

[特別企画2]

パンフレットを活用した献血者の健康管理について

佐々木綾, 田口千晴, 西塚春樹, 菊池拓也, 伊藤寛泰, 菊池 望, 中島みどり, 鈴木洋一, 中居賢司
岩手県赤十字血液センター

【はじめに】

血液事業は、献血者の善意と健康があってこそ成り立つ事業である。今後も継続して献血に協力しようと思っていただける、また、献血不適となった方が次回は献血できる取り組みが必要である。岩手センターでは、献血者の健康管理に役立つ情報を提供するため、パンフレットを作成し、活用したので報告する。

【取り組み内容】

作成した6つのパンフレットを紹介する。

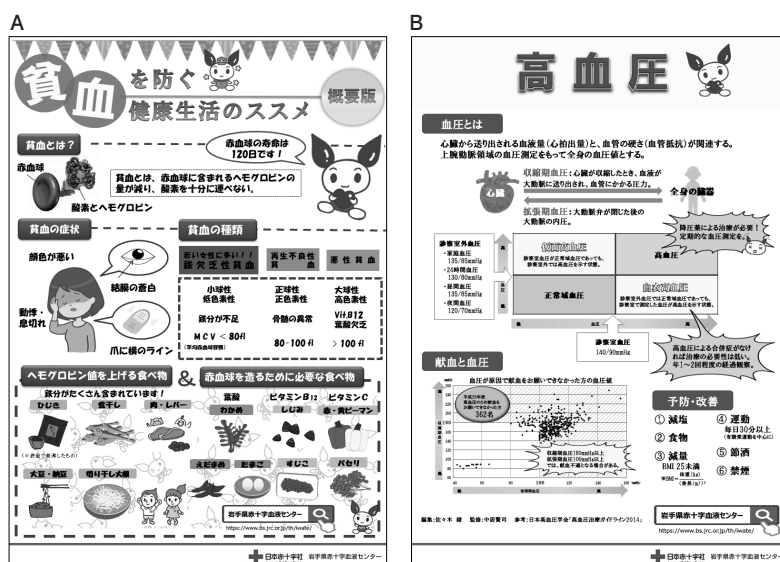
1. 血色素低値で献血不適となった方に向けた「貧

血を防ぐ健康生活のススメ」(図1A)

貧血を防ぐために必要な栄養素と食べ物を紹介し、県産食材を使用した貧血改善レシピを掲載している。血色素低値により献血不適となった方や低ヘモグロビン症の方に渡している。採血担当者からは、「貧血について、とくに女性の関心が高い。パンフレットを参考に食生活等を見直し、2カ月程度経過してから、再び献血に来ることをおすすめしている。」という声があった。

2. 高血圧で献血不適となった方に向けたパンフレット(図1B)

高血圧の分類や基準に関する資料、献血の検診



A: 血色素低値で献血不適となった方に向けた「貧血を防ぐ健康生活のススメ」

<https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/special/files/hinketsu.pdf>

B: 高血圧で献血不適となった方に向けたパンフレット

<https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/special/files/koketsueatsu.pdf>

時の血圧に関する分析などを掲載している。高血圧により献血不適となった方に渡している。検診医からは、「高血圧による心臓病や脳血管疾患のリスクについて検診医から説明し、要望あれば病院受診の紹介状をお渡しする。パンフレットを使用して説明すると、献血不適となった方も納得している。」という声があった。

3. 肥満の方に「あなたはメタボ・肥満大丈夫？」(図2A)

肥満の指標となるBMIの計算方法や疾患との関係を紹介し、肥満予防のため献血後の検査結果通知の活用をすすめている。肥満は、さまざまな成人病疾患の要因になる。検診医が、パンフレットを活用しながら健康管理の重要性について説明している。

4. 脂質異常と糖尿病が疑われる方に向けたパンフレット(図2B)

脂質異常症や糖尿病の病態、献血でわかる糖尿病の代表的な検査値であるグリコアルブミンなどについて解説している。脂質異常症やグリコアル

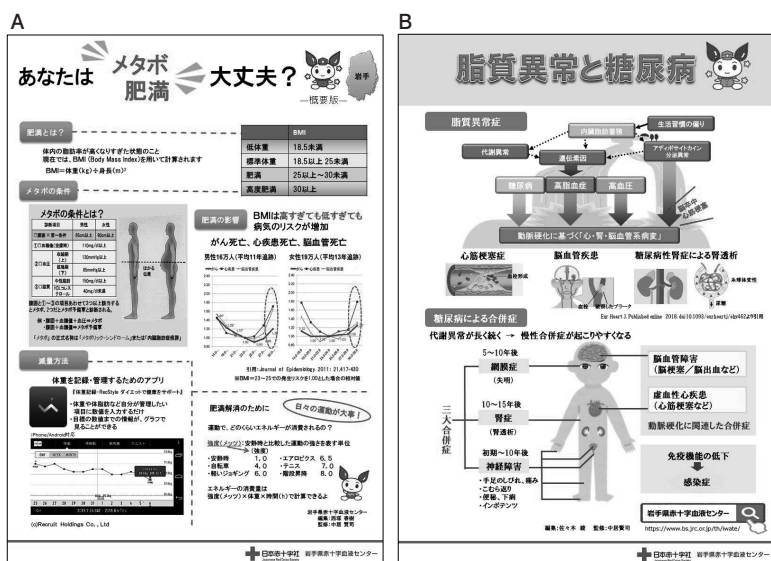
ブミン値が20%以上の方に渡し、心筋梗塞症や脳血管疾患、糖尿病性腎症による腎透析等のリスクが高くなることを説明している。病院受診をすすめる場合もある。

5. 薬の服用と献血ができるまでの期間に関するパンフレット(図3A)

SOPで定められた薬剤のグレードごとに、使用頻度が高い薬について具体的な薬剤名を記載している。献血協力事業所担当者へ渡す他、当センターホームページ上に専用バナーを設置して(図3B)献血者も閲覧できるようにしている。渉外担当者からは、「服薬のため献血はできないと思っている方でも、お話を聞くと、献血可能な場合がよくある。」という声があった。

6. 「献血de健康管理」(図4)

検査結果通知に記載されている各項目の意味について説明している。献血協力事業所担当者や献血者へ渡す他、当センターホームページ上に専用バナーを設置して献血者も閲覧できるようにしている。パンフレットを活用して、毎週火曜日献血



A: 肥満の方に「あなたはメタボ・肥満大丈夫？」

<https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/special/files/himan.pdf>

B: 脂質異常と糖尿病が疑われる方に向けたパンフレット

https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/special/files/shishitsu_2.pdf

A

[illegible]

A：薬の服用と献血ができるまでの期間に関するパンフレット

https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/_____%28_____%29.pdf

B: ホームページ上の専用バナー

<https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/>

B

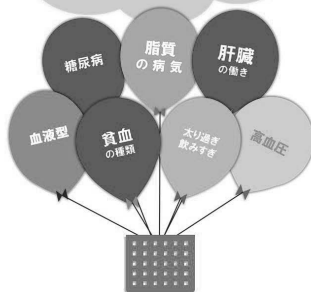


图 3

献血 de 健康管理

献血にご協力いただいた方々に

感謝の として、
検査成績をお知らせしています。
どんなことがわかるかをご紹介します。



 日本赤十字社 岩手県赤十字血液センター
Japanese Red Cross Society

「献血 de 健康管理」

<https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/special/files/kenketsudekenkokanri.pdf>

献血でわかる検査成績

生化学検査

検査項目	基準値	説明
ALT (GPT)	8~49 IU/L	ウイルス性肝炎や脂肪肝(肥満)などで上昇します。
γ-GTP	9~68 IU/L	アルコール性肝障害などで上昇します。
総蛋白 (TP)	6.6~8.2 g/dL	低蛋白血症などで低下します。
アルブミン (ALB)	4.0~5.1 g/dL	低蛋白血症や肝臓の病状などで低下します。
コレステロール (CHO)	140~250 mg/dL	脂質と動脈硬化を左右する因子としてとられています。
グリコシル化ヘモグロビン	16.5%未満	過去1~2週間の血糖値を反映する糖尿病の指標。

血球計數検査

検査項目	基準値	説明
赤血球 (RBC)	男性 449~580/μL 女性 384~501/μL	貧血や脱水状態で低下します。 子宮頸癌との早期発見に役立ちことがあります。
ヘモグロビン濃度 (Hb)	男性 12.7~15.7 g/dL 女性 11.6~14.8 g/dL	貧血の有無を判定する目安となります。
ヘマトクリット率 (Ht)	男性 38.8~50.0 % 女性 34.6~44.6 %	貧血の種類を判定する役立ちます。
白血球数 (WBC)	38~98×10 ⁹ /μL	細菌やウイルス感染症で増加します。
血小板数 (plt)	17.0~38.5×10 ⁹ /μL	血液の凝固や免疫系の病気で低下します。
赤血球指数 MCV/MCH/MCHC	MCV 80.9~99.5 fL MCH 28.8~31.5 pg MCHC 31.7~35.2 g/dL	MCV 平均赤血球容積 鉄欠乏性貧血 MCH 平均赤血球量 鉄欠乏性貧血 MCHC 平均赤血球容積比 鉄欠乏性貧血

*基準値は献血を希望された方々の検査結果から算出したものです。

お問合せ 区政課 田口千晴 献血推進課 米田浩介 採血課 中島みどり 所長 中野賢司

[illegible]

日本赤十字社 岩手県赤十字血液センター
Japanese Red Cross Society
〒981-8531 岩手県盛岡市大町1-1-1 TEL. 019-651-3181

Japanese Red Cross Society
 〒100-8501, 8F, 1-2-2, Higashi-Shinjuku, Tokyo 162-8601, JPN. TEL: 03-693-3333

图 4

ルームで、所長による献血時の検査データに基づいた健康管理の説明を行っている。渉外担当者からは、「献血は、健康管理に関心を高める良い機会になる。献血協力事業所担当者に、このチラシを活用して積極的に献血の啓発・周知をお願いしている。」という声があった。

これらのパンフレットは、献血者や献血協力事業所担当者へ配付し、ホームページに掲載している他、印刷しファイルに収めたものをすべての献血バスとルームに設置し、待ち時間に自由に閲覧できるようにしている。

【まとめ】

岩手センターの取り組みの成果を3つあげる。

1. 血色素による不適者数が減少し、バス1稼働

数の増加にもつながった(全不適者数にしめる血色素による不適者数の割合：平成28年度54.4%→平成29年度33.4%、バス1稼働数：平成28年度36人→平成29年度43人)。

2. 献血者の貧血、高血圧症、肥満、脂質異常、糖尿病など疾患予防の意識向上に寄与した。
3. 渉外活動の際、献血協力事業所担当者と話すきっかけにもなり、献血のお願いがしやすくなった。

【取り組みの有用性】

献血者に役立つ新しい医療情報を提供することで、献血を介して疾患予防のための健康に関する意識改革を行い、県内全土で献血推進とともに献血者の健康管理に寄与することができる。