无偿献血健康知识及献血关爱政策

一、献血基本条件

1.年龄18-55周岁的健康公民；

2.体重：男性≥50公斤，女性≥45公斤；

3.无慢性疾病史，如：高血压、糖尿病、甲亢等；

4.一年内未接受过外科手术治疗或输血治疗；

5.献血者体温 < 37.3℃；

二、献血注意事项

献血前：1.不可空腹参加献血； 2.清淡饮食，忌饮酒吃药，保持充足睡眠；3.女性避开生理期前后3天。

献血后：1.保持穿刺处清洁干燥；多补充水分，正常饮食，避免饮酒，保证睡眠；2.24小时内不剧烈运动、高空作业和过度疲劳。

三、献血者表彰政策

按照《全国无偿献血表彰奖励办法（2022版）》有关规定，设置无偿献血奉献奖，用以奖励多次自愿无偿献血者，其奖项和获奖标准为：

1. 铜奖，自愿无偿献血达20次及以上的献血者；
2. 银奖，自愿无偿献血达30次及以上的献血者；
3. 金奖，自愿无偿献血达40次及以上的献血者；
4. 终身荣誉奖，累计获得无偿献血奉献奖金奖3次以

上者，终身荣誉奖仅表彰一次。

按照《昆明市献血条例》第二十一条规定，献血者在本市献血满10次及以上的，由市人民政府予以奖励。

四、献血者关爱政策

按照《昆明市献血条例》第二十三条规定：荣获国家无偿献血奉献奖的献血者和无偿献血志愿服务终身荣誉奖的志愿者，享受下列“三优四免一补”待遇：

（一）同等条件下优先提供就业岗位，优先推荐就业，优先保障子女入托、入学；

（二）免费游览政府投资主办的公园、旅游风景区等场所；免交公立医疗机构普通门诊诊查费，享受优先诊疗；享受每年一次由用血医疗机构提供的基本项目免费健康体检；免费乘坐城市轨道交通和公共汽车；

（三）对符合条件的灵活就业人员给予相应社保补贴。

为切实落实“三优四免一补”待遇，符合条件的献血者可申请《昆明市无偿献血荣誉证》。该证由昆明市献血领导小组办公室委托昆明公交集团有限责任公司制作，凭此证享受“三优四免一补”待遇。申请荣誉证的基本条件（满足任意一项即可）：

（一）在昆明市献血累计达4000毫升。

（二）在昆明市无偿献血志愿服务时间超过十年且累计时间超过1500小时、或累计时间超过3000小时。

五、献血者权益

按照《昆明市献血条例》第十八条规定：持《无偿献血证》的献血者及其父母、子女、配偶在同等条件下，医疗机构应当保障其享有优先用血权利。

按照《昆明市献血条例》第十九条规定：献血者及其配偶和直系亲属可以按照下列规定免交临床用血费用。全血每200毫升按1次计算，机采血小板每1个治疗单位按1次计算：

（一）献血满5次的，本人终生免交临床用血费用；

（二）献血不足5次的，自献血之日起5年内按照献血量的三倍本人免交临床用血费用；超过5年的，本人免交与献血量等量的临床用血费用；

（三）献血者的配偶和直系亲属可以免交与献血量等量的临床用血费用。

六、组织献血活动相关关爱政策

按照《云南省人民政府办公厅关于进一步加强无偿献血工作的意见》（云政办发〔2017〕59号）精神，对参加献血的公民，所在单位要予以支持，献血后应给与适当误餐、交通补贴和1-2天献血假。

按照《昆明市献血条例》第二十二条规定，对参加献血的公民，献血后所在单位或者所在村（居）民委员会可以给予适当误餐、交通补贴和休息。