

# รายงาน บริการโลหิต



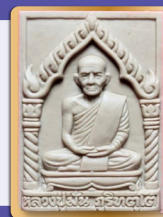
ปีที่ 16 ฉบับที่ 1 เดือน มกราคม - กุมภาพันธ์ 2568



## โครงการ 70 พรรษา 70 ล้านซีซี เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ตลอดปี 2568

เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันพระราชสมภพ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเจริญพระชนมายุ 70 พรรษา วันที่ 2 เมษายน 2568 ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ร่วมกับ กองทัพบก และ วัดปทุมวนารามราชวรวิหาร จัดโครงการ “70 พรรษา 70 ล้านซีซี เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” ตลอดปี 2568 เพื่อเชิญชวนประชาชนทั่วประเทศ น้อมสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ บริจาคโลหิต ถวายเป็นพระราชกุศลแด่ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผู้ทรงเป็นองค์อุปถัมภ์กาผู้อำนวยความสะดวก สภากาชาดไทย กุลกระหม่อมอาจารย์ ของโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า และองค์พระราชอุปถัมภ์ของโรงเรียนวัดปทุมวนาราม และเพื่อเป็นโครงการรณรงค์ให้เกิดการบริจาคโลหิตสม่ำเสมอ ตลอดปี 2568 โดยตั้งเป้าหมายได้รับโลหิตบริจาค 70 ล้านซีซี (175,000 ยูนิต) ทั่วประเทศ

จึงขอเชิญชวนพสกนิกรชาวไทยทั่วประเทศ ร่วมบริจาคในโครงการฯ โดยผู้บริจาคโลหิตอย่างน้อย 2 ครั้ง ในปี 2568 จะได้รับ “พระหลวงปู่มั่น ฐิริกฤโต” เป็นที่ระลึกเพื่อความเป็นสิริมงคล (จัดสร้างจำนวน 200,000 องค์)



สามารถบริจาคโลหิตได้ที่ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย  
ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ 12 แห่งทั่วประเทศ โรงพยาบาลสาขาบริการโลหิตแห่งชาติทั่วประเทศ  
และโรงพยาบาลของกองทัพบกทั่วประเทศ



รายงาน  
บริการโลหิต

## What's UP

By Piraporn, Donlathee

### สถิติการจัดหาโลหิตของ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย



สวัสดีปีใหม่ 2568 ต้อนรับปีมะเส็ง ขอส่งความสุขและขอให้ผู้บริจาคโลหิตทุกท่านมีความสุขร่างกายแข็งแรงบริจาคโลหิตได้เป็นประจำอย่างต่อเนื่องตลอดทั้งปี

ปีใหม่นี้ มาเริ่มต้นทำสิ่งดีๆ ด้วยการบริจาคโลหิตช่วยเหลือผู้ป่วยและเพิ่มปริมาณโลหิตสำรองให้มีเพียงพอต่อการรักษาผู้ป่วยทั่วประเทศ

บริจาคได้ทุก 3 เดือน กายพร้อม ใจพร้อม ใกล้เคียงไหนบริจาคที่นั่น

- ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย
- หน่วยรับบริจาคโลหิตประจำที่ (Fixed Station) สภากาชาด 11 วิทยานิยม (บางแค), เดอะมอลล์ไลฟ์สโตร์ สาขาบางแค, สาขาบางกะปิ, สาขามวงษ์ศรีวาน, สาขาท่าพระ, ศูนย์การค้า ดี เอ็มพรีเมียม และ บ้านทรงไทย (ย่านวงศ์สว่าง)
- ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ 12 แห่งทั่วประเทศ ได้แก่ จังหวัดลพบุรี ชลบุรี ราชบุรี นครราชสีมา ขอนแก่น อุบลราชธานี นครสวรรค์ พิษณุโลก เชียงใหม่ นครศรีธรรมราช (ทุ่งสง), สงขลา และภูเก็ต
- โรงพยาบาลสาขาบริการโลหิตแห่งชาติทั่วประเทศ

#### บรรณาธิการบริหาร

รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงดวงใจ ชัยวานิชศิริ

#### บรรณาธิการ

ปิยนันท์ คุ้มครอง

#### กองบรรณาธิการ

สรสา รุจิรงค์นางกุล, พิศารณ ศรีศิลป์, ปาริชาติ โพธิ์รัตน์, ปาลิภา ศกุนตลักษณ์, รุ่งทิพย์ คำพิทุม, อุไรรัตน์ ชำนาญ, อภิวรรณ หนองภักดี, ปฐวี ขวลิขิตยรรยง, คณิสันน์ ขอบใจ, จิรยุ พงษ์โสภา, วาริ โด๊ะมิ, ภริตพร สุทธิพิเชษฐวัฒน์ และ ดลธีร์ พลละดล

#### เจ้าของ

ฝ่ายจัดหาผู้บริจาคโลหิตและสื่อสารองค์กร  
ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย

#### Special Project

01

โครงการ 70 พรรษา 70 ล้านซีซี เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ตลอดปี 2568

#### NBC Lens

03

กิจกรรมของศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย

#### Calendar News, NBC Welcome

04

โครงการและกิจกรรมประจำเดือน ขอบคุณพลังคนไทยจิตอาสา ร่วมบริจาคโลหิต ช่วยผู้ป่วยทั่วประเทศ

#### Youth Action

05

SMST Blood Donation ปลูกพลัง ปลูกจิตสำนึก บริจาคโลหิต นิสิต นักศึกษาแพทย์ทั่วประเทศ

#### Family Rh-

06

“แค่เป็นผู้ให้..หัวใจก็มีความสุข”  
เฟด็จ ชมชื่น กรุ๊ป O Rh- บริจาคโลหิต 48 ครั้ง

#### 100 Times Blood Doner

07

การบริจาคโลหิต เหมือนการเดินทางที่ทำให้เรา ได้สัมผัสกับประสบการณ์ใหม่แบบไม่สิ้นสุด พิชยาภา ชาตยานนท์ บริจาคโลหิตและพลาสมา 137 ครั้ง

#### NBC Partnership

08

MDCU Give Blood for All เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา

#### Extra Knowledge

09

ทำความเข้าใจหลักการ U = U ไม่เจอ = ไม่แพร่ แต่ไม่สามารถบริจาคโลหิตได้

#### Stem Cells Update

10

การพัฒนากระบวนการเพาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต ให้มีคุณภาพ สู่มาตรฐานระดับสากล

#### The Region Sharing

11

“คิดถึงพ่อ” พลกนิกรทุกหมู่เหล่าทั่วประเทศ บริจาคโลหิต เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ๕ ธันวาคม ๒๕๖๗

#### Do You Know?

12

ข้อควรรู้ เพศสัมพันธ์กับการบริจาคโลหิต



## NBC Lens

By Rungthip

ร่วมแสดงความยินดี ผู้จัดการ กยศ.  
"ดร.บันทวน วงศ์ขจรกิติ"

4 พฤศจิกายน 2567



นางสาวปิยนันท์ คุ่มครอง ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านจัดหาโลหิต และภาพลักษณ์องค์กร ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมแสดงความยินดีกับ **ดร.บันทวน วงศ์ขจรกิติ** ในโอกาสเข้ารับตำแหน่งผู้จัดการกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.) โอกาสนี้ ร่วมหารือถึงแนวทางการจัดกิจกรรม "**กยศ. บริจาคโลหิต**" ในสถาบันการศึกษาทั่วประเทศ เพื่อส่งเสริมให้เยาวชนคนรุ่นใหม่ ได้เห็นถึงความสำคัญของการบริจาคโลหิต ณ อาคาร เอไอเอ แคปิตอล เซ็นเตอร์ ถ.รัชดาภิเษก

## PIPPER Standard พร้อมส่ง สุขภาพที่ดีให้แก่ผู้บริจาคโลหิต

8 พฤศจิกายน 2567



นางสาวปิยนันท์ คุ่มครอง ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านจัดหาโลหิต และภาพลักษณ์องค์กร ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ รับมอบผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดล้างธรรมชาติจากสับปะรด ภายใต้แบรนด์ พิเพอร์ สแตนดาร์ด PiPPER Standard จำนวน 1,000 ชุด จาก **คุณปีเตอร์ เวียนแมน** และ **คุณศิริลักษณ์ ณรงค์ตะณฑุล** ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร และ กรรมการผู้จัดการ บริษัท อีควอเตอร์ เพียวเนเจอร์ จำกัด เพื่อมอบให้แก่ผู้บริจาคโลหิต ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

## บริจาคโลหิต รับผลิตภัณฑ์ไปยเซียน เป็นที่ระลึก ตลอดเดือน พ.ย. นี้

2 พฤศจิกายน 2567



**เภสัชกรหญิงวรมณี งามพุดนิกร** ผู้ช่วยหัวหน้าฝ่ายผลิต ถูกรับรางวัล อุปกรณ์และน้ำยา เป็นผู้แทนศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ให้การต้อนรับ **ดร.ณัฐพงศ์ ลาภบุญทรัพย์** กรรมการและที่ปรึกษา บริษัท โกลด์ มินท์ โปรดักส์ จำกัด ในโอกาสจัดกิจกรรม "**ไปยเซียน ยิ่งให้ยิ่งได้**" ฉลองวาระครบรอบ 88 ปี ผลิตภัณฑ์ตราไปยเซียน ขวนสร้างบุญครั้งใหญ่ด้วยการบริจาคโลหิต โอกาสนี้ มอบเงินสนับสนุนกิจกรรมการจัดหาโลหิต จำนวน 888,888 บาท และผลิตภัณฑ์ไปยเซียน รวมมูลค่ากว่า 500,000 บาท เพื่อมอบให้แก่ผู้บริจาคโลหิต ตลอดเดือนพฤศจิกายน 2567 ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

## TONG GARDEN สนับสนุน ผลิตภัณฑ์ขนมขบเคี้ยว

8 พฤศจิกายน 2567



นางสาวปิยนันท์ คุ่มครอง ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านจัดหาโลหิต และภาพลักษณ์องค์กร ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ รับมอบผลิตภัณฑ์ขนมขบเคี้ยว ถั่วอบผสมผลไม้อบแห้ง ภายใต้แบรนด์ ทองการ์เด็น จำนวน 3,600 ซอง รวมมูลค่า 104,400 บาท จาก **คุณธนา สุวิวัฒนา** Retail Operations Manager บริษัท ทองการ์เด็น จำกัด เพื่อมอบให้แก่ผู้บริจาคโลหิตกิจกรรมวันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ 5 ธันวาคม 2567 ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ

สารงานบริการโลหิต

# Calendar NEWS

By Jirayu

## โครงการและกิจกรรมประจำเดือน

**มกราคม 2568**

**2 - 5 มกราคม 2568**

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมกับ ช่อง 3 HD ชวนร่วมทำบุญต้อนรับเทศกาลปีใหม่ ในโครงการ “ส่งความสุข บริจาคโลหิต ต้อนรับปีใหม่” พร้อมรับปฏิทินดาราช่อง 3 แบบตั้งโต๊ะ เป็นของที่ระลึก

**29 - 31 มกราคม 2568**

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ชวนชาวไทยเชื้อสายจีนและประชาชนทั่วไป สร้างบุญ เสริมเฮง ในโครงการ “ตรุษจีนนี้ บริจาคโลหิต เป็นมงคลชีวิต Chinese New Year 2025” พร้อมรับปฏิทินจีน เป็นของที่ระลึก

**กุมภาพันธ์ 2568**

**10 - 16 กุมภาพันธ์ 2568**

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ชวนแบ่งปันความรัก ส่งต่อการให้ด้วยการบริจาคโลหิตช่วยเหลือผู้ป่วย ในเทศกาลวาเลนไทน์ ในโครงการ “Give Blood Give Love”

**12 กุมภาพันธ์ 2568**

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ขอเชิญพุทธศาสนิกชนบริจาคโลหิต ในโครงการ “ถือศีล ทำบุญ บริจาคโลหิต เนื่องในสัปดาห์วันมาฆบูชา”

สามารถบริจาคโลหิตในทุกโครงการ ได้ที่  
ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ หน่วยรับบริจาคโลหิตประจำที่ (Fixed Station) 7 แห่ง  
และ ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ 12 แห่ง ทั่วประเทศ

WELCOME

สารงานบริการโลหิต

**NBC Welcome**

**ขอบคุณพลังคนไทยจิตอาสา  
ร่วมบริจาคโลหิต ช่วยผู้ป่วยทั่วประเทศ**



A. กระทรวงพลังงาน

B. บริษัท เฮงเค็ล (ประเทศไทย) จำกัด

C. บริษัท อินเด็กซ์ อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล กรุป จำกัด (มหาชน)

D. บริษัท เอเชียเสริมกิจลีสซิ่ง จำกัด (มหาชน)

E. กองบังคับการตำรวจสืบสวนสอบสวนอาชญากรรมทางเทคโนโลยี 3

F. คณะสัตวแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

G. บริษัท สื่อสากล จำกัด

H. สำนักงานทรัพยากรน้ำแห่งชาติ

# SMST

## BLOOD DONATION



## ปลูกพลัง ปลูกจิตสำนึก บริจาคโลหิต

### นิสิต นักศึกษาแพทย์ ทั่วประเทศ

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ร่วมกับ สหพันธ์นิสิตนักศึกษาแพทย์แห่งประเทศไทย ในพระอุปถัมภ์ ศาสตราจารย์ ดร.สมเด็จพระเจ้าน้องนางเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี กรมพระศรีสวางควัฒน วรขัตติยราชนารี (สพท.) ได้เล็งเห็นถึงปัญหาวิกฤติการขาดแคลนโลหิต ซึ่งมีความจำเป็นต้องมีโลหิตสำรองคงคลังอย่างเพียงพอเพื่อใช้รักษาผู้ป่วย หากมีไม่เพียงพอ อาจส่งผลกระทบต่อทำให้ต้องเลื่อนการรักษา หรืออาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ จึงได้จัด **โครงการ SMST Blood Donation** ขึ้นตลอดปี 2568 เพื่อให้ นิสิตนักศึกษาแพทย์ นักเรียนแพทย์ทหารทั่วประเทศ ร่วมพัฒนาศักยภาพ และเสริมสร้างจิตสำนึกสาธารณะพร้อมที่จะทำประโยชน์เพื่อสังคมด้วยการบริจาคโลหิต อีกทั้งตระหนักถึงความจำเป็นในการใช้โลหิตอย่างถูกต้องในปริมาณที่เหมาะสม ตรงตามอาการของผู้ป่วย เพื่อให้มีโลหิตเพียงพอ และสามารถจ่ายให้แก่โรงพยาบาลที่จำเป็นต้องใช้โลหิตได้อย่างทั่วถึง

โอกาสนี้ จึงขอเชิญชวนนิสิตนักศึกษาแพทย์ นักเรียนแพทย์ทหาร และประชาชนทั่วไป ร่วมบริจาคโลหิตเพื่อลดภาวะวิกฤติการขาดแคลนโลหิต ในโครงการ **SMST Blood Donation ครั้งที่ 1** ในวันพฤหัสบดีที่ 9 มกราคม 2568 ณ ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ภายในงานมีกิจกรรมต่างๆ อาทิ การให้ความรู้ เรื่องการบริจาคโลหิต บุธอาหารเพื่อสุขภาพ และ Life House กิจกรรมดนตรีขนาดเล็ก เป็นต้น

**แล้วมาร่วมเป็นส่วนหนึ่ง  
ของพลังนิสิตนักศึกษาแพทย์  
แห่งประเทศไทยด้วยกัน**





สาขางานบริการโลหิต

## Family Rh-

By Kanatsanan

# แพทย์ ชมชื่น กรุป O Rh-



## บริจาคโลหิต 48 ครั้ง

แค่เป็นผู้ให้ หัวใจก็เป็นสุข

### จุดเริ่มต้นของการบริจาคโลหิต

คุณแพทย์ ชมชื่น นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี เล่าว่า เริ่มบริจาคโลหิตประมาณปี 2532 สมัยตอนเรียนที่วิทยาลัยการสาธารณสุขภาคกลาง จังหวัดชลบุรี มีหน่วยงานเข้าไปรับบริจาคโลหิตที่วิทยาลัยฯ ส่วนตัวคิดว่า ถ้าเลือดของเราสามารถนำไปใช้ประโยชน์กับคนอื่นได้ อย่างน้อยเราก็ได้สร้างความดีแน่ๆ จากวันนั้น จึงเห็นถึงความสำคัญในการบริจาคโลหิตเป็นต้นมา เพื่อให้มีโลหิตเพียงพอในการรักษาชีวิตของผู้ป่วยตลอดไป

### ความประทับใจในการบริจาคโลหิต

เริ่มแรกทราบว่าเรามีเลือดกรุป O และเป็นกรุปเลือดที่สามารถให้กรุปอื่นได้ทุกกรุปหากเลือดกรุปอื่นขาดแคลน เมื่อทางสภากาชาดไทย แจ้งว่าเราเป็นโลหิตหมู่พิเศษ และมีคนจำนวนน้อยที่มีหมู่โลหิตพิเศษ ยิ่งนำไปใช้ประโยชน์ได้มากกว่าเดิม เราคิดง่ายๆ ว่าถ้าเราบริจาคโลหิตทุกๆ 3 เดือน เราน่าจะช่วยคนได้มากขึ้นหลายเท่าแน่ๆ ทำให้เรายิ่งให้ความสำคัญกับการบริจาคโลหิต เมื่อคิดว่าเราอาจจะเคยช่วยรักษาชีวิตคนในครอบครัวของหลายครอบครัวแล้ว ก็เป็นความประทับใจจากการคิดแบบธรรมดา ๆ เพราะแค่เป็นผู้ให้หัวใจก็เป็นสุข

### มีวิธีดูแลตนเองก่อนและหลังบริจาคโลหิต อย่างไรบ้าง

#### ก่อนบริจาคโลหิต

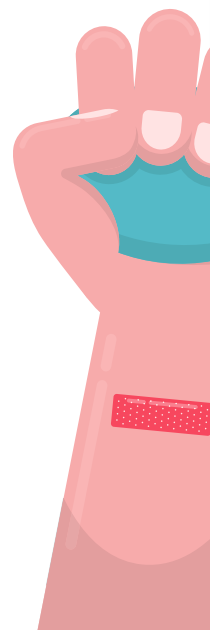
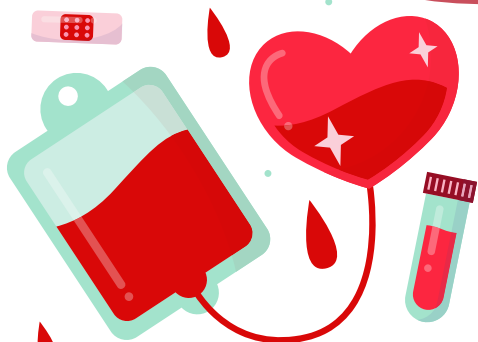
รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อเสริมธาตุเหล็ก งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พักผ่อนให้เพียงพอดื่มน้ำมากกว่าปกติ เพราะจะทำให้โลหิตไหลเวียนดี

#### หลังบริจาคโลหิต

พักผ่อน และงดออกกำลังกายที่ต้องใช้กำลังแขน ดื่มน้ำมากกว่าปกติ ดื่มน้ำผลไม้ หรือเครื่องดื่มที่มีรสหวานเพื่อให้ร่างกายสดชื่นหลังจากการบริจาคโลหิต

### เชิญชวนผู้บริจาคโลหิตร่วมบริจาคโลหิต

อยากเชิญชวนทุกท่านที่มีสุขภาพดี คัดกรองตนเองก่อนมาบริจาคโลหิตมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของผู้ให้ที่ยิ่งใหญ่ ส่งต่อโลหิตที่ปลอดภัยช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ และการบริจาคโลหิตสามารถบริจาคได้ทุก 3 เดือน ซึ่งผมมีความเชื่อว่า “สิ่งดี ๆ ที่เราทำจะนำพาสิ่งดี ๆ กลับมาหาเราเสมอ”





**พิชญภา ชาติยานนท์**

**บริจาคโลหิต  
และพลาสมา 137 ครั้ง**

# การบริจาคโลหิต

**เหมือนการเดินทางที่ทำให้เราได้สัมผัส  
กับประสบการณ์ใหม่แบบไม่สิ้นสุด**

## เริ่มต้นให้โลหิต

บริจาคโลหิตครั้งแรกสมัยเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ จ.ขอนแก่น หลังจากที่ได้เข้าศึกษาต่อที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง สมัยนั้นมีรถรับบริจาคโลหิตเคลื่อนที่เข้ามาให้บริการแก่นักศึกษาก็บริจาคโลหิตมาโดยตลอด จนกระทั่งเข้าทำงาน เป็นความโชคดีที่เราได้รับการสนับสนุนจากหัวหน้าที่ขอรับการบริจาคโลหิตเหมือนกันก็เลยทำให้เราได้บริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่องทุก 3 เดือน แต่หลังจากที่ย้ายกลับไปใช้ชีวิตที่บ้านเกิดในจ.ขอนแก่น มีอยู่ช่วงหนึ่งที่หยุดบริจาคโลหิตไปเป็นปี แต่ถ้ามีจังหวะเหมาะสมเมื่อไรก็จะไม่พลาดโอกาสที่จะไปบริจาคโลหิตกับหน่วยเคลื่อนที่ในบริเวณที่ว่าการอำเภออยู่เสมอ

## การบริจาคโลหิตเหมือนกับการเดินทาง

ด้วยความที่เราชอบทำสวน จึงเดินทางไปเข้าร่วมอบรมในหลายพื้นที่ เช่น อบรมโคกหนองนา จ.จันทบุรี, ศูนย์กิจกรรมธรรมชาติมาบเอื้อง จ.ชลบุรี และอบรมการออกแบบพื้นที่โคกหนองนาสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง เป็นต้น รวมถึงการทำกิจกรรมจิตอาสา การปลูกป่า ทำนา ขุดคลองใส่ไก่ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นประสบการณ์ใหม่ที่สร้างสีสันให้กับชีวิต การบริจาคโลหิตก็เช่นกัน ทำให้เราได้เจอสถานที่ใหม่ เพื่อนใหม่ สังคมใหม่ที่มีแนวคิดเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

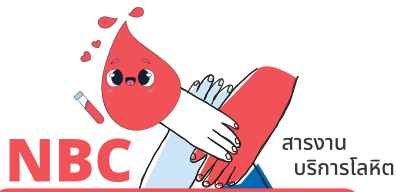
## เริ่มรู้จักกับการบริจาคพลาสมา

หลังจากที่มีโอกาสได้กลับมาทำงานที่กรุงเทพฯ เรายังคงบริจาคโลหิตที่ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ไม่ได้ขาด จนกระทั่งมีเจ้าหน้าที่แนะนำและเชิญชวนให้เข้าโครงการบริจาคพลาสมาเพื่อผลิตเซรุ่มป้องกันพิษสุนัขบ้า (HRIG) การบริจาคประเภทนี้ ต้องมาบริจาคทุก 14 วัน ด้วยความที่เราเป็นคนที่ไม่ชอบการใช้ชีวิตเต็มที่ทั้งกับงานประจำ งานอดิเรก และงานจิตอาสา เพราะฉะนั้นก่อนจะมาบริจาคพลาสมาต้องวางแผนล่วงหน้า และเตรียมตัวกับเรื่องอาหารการกินเป็นพิเศษ พร้อมเมื่อไรต้องทำทันที นอกจากจะทำให้เราได้ดูแลสุขภาพทางอ้อม ยังเป็นการทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นด้วย

## แนวคิดที่มีต่อผู้หญิงบริจาคโลหิต 100 ครั้ง

การบริจาคพลาสมานั้น เดิมทีคนที่บริจาคได้ก็มีจำนวนไม่มากอยู่แล้ว ยิ่งเป็นผู้หญิงด้วยแล้วก็ยิ่งยากเข้าไปอีก วันไหนที่มาบริจาค แล้วเจอผู้หญิงนอนบริจาคอยู่เตียงใกล้ ๆ กัน วันนั้นก็จะมีรู้สึกอึ้งอึ้งและภาคภูมิใจเป็นพิเศษ

สุดท้ายนี้เราหวังว่าการเดินทางในเส้นทางสายบุญนี้จะเต็มไปด้วยความสุข จากการเป็นผู้ให้ที่ยิ่งใหญ่ และได้เปิดประสบการณ์ใหม่ๆ ที่ไม่สิ้นสุด สมดังเจตนารมณ์ที่ได้ตั้งไว้อย่างแน่นอน



สภานา  
บริการโลหิต

**Partnership**

By Apiwan

# MDCU Give Blood for All

**เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา**



30 กันยายน พ.ศ. 2567 รศ.นพ.ฉันทชาย สิทธิพันธ์ุ คณบดีคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นประธาน ในพิธีเปิด โครงการ “MDCU Give Blood for All” จัดขึ้น ระหว่างวันที่ 30 กันยายน - 4 ตุลาคม 2567 เพื่อถวายเป็น พระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาส มหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา โดยมี รศ.ดร.นพ. จิรุตม์ ศรีรัตนบัลล์ รองคณบดี ฝ่ายวางแผน และพัฒนา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาฯ และ รศ.พญ.ดวงใจ ชัยวานิชศิริ ผู้อำนวยการศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ ร่วมพิธี ณ ลานอเนกประสงค์ ชั้น 1 อาคารอานันท์มหิตล คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รับโลหิต จำนวนทั้งสิ้น 411 ยูนิต หรือ 164,400 ซีซี

ทั้งนี้ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รณรงค์เชิญชวนคณะผู้บริหาร คณาจารย์ บุคลากร นิสิต ประชาคมจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย ตลอดจนประชาชนทั่วไป ร่วมบริจาคโลหิตเพื่อถวายเป็นพระราชกุศล นอกจากนี้ มีเป้าหมายที่จะจัดกิจกรรมบริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่องต่อไป เพื่อสนับสนุนการจัดการโลหิตของศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ นำไปช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ที่เจ็บป่วยและจำเป็นต้องใช้โลหิตในการรักษา





## Extra Knowledge

By Palika

# ทำความเข้าใจ หลักการ U = U

**ไม่เจอ = ไม่แพร่  
แต่ไม่สามารถบริจาคโลหิตได้**

## U = U คืออะไร

U = U หรือ Undetectable = Untransmittable เป็นข้อเท็จจริงเชิงประจักษ์ที่ได้จากการศึกษาวิจัยในผู้ติดเชื้อ HIV จากทั่วโลก จำนวน 3 โครงการใหญ่ที่ได้รับการตีพิมพ์และเผยแพร่แล้ว ในวารสารการแพทย์ระดับชั้นนำ การศึกษาวิจัยดังกล่าวเป็นการติดตามพฤติกรรมกรรมสัมพันธ์ของคู่ผลเลือดต่าง (ฝ่ายหนึ่งติดเชื้อเอชไอวี อีกฝ่ายไม่ติดเชื้อเอชไอวี) ใน 2 กรณี คือ คู่ชายกับชาย และคู่ชายกับหญิง โดยฝ่ายที่ติดเชื้อ HIV ทั้ง 2 กรณี ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส จนมีปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดต่ำมาก คือ ต่ำกว่า 200 copies ต่อมิลลิลิตรของเลือดหรือที่เรียกว่า “ตรวจไม่เจอ (Undetectable)”

ในการศึกษาวิจัย นักวิจัยจะติดตามคู่ที่มีผลเลือดต่างดังกล่าว ประมาณ 2,000 คู่ ทุกๆ 1-2 เดือนเป็นระยะเวลาเฉลี่ยปีครึ่ง ด้วยการบันทึกความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ทั้งแบบที่มีการใช้และไม่ใช้ถุงยางอนามัย รวมถึงเจาะเลือดเพื่อตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีและซิฟิลิส และการตรวจคัดกรองโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ เป็นระยะๆ โดยผู้เชี่ยวชาญสามารถขอรับ Pre-exposure prophylaxis (PrEP) และ Post-exposure prophylaxis (PEP) ได้ และจะได้รับข้อมูลที่จำเป็นอย่างครบถ้วน พร้อมถุงยางอนามัยและสารหล่อลื่น

จากการติดตามผลพบว่า ไม่ปรากฏว่ามีใครติดเชื้อ HIV จากคู่เลยทั้ง ๆ ที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใส่ถุงยางอนามัยมากถึง 130,000 ครั้ง (เฉลี่ยปีละ 43 ครั้งต่อคน) จึงสามารถกล่าวได้ว่าผู้ติดเชื้อ HIV ที่ได้รับยาต้านไวรัสจนมีปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดต่ำมากกระทั่งตรวจไม่พบเชื้อในเลือดแล้ว (Undetectable) จะไม่ถ่ายทอดหรือแพร่เชื้อให้ผู้อื่น (Untransmittable) แม้จะมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใส่ถุงยางอนามัยก็ตาม กล่าวคือ U = U หรือ ไม่เจอ = ไม่แพร่ จึงสามารถใช้ชีวิตคู่และมีเพศสัมพันธ์กับคู่ของตนได้ตามปกติ



## แต่ U ≠ U ในการบริจาคโลหิต

แม้ในการใช้ชีวิตคู่และชีวิตประจำวัน ผู้ติดเชื้อ HIV ที่ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสจนมีปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดต่ำกว่า 200 copies ต่อมิลลิลิตรของเลือด จะไม่แพร่เชื้อให้กับคู่ของตนเองตามหลักการ U = U หรือ Undetectable = Untransmittable แต่ยังคงมีโอกาสที่จะแพร่เชื้อให้กับผู้ป่วยผ่านการรับโลหิตอยู่ เพราะโลหิตบริจาค 1 ถุง มีปริมาตรมากถึง 350-450 มิลลิลิตร ซึ่งแต่ละมิลลิลิตร อาจมีปริมาณเชื้อ < 200 copies เพราะฉะนั้น จึงมีปริมาณเชื้อมากเพียงพอที่จะทำให้ผู้ป่วยที่รับเลือดติดเชื้อ HIV ได้ ยิ่งไปกว่านั้นยังมีงานวิจัยที่พบว่า พลาสมาเพียง 5 มิลลิลิตร ของผู้บริจาคที่มีปริมาณเชื้อ HIV เพียง 199 copies/ต่อมิลลิลิตรของเลือดก็สามารถทำให้ผู้ป่วยที่รับเลือดติดเชื้อ HIV ได้

นอกจากนี้ อัตราการติดเชื้อ HIV ทางการให้เลือด ยังสูงถึง 92.5% ในขณะที่การติดเชื้อ HIV จากการมีเพศสัมพันธ์อยู่ที่ประมาณ 30% เท่านั้น ดังนั้น ผู้ติดเชื้อ HIV จึงไม่สามารถบริจาคโลหิตได้แม้จะรับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสจนมีปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดต่ำก็ตาม

เท่ากับ  
**U = U**

ในการมีเพศสัมพันธ์  
ของผู้ติดเชื้อ HIV

ข้อเท็จจริง

1. ผู้ติดเชื้อ HIV ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส จนมีปริมาณเชื้อไวรัสต่ำทำให้ ตรวจไม่เจอเชื้อ (Undetectable)
2. จากการศึกษาพบว่า ผู้ติดเชื้อที่ตรวจไม่เจอ จะไม่ถ่ายทอดเชื้อ ทางเพศสัมพันธ์กับคู่ของตน (Untransmittable)
3. อัตราการติดเชื้อ HIV ทางเพศสัมพันธ์ < 30%

สามารถใช้ชีวิตคู่  
ได้ตามปกติ



ไม่เท่ากับ  
**U ≠ U**

ในการบริจาคโลหิต  
ของผู้ติดเชื้อ HIV

1. ผู้ติดเชื้อ HIV ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส จนมีปริมาณเชื้อไวรัสต่ำ ไม่สามารถตรวจวัดได้ (Undetectable) แต่ยังสามารถ แพร่เชื้อ (Transmittable) ผ่านการให้เลือดแก่ผู้ป่วยได้
2. ปริมาณเชื้อในโลหิต 1 ถุง เพียงพอสำหรับการทำให้ผู้ป่วยที่รับเลือดติดเชื้อ HIV
3. อัตราการติดเชื้อ HIV ทางการให้เลือด > 90%

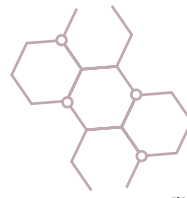
ไม่สามารถ  
บริจาคโลหิตได้



### ข้อมูลอ้างอิง

ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย. ข้อเท็จจริงของ U=U

เข้าถึงได้จาก: <https://th.trcarc.org/ข้อเท็จจริงของ-u-u/7> ก.พ. 2563



สถาบันบริการโลหิต

**STEM  
CELLS Update**

By Waree

# การพัฒนากระบวนการ เจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต ให้มีคุณภาพสู่มาตรฐานระดับสากล



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย มีการจัดหาเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตจากผู้บริจาคที่ไม่ใช่ญาติ เพื่อช่วยเหลือผู้ป่วยโรคเลือดที่มีความจำเป็นต้องรักษาโดยการปลูกถ่ายเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2545 โดยมีการประสานงานเจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตจากผู้บริจาคที่ไม่ใช่ญาติกับโรงพยาบาลเจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต (Collection Center) ทั้งหมด 4 แห่ง

ทั้งนี้ การบริจาคเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตทางกระแสเลือดเป็นวิธีที่ได้รับความนิยม เนื่องจากสามารถเก็บเซลล์ได้จำนวนมากและระยะเวลาการพักฟื้นไม่นาน แต่มีข้อจำกัดหากผู้บริจาคมีหลอดเลือดดำที่ข้อพับแขนเล็กหรือไม่เหมาะสม จำเป็นต้องเจาะเก็บโดยการใส่สายสวนหลอดเลือดดำใหญ่บริเวณไหปลาร้า (Central Venous Catheter; CVC) ซึ่งปัจจุบันมีแนวโน้มการใส่ CVC เพิ่มขึ้น ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ จึงได้จัดตั้ง **“โครงการพัฒนาศูนย์เจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต สภากาชาดไทย”** เพื่อพัฒนางานเจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตที่มีคุณภาพสู่มาตรฐานระดับสากล เกิดความปลอดภัยสูงสุดแก่ผู้บริจาค และได้มีการพัฒนาทักษะการเจาะเก็บจากหลอดเลือดดำที่ข้อพับแขนโดยส่งเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องไปศึกษาดูงานยัง Buddhist Tzu Chi Stem Cells Center, Hualien Tzu Chi Hospital เขตบริหารพิเศษไต้หวัน แห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน ระหว่างวันที่ 23 - 25 กันยายน พ.ศ. 2567



ในการศึกษาดูงานครั้งนี้ ผู้ปฏิบัติงานได้เรียนรู้เทคนิควิธีการเจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตจากหลอดเลือดดำบริเวณข้อพับแขนได้ศึกษากระบวนการตั้งแต่การขึ้นทะเบียนอาสาสมัครฯ การทำงานร่วมกับอาสาสมัคร การตรวจทางห้องปฏิบัติการ การฉีดยากระตุ้นเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต การเจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิต และการดูแลผู้บริจาค โดยได้นำวิธีการและกระบวนการมาพัฒนาปรับปรุง ดังนี้

1. การเปลี่ยนชนิดและความยาวของเข็มที่ใช้เจาะเก็บทางหลอดเลือดดำบริเวณข้อพับแขน เพื่อให้การเจาะเก็บมีประสิทธิภาพ และผู้บริจาคมีความสะดวกสบายในระหว่างการบริจาคมากขึ้น
2. การนำ 3-way stop clock มาใช้ เพื่อลดการเปิดเส้นเลือดใหม่ สำหรับการบริหารยาเพิ่มเติม ทำให้สามารถเจาะเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตจากหลอดเลือดดำบริเวณข้อพับแขนได้โดยผู้บริจาคสะดวกสบายมากขึ้นและไม่มีผลข้างเคียง ได้เซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตที่เพียงพอและมีคุณภาพ อันนำไปสู่แบบแผนการปฏิบัติการเก็บเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดโลหิตจากหลอดเลือดดำบริเวณข้อพับแขนที่มีความปลอดภัยต่อผู้บริจาค มีคุณภาพ และลดการเจาะเก็บจากหลอดเลือดดำใหญ่บริเวณไหปลาร้าในอนาคต



# “คิดถึงพ่อ”

พลกนิกรทุกหมู่เหล่าทั่วประเทศ บริจาคโลหิต เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ  
 พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร  
 มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร  
 ๕ ธันวาคม ๒๕๖๗





**๕ ธันวาคม ๒๕๖๗**  
 วันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ  
 พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร  
 มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร  
 น้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้


 ข้าพระพุทธเจ้า  
 คณะผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย  
 ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ และศูนย์ผลิตผลิตภัณฑ์จากพลาสมา



DO YOU KNOW?

สํารงนบรการโลหิต

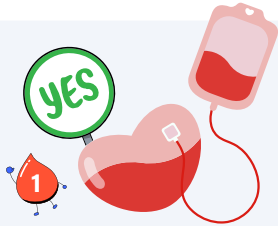
By Parritpond



## ข้อควรรู้ เพศสัมพันธ์กับการบริจาคโลหิต



การให้โลหิต **“ยิ่งให้ ยิ่งได้”** ก่อนบริจาคโลหิตนั้น ผู้บริจาคโลหิตควรคัดกรองตนเองตามความเป็นจริง เพื่อให้ได้โลหิตที่มีคุณภาพ และปลอดภัยสำหรับผู้ป่วย  
วันนี้ เราจะพาทุกท่านรับทราบถึงข้อควรรู้เกณฑ์คัดกรอง **“เพศสัมพันธ์กับการบริจาคโลหิต”**



**ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง  
บริจาคโลหิตได้**

2

### มีพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่

2.1 มีเพศสัมพันธ์กับคู่มากกว่า 1 คน ผู้ที่ไม่ใช่  
สามี-ภรรยา / ผู้ขายบริการ / ผู้ที่ติดสารเสพติด  
และผู้ที่เป็นโรคหรือเสี่ยงเป็นโรคในกลุ่ม STDs :

**เว้น 4 เดือน** นับจากวันที่  
เพศสัมพันธ์ครั้งสุดท้าย

2.2 ชายกับชาย มีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก  
(Anal sex) รอดผลสรุปจากงานวิจัย

**ยังไม่สามารถบริจาคโลหิตได้**

3

### ใช้ยา PEP/PrEP

ชนิดกิน



**เว้น 1 ปี**

นับจาก  
ทานยาเม็ดสุดท้าย

ชนิดฉีด

**เว้น 2 ปี**

นับจากการ  
ฉีดยาครั้งสุดท้าย

4

### การใช้ ฮอร์โมนเพศ

สำหรับผู้ที่ไม่ตรงกับเพศ

กำเนิดเพื่อให้มีลักษณะ

ภายนอกเหมือนเพศที่ต้องการ :

**เว้น 4 เดือน** นับจากใช้ยาครั้งสุดท้าย

5

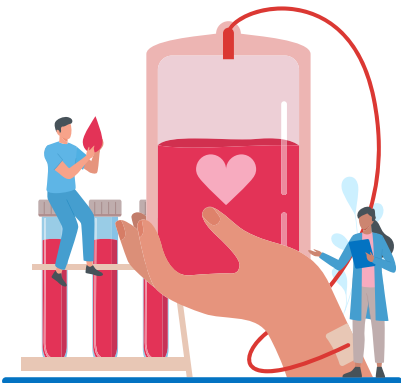
### การแปลงเพศ (Transgender)

5.1 ผ่าตัดแปลงเพศ

**เว้น 6 เดือน**  
นับจากวันผ่าตัดครั้งสุดท้าย

5.2 เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ พิจารณาทั้งก่อนและหลัง  
การแปลงเพศ โดยอ้างอิงจากเพศกำเนิด มีใช้เพศที่แปลงมา :

**พิจารณาเกณฑ์ตามข้อ 2**



สํากษษษษษษ  
THAI RED CROSS SOCIETY



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ  
สํากษษษษษ

สํารงนบรการโลหิต

ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สํากษษษษษ  
1871 ถนนอังฤษนังตํ เขตปทุมวัน กษษษษ 10330

☎ 0 2263 9600-99, 0 2256 4300

🌐 www.blooddonationthai.com

✉ blood@redcross.or.th

📍 ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สํากษษษษษ

📱 @GiveBloodThai @nbctr

🌐 Nationalbloodcentrethai 📺 Blood Donation Thai

