

รายงานบริการโลหิต

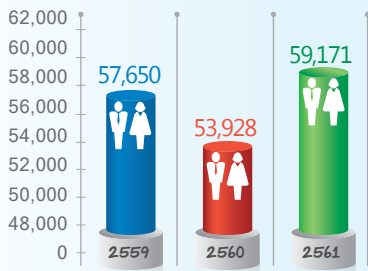
ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย

National Blood Centre Thai Red Cross Society

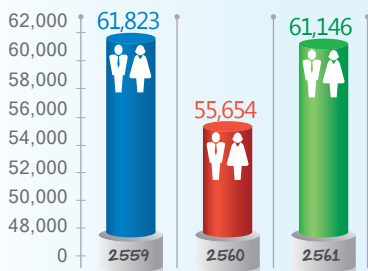
โลหิต ส่วนประกอบโลหิต หมู่โลหิต คัดกรองโลหิต เซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต

ปีที่ 10 ฉบับที่ 2 ประจำเดือน มีนาคม-เมษายน 2562

กราฟแสดงจำนวนโลหิตที่ได้รับทั้งหมด
เปรียบเทียบเดือนพฤศจิกายน - ธันวาคม
ปี 2559-2561



พฤศจิกายน



ธันวาคม

ความสำคัญของ
ผู้บริจาคโลหิตหมู่พิเศษ

หน้า 4

“4 โรค ที่เกิดจาก
การสูดดมฝุ่นละออง
PM 2.5 บริจาคโลหิตได้หรือไม่”

หน้า 8

เก็บ Stem Cell
เพื่ออนาคต จำเป็นหรือไม่

หน้า 9

การให้โลหิต คือการ
ให้ชีวิต บริจาคโลหิตจึงสำคัญ
กับ “ติ้ะ พิกู พุ่มแก้วกล้า”

หน้า 11



by Aunchalee

ต้อนรับปีใหม่ไทย สงกรานต์ สุขใจ



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมสืบสาน
งานบุญประเพณีสงกรานต์ จัดทำโครงการ
“แล้งนี้ไม่แล้งน้ำใจ ด้วยการให้โลหิต”
เป็นประจำทุกปี เพื่อเชิญชวนผู้บริจาคโลหิต
และประชาชนทั่วไปร่วมบริจาคโลหิต เพื่อ
เป็นการทำบุญเนื่องในเทศกาลปีใหม่ไทย

และเนื่องจากช่วงสงกรานต์ ปีนี้มีวันหยุดต่อเนื่องกันหลายวัน คาดว่าประชาชนส่วนใหญ่
ในกรุงเทพฯ จะเดินทางออกไปต่างจังหวัดเป็นจำนวนมาก ทำให้ผู้บริจาคโลหิตลดลงตามไปด้วย
อีกทั้งช่วงเทศกาลสงกรานต์มักจะมีอุบัติเหตุทำให้มีผู้เสียชีวิต และได้รับบาดเจ็บเป็นจำนวนมาก



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ขอเชิญชวนผู้บริจาคโลหิต และ
ประชาชนทั่วไปร่วมบริจาคโลหิต ในโครงการ “แล้งนี้ไม่แล้งน้ำใจ
ด้วยการให้โลหิต” ระหว่างวันที่ 8 - 16 เมษายน 2562 (9 วัน)
ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ศูนย์รับบริจาคโลหิตและพลาสมา
สถานีกาชาดที่ 11 วิเศษนิยม และภาคบริการโลหิตแห่งชาติ
12 แห่งทั่วประเทศ ได้แก่ จังหวัดลพบุรี ชลบุรี ราชบุรี
นครราชสีมา ขอนแก่น อุบลราชธานี นครสวรรค์ พิษณุโลก

เชียงใหม่ นครศรีธรรมราช สงขลา ภูเก็ต และงานบริการโลหิต สถานีกาชาดหัวหินเฉลิมพระเกียรติ
อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ร่วมสืบสานประเพณีไทยแต่งกายผ้าไทย ผ้าลายดอกสีสดใสใส่
บริจาคโลหิตสุขใจในเทศกาลสงกรานต์นี้ที่ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ
ศูนย์รับบริจาคโลหิตและพลาสมา สถานีกาชาดที่ 11 วิเศษนิยม และ
ภาคบริการโลหิตฯ 12 แห่งทั่วประเทศ พร้อมรับเสื้อยืด “Hello
Summer! Give Blood Save Lives” เป็นที่ระลึก



คณะผู้จัดทำ

บรรณาธิการบริหาร นาวาโทหญิงแพทย์หญิงอุบลวัฒน์ จรูญเรืองฤทธิ์ บรรณาธิการ ปิยนันท์ คุ่มครอง กองบรรณาธิการ นันทพร พากเพียรทรัพย์,
อัญชลี โพธิ์ชัยเลิศ, สมปรารถนา จินดารัตนวรกุล, สรชา รุจิรงค์นางกุล, สุธารัตน์ กุหลาบศรี, ปาริชาติ ทนกระโทก, ปาริชาติ โพธิ์รัชต์, พิราภรณ์ ศรีศิลป์,
จิรัชย์ อยู่วัฒนาภรณ์, ระวีวรรณ เกตุยา กราฟฟิคดีไซน์เนอร์ จุฑา ตรีภูมิตินันท์ เจ้าของ ฝ่ายประชาสัมพันธ์และจัดหาผู้บริจาคโลหิต ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ
สภากาชาดไทย พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด อุดมศึกษา

บรรณาธิการทักทาย

ถึงแม้ว่าสถานการณ์วิกฤติฝุ่น PM 2.5 จะคลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้นแล้ว ขอให้ผู้บริจาคโลหิตเฝ้าระวัง และดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงพร้อมที่จะบริจาคโลหิตได้อย่างต่อเนื่อง เดือนเมษายน มีเทศกาลที่สำคัญ คือ วันสงกรานต์ มีวันหยุดยาวถึง 5 วัน จึงคาดว่าประชาชนจะเดินทางเป็นจำนวนมาก จึงขอเชิญชวนทุกท่านบริจาคโลหิตก่อนเดินทาง ในโครงการแล้งนี้ไม่แล้งน้ำใจ ด้วยการให้โลหิต ระหว่างวันที่ 8-16 เมษายน 2562 ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ เพื่อสำรองโลหิตให้กับโรงพยาบาลทั่วประเทศ



น้องเกล้าถวายรถตู้

วันที่ 24 ธันวาคม 2561 สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี อุปนายิกาผู้อำนวยการสภากาชาดไทย ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้นายแผน วรรณเมธี เลขาธิการสภากาชาดไทย นำนางอารมณ กวินอนันต์ และนายทน กวินอนันต์ น้องเกล้า ถวายรถตู้สำหรับการออกหน่วยเคลื่อนที่รับบริจาคโลหิต จำนวน 1 คัน ณ อาคารเทิดพระเกียรติสมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน)



บริจาคโลหิตเพื่อสังคม



ร่วมเปิดโครงการ “ศาลแขวงปทุมวัน & คู่มุประเพณี กรุงเทพมหานคร 10 และภาคีร่วมใจบริจาคโลหิต หนึ่งคนให้สามคนรับ” ร่วมด้วย นายธนศ ชาลี ผู้พิพากษาหัวหน้าศาลแขวงปทุมวัน ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ



วันที่ 17

มกราคม 2562 นางสิณีนาว อุทา ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

โลหิตวิทยาพบประชาชน ครั้งที่ 16



วันที่ 19 มกราคม 2562 นาวาโทหญิงแพทย์หญิงอุบลวัฒน์ จรุงเรืองฤทธิ์ ผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ เป็นประธานเปิดงานโลหิตวิทยาพบประชาชน ครั้งที่ 16 และร่วมเสวนาให้ความรู้เรื่อง “การบริจาคสดเต็มเซลล์เพื่อรักษามะเร็งเม็ดเลือดขาว” ณ ห้องประชุมอาคารภูมิสิริมังคลานุสรณ์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

รับมอบปฏิทินครอบครัวข่าว 3



วันที่ 31 มกราคม 2562 นาวาโทหญิงแพทย์หญิงอุบลวัฒน์ จรุงเรืองฤทธิ์ ผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ รับมอบปฏิทินครอบครัวข่าว 3 ปี 2562 ชุด ปฏิทินกฎหมายสามัญประจำบ้าน และปฏิทินจีน ชุด มั่งมีศรีสุข ละครกรรม จากคุณประทุม มาลินินท์ ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร กลุ่มบริษัท บีอีซี เวิลด์ จำกัด (มหาชน) ณ สถานีวิทยุโทรทัศน์ไทยทีวีสีช่อง 3

รับมอบอาหารว่างสำหรับผู้บริจาคโลหิต

วันที่ 31 มกราคม 2562 นางสาวปิยนันท์ คุ่มครอง หัวหน้าฝ่ายประชาสัมพันธ์และจัดหาผู้บริจาคโลหิต ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ รับมอบอาหารว่าง จากนายยุทธร ทองกองทุน นายกสมคาม ศิษย์เก่าบัณฑิตศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อมอบให้แก่ผู้บริจาคโลหิต เนื่องในวันบำรุงสุข ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ



แบรนด์...พลังเลือดใหม่ต่อพลังชีวิต

วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2562 นางสิณีนาว อุทา ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมในพิธีโครงการ “แบรนด์...พลังเลือดใหม่ต่อพลังชีวิต 2561” โดยมีนายวิรัช ไชยระไวศยะ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี เป็นประธานในพิธี ร่วมด้วยนางมธุลี สติดยุทธการ ผู้อำนวยการฝ่ายองค์กรสัมพันธ์ บริษัท แบรนด์ซันไทร์ (ประเทศไทย) จำกัด ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

แบ่งกัไทยพาณิชย์เปิดโครงการ หนึ่งคนให้หลายคนรับ

วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2562 นาวาโทหญิงแพทย์หญิงอุบลวัฒน์ จรุงเรืองฤทธิ์ ผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมพิธีเปิดโครงการ “หนึ่งคนให้หลายคนรับ ให้โอกาสตัวเอง = ให้โอกาสผู้ป่วย” และรับมอบโลหิตปี 2561 จำนวน 60.5 ล้านซีซี ประจำปี 2561 จากคุณพรรณพร คงยิ่งยง รองผู้จัดการใหญ่อาวุโส Chief People Officer ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) ณ หอประชุมมหิศร ธนาคารไทยพาณิชย์ สำนักงานใหญ่



เติมใจให้กัน ยิ่งให้ยิ่งได้ใจ



วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2562 ผศ.ดร.พญ.จากรพร พรหมวงศ์ รองผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมพิธีเปิดกิจกรรม “เติมใจให้กัน ยิ่งให้ยิ่งได้ใจ” ร่วมด้วย คุณภูมิวรรณ หวังวรวิทย์ ประธานบริหาร บริษัท ล้ายุค (มิลเลนเนียม 2002) จำกัด และดารานักแสดง ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ



ตลอดเดือนเมษายน ร่วมบริจาคโลหิตโครงการ
บริจาคโลหิต ถวายสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี เนื่องในโอกาสวันคล้ายวัน
พระราชสมภพ 2 เมษายน 2562

โครงการอบรมป้องกันและระงับอัคคีภัย ประจำปี 2562

ณ ห้องจุมภฏ 2-3 ชั้น 9 ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

รุ่นที่ 1 วันที่ 4 มีนาคม 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น.

รุ่นที่ 2 วันที่ 5 มีนาคม 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น.

โครงการอบรมการพัฒนาคุณภาพ: การทำงาน
แบบบูรณาการ การบริหารแบบมีส่วนร่วม ณ ห้องจุมภฏ 2-3
ชั้น 9 ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

รุ่นที่ 1 วันที่ 6 มีนาคม 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น.

รุ่นที่ 2 วันที่ 7 มีนาคม 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น.

20 มีนาคม 2562 เวลา 08.30 - 15.30 น. ประชุมผู้ร่วมงานด้าน
การจัดหาผู้บริจาคโลหิต ประจำปี 2562 ณ โรงแรมแอมบาสซาเดอร์ สุขุมวิท
25-29 มีนาคม 2562 นิติจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (CUB157)
ร่วมบริจาคโลหิต วันละ จำนวน 200 คน

26-29 มีนาคม 2562 เวลา 08.00 - 16.00 น. ประชุมวิชาการ
งานบริการโลหิตระดับชาติครั้งที่ 27 ประจำปี 2562 The 27th Annual
Academic Meeting of National Blood Centre 2019 ณ ห้องประชุม
แมนดารินแกรนด์ บอลรูม โรงแรมแมนดาริน สามย่าน กรุงเทพฯ

31 มีนาคม 2562 เวลา 08.00 - 15.30 น. กิจกรรมบริจาคโลหิต
“เท...อยู่ในสายเลือด 1 ยูนิต ต่อชีวิตได้ถึง 3” โดยบริษัท เอ.พี.
ฮอนด้า จำกัด ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

31 มีนาคม 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น. กลุ่มแฟนคลับ เป็ก ผลิตโชค
อายนบุตร ร่วมบริจาคโลหิต ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ จำนวน 50 คน
8-16 เมษายน 2562 โครงการ แล้งนี้ไม่แล้งน้ำใจ ด้วยการให้โลหิต
ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

26 เมษายน 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น. โครงการ 126 ปี
วันสถาปนาสภากาชาดไทย



ศิลปินดาราร่วมบริจาคโลหิต “1 คนให้หลายคนรับ ให้โอกาส
ตัวเอง = ให้โอกาสผู้ป่วย” ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ
สภากาชาดไทย



📅 26 มกราคม 2562

อ้อฟ-ศุภณัฐ เฉลิมชัยเจริญกิจ
นักร้องและนักแสดง

1 กุมภาพันธ์ 2562 📅

ไปรท์-รพีพงศ์ ทับสุวรรณ
นักแสดงจากละครเรื่อง
ข้ามสปีทันดร์ ช่อง 3



📅 หมอเจี๊ยบ
ลลนา ก้องธรนินทร์

บริจาคโลหิตเป็นหมู่คณะ

โครงการ “1 คนให้หลายคนรับ ให้โอกาสตัวเอง = ให้โอกาส
ผู้ป่วย” ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย



📅 18 มกราคม 2562

บริษัท ยงเจริญศูนย์เครื่องเขียน
จำกัด จำนวน 10 คน

23 มกราคม 2562 📅

บริษัท อุตสาหกรรมวิวัฒน์
จำกัด จำนวน 10 คน



📅 7 กุมภาพันธ์ 2562

โรงแรมเอทสลุมนิ จำกัด
จำนวน 10 คน

12 กุมภาพันธ์ 2562 📅

บมจ. เทเวศประกันภัย
จำนวน 15 คน



ความสำคัญของ ผู้บริจาคโลหิตหมู่พิเศษ Rh-

จากที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า **โลหิตหมู่พิเศษ** หรือ **หมู่โลหิตอาร์เอลบ** หมายถึง หมู่โลหิตที่ **ไม่มีสารดี** ฉาบอยู่ที่ผิวของเม็ดโลหิต ซึ่งในคนไทยพบหมู่โลหิตนี้เพียง 0.3 % หรือ 1,000 คน จะพบเพียง 3 คนเท่านั้น

โดยสถานการณ์ของ “โลหิตหมู่พิเศษ” หรือ Rh-negative ในประเทศไทย ยังอยู่ในเกณฑ์น่าเป็นห่วง เพราะมีปริมาณการบริจาคโลหิตต่ำกว่าความต้องการของผู้ป่วยหลายเท่าตัว

จากสถิติปี 2561 ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย มีจำนวนสมาชิกผู้บริจาคโลหิตหมู่พิเศษ (Rh-negative) 6,388 ราย แต่มีผู้บริจาคโลหิตหมู่พิเศษ (Rh-negative) มาบริจาคโลหิตเพียง 2,904 รายเท่านั้น คิดเป็นร้อยละ 45.5 ของจำนวนผู้บริจาคโลหิตหมู่พิเศษ ทั้งหมดในฐานข้อมูล โดยมีผู้บริจาคโลหิต 1 ครั้ง/ปี

มากที่สุดจำนวน 1,065 ราย คิดเป็นร้อยละ 37 ของผู้บริจาคโลหิตหมู่พิเศษทั้งหมด แต่มีผู้บริจาคโลหิต 4 ครั้งขึ้นไปเพียง 406 ราย คิดเป็นร้อยละ 14 (ข้อมูลศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติสภากาชาดไทย) และสถิติ ปี 2561 โรงพยาบาลทั่วประเทศขอเบิกใช้โลหิตและส่วนประกอบโลหิตหมู่พิเศษ (Rh-negative) จำนวนมากถึง 5,814 ยูนิต ทางศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติจัดหาโลหิต (ภายใน 24 ชั่วโมง) ให้ผู้ป่วยได้เพียง 2,676 ยูนิต คิดเป็นร้อยละ 46 เท่านั้น ด้วยเหตุที่ว่าผู้ป่วยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลทุกวัน และจำเป็นต้องใช้โลหิตในการรักษาอาการเจ็บป่วยทั้งจากอุบัติเหตุ หนักเข้าขั้นวิกฤติ, ผ่าตัดใหญ่, มะเร็งเม็ดเลือดขาว, โรคโลหิตจางธาลัสซีเมีย

ฯลฯ แต่ในขณะเดียวกัน ผู้ป่วยเหล่านั้นมีความต้องการใช้โลหิต ในปริมาณมาก มีผู้บริจาคเพียงวันละ 1-7 ราย หรือบางวันแต่บางครั้งอาจไม่มีผู้บริจาคเลยแม้เพียงคนเดียว ซึ่งจากเหตุนี้จึงปัจจัยหนึ่งที่ทำให้มีโลหิต ไม่เพียงพอต่อความต้องการของผู้ป่วย และอีกปัจจัยที่มีส่วนสำคัญ คือ ผู้บริจาคถูกงดบริจาคชั่วคราวมากที่สุด เนื่องจากผู้บริจาคโลหิตอาจไม่ตระหนักถึงความสำคัญของการรับประทานธาตุเหล็กเป็นอันดับต้นๆ ทำให้ความเข้มข้นโลหิตไม่ถึงเกณฑ์ หรือที่รู้จักกันว่า **“โลหิตจาง”** ซึ่งมีจำนวนมาก ถึงร้อยละ 37 และขณะที่ปัจจุบันมีจำนวนผู้ป่วยที่ต้องได้รับโลหิตหมู่พิเศษ (Rh-negative) ในการรักษาโรคต่างๆ มีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น



**การบริจาคโลหิต เป็นเรื่องจำเป็น
เพราะเป็นยารักษาโรคชนิดหนึ่ง
ที่ต้องได้มาจากการบริจาคโลหิตเท่านั้น**





นายชัยยา ศรีคำคุณ 49 ปี

หมู่โลหิต AB Rh+
บริจาคโลหิตและส่วนประกอบโลหิต 122 ครั้ง

“จิตอาสาดูแลผู้บริจาคโลหิต”

Q : สิ่งที่ได้รับจากการบริจาคโลหิต

A : อันดับแรกคือ สุขภาพร่างกายที่ดี เพราะมีการถ่ายเทโลหิตใหม่ มาทดแทนโลหิตที่บริจาคไป ผิวพรรณสดใส การที่เราจะบริจาคโลหิตได้นั้นต้องดูแลสุขภาพตนเอง ให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง และในทุกครั้งเวลาบริจาคโลหิต เหมือนเป็นการตรวจสุขภาพไปในตัว เพราะถ้าเรามีปัญหาเกี่ยวกับโลหิต ทางศูนย์บริการโลหิตฯ จะแจ้งให้ทราบ และเราควรบริโภคอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และสุขภาพจิตก็จะผ่อนคลายลง ชะลอวัยได้อีกด้วย

Q : เชิญชวนบริจาคโลหิต

A : ขอเชิญชวนมาเป็นจิตอาสาทำบุญทำความดีถวายในหลวงรัชกาลที่ 9 ด้วยการบริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่องทุกๆ 3 เดือน เพื่อช่วยชีวิตเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ปัจจุบันโลหิตยังไม่พอสื่อความต้องการ ทุกวันนี้ผู้ป่วยต้องการความช่วยเหลือจากทุกๆ ท่าน ที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ท่านคือเทวดา นางฟ้าของผมนะครับ



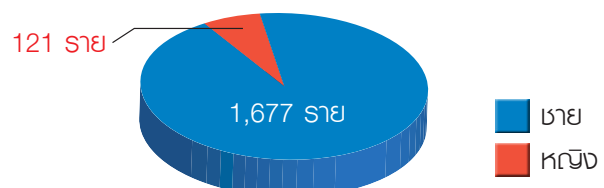
Q : จุดเริ่มต้นบริจาคโลหิต

A : ผมบริจาคโลหิตตั้งแต่ปี พ.ศ.2540 ซึ่งขณะนั้นเป็นทหารเกณฑ์ อายุ 21 เนื่องจากตอนฝึกได้อบรมการช่วยเหลือเบื้องต้นตอนเป็นทหาร จึงมีความรู้ถึงถึงความต้องการช่วยชีวิตผู้ป่วย เช่นผู้ป่วยโรคเลือด ที่ต้องรับโลหิตประจำทหารภาคใต้ จึงบริจาคโลหิตตลอดมา เริ่มบริจาคโลหิตครั้งแรกกับศูนย์บริการโลหิตฯ ในหน่วยเคลื่อนที่ ที่ได้จัดกิจกรรมการรับบริจาคโลหิตในสำนักงานปลัดกระทรวงการคลัง ที่มีการรับบริจาคโลหิตทุกๆ 3 เดือน ครั้งไหนที่บริจาคโลหิตที่กระทรวงการคลังไม่ทันหรือไม่สะดวกก็จะตามมาบริจาคโลหิตที่ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ และปัจจุบันได้บริจาคพลาสมาเป็นประจำทุกๆ 14 วัน จนปัจจุบันผมได้เป็นสมาชิกชมรมผู้บริจาคโลหิต 100 ครั้งด้วย

Q : ความภูมิใจที่ได้รับ

A : ทุกวันหยุดเสาร์ – อาทิตย์ และนักชัตฤกษ์ ผมได้เข้ามาเป็นจิตอาสาช่วยงานที่ศูนย์บริการโลหิตฯ ในส่วนของ การดูแลผู้บริจาคโลหิต ให้บริการวัดความดันโลหิต แนะนำให้คำปรึกษาผู้ที่มาบริจาคโลหิต เปรียบเสมือนว่าได้ช่วยให้ผู้ป่วยพ้นทุกข์ และได้รับความสุขมีชีวิตต่อไป แม้ว่าจะไม่ได้สิ่งใดตอบแทนแต่เป็นความเต็มใจทำ เต็มใจให้จากใจและความศรัทธาของผมครับ

จำนวนสมาชิกชมรมผู้บริจาคโลหิต 100 ครั้ง
(ข้อมูล ณ วันที่ 10 ธันวาคม 2561)



Road Show & Monitor

รณรงค์เพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิตในสถาบันการศึกษา

ตามแผนยุทธศาสตร์ของศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ได้กำหนดแผนกลยุทธ์ในการจัดหาผู้บริจาคโลหิต ในกลุ่มเยาวชนเพิ่มขึ้น โดยได้จัดกิจกรรม Road Show ให้ความรู้เรื่องโลหิตและการบริจาคโลหิต เพื่อเพิ่มจำนวนผู้บริจาคโลหิตในสถาบันการศึกษา ระหว่างเดือนมกราคม - กุมภาพันธ์ 2562 ที่ผ่านมา



โดยมีกิจกรรมการบรรยายให้ความรู้จากพี่ๆ PR ของศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติเป็นวิทยากร และพิธีกรชื่อดังรวมถึงศิลปินดารามาร่วมพูดคุยสร้างแรงจูงใจและแรงบันดาลใจให้กับน้องๆ เริ่มต้นเป็นผู้บริจาคโลหิต ซึ่งบรรยากาศภายในงานเต็มไปด้วยความสนุกสนานและน้องๆ นักเรียน นักศึกษา ให้ความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมจำนวนมาก

อีกหนึ่งกิจกรรมคือการติดตามผลเพื่อ Monitor จำนวนผู้บริจาคโลหิตในสถาบันการศึกษา ที่ได้ไปจัดกิจกรรม Road Show เชิญชวนบริจาคโลหิต และสถาบันการศึกษาที่มีจำนวนผู้บริจาคโลหิตลดลง เพื่อกระตุ้นยอดและเพิ่มจำนวนการบริจาคโลหิต โดยมีสถิติการบริจาคโลหิตเพิ่มขึ้นคิดเป็น 29% ของจำนวนผู้บริจาคโลหิต ในสถาบันการศึกษาที่จัดกิจกรรม Road Show & Monitor จำนวน 14 สถาบัน ขอบขอบคุณทุกสถาบันการศึกษา อาจารย์ และน้องๆ ทุกคนด้วยค่ะ



ปีที่ 2 แห่งการเป็นผู้ให้ สำนักงานอัยการสูงสุด บริจาคโลหิต

เมื่อวันที่ 30 - 31 มกราคม 2562 สำนักงานอัยการสูงสุด ร่วมกับ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย จัดกิจกรรม บริจาคโลหิต โครงการ หนึ่งคนให้หลายคนรับ ให้โอกาสตัวเอง = ให้โอกาสผู้ป่วย โดยมีบุคลากรของสำนักงานอัยการสูงสุด ร่วมบริจาคโลหิต ได้รับโลหิตบริจาค จำนวน 274 ยูนิต ณ ห้องจัดเลี้ยง ชั้น 2 สำนักงานอัยการสูงสุด อาคารถนนรัชดาภิเษก เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร โดยปีนี้จัดกิจกรรมบริจาคโลหิต ขึ้นเป็นปีที่ 2



ครั้งแรกของการให้โอกาสตัวเอง...ได้ช่วยชีวิตผู้ป่วย บริษัท โตโยต้า โบซุค เอเชีย จำกัด

เมื่อวันที่ 17 มกราคม 2562 บริษัท โตโยต้า โบซุค เอเชีย จำกัด ร่วมกับศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย เชิญชวนพนักงานและประชาชนทั่วไป ร่วมบริจาคโลหิต โครงการ หนึ่งคนให้หลายคนรับ ให้โอกาสตัวเอง = ให้โอกาสผู้ป่วย ได้โลหิตบริจาค จำนวน 82 ยูนิต ณ Hall ชั้น 2 จึงนับเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี ที่ส่งเสริมให้บุคลากรได้มีส่วนร่วมในการให้โอกาสตัวเอง ได้ช่วยชีวิตผู้ป่วย และสร้างการบริจาคโลหิตอย่างยั่งยืน



4 โรค ที่เกิดจากการสูดดมฝุ่นละออง PM 2.5 บริจาคโลหิตได้หรือไม่?



หลายวันมานี้ผู้บริจาคโลหิตจะสังเกตเห็นท้องฟ้าในเมืองกรุงถูกปกคลุมไปด้วยหมอกหนา นั่นคือ ฝุ่นควัน PM 2.5 ที่มีค่าเกินมาตรฐาน ยิ่งเม็ดฝุ่นมีขนาดเล็กมากเท่าไร ก็ยิ่งเพิ่มอันตราย และยังคงเพิ่มความหนาแน่นของฝุ่นในอากาศมากขึ้นเรื่อยๆ

ฝุ่น PM 2.5 คือ ฝุ่นละอองประเภทละเอียดที่ขนจมูกของมนุษย์ ไม่สามารถกรองได้ เพราะมีขนาดเล็กมากๆ ไม่เกิน 2.5 ไมครอน ในขณะที่ขนจมูกสามารถกรองได้แค่ฝุ่นขนาด 10 ไมครอนเท่านั้น

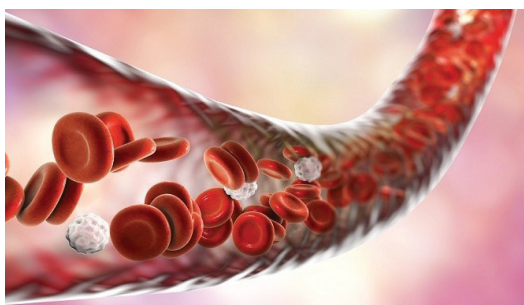
แหล่งที่มาเกิดจากการจราจร ควันเสียรถยนต์ อุตสาหกรรม และการเผา ประกอบกับเกิดสภาพอากาศนิ่ง ลมสงบ และชั้นอากาศผกผันใกล้พื้นดิน ทำให้มลพิษทางอากาศเกิดการสะสมตัวในปริมาณมาก โดยปรากฏการณ์นี้จะพบเป็นบางวันในช่วงฤดูหนาวถึงต้นฤดูร้อน ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ระดับ PM 2.5 สูงขึ้นผิดปกติในช่วงที่ผ่านมา มลพิษทางอากาศนี้ ส่งผลกระทบต่อความรุนแรงที่สามารถแทรกซึมเข้าสู่ร่างกาย และทำลายระบบอวัยวะต่างๆ ส่งผลทำให้เกิดโรคเหล่านี้ ได้แก่

ที่	โรค	บริจาคได้	บริจาคไม่ได้	อาการ
1.	โรคหอบหืด	✓		หากมีการควบคุมได้ด้วยยา
			✓	มีภาวะรุนแรงและเป็นบ่อย ต้องขึ้นอยู่กับดุลพินิจของแพทย์ประจำสถานที่รับบริจาคโลหิต
2.	โรคภูมิแพ้	✓		มีภาวะไม่รุนแรง เช่น จาม คัดจมูก หากทานยาแก้แพ้ ต้องไม่มีอาการ
			✓	มีภาวะรุนแรง เช่น มีผื่นคันทั้งตัว ไอ หรือใช้ยากดภูมิต้านทาน
3.	โรคผิวหนังอักเสบ	✓		มีอาการไม่รุนแรง เป็นเฉพาะที่ แต่ต้องไม่เป็นในตำแหน่งที่เจาะเก็บโลหิต
			✓	มีอาการอักเสบทั้งตัว และต้องรักษาให้หายก่อน
4.	โรคเยื่อบุตาอักเสบ เช่น ตาแดง		✓	มีอาการอักเสบอยู่ และต้องรักษาให้หายก่อน

ด้วยความห่วงใยสุขภาพผู้บริจาคโลหิต ก่อนออกจากบ้านทุกครั้ง อย่าลืม! ใส่หน้ากากอนามัย เพื่อป้องกันฝุ่นละออง และควรดื่มน้ำเยอะๆ เพราะจะช่วยลดอาการแสบคอลงได้ ช่วยชะล้างสิ่งสกปรก ที่อาจจะสะสมในร่างกายอีกด้วย

ที่มา: <https://www.tqm.co.th/blog/4โรคร้ายจากPM2.5/>

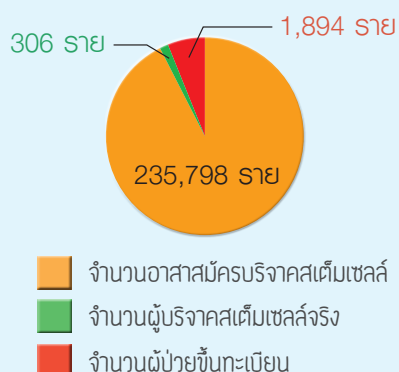
เก็บ Stem Cell เพื่ออนาคตจำเป็นหรือไม่



หลายๆ ท่านคงจะได้ทำความรู้จักกับ Stem Cell มาแล้วจากสารงานบริการโลหิตฉบับที่ผ่านมา ทีนี้เราจะมาพูดถึงความจำเป็นของการเก็บ Stem Cell กันบ้างว่า Stem Cell นำไปใช้รักษาโรคอะไร มีข้อดี ข้อเสียอย่างไร และมีความจำเป็นหรือไม่ ที่เราจะต้องเก็บ Stem Cell ของตนเองไว้ใช้ในอนาคต

แม้ว่า Stem Cell จะประกอบไปด้วยเซลล์ต้นกำเนิดของเซลล์หลายชนิด เช่น เซลล์กล้ามเนื้อ เซลล์ประสาท เซลล์สมอง เซลล์เม็ดโลหิต เป็นต้น ซึ่งการนำไปใช้แบ่งพัฒนาเป็นเซลล์ต่างๆ ต้องผ่านการทดลอง และศึกษาวิจัย ทั้งในสัตว์ทดลองและในมนุษย์ ก่อนที่จะใช้ในการรักษาพยาบาล ซึ่งปัจจุบัน การใช้ Stem Cell ในการรักษาโรคเกี่ยวกับระบบเม็ดโลหิต เป็นวิธีการรักษาที่เป็นที่ยอมรับในวงการแพทย์ และมีการวิจัยมากกว่า 20-30 ปี

กราฟแสดงจำนวนอาสาสมัคร
 บริจาคสเต็มเซลล์ ตั้งแต่ปี 2545-ปัจจุบัน
 เปรียบเทียบจำนวนผู้ป่วยที่ได้รับการปลูกถ่าย



Stem Cell นำไปใช้รักษาโรคอะไร ?

โรคทางโลหิตวิทยาหลายชนิด ได้แก่ มะเร็งเม็ดเลือดขาว มะเร็งต่อมน้ำเหลือง โรคไขกระดูกฝ่อชนิดรุนแรง และมะเร็งต่างๆ ในระยะแรกของโรค รวมทั้งโรคที่รักษาไม่หายเนื่องจากเป็นโรคทางพันธุกรรม เช่น โรคโลหิตจางธาลัสซีเมีย และโรคภูมิคุ้มกันบกพร่องแต่กำเนิด



จำเป็นต้องเก็บ Stem Cell ของตนเองไว้หรือไม่ ?

การเก็บ Stem Cell จากสายสะดือรกเด็กแรกเกิด หรือการเก็บ Stem Cell ของตนเองแล้วแช่แข็งไว้ใช้ในอนาคตนั้น เริ่มเป็นที่นิยมในปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเก็บ Stem cell จากสายสะดือรก เนื่องจากเป็นวิธีการที่ง่าย และไม่เป็นอันตรายต่อแม่และเด็ก แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น การเก็บ Stem Cell ก็มีข้อเสียมากกว่าข้อดี คือ มีโอกาสนำไปใช้ประโยชน์ได้จริงน้อยมาก และยังต้องคำนึงถึงปัจจัยหลายอย่าง อาทิ ปริมาณ Stem Cell ที่เก็บได้มีจำนวนจำกัด เพียง 50-200 ซีซี ซึ่งเพียงพอสำหรับการรักษาผู้ป่วยที่มีน้ำหนักตัวน้อย แต่ไม่เพียงพอสำหรับการนำไปรักษาผู้ป่วยที่เป็นผู้ใหญ่ ที่สำคัญการเก็บ Stem Cell จากสายสะดือรกเด็กแรกเกิด ต้องติดตามผลต่อเนื่องว่าเมื่อโตขึ้นทารกคนนั้นเป็นโรคร้ายแรงหรือไม่ เพราะหากพบว่ามีเซลล์มะเร็งอยู่ในตัว Stem Cell ของทารกที่เก็บไว้ ก็ไม่สามารถไปใช้ประโยชน์ในการรักษาโรคได้ และไม่รู้ว่าจะเป็น Stem Cell จากพ่อแม่พี่น้องในครอบครัวเดียวกัน ผู้บริจาคที่ไม่ใช่ญาติ ก่อนที่จะนำมาใช้ในการรักษาจะต้องผ่านขั้นตอนการตรวจเนื้อเยื่อ HLA (Human Leukocyte Antigen) ให้ตรงกับผู้ป่วยทุกครั้ง เพื่อป้องกันปฏิกิริยาต่อต้านกับร่างกายผู้ป่วย

เพราะฉะนั้น การเก็บ Stem Cell ไว้ใช้ในอนาคต ไม่ว่าจะเก็บเพื่อตนเองหรือเก็บเพื่อใช้กับลูกน้อยในอนาคต ยังนับว่าไม่มีความจำเป็น นอกจากค่าใช้จ่ายที่สูงในการเก็บรักษาแล้ว โอกาสที่จะได้นำไปใช้ในการรักษาโรคอื่นๆ นั้น ก็ยังอยู่ในขั้นตอนของการพัฒนางานวิจัย

โครงการ “ให้เลือดก่อนปีใหม่ ท่องเที่ยวปลอดภัย โชคดี ได้บุญ” ระหว่างวันที่ 24-31 ธันวาคม 2561 มีผู้บริจาคโลหิตในโครงการ จำนวน 11,123 ยูนิต ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ส่งผลให้มีโลหิตสำรองสำหรับช่วยเหลือผู้ป่วยให้โรงพยาบาลทั่วประเทศ



ในส่วนภูมิภาคก็มีส่วนร่วมในการรณรงค์และสำรองโลหิตกับโครงการ “ให้เลือดก่อนปีใหม่ ท่องเที่ยวปลอดภัย โชคดี ได้บุญ” ด้วยเช่นกันครับ เรียกได้ว่างานนี้ได้บุญ สุขใจกันถ้วนหน้าตั้งแต่ต้นปีเลยทีเดียวนะครับ



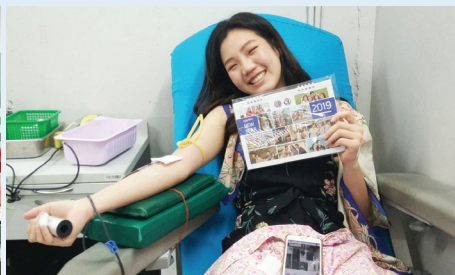
จ.ขอนแก่น



จ.นครราชสีมา



จ.สงขลา



จ.เชียงใหม่



จ.นครสวรรค์



จ.นครศรีธรรมราช



จ.อุบลราชธานี



จ.ราชบุรี

ให้เลือด = ให้ชีวิต

ตะ-พิญ พุ่มแก้วกล้า ผู้ประกาศข่าวหนุ่มไฟแรง

ผู้บริจาคโลหิต กรุ๊ป B Rh+ บริจาคโลหิต จำนวน 32 ครั้ง



แรงบันดาลใจให้เริ่มต้นบริจาคโลหิต

เริ่มต้นบริจาคเลือดครั้งแรก เมื่อตอนเรียน วิชา รด. คือ ตอนนั้นครูฝึกบอกว่าถ้าใครอาสาบริจาคเลือด ไม่ต้องซ่อมเดินแถว เรายกมือคนแรก เพราะเราเป็นคนไม่กลัวเข็ม ไม่กลัวเจ็บ ตอนนั้นรู้สึกบริจาคเลือดง่ายนิดเดียว แล้วก็รู้สึกเท่ด้วย หลังจากนั้นก็ได้บริจาคอีกเลย จนมาตอนเรียน ปี 1 ที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ สมัยเรียนก็บริจาคเฉพาะช่วงที่เราสะดวก

ความมุ่งมั่นและความตั้งใจในการบริจาคโลหิต

จุดเปลี่ยนความคิดในการบริจาคเลือด เกิดขึ้นเมื่อตอนที่มาทำงานเป็นผู้ประกาศข่าว ได้มีโอกาสอ่านข่าวคนไข้ต้องการเลือด อยู่บ่อยๆ จึงได้รู้ว่าเลือดจะขาดอยู่ 2 ช่วง คือ ช่วงเทศกาลปีใหม่ และ ช่วงเทศกาลสงกรานต์ เพราะคนจะเดินทางท่องเที่ยวและมักมีอุบัติเหตุเกิดขึ้นบ่อยครั้ง ซึ่งหลายคนรอดชีวิตจากการรับเลือด ซึ่งตอนนั้นก็คิดว่า “เราต้องบริจาคเลือดแล้วละ อย่างน้อยเราคนหนึ่ง อาจจะช่วยเหลืออะไรไม่ได้มาก แต่ก็ยังดีกว่าไม่ทำอะไรเลย” หลังจากนั้นจึงตั้งปณิธานไว้ว่า “ต้องบริจาคเลือดอย่างน้อยไม่ต่ำกว่าปีละ 3 ครั้ง”



สุขภาพกับการบริจาคโลหิต

รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ พยายามหลีกเลี่ยงงานเลี้ยงสังสรรค์ เพราะถ้าดื่มแอลกอฮอล์ เราก็จะบริจาคเลือดไม่ได้ “การบริจาคเลือดจะทำให้เรารักตัวเองมากขึ้น ดูแลตนเองมากขึ้น เพราะเลือดของเราจะได้มีคุณภาพให้กับผู้ป่วย”

ฝากถึงเยาวชนคนรุ่นใหม่ให้กล้าบริจาคโลหิต

น้องๆ เยาวชน คนรุ่นใหม่ หลายคนลังเล แต่อยากบอกว่า เยาวชนยังเป็นเลือดที่บริสุทธิ์ อายุยังน้อยยังไม่ได้เจอสารเคมีหรือโรคร้ายต่างๆ มากมาย ยังเป็นเลือดที่ดี มีคุณภาพ อย่างลัวที่จะเริ่มต้นช่วยเหลือผู้อื่น ให้เริ่มต้นตอนนี้ที่ยังมีสุขภาพแข็งแรง มีแรง มีพลังที่จะช่วยเหลือผู้อื่นได้ วันหนึ่งเมื่อมองย้อนกลับไป เราจะรู้สึกเกิดความภาคภูมิใจในชีวิต ที่สามารถสร้างประโยชน์ให้กับสังคมได้



Q: บริจาคโลหิตก่อนกำหนดได้หรือไม่?

A: การบริจาคโลหิตกำหนดให้บริจาคได้ ทุก 3 เดือน รวมเป็น 4 ครั้งต่อปี แต่สามารถบริจาคก่อนกำหนดได้ เพื่อไม่ให้เป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้บริจาคโลหิต ควรปฏิบัติตามเกณฑ์ ดังนี้

- กรณีจำเป็น เช่น ต้องเดินทาง สามารถบริจาคก่อนกำหนดได้ ไม่เกิน 14 วัน เพียงปีละ 1 ครั้ง
- กรณีมีความจำเป็นทางการแพทย์ เช่น ได้รับการร้องขอจากแพทย์ผู้ดูแลผู้ป่วย โดยผู้บริจาคโลหิตต้องมีความพร้อม และต้องผ่านการคัดเลือกตามเกณฑ์มาตรฐาน ระยะเวลาเร็วที่สุดที่สามารถบริจาคได้ คือ 8 สัปดาห์ รวมแล้วไม่เกิน 4 ครั้งต่อปี

บริจาคโลหิตก่อนกำหนด



บริจาคโลหิตล่วงหน้าก่อนกำหนด
ได้ 14 วัน (เพียงปีละ 1 ครั้ง)



Q: รู้หรือยัง สามารถบริจาคโลหิตได้จนถึงอายุ 70 ปี?



- A:**
- อายุ 17 ปีบริบูรณ์ - 65 ปี บริจาคโลหิตทุก 3 เดือน บริจาคได้ที่สถานที่รับบริจาคโลหิต ทุกแห่งและหน่วยเคลื่อนที่
 - อายุมากกว่า 65 ปี - 70 ปี บริจาคโลหิตทุก 6 เดือน และต้องมีการตรวจนับจำนวนของเม็ดเลือดทุกชนิดทุกครั้ง ไม่รับบริจาคในหน่วยเคลื่อนที่
- หมายเหตุ: ต้องบริจาคประจำสม่ำเสมอจึงจะอนุญาตให้บริจาคถึงอายุ 70 ปี