



上海市无偿献血点位

区县	无偿献血点位	地址	电话	工作时间
黄浦区	Room	成都北路408号(近南京西路)	63273975	9:00-17:00
	Bus	上海城市规划展示馆门口 (人民大道西藏中路)		10:00-17:00
	Bus	南京路步行街 (近浙江路,永安公司)	18901879790	10:00-18:00
	Room	丽园路897号(近鲁班路)	63033592	9:00-17:00 (Mon.-Fri. Holidays Excepted.)
	Bus	人民路、丽水路西南角空地		10:00-17:00 (Weekends & Holidays, Flexible on Mon. Wed. & Fri. Afternoon)
徐汇区	Bus	永川路50号	54012500	9:00-11:30 (Mon., Wed. & Fri.)
	Room	枫林路180号1号楼2楼(中山医院内)	64041990-3231	9:00-17:00 (Weekends & Holidays Excepted.)
	Room	沪闵路9816号(近漕宝路)	64089930	9:00-17:00
	Bus	上海南站(东南出口处)		9:00-20:00
	Center	虹桥路1191号(近伊犁路)	62758027-2040	8:00-17:00
长宁区	Room	长宁路895号(近多媒体生活广场)	62259857	9:00-17:00
	Bus	静安公园		10:00-17:00 (Weekends & Holidays)
	Room	兰溪路164号(近梅川路)	62166097	9:00-17:00
	Room	洛川东路151号(近平型关路)	56387996	9:00-15:00 (Tue. & Thu.)
	Bus	上海火车站北广场西北出口附近		9:00-20:00
普陀区	Bus	上海火车站南广场西南出口		9:00-20:00
	Bus	上海火车站南广场东南出口		11:00-16:30
	Room	四川北路2388号 (近甜爱路、鲁迅公园正门旁)	56963331	9:00-17:00
	Room	江浦路1379号	55382705	8:00-17:00 (Weekends & Holidays Excepted, Flexible on Mon.-Fri.)
	Bus	苏宁五角场店车辆进出口(邯郸路)	31162126	10:00-17:00
杨浦区	Bus	国宾路	31162126	10:00-17:00 (Fri.-Sun.)
	Bus	大润发超市广场	31162126	10:00-17:00 (Mon.-Thu.)
	Bank	长海路168号3号楼2楼(近中原路)	31162126	8:00-11:30; 14:00-17:00
	Room	牡丹江路186弄1号(近淞宝路)	66799700	9:00-17:00
	Bus	聚丰园路205号沃尔玛超市门口		9:00-16:30
宝山区	Bus	蕰川路1557号卜蜂莲花超市	18117270029	9:00-16:30
	Room	蕰川路店广场(近一号线宝安公路站)		
	Room	七莘路3053号 (近新龙路、七宝乐购广场)	64196727	9:00-21:00
	Room	沪闵路7388号 (近莲花路万源路、南方商城广场)	64199263	
	Room	地铁一号线莘庄站南出口	54177866	9:00-17:00
闵行区	Bus	莘庄内流动停放	64922028	10:00-17:00
	Room	虹桥高铁站B1南-10号商铺	18017230659	
	Room	博乐广场 (博乐路塔城路、欧南超市对面)	64922028	
	Room	嘉莘荟生活广场(墨玉南路1055号)	18016452556	10:00-18:00
	Room	瑞金医院北院	51516360	9:30-16:00 (Mon.-Fri.)
嘉定区	Room	东建路531号(近锦绣路)	59529299	9:00-16:00 (Sat.&Sun.)
	Room	浦建路131号(近南泉路)		10:30-15:00 (Mon.-Fri.)
	Room	东方明珠		10:00-15:30 (Sat.&Sun.)
	Room	地铁2号线陆家嘴站1号出口		9:00-16:00 (Mon.-Fri.)
	Room	周浦镇步行街(年家浜路437号,近沪南公路、万达广场门口)	50179581	8:30-11:30; 13:00-16:00 (Holidays Excepted.)
浦东新区	Room	川沙界龙广场(川沙路新源路口)	50179581	9:00-15:30
	Room	惠南镇步行街	50179581	10:30-16:00
	Room	(东门大街三角街,近光明中医院)		
	Room	晨丰商厦(川南奉公路9768号,近城大路)		
	Room	南桥镇立新南路52号		
金山区	Room	朱泾镇健康路166号(近320国道)	57320740	8:00-11:00; 13:30-16:15 (Holidays Excepted.)
	Room	石化百货(卫零路85号,近金山一路)		10:00-15:30 (Sat.&Sun.)
	Room	文诚路801号(近滨湖路)	67735403	8:00-11:00; 13:00-16:00 (Holidays Excepted.)
	Room	荣乐中路12号,近方舟休闲广场	67761601	9:30-16:00
	Room	新桥镇广场(近新镇街)		9:30-16:00
松江江区	Room	车墩镇(车墩中学门口,虬长路276号)		9:30-16:30 (Sat.&Sun.)
	Room	松江商厦(中山中路168-188号,近庙前街)		9:00-16:00 (Mon.-Fri.)
	Room	泗泾停车场(近江川路、泗泾公园)		9:30-16:00 (Mon.-Fri.)
	Room	九亭广场(九亭大街)	67761601	(Flexible on Mon.-Fri.)
	Room	公园路350号(近欧洲街)	59726910	9:00-16:00
青浦区	Room	世纪联华超市西侧 (盈港路城中北路)	69735036	9:00-16:00
	Room	城桥镇东门路306号(近一江山路)	59612109	8:00-11:30 (Wed.)
	Room			
	Room			
	Room			
崇明县	Room			
	Room			
	Room			
	Room			
	Room			

♥ Apheresis donation is available

Subordinate District and County Blood Management Offices of Shanghai

上海市各区县血液管理办公室

Offices 单位名称	Address 地址	Telephone 电话
Shanghai Office 上海市血液管理办公室	Building 2, No. 1191 Hongqiao Road 虹桥路1191号2号楼	62191426
Huangpu Office 黄浦区血液管理办公室	No. 181 zhizaoju Road 制造局路181号	63213480
Xuhui Office 徐汇区血液管理办公室	No. 50 Yongchuan Road 永川路50号	54012500
Changning Office 长宁区血液管理办公室	Room. 118, 1F, No. 39 Yunwushan Road 云雾山路39号1楼118室	52064611
Jing'an Office 静安区血液管理办公室	Room. 705, No. 433 Jiaozhou Road 胶州路433号705室	32180170
Putuo Office 普陀区血液管理办公室	No. 164 Lanxi Road 兰溪路164号	62168728
Zhabei Office 闸北区血液管理中心	4F, No. 151 East Luochuan Road 洛川东路151号四楼	56332323
Hongkou Office 虹口区血液管理办公室	Grandstand 22, No. 444 Dongjiangwan Road 东江湾路444号22号看台上层	63248448
Yangpu Office 杨浦区血液管理服务中心	No. 339 Pingliang Road 平凉路339号	65455802
Baoshan Office 宝山区血液管理办公室	No. 1, Lane 186, Mudanjiang Road 牡丹江路186弄1号	66650059
Minhang Office 闵行区血液管理事务中心	No. 520 Xindong Road 莘东路520号	64922028
Jiading Office 嘉定区血液管理办公室	No. 255 Jinsha Road 金沙路255号	59529299
Pudong Office 浦东新区血液管理办公室	No. 531 Dongjian Road 东建路531号	50179571
Fengxian Office 奉贤区血液管理办公室	No. 60 South Lixing Road, Nanqiao Town 南桥镇立新南路60号	67116298
Songjiang Office 松江区血液管理办公室	No. 801 Wencheng Road 文诚路801号	67735403
Jinshan Office 金山区血液管理办公室	Room. 1406, F14 West, No. 555 Longshan Road 龙山路555号西14楼1406室	57953013
Qingpu Office 青浦区血液管理办公室	Building 3, Lane 550, Huake Road 华科路550弄3号楼	69735036
Chongming Office 崇明县血液管理办公室	No. 306 Dongmen Road, Chengqiao Town 城桥镇东门路306号	59621009

友情提示:无偿献血,优先优惠用血。

无偿献血者及其不符合献血条件的无工作单位的家庭成员(配偶、子女、父母、公婆、岳父母)医疗临床用血后,可凭本人《无偿献血证》、身份证、医院出院结账单、家庭成员关系证明到相关血液管理机构办理报销手续。按《上海市献血条例》规定,本人献血后,五年内献一还五,五年后献一还一,终生有效。家庭成员用血,五年内献一还一。



Hepatitis B, hepatitis C, syphilis, or HIV virus infected/carriers must not donate blood!

乙肝、丙肝、梅毒、艾滋病病原体感染者请勿献血!

一滴血



挽救的是一个实现理想的豪情壮志

无偿献血,挽救的不只是一个生命

无偿献血服务热线 800 6202 025 (固话)
Blood Donation Hotline 400 8200 614 (免费)



McCANN
HUMAN CARE
麦肯健康

2014年第四季度



The benefits of regular blood donations at an appropriate amount:

According to scientific research, regular blood donations at an appropriate amount for an adult benefits the metabolism. It improves the blood quality by raising blood reproduction and lowering blood fat and its stickiness.

定期适量献血好处多

科学研究证明：健康成年人定期适量献血有利于新陈代谢，可改善血液质量，提高造血功能，降低血脂和粘稠度。

哪些人可以献血？ Blood Donor Requirements:

年龄：18-55周岁

体重：男 ≥ 50公斤
女 ≥ 45公斤
身体健康

Age: 18 through 55 years old

Weight: Male ≥ 50kg;
Female ≥ 45kg
Donor must be in good health.

The common reasons for not being able to give blood temporarily:

- Have had oral care including dental cleanings within three days.
- Have had teeth extraction or other minor surgery within half a month.
- Have a menstrual cycle three days before or after.
- Pregnancy, abortion or miscarriage within six months.
- Have given birth or nursed babies within one year.
- Have recovered from upper respiratory infection or acute gastroenteritis within one week.
- Have received a blood transfusion of whole blood or component in one year.
- Have recovered from a major operation in the last six months.
- Have recovered from of regional skin inflammation within one week.

下列情况之一者暂不能献血

- 口腔护理（包括洗牙等）后未滿三天；
- 拔牙或其他小手术后未滿半个月者；
- 妇女月经前后三天；
- 妊娠期、流产后未滿六个月；
- 分娩及哺乳期未滿一年者；
- 上呼吸道感染病愈未滿一周者，急性肠胃炎病愈未滿一周者；
- 一年内输注全血及血液成分者；
- 较大手术痊愈后未滿半年者；
- 皮肤局限性炎症愈合后未滿一周者等。

Blood Platelet Donor Requirements:

- Age: 18 through 55 years old; weight: at least 50 kilograms
- Meet all the testing requirements of whole blood donation
- Platelet count in peripheral blood amounts to at least 150,000/ul
- The vein in the arm is obvious to see;
- No failure record of needle insertion
- Assure 1-1.5 donating hours

血小板成分捐献者应符合哪些条件？

- 年龄18至55周岁，体重50公斤以上；
- 符合捐献全血的各项检测标准；
- 外周血中血小板计数在150,000/ul以上；
- 手臂上的静脉较明显，没有进针不顺史；
- 能够保证1~1.5个小时的捐献时间。

What is the frequency between blood (platelet) donations?

- The interval between whole blood donations: at least six months.
- The interval between blood platelet donations: at least two weeks, less than 24 times a year. (It can be shorted to at least one week only in order to meet special needs with doctors' admissions.)
- The interval from blood platelet donation to whole blood donation: at least four weeks.
- The interval from whole blood donation to blood platelet donation: at least three months.

两次献血的间隔期是多少？

- 全血献血间隔：不少于6个月。
- 单采血小板献血间隔：不少于2周，不大于24次/年。因特殊配型需要，有医生批准，最短间隔时间不少于1周。
- 单采血小板后于全血献血间隔：不少于4周。
- 全血献血后于单采血小板献血间隔：不少于3个月。

The Process of Blood Donation:

健康问询 Health Consultation

健康体检 Physical Examination

血液初筛 Preliminary Blood Screening

献全血 (成分献血时间约为一小时)

Whole Blood Donation (about one hour for blood component donation)

献血小憩、吃点心 Take a break and have some refreshment

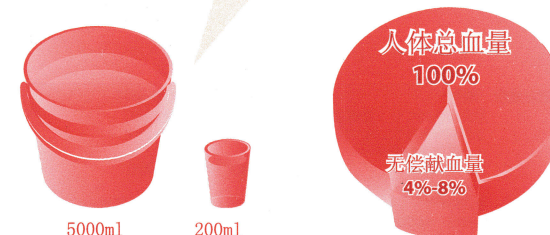
领取无偿献血证及纪念品

Get the certificate and souvenir for the voluntary blood donation

For more detailed information, you can ask the medical staff on the spot who will provide you with a professional consultation.

a bucket of water vs. a cup of water

相当于一桶比一杯水



5000ml V.S. 200ml

5000毫升与200毫升之比

200ml or 400 ml blood is only 4%-8% of total blood volume.

无偿献血200或400毫升，仅占总血量4%-8%

Rules for Voluntary Blood Donation:

- The amount for each whole blood donation is 200ml or 400ml.
- The amount for each blood platelet donation is one unit or two units.
- Please present your certification before blood donation. (ID card, Social Security card, passport, Taiwan Compatriot Permit, Military Officer Card, Soldier Card, etc.)

无偿献血注意事项

- 每次献全血为200毫升或400毫升。
- 每次献血小板为1个或2个治疗单位。
- 献血时请出示本人有效证件（身份证或社保卡、驾驶证、护照、台胞证、军官证、士兵证等）

Before Blood Donation 献血前

- 保证睡眠
- 清淡饮食

During Blood Donation 献血中

- 保持良好情绪
- 配合采血护理

After Blood Donation 献血后

- 多喝水
- 24小时内针眼不碰水
- 两天内剧烈运动和高空作业
- 大补长休

更多具体问题，现场医务人员将为您提供专业咨询服务。