vi rút viêm gan B. Vậy nên, hiến máu cũng là một cách kiểm soát sức khoẻ định kỳ cho người hiến máu.

- Một lần gửi máu vào ngân hàng

Mỗi một lần hiến máu là một lần gửi vào ngân hàng máu; khi người hiến máu cần nhận máu, họ sẽ được bồi hoàn máu miễn phí. Như vậy, hiến máu vừa cứu người, vừa là cách “bảo hiểm” sức khỏe cho chính mình.

- Hiến máu làm giảm quá tải sắt

Đây là một lợi ích sức khoẻ quan trọng của hiến máu. Theo các nghiên cứu, hiến máu làm giảm lượng sắt dư thừa và những người hiến máu thường xuyên sẽ giảm quá tải sắt trong cơ thể.

- Hiến máu làm giảm nguy cơ xuất hiện đột quy tim mạch

Theo y học, lượng sắt dư thừa là tác nhân trong việc gây ra các bệnh lý tim mạch. Đây là vấn đề rắc rối ở tất cả đàn ông và những phụ nữ mãn kinh, riêng phụ nữ trong độ tuổi sinh nở thì loại bỏ một phần lượng sắt dư thừa qua chu kỳ kinh nguyệt hàng tháng. Vậy nên hiến máu khi tuổi còn trẻ thì việc giảm dự trữ sắt có ảnh hưởng tích cực tới việc giảm tỷ lệ các cơn đột quy tim mạch. Điều này càng rõ rệt ở những người hiến máu thường xuyên: sau 10 năm tỷ lệ các vấn đề tim mạch là 6,3 % ở người hiến máu và là 10,5% ở nhóm không hiến máu.

2. Điều kiện hiến máu

- Người tình nguyện hiến máu tuổi từ 18 - 60 tuổi.
- Cân nặng $\geq 45\text{kg}$ đối với nam và $\geq 42\text{kg}$ đối với nữ.
- Không bị nhiễm hoặc không có các hành vi nguy cơ cao lây nhiễm HIV và các bệnh lây nhiễm qua đường truyền máu khác.
- Thời gian giữa 2 lần hiến máu là 12 tuần.

3. Thể tích máu bạn có thể hiến:

Về mặt y học, cơ thể người có tối thiểu 90ml máu/kg cân nặng. Mỗi người đều có thể hiến dưới 10% lượng máu trong cơ thể là không ảnh hưởng gì về mặt sinh học, tâm lý.

Thông tư 26/2013/TT-BYT về hướng dẫn hoạt động truyền máu quy định tiêu chuẩn hiến máu nêu rõ, người truyền máu là người đủ tiêu chuẩn về tuổi, sức khỏe và các điều kiện khác. Cụ thể:

- Người có cân nặng từ 42 kg đến dưới 45 kg được phép hiến không quá 250 ml máu toàn phần mỗi lần

- Người có cân nặng 45 kg trở lên được phép hiến máu toàn phần không quá 09 ml/kg cân nặng và không quá 500ml mỗi lần. Như vậy, người hiến máu trên 45kg có thể hiến máu thể tích 350ml.

- Đơn vị máu thể tích 350 ml mang lại nhiều lợi ích: an toàn về miễn dịch cho người bệnh do không phải truyền máu từ nhiều người cho; giảm kinh phí cho người bệnh do giảm tiền sàng lọc, tiền xét nghiệm phản ứng hòa hợp...; sản xuất được nhiều các chế phẩm máu an toàn.

4. Quyền lợi của người hiến máu

a. Được khám, tư vấn sức khoẻ, được kiểm tra các xét nghiệm: Huyết sắc tố, Viêm gan B ngay trước khi hiến máu.

b. Người hiến máu tình nguyện sẽ được nhận:

- Suất ăn tại chỗ trị giá là 30.000 đồng/người hiến máu.

- Quà tặng bằng hiện vật:

• Người tình nguyện hiến thể tích máu 250 ml nhận quà trị giá 100.000 đồng;

• Người tình nguyện hiến thể tích máu 350 ml nhận quà trị giá 150.000 đồng;

• Người tình nguyện hiến thể tích máu 450 ml nhận quà trị giá 180.000 đồng.

• Từ 01/12/2018: Người hiến máu có thể nhận quà tặng khi hiến máu hiến 250ml, 350ml, 450ml là các gói xét nghiệm máu tương ứng với 100.000đ, 150.000đ, 180.000đ.

- Khoản kinh phí hỗ trợ đi lại là 50.000 đồng/người hiến máu.

- Ngoài các khoản hỗ trợ trên, mỗi CCVCNLĐ tham gia hiến máu được Viện Hàn lâm hỗ trợ 100.000 đồng/người.

c. Nhận giấy chứng nhận hiến máu tình nguyện.

d. Được xét nghiệm nhóm máu (hệ A,B,O và Rh); Các virut lây qua đường truyền máu: HIV, Viêm gan B, Viêm gan C, Giang mai và sốt rét.

e. Được bồi hoàn máu tối đa bằng số lượng máu đã hiến tại các bệnh viện công lập trên toàn quốc, ngoài ra người hiến máu được ưu tiên trong việc nhận máu khi cần truyền máu.

f. Được tôn vinh, biểu dương theo quy định.

5. Những lưu ý trước và sau khi hiến máu

- *Trước khi hiến máu:*

Trước ngày hiến máu không thức quá khuya, không uống rượu bia.

Nên ăn nhẹ trước khi hiến máu, không ăn đồ ăn có nhiều đường, mỡ.

Mang theo CMND hoặc giấy tờ tùy thân khi đi hiến máu.

- Sau khi hiến máu:

Uống nhiều nước sau khi hiến máu. Chỉ dời điểm hiến máu khi thực sự thoái mái và được sự đồng ý của nhân viên y tế.

Giữ chế độ ăn uống, sinh hoạt bình thường. Trong 2-3 ngày đầu sau hiến máu nên sinh hoạt nhẹ nhàng, nghỉ ngơi nhiều hơn. Tăng cường sử dụng các chất dinh dưỡng bổ máu: thịt, gan, trứng, sữa, dùng thêm các thuốc bổ máu nếu có thể.

Tránh các hoạt động, các trò chơi mang tính đối kháng, đòi hỏi nhiều thể lực: đá bóng, tập tạ, không leo trèo cao... không thức quá khuya, không uống rượu bia trong 1-2 ngày đầu sau khi hiến máu.

6. Quy trình hiến máu tình nguyện

Bước 1: Sử dụng khẩu trang cá nhân khi tham gia hiến máu

Bước 2: Rửa tay bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn trước khi đăng ký

Bước 3: Đăng ký tham gia hiến máu

Bước 4: Khám và tư vấn sức khoẻ

Bước 5: Xét nghiệm máu

Bước 6: Hiến máu

Bước 7: Nghỉ, ăn nhẹ, nhận Quà tặng và Giấy chứng nhận

Tại các điểm hiến máu, Ban Tổ chức phối hợp cùng Viện Huyết học – Truyền máu TW sẽ thực hiện các biện pháp phòng dịch theo hướng dẫn của Bộ Y tế:

- Mọi người đến điểm hiến máu đeo khẩu trang mọi lúc, mọi nơi.
 - Tổ chức thực hiện, yêu cầu sát khuẩn trước, trong và sau khi tham gia.
 - Giữ khoảng cách giữa những người tham gia hiến máu.
 - Tất cả những người tham gia hiến máu đều được thực hiện khai báo y tế.
 - Đo thân nhiệt và tạm dừng tiếp nhận máu ở những người có các biểu hiện sốt, ho, đau họng.
-

BAN CHỈ ĐẠO QUỐC GIA VẬN ĐỘNG HIẾN MÁU TỈNH NGUYỄN

MỘT SỐ THÔNG TIN CẬP NHẬT TỔ CHỨC HIẾN MÁU
ĐẢM BẢO AN TOÀN PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH COVID-19

Kèm theo Công văn số: 14/CV-BCDQG ngày 30 tháng 3 năm 2022

Các trường hợp mắc COVID-19 (F0) có thể hiến máu sau 10 ngày kể từ thời điểm đáp ứng đủ 2 điều kiện sau: âm tính với vi rút SARS-CoV-2 (phương pháp PCR hoặc xét nghiệm nhanh kháng nguyên) và không còn một hoặc nhiều triệu chứng (sốt, ho, khó thở, tiêu chảy...).

Sau tiêm phòng vắc xin COVID-19, nếu sức khỏe ổn định thì có thể hiến máu sau **07 ngày** với các loại vắc xin được Bộ Y tế phê duyệt; sau **01 tháng** với các loại vắc xin sống giảm độc lực hoặc không nhớ chính xác loại vắc xin đã được tiêm và sau **06 tháng** với người tham gia thử nghiệm vắc xin. Mục đích của việc trì hoãn ít ngày này để các tác dụng của vắc xin được dung nạp tốt nhất sau tiêm, đảm bảo sức khỏe người hiến máu sau tiêm (không còn những phản ứng thông thường như: sốt, mệt, đau mỏi người) và tránh được các phản ứng sau hiến máu.

Với các trường hợp tiếp xúc gần (F1), thời gian trì hoãn hiến máu sẽ áp dụng theo quy định của Bộ Y tế về cách ly y tế với F1. Cụ thể tại thời điểm hiện tại, theo Công văn số 762/BYT-DP ngày 21/02/2022 của Bộ Y tế, thực hiện cách ly y tế **05 ngày** với F1 đã tiêm đủ ít nhất 2 liều vắc xin phòng COVID-19, liều cuối cùng tiêm trong thời gian ít nhất 14 ngày hoặc đã khỏi bệnh COVID-19 trong vòng 3 tháng tính đến thời điểm được xác định là đối tượng F1; và cách ly y tế **07 ngày** với F1 chưa tiêm đủ liều hoặc chưa tiêm vắc xin phòng COVID-19.

Đối với người hiến máu:

- Chỉ đăng ký hiến máu khi thực sự khỏe mạnh và không có các nguy cơ nhiễm các bệnh lây qua đường truyền máu, không có các yếu tố nguy cơ liên quan đến COVID-19.
- Trả lời đầy đủ, trung thực các câu hỏi về tình trạng sức khỏe, các yếu tố dịch tễ liên quan đến COVID-19.
- Khai báo y tế qua ứng dụng PC-COVID.
- Tuân thủ thông điệp 5K của Bộ Y tế khi tham gia hiến máu. Đây là biện pháp quan trọng nhất để đảm bảo an toàn phòng chống COVID-19 khi tham gia hiến máu.
- Hiến máu khi đáp ứng tiêu chuẩn: cân nặng ≥ 42 kg với nữ và ≥ 45kg với nam; xét nghiệm huyết sắc tố: ≥ 120 g/l. Lượng máu hiến mỗi lần không quá 9ml/kg cân nặng.
- Nếu đã từng hiến máu: cách lần hiến máu gần nhất tối thiểu 12 tuần, cách lần hiến tiêu cầu gần nhất tối thiểu 3 tuần.
- Mang theo CMT/CCCD hoặc giấy tờ tùy thân hợp lệ khi đến hiến máu.

Lưu ý: Trường hợp sau hiến máu phát hiện mắc COVID-19, người hiến máu báo cho y tế địa phương và cơ sở tiếp nhận biết để theo dõi sức khỏe, các chế phẩm máu được sử dụng bình thường.