

ที่ รน ๐๐๒๘/ว ๐๐๒๑



สำนักงานแรงงานจังหวัดระนอง
ศาลากลางจังหวัดระนอง ชั้น ๓
ถนนเพชรเกษม รน ๘๕๐๐๐

๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

เรื่อง ขอเชิญร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิต

เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย คุณสมบัติเบื้องต้นของผู้บริจาคโลหิต

จำนวน ๑ ฉบับ

เหล่ากาชาดจังหวัดระนอง กำหนดแผนการออกหน่วยเคลื่อนที่รับบริจาคโลหิต เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล ถวายพระพรแด่สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา ทรงหายจากพระอาการประชวรเร็วพลัน โดยกำหนดแผนประจำเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ โดยมีเป้าหมายผู้บริจาคโลหิต จำนวน ๕๐ ราย

สำนักงานแรงงานจังหวัดระนอง ขอความอนุเคราะห์ท่านประชาสัมพันธ์กิจกรรมการออกหน่วยเคลื่อนที่รับบริจาคโลหิต ให้กับลูกจ้างของสถานประกอบการ และผู้ใช้บริการในสถานประกอบการของท่าน เข้าร่วมกิจกรรมฯ ในวันพฤหัสบดีที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ณ ห้างบิ๊กซี ซูเปอร์เซ็นเตอร์ สาขาระนอง และขอความร่วมมือแจ้งยอดจำนวนผู้บริจาคโลหิต ให้สำนักงานแรงงานจังหวัดทราบ ภายในวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ทางหมายเลขโทรศัพท์ ๐-๗๗๘๐-๐๑๕๒-๓ หากมีข้อซักถามเพิ่มเติมสามารถติดต่อที่ นางสาวณิชนันท์ อึ้งทรงทรัพย์กุล ทางหมายเลขโทรศัพท์ ๐๘-๔๗๔๔-๕๑๗๔

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายปรีชา แก้วมณี)

แรงงานจังหวัดระนอง

กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลสารสนเทศ

โทร./โทรสาร ๐ ๗๗๘๐ ๐๑๕๒-๓

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ : ranonglabour85@gmail.com



การเตรียมตัวก่อน บริจาคโลหิต



นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ

ไม่น้อยกว่า 5 ชั่วโมง



รู้สึกสบายดี สุขภาพแข็งแรง
พร้อมบริจาคโลหิต



งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
ภายใน 24 ชั่วโมง



มีอาการท้องเสีย ท้องร่วง
เว้น 7 วัน



อุดฟัน ขูดหินปูน เว้น 3 วัน
ถอนฟัน รักษาโรคฟัน เว้น 7 วัน



ไม่อยู่ระหว่างรับประทาน
ยารักษาโรคบางอย่าง



ผ่าตัดใหญ่ เว้น 6 เดือน
ผ่าตัดเล็ก เว้น 7 วัน



เจาะ สัก ฝังเข็ม
เว้น 4 เดือน



รับประทานอาหารประจำมื้อ
ก่อนบริจาคโลหิต
งดอาหารที่มีไขมันสูง 6 ชั่วโมง



ดื่มน้ำก่อนบริจาคโลหิต
30 นาที ประมาณ 3 - 4 แก้ว



งดสูบบุหรี่
ก่อนและหลังบริจาคโลหิต 1 ชั่วโมง

โปรดตอบคำถามเกี่ยวกับสุขภาพตามความเป็นจริง
เพื่อความปลอดภัยทั้งผู้ให้และผู้รับ



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย ก.อ.รังสิต รังสิต ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ภาคบริการโลหิตแห่งชาติ สาขาบริการโลหิต โรงพยาบาลประจำจังหวัดทั่วประเทศ โทร. 0 2256-4300, 0 2263-9600-99 ต่อ 1101, 1760, 1761

www.blooddonationthai.com



ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ
สภากาชาดไทย



@nbcctr



@GiveBloodThai



Nationalbloodcentralthai



Blood Donation Thai

วันที่ 18 กรกฎาคม 2564

