

## Q1 採血にかかる時間は？



A

200ml・400ml献血は、**10～15分程度**です。  
成分献血は、**40～90分程度**です（採血する量により異なります）。

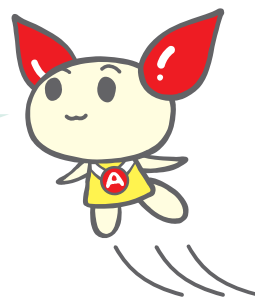
## Q2 献血をして病気になったり、うつることはないの？

**心配ありません。献血をして病気になることはありません。**

献血をするときに使われる針や採血バッグなどは、献血者一人一人新しいものに交換されます。

だから、他の献血者から病気などがうつることは絶対にありません。

A



## Q3 献血をすると、自分の体のことが分かるって本当？



A

**ご希望の方には、血液検査の結果をお知らせしています。**

自分の体の健康状態を把握できますので、病気の早期発見などにも役立っています。

※なお、HIVの検査結果は通知されません。

※エイズ検査は保健所等で無料・匿名で受けられます。

## Q4 近くで献血できる場所を調べるには？

**日本赤十字社のホームページでは、お近くの献血ルームや献血バス運行予定などを掲載しています。**

詳しくは、以下で検索してください。

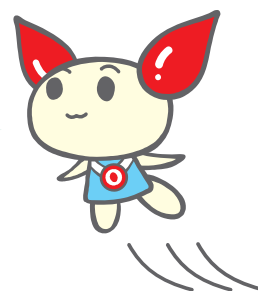
日本赤十字社 献血

検索



※献血ができる場所については、15～17頁でも紹介しています。

A



## Q5 献血するときの注意点は？

A

患者さんに安全な血液製剤をお届けするために、採血基準のほかに、献血できる条件があります。これは、献血者と輸血を受ける患者さんの安全性を考慮したうえで、念のため献血をご遠慮いただいているものです。献血できないからといって、必ずしも不健康というわけではありませんので、ご理解をお願いいたします。

以下は主なものですが、不安な方は検診医に相談してください。

### 薬を飲んでいる

病気や薬の種類によって、献血をご遠慮いただくことがあります。

ビタミン剤などは、内服していても支障ありません。



### 最近、歯科治療を受けた

**3日**以内に出血を伴う治療を受けた人は、献血をご遠慮いただいています。



### 海外に行った



帰国当日から**4週間**以内は、献血をご遠慮いただいています。

また、特定の時期に一定期間イギリスなどへの海外渡航歴がある方については、当分の間献血をご遠慮いただいています。

これは、イギリスを中心に発生した変異型クロイツフェルト・ヤコブ病（vCJD）について、牛海綿状脳症（BSE）との関連が強く指摘されており、vCJDの感染経路として、BSE牛の経口摂取や潜伏期間にあるvCJD感染者血液の輸血等が考えられていることから、安全が確認されるまでの当分の間、BSEが発生した欧州諸国に滞在（居住）された方の献血をご遠慮いただいているものです。

献血できないからといって、必ずしも不健康というわけではなく、採血時の検査等で病原体を検出することが現在の科学水準において困難であり、また、血液製剤の製造工程で病原体を完全に不活化・除去する方法が開発されていない状況にかんがみ、予防的措置として実施しているものです。

### ピアスの穴をあけた

穴のあけ方によって異なりますが、**1～6ヵ月**間献血をご遠慮いただいています。

また、唇や口の中、鼻など粘膜を貫通してピアスをしている人は、献血をご遠慮いただいています。

### 予防接種を受けた



予防接種の種類によって異なりますが、一定期間献血をご遠慮いただいています。

■接種後**24時間**：インフルエンザ、HPV、A型肝炎など

■接種後**2週間**：B型肝炎

## Q6 献血した後、すぐに運動してもいいの？

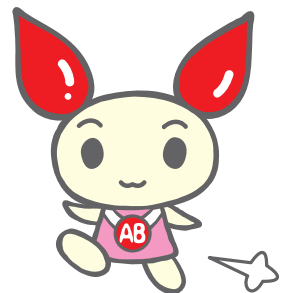
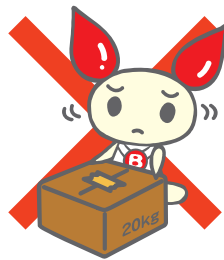
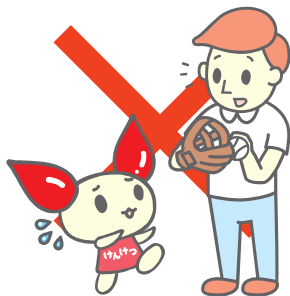
A

### 休憩が必要です！

献血の後は、休憩場所で十分に水分補給をしていただき、休憩（30分以上）してください。気分不良、めまいなどの体調不良が発生する場合がありますので、運動や、重い荷物を持つことは避けましょう。

**もし、献血後にめまいなどがおこったら、転倒防止のため、すぐにしゃがむか、横になってください。**

また、何度も献血したことがあっても、毎回、献血後の体調には気をつけてください。



※献血後の体調不良の大部分は軽度のものですが、万が一、献血により健康被害が生じた場合のために、「**献血者健康被害救済制度**」があります。

詳しくはお近くの血液センターにお尋ねください。(血液センターについては18頁をご覧ください)

## Q7 400ml も献血して大丈夫なの？

A

### 採血基準を満たしていれば、安全です！

400ml 献血の採血基準を満たしている場合には400ml 献血をお願いしていますが、初めての献血で400ml 献血に不安がある場合は、200ml でも献血できます。

