

Saving Lives,
적십자는
생명입니다

『생명나눔 사랑의 헌혈』

단 체 헌 혈 안 내 자 료



☞ 헌혈 세상에서 가장 따뜻한 선물 ☜



대한적십자사

대구경북혈액원

헌혈개발팀

41900 대구광역시 중구 태평로7

(053) 605-5620

목 차

1. 헌혈의 필요성	3
2. 혈액이란	4
3. 헌혈 혈액의 사용	5
4. 단체헌혈 참여방법	6
5. 헌혈과정	7
6. 헌혈기준	8
7. 전자문진	9
8. 헌혈 혈액 검사	10
9. 기타 사항	11

1

헌혈의 필요성



헌혈이란

혈액의 성분 중 한 가지 이상이 부족하여 생명과 건강을 위협받는 다른 사람을 위해, 건강한 사람이 자의의사에 따라 아무 대가 없이 자신의 혈액을 기증하는 사랑의 실천이자, 생명을 나누는 고귀한 행동입니다.



수혈이란

혈액이 부족한 환자에게 혈액을 주입해 주는 치료 방법입니다.



헌혈의 필요성

- 혈액은 인공적으로 만들 수 없으며, 대체할 물질이 존재하지 않아서 수혈이 필요한 환자의 생명을 구하는 유일한 수단입니다.
- 헌혈한 혈액은 살아있는 세포로 구성되어 있어 장기간 보관이 불가능합니다. 따라서 적정한 혈액보유량인 5일분을 유지하기 위해서는 헌혈자들의 지속적이고 꾸준한 헌혈이 필요합니다.
 - 1일 평균 필요한 전혈 헌혈자 전국 5,000명 / 대구 · 경북 470명
- 사람은 언제 어디서 수혈을 받을 상황에 처할지 모릅니다. 건강할 때 헌혈하는 것은 자신과 사랑하는 가족과 이웃을 위한 고귀한 사랑의 실천입니다.



헌혈과 건강

- 헌혈은 우리 몸에 여유로 갖고 있는 혈액을 기증하는 것으로, 헌혈 후 충분한 휴식을 취하면 건강에 아무런 지장이 없습니다.
- 헌혈 시 무균처리된 일회용 기구만을 사용하므로 에이즈를 포함한 질병에 감염될 위험이 전혀 없습니다.

2 혈액이란

혈액이란?

뼈 속의 골수에서 생성되며, 성인 기준 체내 평균 4~6L의 혈액을 보유

혈액의 역할



- 심장박동으로 동맥 · 모세혈관 · 정맥 순환
- 산소, 영양분 및 노폐물을 운반
- 백혈구와 항체 등을 통해 세균 감염 등 질병으로부터 보호
- 혈구와 혈장 성분으로 구성

헌혈의 구성

◇ 적혈구



- 혈액 1 μ l(마이크로리터)당 400~500만개 포함
- 산소운반

◇ 백혈구



- 혈액 1 μ l당 4,000~10,000개 포함
- 외부로부터 박테리아, 바이러스 등이 침입하면 제거

◇ 혈소판



- 혈액 1 μ l당 15~40만개 포함
- 상처가 났을 때 출혈을 막고, 상처를 아물게 함

◇ 혈장



- 혈액의 절반 이상 차지
- 생명유지에 필요한 전해질, 영양분, 비타민, 호르몬, 효소 또한 항체 및 혈액응고 인자 등 중요한 단백질 성분 포함

3

헌혈 혈액의 사용

1명의 헌혈자로부터 채혈된 혈액은 성분별 분리과정을 거쳐 적혈구, 혈장, 혈소판 등으로 분리하여 사고, 질병 등으로 수혈이 필요한 환자들에게 소중하게 사용됩니다.

전 혈
[WB]

급성출혈 또는 수술 시 출혈로 인한 산소운반능력과 혈액량 확장이 동시에 요구될 때 사용

농축적혈구
[RBC]

산소운반능력과 적혈구 보충이 요구되는 빈혈 등의 환자에게 사용

세척적혈구
[W-RBC]

전혈수혈 후 알레르기 반응을 보이는 경우에 사용, 신생아 또는 태아에게 수혈

농축혈소판
[PLT]

혈소판 기능 이상, 혈소판 감소(항암치료등) 환자의 출혈 예방이나 치료

신선동결혈장
[FFP]

혈액 응고인자의 보충, 간질환 등에 의한 응고인자의 결핍, 쇼크, 화상, 단백혈증, 수술 시 다량의 출혈환자의 혈압유지에 사용

동결침전제제
[CRYO]

A형 혈우병, 폰빌레브란트병, 섬유소원의 소모와 관련된 질환

동결침전물제거혈장
[CR-P]

용혈성 요독증후군이나 혈전성 혈소판 감소성 자반증 환자를 위한 혈장 교환에 신선동결혈장 대신 사용

4

단체헌혈 참여방법

1. (헌혈단체) 단체헌혈 신청(전화), 혈액원과 협의(헌혈일, 참여인원 등)
2. (단체·혈액원) 단체헌혈일 등 세부사항 확정(장소, 헌혈시간 등)
3. (혈 액 원) 단체헌혈 안내 문서 발송
4. (헌혈단체) 직원홍보 및 단체헌혈 준비
5. (헌 혈 일) 혈액원 이동헌혈버스 단체 방문 및 헌혈 실시

※ 단체헌혈 이란?

- 단체헌혈은 혈액원 이동헌혈버스가 학교, 군부대, 단체 등을 방문하여 헌혈을 희망하는 분들을 대상으로 실시하는 것을 말합니다.
- 참여희망자가 30명 이상일 경우 헌혈시간을 1일, 20명 이하일 경우에는 반 일(오전 또는 오후)을 권장하고 있습니다.

※ 사회공헌활동

- 우리는 언제 수혈을 받을 상황에 처할지 모릅니다. 헌혈은 자신과 사랑하는 가족, 나아가 모두를 위한 사랑의 실천입니다.
- 1명의 헌혈이 3명의 생명을 살립니다.
- “단체헌혈”을 통해 기업의 사회공헌활동, 자선적 책임을 실천해 주세요.

5

헌혈과정

○ 전 자 문 진

○ 헌 혈 상 담 | 신분확인, 헌혈경력조회, 헌혈 전 혈액검사, 문진

○ 헌 혈 | 전혈헌혈 (※성분헌혈은 헌혈센터에서만 가능)

○ 휴 식 | 최소 15분 이상 헌혈침대 및 휴식장소

○ 헌 혈 증 서 수 령 | 병원에서 수혈 후 증서 제출로 수혈비용을 공제 가능

○ 혈액검사 결과확인 | 스마트폰 앱 '레드커넥트'를 통해 확인 가능

○ 헌 혈 재 참 여 | 8주 후 재헌혈 가능

헌혈 후 유의사항

- 밴드는 최소 4시간 이상 붙여 주세요.
 - 헌혈 부위를 10분 이상 눌러 주세요. 문지르면 멍이 듭니다.
 - 헌혈 직후에는 헌혈 장소에서 편안한 자세로 15분 이상 휴식을 취해 주세요.
 - 평소보다 3~ 4컵의 물을 더 섭취해 주세요.
 - 헌혈 후 탁자나 책상에 앉을 경우 양발이 바닥에 닿은 상태에서 탁자에 팔꿈치를 대고, 앞쪽으로 기대어 앉아 주세요.
 - 당일 음주 및 1시간 이내의 흡연은 피해주세요. 이는 현기증이나 구토를 유발할 수 있습니다.
 - 당일 등산, 과격한 운동, 놀이기구 탑승 등은 피해 주세요. 헌혈한 팔로 무거운 것을 들거나 심한 운동을 할 경우 멍이 들 수 있습니다.
 - 당일 가벼운 샤워는 괜찮으나 전신욕은 수분손실이 많으니 피해 주세요.
 - 헌혈부위에서 출혈이 되면 팔을 가슴보다 높게 들어 지혈이 될 때까지 출혈부위를(엄지로 꼭) 눌러 주세요.
 - 항공기 조종사의 경우 최소 24시간 이상, 트럭운전사, 다이버, 고소 작업자는 최소 12시간 이상 휴식을 취한 후 업무에 복귀해 주세요.
 - 헌혈장소를 떠난 후 메스꺼움, 구토, 현기증 등의 증상이 나타나면 즉시 바닥에 주저앉아 증상이 호전될 때까지 무릎 사이에 머리를 놓거나, 가능하면 누워서 다리를 들어 올려 주세요.
- 운전 중일 때 해당 증상이 발생하면 호전될 때까지 졸음쉼터나 휴게소에서 충분한 휴식을 취한 후 운전하세요.

6

헌혈 기준

○ 나 이 | 만16세 ~ 69세 단, 65세 이상은 60세~64세까지 헌혈유경험자에 한함

○ 체 중 | 남자 50kg, 여자 45kg 이상

○ 혈액비중* | 1.053이상(혈색소 12.5g/dL) *혈액 성분들의 농축 수치

○ 혈 압 | 수축기(90mmHg초과, 180mmHg미만) / 이완기(100mmHg미만)

○ 치료(시술) 및 약물 복용 관련

- 고지혈증, 항히스타민제(비염 등), 혈압약, 당뇨약 복용 중이라도 현재 수치가 정상이고, 4주 이내 처방 변경 없으면 가능
- 비타민 등 영양제, 소화제, 보약성 한약 복용 중이라도 헌혈 가능
- 단순진통제 : 헌혈 당일 복용이 아닐 경우 가능
- 감기약, 아스피린 : 복용 3일 후 가능(단, 종합감기약은 1일 후)
- 피부약 : 1주일 후 가능(약 종류에 따라 판단)
- 여드름 치료제, 탈모 치료제, 내시경 검사(위, 대장) : 4주 후 가능
- 귀뚫음(피어싱) : 4주 후 가능(1회용 도구 사용 시)
- 문신(미용문신포함) : 6개월 후 가능(의료기관 시술 시 4주)
- 사혈 부항 : 1회용 도구 사용 3일 후 가능(1회용 도구가 아닌 경우 6개월)

○ 여행, 숙박관련

- 외국여행 4주 경과 후 헌혈가능 / 말라리아 위험지역 숙박 여부에 따라 변동
- 국내 말라리아 관련 헌혈 제한지역에서 1박 이상 숙박 시(거주 또는 군복무 포함) 1년간 전혈 헌혈 및 혈소판 성분헌혈을 할 수 없으며 혈장 성분헌혈만 가능

○ 연간 헌혈횟수 제한

- 전혈헌혈: 최근 1년 이내 최대 5회
- 성분헌혈(혈소판, 혈소판혈장): 최근 1년 이내 최대 24회

◇ 신분확인 필수

- 실 물 신 분 증 : 주민등록증, 운전면허증, 여권, 사원증, 학생증 등
- 모바일신분증 : 어플(PASS 및 정부24 등) 내 주민등록증, 운전면허증 등

※ 실물신분증 사진촬영본 불가

7

전자문진

○ 대한적십자사에서는 헌혈자분들의 편의와 신속, 정확한 헌혈업무 진행을 위하여 헌혈의집 뿐 아니라 헌혈버스에서도 2015년 11월부터 스마트폰 앱 (레드커넥트) 을 통한 전자문진을 시행하게 됨에 따라

○ 기존 종이(헌혈기록카드)에 적던 인적사항 및 문진사항을 스마트폰이나 태블릿으로 입력할 수 있습니다.

○ 이에 헌혈자분께서는 헌혈버스에 준비된 태블릿으로 전자문진을 할 수 있으며, 사전에 레드커넥트  로 전자문진을 하고 헌혈버스를 방문하시면 보다 편리하고 빠르게 헌혈에 참여하실 수 있습니다.

레드커넥트 앱 설치



전자문진 시작하기



헌혈장소 입장

홈

헌혈의집 찾기 | 전자문진 | 공지사항

헌혈 전달

혈액 출고
생명나눔을 실천해주셔서 감사합니다.
혈액집사를 거쳐 안전하게 공급된 혈액은 생명을 살리는 데 소용하게 사용됩니다.

혈액 보유 현황

2025년 10월 30일 00:00 기준 혈액 보유 현황

혈액 수급 위기 단계 기준 [5일분 미만] 관심 단계입니다!

AB 4.3일 | A 3.4일 | B 6.7일 | O 3.8일

오늘도 8,224명이 헌혈에 동참하고 있습니다.

헌혈 이야기

홈 | 예약 | 검사결과 | 더보기

전자문진

헌혈을 예약 하셨나요?
전자문진을 진행해 주세요.

헌혈 자격 조건

나이
- 전혈헌혈: 만 16세~69세
- 혈장성분헌혈: 만 17~69세
- 혈소판성분헌혈: 만 17~59세 (임신 경험에 있는 경우 제외)
- 65세 이상인 자의 헌혈은 60세부터 64세까지 헌혈한 경험이 있는 자에만 가능함

체중
- 남자: 50kg 이상
- 여자: 45kg 이상

건강진단
- 혈압(mmHg): 수축기 90~179, 이완기 100미만
- 체온: 37.5도 이하
- 맥박(회/분): 50~100

헌혈간격
- 전혈헌혈: 8주 경과
- 혈장성분헌혈, 혈소판성분헌혈, 혈소판혈장성분헌혈: 14일 경과

헌혈횟수
- 전혈헌혈: 최근 1년 이내에 전혈헌혈횟수 최대 5회
- 혈소판성분헌혈, 혈소판혈장성분헌혈: 최근 1년 이내에 성분헌혈횟수 최대 24회

전자문진 하러가기

대한적십자사
혈액관리본부

KOR ▾

생명을 살리는 사람, 바로 우리

헌혈, 생명의 소중한 나눔 수 있는 가장 아름다운 선물입니다.

성명
성명

주민등록번호
주민등록번호(앞) | 주민등록번호(뒤)

전자문진 시작

* 헌혈자 여러분께서 입력하신 전자문진의 내용은 안전하게 저장되어 여러분의 헌혈을 도와드릴 것입니다.
* 혈액관리법 제7조, 동법 시행령 제10조의2에 근거하여 헌혈제약자의 조마로로바우로 참가자가 있습니다.

< smart.bloodinfo.net > ...

Saving Lives, 적십자는 생명입니다.

레드커넥트 다운로드 바로가기 

8

헌혈 혈액 검사

모든 헌혈혈액에 대해 아래와 같은 항목의 검사를 실시하고 **검사에 이상이 없는 혈액만 수혈용으로 공급**합니다.

**혈액형**

- ABO식 혈액형: 적혈구 표면에 존재하는 A항원과 B항원에 의해 결정되며, 항원의 유무에 따라 O형, A형, B형, AB형으로 분류합니다.
- Rh식 혈액형: Rh 혈액형 항원 중에서 가장 중요한 D항원의 유무에 따라 Rh 양성 또는 Rh 음성으로 판정합니다.

**SUB(혈액형 아형)**

혈액형을 결정짓는 적혈구막의 항원이 정상과 구조적 또는 양적 차이를 보이는지 알아보는 검사입니다. 아형은 대부분 유전적 요인에 의하여 일상생활에는 영향이 없습니다.

**ABS(비예기항체)**

적혈구 항원에 대한 비예기항체가 존재하는지 알아보는 검사로 비예기항체는 수혈 시 용혈성 수혈부작용을 일으킬 수 있습니다.

**B형간염 바이러스 항원**

B형간염을 일으키는 바이러스에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. B형간염 바이러스로 인하여 급성 간염이 발병하면 대부분 회복하지만, 5% 미만에서 만성간염으로 진행됩니다.

**C형간염 바이러스 항체**

C형간염을 일으키는 바이러스에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. C형간염 바이러스로 인하여 70% 정도가 만성간염으로 진행됩니다.

**HTLV항체**

인체T림프병영양성바이러스(Human T-cell Lymphotropic Virus: HTLV)에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. HTLV는 사람의 림프구 중 T세포를 선택적으로 감염시켜 수십 년이 지난 후에 약 2~5% 정도에서 신경질환이나 백혈병과 같은 질병을 유발할 수 있습니다.

**매독항체**

매독에 감염되어 있는지 알아보는 검사입니다. 현재 감염 또는 과거 감염 경력이 있거나 자가 면역질환, 임신, 약물복용, 각종 세균 및 바이러스 감염 등에 의한 거짓양성일 가능성이 있습니다.

**ALT(간기능 검사)**

ALT는 간, 신장, 심장, 근육에 있는 효소로 간에 가장 많은 양이 존재합니다. 간세포 손상에 예민하게 반응 하여 증가하기 때문에 간질환의 지표로 사용됩니다.

**총단백**

500종류 이상으로 구성된 단백질은 우리 몸에서 여러 가지 물질의 운반, 철분대사, 면역, 혈액응고 등 중 요한 역할을 하며 전반적인 건강 상태를 나타냅니다.

**핵산증폭검사**

핵산증폭검사는 혈액 내 바이러스에서 직접 핵산을 분리, 증폭하여 그 감염여부를 확인하는 방법입니다. 기존 효소면역측정법에 비하여 항체 미형성 기간을 단축하여 조기에 바이러스 감염 여부를 진단할 수 있는 방법으로 B형간염검사, C형간염검사 등을 실시하고 있습니다

◇ 자원봉사시간 인정

헌혈은 자발적으로 시간과 노력을 제공하는 행위로 헌혈 1회당 4시간의 자원 봉사로 인정됩니다.(2010.7.1)

- 사회복지 자원봉사인증관리 홈페이지(<http://www.vms.or.kr>)

◇ 헌혈증서

- 헌혈증서는 1회에 한하여 재발급 가능하며, 증여 및 양도가 가능합니다
- 병원에서 수혈 후 증서(타인증서 포함) 제출로 수혈비용의 본인 부담금을 공제 받을 수 있습니다.

◇ 헌혈 참여 횟수 확인

- 스마트폰 앱 『레드커넥트』
- 혈액관리본부 홈페이지(www.bloodinfo.net)

◇ 헌혈 참여 횟수에 따라 적십자 포상 수여

30회(은장) / 50회(금장) / 100회(명예장) / 200회(명예대장) / 300회(최고명예대장)