

QUYỀN LỢI CỦA NGƯỜI HIẾN MÁU TÌNH NGUYỆN

Bệnh viện Truyền Máu Huyết Học TP. HCM trân trọng cảm ơn Quý vị đã dành thời gian tới tham gia hiến máu nhân đạo. Đơn vị máu an toàn của Quý vị sẽ được sử dụng để mang lại cuộc sống cho nhiều người bệnh. BV. Truyền Máu Huyết Học đang thực hiện việc chăm sóc, bồi dưỡng và đảm bảo quyền lợi người hiến máu tình nguyện theo Thông tư 15/2023/TT-BYT, ngày 20/07/2023 của Bộ Y Tế.

Người hiến máu tình nguyện sẽ được những quyền lợi sau:

- + Được bồi dưỡng trực tiếp:
- Ăn nhẹ, nước uống tại chỗ: tương đương 30.000 đồng (1 chai nước C2, 01 hộp chocopie 66gram, 01 gói bánh Goute 35,5gram).
- Hỗ trợ chi phí đi lại (bằng tiền mặt): 50.000 đồng.
- **Nhận phần quà tặng giá trị tương đương:**
 - ❖ 150.000đ khi hiến máu 350ml (20 hộp sữa tươi vinamilk 180ml; 09 đường que);
 - ❖ 180.000đ khi hiến máu 450ml (24 hộp sữa tươi vinamilk 180ml; 11 đường que).
- + Được cấp Giấy chứng nhận hiến máu tình nguyện:
 1. Giấy chứng nhận được trao cho người hiến máu sau mỗi lần hiến máu tình nguyện.
 2. Có giá trị để được truyền máu miễn phí bằng số lượng máu đã hiến, khi bản thân người hiến có nhu cầu sử dụng máu tại tất cả các cơ sở y tế công lập trên toàn quốc.
 3. Người hiến máu cần xuất trình Giấy chứng nhận để làm cơ sở cho các cơ sở y tế thực hiện việc truyền máu miễn phí.
 4. Cơ sở y tế có trách nhiệm ký, đóng dấu, xác nhận số lượng máu đã truyền miễn phí cho người hiến máu vào giấy chứng nhận.
- + Được tư vấn về sức khỏe
- + Được tôn vinh, khen thưởng theo quy chế của đơn vị tiếp nhận.
- + Được phản hồi về kết quả nhóm máu, kết quả xét nghiệm sàng lọc túi máu, được tham vấn sức khỏe khi có kết quả bất thường.

Hiến máu theo hướng dẫn của bác sĩ không có hại cho sức khỏe. Rất mong được tiếp tục đón tiếp và phục vụ Quý vị tham gia hiến máu nhắc lại sau 12 tuần. Mọi ý kiến có liên quan, xin vui lòng trao đổi: Bộ phận vận động hiến máu. ĐT: (028) 3955 7858

LỢI ÍCH CỦA HIẾN MÁU

1. HIẾN MÁU GIÚP TẠO TRẠNG THÁI TINH THẦN TÍCH CỰC, TÂM LÝ THOẢI MÁI

- Lợi ích của hiến máu đầu tiên là giúp người hiến máu có những trải nghiệm tâm lý và tinh thần thú vị.
- Hiến máu đem lại cho người hiến cảm giác tự hào và hạnh phúc vì hành động của bạn có thể cứu giúp tính mạng của ai đó. Phần máu bạn hiến được tách thành nhiều thành phần theo nhu cầu của bệnh nhân. Các thành phần đó có thể được truyền cho những người nhận khác nhau.
- Tự tin vào sức khỏe của bản thân: Hiến máu là biểu hiện chứng tỏ sức khỏe tốt, chất lượng máu tốt; niềm tin đó rất có lợi cho người hiến máu.

2. ĐƯỢC KIỂM TRA, TƯ VẤN SỨC KHỎE, GIÚP NGƯỜI HIẾN MÁU THEO DÕI VÀ TỰ GIÁM SÁT SỨC KHỎE CỦA MÌNH

- Mỗi lần hiến máu, người hiến máu sẽ được kiểm tra sơ bộ về sức khỏe: khám sức khỏe, đo huyết áp, nhịp tim... và được xét nghiệm trước hiến máu.
- Máu hiến tặng được sàng lọc: virus viêm gan B, viêm gan C, HIV, giang mai; người hiến máu được thông báo qua tin nhắn SMS sau hiến máu khoảng 5-10 ngày.
- Như vậy, mỗi lần hiến máu là một lần được kiểm tra sức khỏe, giúp cảnh báo và phát hiện những nguy cơ đối với sức khỏe để có biện pháp xử lý kịp thời. Đồng thời, với người hiến máu thường xuyên, việc hiến máu sẽ giúp họ tự giám sát sức khỏe của mình.

3. LỢI ÍCH CỦA HIẾN MÁU CÒN GIÚP LÀM GIẢM QUÁ TẢI SẮT TRONG CƠ THỂ

- Theo các nghiên cứu, mỗi ngày trong cơ thể có khoảng 200 – 400 tỷ hồng cầu chết tự nhiên và được thay thế bằng hồng cầu mới. Lượng huyết sắc tố bị tiêu hủy sẽ giải phóng ra một lượng sắt, một phần tái hấp thu tạo máu mới, một phần thải ra ngoài và một phần tồn tại trong cơ thể, là kho dự trữ.
- Hiến máu làm giảm lượng sắt dư thừa và những người hiến máu thường xuyên sẽ giúp quá trình thải sắt thuận lợi (đối với nam giới).

4. HIẾN MÁU GIÚP TĂNG TẠO MÁU MỚI

- Mỗi lần hiến máu là cho đi, mất đi nhiều thành phần như: hồng cầu, tiểu cầu, đường huyết, cholesterol, sắt, kali... Nhờ đó, hiến máu giúp thanh thải và giảm gánh nặng thoái hóa cho cơ thể.
- Việc hiến máu còn là “sức ép” cho cơ thể sinh máu mới, nhất là hồng cầu để bù cho lượng hồng cầu đã hiến đi, qua đây kích thích tủy xương tăng sinh máu.

5. HIẾN MÁU LÀM GIẢM NGUY CƠ XUẤT HIỆN ĐỘT QUỴ, TIM MẠCH

- Sự có mặt quá nhiều của sắt trong máu làm thúc đẩy quá trình ô xy hóa cholesterol. Sản phẩm của quá trình này lắng đọng ở lớp dưới nội mô mạch máu, làm tăng nguy cơ xuất hiện mảng xơ vữa mạch máu. Đây là một trong những nguyên nhân gây các cơn đau tim và đột quỵ.
- Một số nghiên cứu chỉ ra rằng hiến máu thường xuyên sẽ góp phần giảm ứ đọng sắt, nhờ đó giúp giảm nguy cơ xuất hiện các cơn đột quỵ, tim mạch.
- Ước tính mỗi lần hiến 450 ml máu giúp đốt cháy khoảng 650 calo trong cơ thể và giảm lượng cholesterol trong máu. Đây là biện pháp hữu ích trong việc giảm cân ở những người có cân nặng trên mức trung bình của cơ thể.

6. MỖI LẦN HIẾN MÁU LÀ MỘT LẦN GỬI MÁU VÀO NGÂN HÀNG MÁU

- Mỗi lần hiến máu một lần người hiến máu gửi máu của mình vào ngân hàng máu. Khi không may mắn, người hiến máu cần nhận máu, xuất trình giấy chứng nhận hiến máu tình nguyện sẽ được bồi hoàn máu miễn phí tại các cơ sở y tế công lập trên toàn quốc.

BENEFITS OF VOLUNTARY BLOOD DONORS

The Ho Chi Minh City Blood Transfusion and Hematology Hospital sincerely thanks you for taking the time to participate in blood donation. Your safe unit of blood will be used to save the lives of many patients.

The Blood Transfusion and Hematology ensures the benefits of voluntary blood donors in accordance with Circular 15/2023/TT-BYT, dated July 20, 2023, issued by the Ministry of Health.

Voluntary blood donors are entitled to the following benefits:

Direct benefits

- **Snacks and drinks:** Equivalent to 30,000 VND (including 1 bottle of C2 green tea, 1 pack of Chocopie 66g, and 1 pack of Goute biscuits 35.5g).
- **Travel support (in cash):** 50,000 VND.
- **Gift:**

For a 350ml blood donation: A gift valued at 150,000 VND (20 cartons of Vinamilk fresh milk 180ml; 9 sugar sticks).

For a 450ml blood donation: A gift valued at 180,000 VND (24 cartons of Vinamilk fresh milk 180ml; 11 sugar sticks).

Certificate of Voluntary Blood Donation

1. A Certificate is awarded to the donor after each voluntary blood donation.
2. The Certificate entitles the donor to **free blood transfusions** equivalent to the volume of blood donated, should the donor require blood at any public healthcare facility nationwide.
3. Donors must present this Certificate to medical facilities for receiving free blood transfusions.
4. Healthcare facilities are responsible for signing, stamping, and confirming the volume of free blood transfused to the donor on the certificate.

Additional Benefits

- Receive health counseling.
- Be honored and rewarded according to the regulations of the receiving unit.
- Receive information about blood type, screening test results, and health consultation if abnormal results are detected.

Note: Donating blood according to a doctor's guidance is not harmful to your health. We look forward to welcoming and serving you again for a repeat blood donation after 12 weeks.

For any inquiries, please contact: Blood Donation Mobilization Department. Tel: (028) 3955 7858

HEALTH BENEFITS OF BLOOD DONATION

1. Promotes a Positive Mental State and Emotional Well-being

- The primary benefit of blood donation is providing donors with an uplifting psychological and emotional experience. Donating blood brings a sense of pride and happiness, knowing that your action can save lives.
- Your donated blood is separated into various components based on patients' needs, meaning a single donation can help different recipients. Furthermore, being eligible to donate acts as a confirmation of your good health and high blood quality, boosting your self-confidence.

2. Provides Health Screening and Counseling

- During each donation session, donors undergo a basic health check-up, including a physical examination, blood pressure and heart rate measurements, along with pre-donation blood tests.
- Donated blood is strictly screened for Hepatitis B, Hepatitis C, HIV, and Syphilis. Donors will be notified of their results via SMS approximately 5 to 10 days after donation. Therefore, each donation serves as a health check that helps monitor, warn, and detect potential health risks early for timely management.

3. Reduces Iron Overload in the Body

- Studies show that every day, about 200 to 400 billion red blood cells naturally die off and are replaced by new ones. The breakdown of hemoglobin releases iron—part of which is reabsorbed to produce new blood, part is excreted, and the rest is stored in the body. Donating blood helps reduce excess iron. For regular donors (particularly men), it facilitates a smooth iron excretion process.

4. Stimulates New Blood Production

- Donating blood means temporarily giving away components like red blood cells, platelets, blood glucose, cholesterol, iron, potassium, etc. This helps cleanse the body and reduce the burden of cell degeneration. Blood donation also puts a "healthy pressure" on the body to generate new blood—especially red blood cells—thereby stimulating the bone marrow to increase hematopoiesis.

5. Lowers the Risk of Cardiovascular Disease and Stroke

- An excess of iron in the blood accelerates the oxidation of cholesterol. The byproducts of this process deposit beneath the vascular endothelium, increasing the risk of atherosclerotic plaques—one of the main causes of heart attacks and strokes.
- Research indicates that regular blood donation helps prevent iron accumulation, thereby reducing the risk of cardiovascular events and strokes. Additionally, it is estimated that each 450ml blood donation burns about 650 calories and lowers blood cholesterol levels, making it a helpful aid in weight management for individuals above average weight.

6. Serves as "Blood Insurance" in the Blood Bank

- Each blood donation is like making a deposit into a blood bank. If a donor unfortunately requires blood in the future, presenting their Certificate of Voluntary Blood Donation will entitle them to free blood reimbursement at any public medical facility nationwide.