

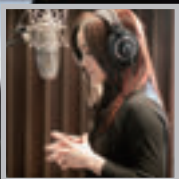
No. 435

民國108年1月出刊

熱血

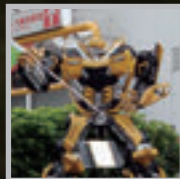
雜誌

中華民國67年5月創刊



影像說故事

- 熱血最速男—
健康捐血代言人楊俊瀚
- 拉拉的這一天—
側寫熱血青年代言人徐佳瑩



特別企劃

捐血快樂，創意無限！
—3個好朋友創造不一樣活動體驗

科技的演進，讓人無法停下腳步，就怕停滯了，就被時代遠遠拋在後面。



《熱血雜誌》的改變，也是在時代的潮流之下，緩慢的逐步調整，自此改為以季刊發行。小而美的發行方式，是希望保留書面的發行方式，讓有保存《熱血雜誌》習慣的捐血人們，也能繼續收藏；但在內容上，我們做了改變，希望能用有限的版面，留下一些珍貴的故事，以及逐步介紹我們位於全國各地的捐血地點；也希望藉由雜誌，能傳遞國際觀，讓捐血人知道我們也做了許多的事。

更多的捐血活動和捐血人投稿，將於《熱血雜誌》線上版中呈現，也

希望更多的捐血團體、捐血人能投稿到這裡，讓熱血的、溫暖的故事傳達給更多人看到。

我一直持續著運動，而且努力安排實現我想完成的夢；深深體會，唯有維持健康和體力，才能夠逐夢踏實；捐血也是一樣，要能持續的、定期的捐血，一定要有健康的身體，才能完成每次的捐血和救人的願望。

值此新的一年開始，祝福大家，有個美好順利的一年，最重要的是一永保身體健康！

發行人

葉金川

版權所有，本刊圖文未經同意不得轉載。



目錄

1 發行人的話

影像說故事

4 熱血最速男—

8 健康捐血代言人楊俊瀚

拉拉的這一天—

側寫熱血青年代言人徐佳瑩

人物誌

12 活出不一樣的自己—黃盟超

16 做不了偉大的人，

就在生活中用一點點的心意來回饋這個生命。

—林伯憲

特別企劃

22 捐血快樂，創意無限！

—3個好朋友創造不一樣活動體驗

變型金剛當門神 捐血活動超吸睛

28 擔任捐血志工

看見不一樣的世界 黃寶生

醫療線上

- 30 淺談產後大出血 王樂明醫師

國際眼

- 32 台灣首度辦理
APEC 2018血液安全政策論壇

- 36 他山之石可以攻玉—
參加美國血庫協會年會後分享
「男性間性行為者的捐血規範與各國現況」 陳蕙珍

- 41 一澳洲血液中心紀行之2
一場以「愛」為名的團體比賽 何國維醫師

捐血玩樂GO！


- 44 捐血到台東
感受純淨的美好 TIFF



發行人／葉金川（理事長）
總編輯／魏昇堂（秘書長）
編輯統籌／黎蕾
主編／黎蕾
執行主編／杜文靖
企劃編輯／鍾采芳 趙育英
特派採訪／林容琪 鍾采芳
封面攝影／羅佩芝
特約美編／林秀虹
印務發行／吳泰民

讀者服務信箱／blood@blood.org.tw
讀者服務專線／0800-099-519
投稿專用信箱／can@blood.org.tw

發行／中華捐血運動協會
電話／02-2351-1600
地址／10066台北市中正區南海路3號3樓
網址／www.cbda.org.tw/magazine/

本雜誌使用大豆油墨印刷。 



熱血雜誌



熱血最速男——

健康捐血代言人楊俊瀚

攝影 / 宋美琪 撰文 / 杜文靖



影像說故事



2017年的世大運落幕後，「台灣最速男」的封號已然成為俊瀚的名字；然而，俊瀚對於自己的期待，從不僅止於此。

跑步，翻轉了我的人生。

世大運的10秒22，讓俊瀚在男子100公尺獲得金牌，成為台灣之光，成為家喻戶曉的運動明星；但俊瀚在訓練的過程中，承受著精神及體力上的強大壓力，這絕對不是運氣，而是努力的結果。

小的時候，身體其實不好，把跑步當做運動，跟著也是田徑隊的姐姐跑步，穿著破舊的運動鞋，一直跑著，就這樣進入了田徑的世界；愛玩難免，俊瀚也曾在百般不願中捨棄最愛的電玩後，全力全心投



入在田徑，以跑步為日常、以跑步為職志，才逐漸邁向一個極具挑戰性的體育之路。

如果當初沒有專心致力在跑步這件事，現在的俊瀚會過著怎樣的人生？從國中開始，俊瀚的天賦加上百分百的努力，漸漸在各種賽事中發光揚名，金牌是如此閃亮，參加賽事，就一定要勢在必得，年輕人的好勝心，讓他的壓力一天比一天大；國中畢業後，進入了體育實驗高中，奪金的巨大壓力始終沒有抹去。

在一次的賽事中，俊瀚失去了金牌的最高榮耀，拿到了銀牌，原以為會崩裂的世界仍然好好的在運轉，他的世界並沒有因此而崩塌，他終於懂了，勝敗的得失不



是唯一，曾在賽後大笑、大哭，曾為了比賽結果有各種情緒，也曾在受傷低潮中差點失去信心，但是不變的是他愛跑步，他要享受每次跑步、每次比賽，因為老天總會在適當的時候，給予他最大、最真實的肯定。

當他在世大運跑出了金牌，說出「這面金牌，我是為大家拿的！」有太多太多的台灣人不只歡呼，也為俊瀚的真誠和努力打動。



「跑步，翻轉了我的人生。」俊瀚這麼說。但捐血呢，一袋血，也可能翻轉了另一個人的人生。

捐血，另一種榮耀。

由於年輕世代對於捐血觀念的日漸淡薄，我們亟於尋找年輕人的楷模，能做為帶領年輕人們響應捐血的前導者；當我們聯繫到俊瀚時，他一口答應為我們拍攝宣導短片，也希望能捐血救人！

來到高雄左營國家運動中心拍攝的這天，俊瀚為了配合各種畫面，來來回回的跑著，在大太陽底下，沒有任何不耐煩，跑步就像是再平常不過的事，在拍攝團隊檢視影片及設定拍攝器材時，俊瀚時而做自己的鍛練，時而好奇的去看導演的螢幕；尤其導演在試飛空拍機時，俊瀚很認真的在導演身邊，用一種男孩看到玩具的表情，睜睜的看著空拍機展開、操作、起飛、以及操縱桿的精巧移動。身為田徑之星，俊瀚有著相當堅毅的眼神，與專心致志的表情，更有著難得的淡定，全程就是靜靜的配合拍攝工作，與時下年輕人相較，更多了些成熟。

在拍攝宣導短片的空檔，我們也在體能訓練室裡架了簡易的攝影棚，也拍攝平面照，「俊瀚你笑起來很可愛！像鄰家大男孩！」俊瀚卻說：「可是我比較喜歡酷的！」



於是拍攝過程中，我們拍了些俊瀚的酷照，但他也應我們要求，微微的笑了笑。成名後的俊瀚，對這些拍攝工作似乎已很能從容面對，但隱約透露出來的，是他的單純和真心。

拍攝工作結束後，俊瀚心心念念著捐血這件事，但因為出國參加預賽的時間在即，所以這個階段訓練強度很高，而捐完血後24小時內是不建議劇烈運動的，所以也在教練的首肯下，終於等到他的休息日的前一天，特別在北上受獎的機會下，一償宿願的完成這個承諾，來到台北的南海捐血室捐血。

我問俊瀚「不會怕針吧？」酷酷的大男孩俊瀚說「不會啊，我們常常體檢也要抽血！」俊瀚拿著身分證，填好捐血登記表，順利的捐出第一次血，在俊瀚酷酷的

表情下，卻是最暖心的熱血速男！年輕人，跟著俊瀚，他快跑的腳步也許你跟不上，但捐血，你一定做得到！

截稿前，正是運動精英獎頒獎典禮，入圍的俊瀚此次雖未得到最佳男運動員獎，但無論如何，他都是我們心目中的最佳男運動員；今年在雅加達的亞運以0.002秒之差，在男子200公尺決賽中獲得銀獎，至今仍緊緊扣住台灣人的心。近日俊瀚又要移地訓練了，我們期待俊瀚能在未來的各項賽事中有優異的表現，也祝福他在田徑之路上，能永遠有熱情和活力！



[我年輕！我捐血！]
人物系列08
—熱血速男／楊俊瀚篇

從與拉拉洽談擔任我們熱血青年活動代言人並獲得首肯後，除了樂不可支的內心澎湃外，便積極的開始為拉拉量身訂做短片腳本，以及影片拍攝、平面拍攝、活動規劃等各種代言人要投入的工作。



拉拉的這一天——

側寫熱血青年代言人徐佳瑩

攝影 / 宋美琪 撰文 / 杜文靖



影像說故事

104年4月27日這一天，期待已久的拉拉，出現在我們的微電影拍攝地點－泛昇錄音室；與導演做過初步溝通後，一行專業的工作人員便開始了拍攝作業。不久前（是年3月21日）拉拉的小巨蛋演唱會成功落幕，隨即也是滿檔的工作，終於騰出這一天幫我們拍攝微電影及平面海報，而且完全配合我們的安排，也讓工作人員鬆了一口氣。

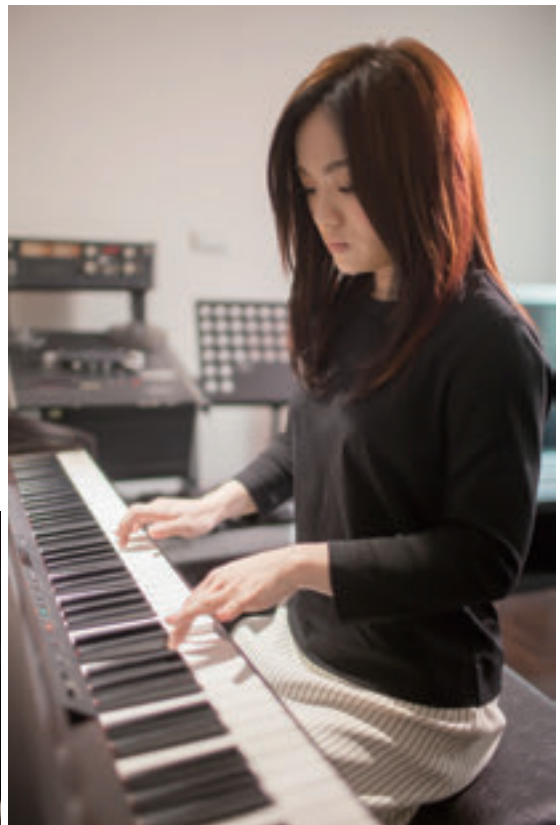
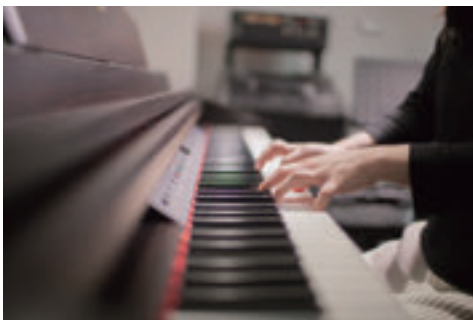
在錄音室的小客廳，拉拉彈奏著吉他、哼著曲調、寫著譜，完全就是投入在平日創作時的狀態；專心的模樣、安靜的氛圍，實在很不想讓導演喊卡。現場就是屬於拉拉的磁場，吸引著我們，一起進入她的創作小宇宙。

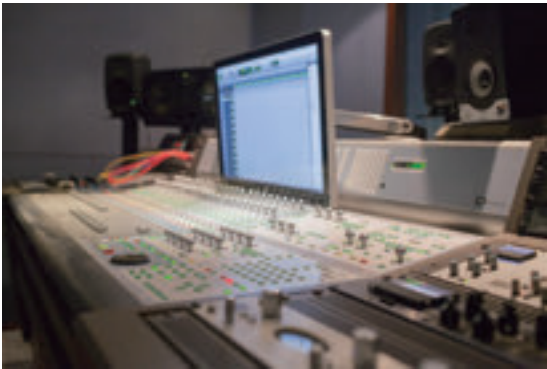


打開琴蓋，拉拉透過鍵盤自然流瀉的音符，再次讓大家陶醉，捕捉到的是拉拉專注彈琴的神情；當歌曲前奏一出現，自然就期待著下一秒是拉拉的歌聲。

導演為了情感更為真實，讓拉拉進錄音室裡實地演唱，當《尋人啟事》的音樂一下，拉拉對著麥克風唱著；站在外面聆聽，彷彿就像是將CD放入唱盤開始播放一般，緊緊抓住大家的情緒，這樣近距離的聽拉拉演唱，感動不言而喻，一來是這首歌真的太好聽，二來是拉拉的歌聲是完全觸動到人心了。可以想見一位歌手的發光發熱，絕對不是偶然，拉拉的敬業和專業的表現，讓我在離開媒體20年後，再次感受到，而且是很深的悸動。

在錄最後一段詞時，經紀人特別跑出來問「血」這個字要怎麼唸才對？說實在的，因為這個字一向發音很尷尬，一直以來我們也不會特別去矯正這個字的發音；求好心切的拉拉特別求證，著實讓我這個中文系本科的人汗顏。





結束了錄音室的拍攝作業，隨即到攝影棚進行平面拍攝。

換上了我們的活動T恤，拉拉更像個小女孩；隨著攝影師的導引，拉拉表現出有別於在拍攝現場安靜、認真的那一面，活潑了起來，聽著攝影師的口令，認真擺著姿勢，工作人員反覆確認效果，拍了上百張；最後還吆喝著大夥兒一起在白背景前擺搞怪姿勢，一點都沒有明星架子，十足是個興奮的小孩兒。

熱血青年代言人的設定

拉拉從第三屆超級星光大道以冠軍出道，在華語歌壇成績有目共睹。

然而，會選擇拉拉做為熱血青年代言人，除了創作才華受到年輕人喜愛、有自己的想法之外，她本身捐過血，而且具有護理背景也是一個很重要的因素。

「因為自己也曾是一位護理人員，很清楚知道血液在醫療系統中所扮演的角色。血液是無可替代的重要資源，傷病患者所需要的血液都要靠捐血人的奉獻，如果沒有這麼多有愛心的捐血人，醫院的病人就沒有血可以用了。」將心比心的感受，還有能對社會有所付出，正是拉拉對捐血這件事的想法。

很慶幸這次與代言人的想法如此靠近，合作起來也會更有默契。

問起拉拉第一次捐血的心情，「當時覺得就是長大了，長大了就該去做這件有意義的事，而且想到有人因為自己所捐的血而救回生命，覺得這種血脈相連的感覺好奇妙哦！」

「捐血完超開心的，想著以後只要時間許可、照顧好自己的健康，就可以定期捐血救人了！」對於最近工作太忙，睡眠嚴重不足，演唱會前還腸胃炎的拉拉來說，捐血這件事，仍然是心心念念的。

「當我看到小學女童割喉案的小女孩輸了兩千多CC的血，差不多是成人一半的血液量，仍然救不回來，真的好難過；但冷靜下來想想，當大家都在憤憤不平的時候、在當下大家都想伸張正義的同時，換個角度思考，如果大家平時都能定期捐血，雖然不知道何時能幫助到別人，但無形中都是一種正義，用不同的方式，在別人最需要幫助的時候幫助別人，可能不只挽救一條寶貴的生命，也挽救了一個家庭！」

104年6月14日的「我年輕！我捐血！」熱血青年招募活動起跑暨紀念世界捐血人日活動，拉拉也將到現場，與年輕朋友們一起鼓勵大家定期捐血，也將於現場演唱《尋人啟事》、《Love》兩首歌

曲，象徵著不斷不斷尋找著下一個充滿愛的捐血人，讓社會不再有暴戾之氣，讓大家因為捐血而更有愛！

這三年多來，拉拉陪伴著我們、捐血人們一起在捐血的路上，除了在演唱的場合，會提醒年輕學子們要記得捐血，也會缺血季節，在粉絲專頁上幫我們呼籲。在擔任我們的代言人後，在大陸參賽獲得好成績，在台灣也屢獲金曲獎肯定，日前也完成終身大事，善意念總是能為人生增值，祝福拉拉，在歌唱和創作之路一直順遂！



[我年輕！我捐血！]
—徐佳瑩



我是黃盟超，我熱愛捐血！

活出 不一樣的 自己 ——黃盟超

撰文、攝影 / 鍾采芳



「每個人活在世界上都有自己的責任與任務要完成！」捐血人黃盟超，11歲時因為家中親戚到家裡借錢不成，竟然拿了一瓶硫酸往他臉上潑灑，全臉毀容，雙眼盲，以為人生就此畫下句點，上天卻開了另一扇窗，他靠自己的力量，活出精彩的人生。

這天，捐血室來了一位臉部燒燙傷的捐血朋友，就怕戳中別人的心中的傷痛，護理同仁小心翼翼的詢問下，才知道是因為小時候的一場意外，讓他毀容。黃盟超充滿能量的談話，侃侃而談他的過往，完

全不避諱，超級陽光的個性與正向的力量，令人敬佩。

民國67年，當時才國小五年級的他，因為學校上半天課就在家門外玩耍，忽然有一位從沒看過的叔叔，到家裡找媽媽要借錢，回想起爸媽提過，有一位遠房的親戚，整天遊手好閒、好吃懶做，經常到家裡伸手要錢；這回媽媽當然也是拒絕他，隨後這位叔叔若無其事的走出門，把他叫了過來，黃盟超心想，長輩叫我們過去，禮貌上應該要立刻回應，於是朝他走

了過去，沒想到這位叔叔居然將預藏的硫酸，對準他的頭，從頭上淋下去。

大面積灼傷 全臉毀容

高濃度硫酸有強烈脫水性，滴在紙張上會使紙張變黑及破洞，滴到人的皮膚會產生極大傷害，因此造成脫水和二級火焰性灼傷。當時強酸的侵蝕，黃盟超的臉馬上反黑，鼻子、眼睛全部都變形，如同烈火在燒、上萬隻蟲在啃食，那一秒他的世界變了，慘不忍睹都不足以形容，令人不敢想像。黃盟超說，當下非常的疼痛，他大吼大叫哭著往外跑，只記得媽媽趕緊叫了車帶他到醫院，因為當時身處嘉義鄉下，醫療技術不好，也沒有立即以大量清水沖洗稀釋的概念，跑遍了整個嘉義地區，沒有專屬的燙傷病房也沒有一間醫院敢收他，深怕沒有完善的治療，孩子會在此喪命，家人心急如焚，最後連絡上在北部當醫生的親戚，立刻北送，從事發下午1點一直到半夜12點才得以就醫，錯失了黃金治療期。

期間歷經無數次的清創、植皮、整形重建等大大小小將近30次的手術，一年多的治療讓他得以返家；但復健之路的開始，才是痛苦的開始。大面積的灼傷，臉部幾乎體無完膚，一般被硫酸潑灑到，皮膚會出現嚴重攣縮，硫酸會隨著肌肉紋理

向下延伸，不會因為復健而有所改善，不像是燒燙傷的患者努力復健1到2年就會有所改善，被化學藥劑侵蝕後的皮膚必須花一輩子和攣縮奮戰。

從皮肉的痛苦 變成心靈的傷痛

黃盟超說，因為眼睛被硫酸灼傷，眼皮無法閉合、角膜沒辦法滋潤與休息，大約有兩年的時間是看不見的。原先以為世界從此變成黑白，所幸醫生為他進行植皮手術，取他身上的皮膚，移植到眼睛把整個眼睛蓋起來，半年後劃開左眼才看得見，右眼則是接受角膜移植手術，勉強看得到一點點。

出院後，眼睛看得見了，黃盟超回家後看到自己的模樣，發現自己長得不一樣了，完全無法接受。黃盟超形容：「皮肉的傷會好，心裡的傷好深。」他不敢回家，不敢看見同學、鄰居，每天都關在房間裡，那時候只覺得時間過得好慢，好像世界都不會動了。

當時國小的老師正好住在附近，經常來跟爸爸媽媽說要讓我去學校，鼓勵我要繼續去學校上課，我記得當時只要聽到「上學」就會哭喊著「我不要上學！我不要上學！」就怕讓同學看見長得不一樣的自己。

生命中的第一個貴人 讓我從痛苦中走出來

開學了，爸爸還是載我去學校，老師安排我坐在最前面的位置，「起初我連上廁所都不敢去，深怕別人看到我的臉。」黃盟超說。沒想到同學還是一樣跟我打招呼，一樣跟我玩，就跟發生意外前沒什麼兩樣，完全的接受我，沒有任何異樣的眼光。後來爸媽告訴我才知道，原來是鄰居的老師，在我復學前，就跟同班同學進行衛教，告訴他們我因為意外受了傷，沒有不一樣。同學們的貼心舉動，這樣的暖心，讓我重拾了些微的信心，至今回想起來，黃盟超心裡還是暖暖的「原來我的世界還是會轉動的！」

從不敢離開座位，到每天正常去學校的時光，「我一點一點的重拾自信與希望，我非常感謝那位老師，那是我生命中的第一個貴人，讓我覺得我的世界又開始亮了起來，重新找回快樂！」

「因為受傷，玩樂的時間比較少，只能好好念書，因此在校成績還不錯；我記得國小國中時期，還是很恐懼別人對我的指指點點與異樣眼光，直到考上新竹省中，那時候我完全走出來，我告訴自己，我只是長得跟別人不一樣而已。」

印象比較深刻的是考上省中的開學典禮的那一天，我不斷的跟自己打氣喊話，「我只是長得跟別人不一樣，並沒有比別人差！」那一刻我真正的釋懷，隨後大學也加入一些服務的社團，希望透過自己的經驗，幫助一些正值辛苦的人，順利走出來，不要走那些冤枉路，就像當初那位鄰居老師幫助我一樣，讓我活出自己。

感謝一路上的天使

怎麼熬過來的？黃盟超餘悸猶存的說，「十幾年來其實非常痛苦，感覺就像身處地獄一般，尤其是那時候每天都要換藥，年紀還小的我，只要聽到護士阿姨推著護理推車要進入病房的聲音，就會嚇到直發抖，因為真的非常的疼痛。」

那時候很感謝我的阿姨，住院的期間她幾乎每天都會煮美食給我吃，到醫院講故事給我聽，給我很多力量。還有醫院的醫生護士們經常會變魔術哄我、逗我開心。等我長大後，好幾次回去醫院找當年的醫生護士，但他們都已經屆齡退休了，鄰居的老師也在前幾年到天上當天使了（回想起這段過往，黃盟超不禁紅了眼眶）；沒有他們就沒有現在的我，所以我現在很願意幫助別人，從皮肉的痛苦到心靈的掙扎，很慶幸自己走出來了。

老天的恩典 留一條路給我走

黃盟超強調：「如果今天我的眼睛看不見了，走的路一定會不一樣。」其實國小、國中時期，除了家人與同班同學之外，還是會很在乎別人看我的眼神，即使上了高中，別人異樣的眼光依然存在的，不一樣的是，我不害怕了。家人朋友的加油打氣，讓我一步一步找回自信，從害怕恐懼到克服一切，雖然不容易，但是我做到了。

「我不恨，因為我活得更精彩。」採訪的過程中，問黃盟超「心中有恨嗎？對於那位親戚。」黃盟超不加思索的回答「從來沒有。」正向的勇氣令人佩服。黃盟超說：「一路走來沒有恨，每個人來到這個世界上都有一條路要走，今天變成這樣，就是要完成在這世界上的一個責任，時間過了就淡忘了。」

「如同之前提及，因為以前受人幫助，所以現在我很願意幫助別人。會接觸到捐血這個領域，是因為大學時候曾捐過血，施比受更有福，畢業後就想，現在能力所及，我也應該去幫助別人，於是開始捐血。剛出社會的時候，工作很拼，生活作息比較不正常，沒辦法定期捐血，之後工作穩定了，就開始定期挽袖。一開始是響應捐全血，後來得知分離術血小板捐血



捐血人黃盟超每2星期就到捐血室報到。

可以幫助更多人，於是就固定每2星期就到捐血室報到。」

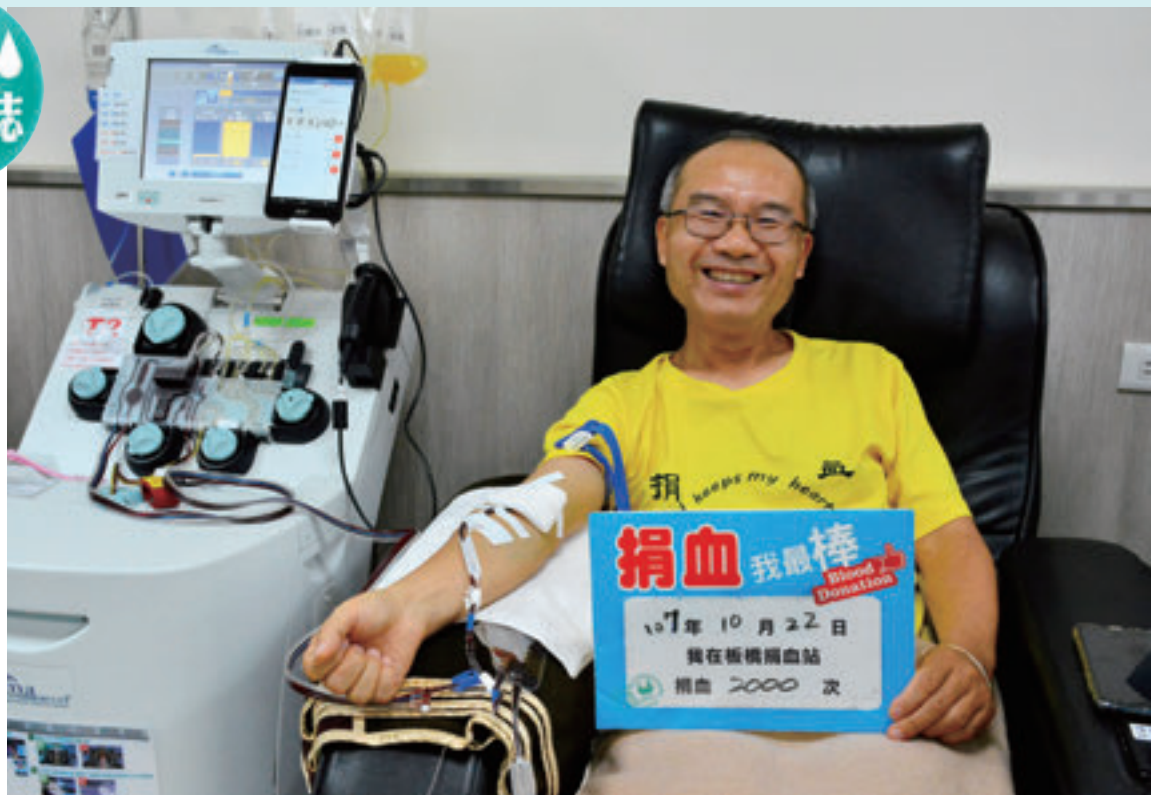
親身經歷走過這一段，受到這麼多天使的幫忙，現在自己捐血，有著更深刻的體會。黃盟超強調：「沒有太多的想法，只把捐血當做該做的事情，時間到了就去捐血。」給自己一個期許，我希望自己能時時刻刻保持健康，能持續捐血幫助別人。」也想跟現在或許正在經歷苦難的朋友說，「永遠不要小看自己，因為一個轉念可能人生就此不同。」

我是黃盟超，我熱愛捐血，也歡迎您一起來當個快樂捐血人！



人物誌

林伯憲開心的
捐出第2,000
次熱血。



做不了偉大的人， 就在生活中用一點點的心意 來回饋這個生命。 ——林伯憲

撰文、攝影 / 林容琪

曾經是捐血的逃兵，30年後的今天他捐血紀錄達到2,012次，除了捐血人身分之外，現在他也是策劃捐血活動的推廣者。到底是什麼魔力讓他一頭栽入捐血公益活動，所有的故事要從他勇敢突破心理障礙成功捐出第一袋熱血說起。

生日捐血結緣34載

民國72年6月剛從新生醫校畢業，快要滿18歲的他每次經過桃園火車站前，總會見到一輛捐血車停在廣場上，曾有無數次的衝動想上車捐血，最後都因為害怕放棄了。後來他給自己一個理由「等8月生日那天再來吧！」有了這一個目標之後，心中老是掛念著這個生日的約會。可是，「生日的那一天我仍是對自己失約了，因為我仍然害怕！」害怕什麼呢？怕扎針？怕血嗎？「都不是！我怕自己身體會不會太虛……」哈哈！他笑說：「從醫校畢業，應該是不會排斥才對，可是當下自己卻退縮了，真是好矛盾的心理。」

徘徊與掙扎了一年之後，隔年生日，在找不到陪伴者的情形下，他自己勇敢的踏上了捐血車，「其實捐血並沒有想像中那麼困難嘛！」為什麼當初如此的害怕呢？他覺得完全是自己的心理障礙，他不好意思的說著。

從沒想過會與捐血結下34年深遠的因緣。成功捐血後他並沒有固定的捐血，直到當兵退伍前與弟兄同袍發生一段生死交關的演訓事件，讓當時年輕又叛逆的林伯憲對生命的看法多有感悟，也啟動了他澎湃熱血的心。

曾經歷經危急生死關頭再回首無限感慨，他分享埋藏在心中多年的傷痛，在台南服役退伍前的那年冬天，夜半破曉時分執行演訓任務時，未料卻於河邊發生翻車而與死神搏鬥的意外事件，同袍弟兄傷亡慘重，讓從死裡逃生，走過生命關卡的他不斷地去思考「人的生命是如此的脆弱嗎？人的生命其實可以無價的。」談到這他的心情凝重，他說花了很長時間去了解什麼是愛，什麼是生命。

退伍後，因為學的是醫事檢驗，在醫院工作面對了許多生、老、病、死，亦發覺得人生的無常。林伯憲開始固定捐血，他說：「不是為了贖罪而來，演訓意外事件雖然來不及拯救我所有的弟兄，但我可以持續不斷的捐血救助他人。捐血，讓我找到生命無價的另一個源頭－希望的源頭。」「捐血一袋，救人一命」是愛的延續。對他而言，捐血是療癒的開始，不是贖罪，是希望！

「因為工作關係常必須對病人抽血，而與自己捐血時的體驗，這兩者角色心境轉換中，就如神農嚐百草般親身體驗的感同身受，讓我更能用柔軟的心去面對客戶，從體會對方到貼近對方的心」，林伯憲分享捐血帶給他的收穫與人生體悟。「每次看到自己捐出嫩黃透明顏色的血小

板，就覺得多日來飲食的控制及維持良好生活型態這樣的努力成果是值得珍惜的」，為了能保持定期捐血的好習慣，本身是醫檢師的他，平時也很注重均衡的飲食，時時掌握自己的身體狀況，並在捐血前做調整，只為確保捐出血液的品質。他也說這是一條漫漫長路，維持健康就是讓身體動起來，捐血也讓他活力倍增。

傳播愛與希望的種子

在部落格開始盛行時，他即在自己的部落格「二八牧雲齋」記錄了自己這些年捐血的點滴，也透過社群傳播的力量來宣揚捐血救人的好處。因為本身是醫檢師，在醫院工作也很了解血液庫存量及用量，以自己醫事檢驗的專業發文傳達捐血的好處及血液相關常識；還有所籌辦的每一場捐血活動，他都會用心紀錄和檢討，他也不定期撰寫熱血的捐血人物，運用文字的力量展現捐血的價值，將好的、良善的人事物散播出去，帶給社會正向的力量，透過網路和社群想讓更多的人知道，期望能觸動人心付諸行動一起來捐血。

在虛擬的網路上宣傳捐血不如實地參與，林伯憲匯集了捐血同好和認同捐血公益的幾位夥伴，大家共同來辦一場捐血盛事。

一個因緣際會讓林伯憲也成為普仁青年關懷基金會辦理捐血活動的一個推手。他說，那時參與普仁基金會志工服務已有五年時間，主要服務對象為家庭經濟弱勢的國中生，但心中一直有個「服務」捐血人的念頭在萌芽，希望以公益團體舉辦捐血活動的方式回饋社會，在獲得普仁青年關懷基金會執行長及志工團的支持而在102年成功圓滿籌辦第一場捐血活動。

問到第一次辦捐血活動的感想：「好累」、「從發想計畫、提案企劃、活動洽談、部門協商、計畫修正、招募人力、原創設計、稿件修改……等等多如牛毛的事情做下來，從企劃開始到活動結束耗時兩個月，也從過程中學習到許多新的東西。發現要把一個在心中萌芽的念頭，轉換成實際的行動，獲得完滿的結果，看似一點一滴的小事情，都在過程中變得無比的巨大。」這是一次難得的經驗，雖然很累，收獲是滿滿的，更是讓林伯憲有信心和動力再次籌畫捐血活動。

在有了5、6次籌辦活動的經歷後，105年6月他開始以「二八牧雲齋」為名在台北、桃園兩地辦理捐血活動，至107年10月28日止，共舉辦35場，募得5,607單位血液；動用人力共125人次，

平均每場次約3.5人，每場平均募得血液160單位。

堅持做不一樣的捐血活動

記住自己為什麼要捐血，為什麼要辦捐血活動，要求完美的他，覺得要做就要做到最好。「辦活動嘛，總是希望能有人氣、有貢獻，加碼抽獎、網路串聯、平台推薦、尋求媒體、發放傳單、街頭宣傳……等等，盡所能的把能想到的、能做的都做了，無不希望能有人來共襄盛舉、

挹注血源」。林伯憲說：「二八牧雲齋舉辦活動的出發點本就不一樣，是要培養捐血人。也就是教育捐血人，讓他認同捐血運動，不因天災、禮品……等外在因素影響其捐血行為，從而成為一位固定、長期的捐血人。」所以紀念品也是團隊費心力而作，實質而有效用。

紀念品經費除了自掏腰包，還有熱心的捐血同好贊助，設計理念是用「真心」對待「真心」。特製的捐血紀念品，都有



「二八牧雲齋」107年在板橋捐血站最後一場活動。



林伯憲用心特製的捐血紀念品。

著諸多的涵義及其本身的意義，從唯吾知足常樂卡、捐血生肖勳章、悠遊卡貼等，都是他的用心，但這樣的紀念品不同於一般，每每都需要多費唇舌及解釋，才能讓捐血人了解紀念品所代表之意義。「例如107年製作的卡貼，就是給捐血人貼於悠遊卡上，在使用時順便可以達到捐血救人的宣傳效果，這是我們想要的，不只是辦活動要成績而已，還要能對推廣捐血運動有正面效益，才是長長久久的生命救援方式。」談到辦捐血活動的理念和目的，他侃侃而談直抒內心想法，可以感受到他對捐血公益的熱情和堅持。他也說：「捐血救人是無償的」，高價值的贈品讓捐血觀念偏差，他從自己做起，想用這一方小小的力量喚起民眾對捐血的初衷，雖然渺小

但他仍會努力持續堅持做下去。

捐血公益路上最好的伙伴

林伯憲的妻子翁月圓也受他影響而開始捐血，夫妻倆有時會相偕一起捐血，「其實，太太怕針也怕痛，總是要我陪著捐血才能有安全感。」只要是妻子的捐血



2014年林伯憲夫妻響應614世界捐血人日活動。

日，林伯憲一定空出時間溫柔陪伴在一旁加油；如今，翁月圓已捐血52次，也是他捐血公益路上最好的伙伴。

捐血成為他生活的一部份，將捐血日排在必要的行事曆項目上，遇事一定先排開，林伯憲的太太透露，「看到自己的先生永遠把捐血擺在行程的第一位，擔心誤闖疫區而選擇不出國、怕油膩而控制飲食，也因為明白他對捐血次數的累加源自於想要用自己的數字來說服別人、鼓勵別人加入捐血行列，用健康的身心來影響週遭的朋友。」多年來林伯憲對捐血的堅持讓林太太深受感動而無怨支持，夫妻倆更把捐血視為一輩子的工作與責任，而定期捐血已然成為夫妻倆生活中必然的行程。

感情很好的夫妻倆沒有生育子女，因此得以有機會常常攜手相伴一起投注社會公益，行腳台灣到各地做志工。他固定在桃園縣政府社會處桃園家庭服務中心，以及普仁青年關懷基金會擔任志工服務，至今已十年以上的時間。除了固定訪視安養中心老人之外，還曾參與普仁基金會菁英育成計畫擔任志工導師角色，並隨著單位活動支援不同服務。另外也是財團法人兒童暨家庭扶助中心的永久認養人，也不定時參加金車文教基金會的假期志工活

動，到偏鄉服務。夫妻倆也一起報名伊甸基金會2018「心旅行」志工服務，志願服務行程雖然滿檔，但捐血仍是他的第一，只要是林伯憲舉辦捐血活動，太太一定投入親力親為。值得一提的是林伯憲伉儷也榮獲桃園市106年志願服務「家庭志工」表揚。

問到最想對太太說的話，林伯憲像個大男孩靦腆而真情感性的道出對太太的感謝，「很慶幸在我這一個平凡的人生裡，有一個全心全力支持的伴侶。雖然老婆總是會叨唸我要做的事情太多，讓她無法平平靜靜地過生活。但是她還是幫助我去做我做的每一件事，不管是否充滿荊棘，還是一路順遂。支持捐血運動，是我的人生使命，自己挽袖捐血是自己的一廂情願，而辦捐血活動，非得有人支持伸出雙手不可，感謝老婆一路的陪伴和鼓勵，讓捐血活動可以順順利利、圓圓滿滿，更希望我們能夠相依相守，為捐血運動的推展而持續努力」。

「一袋熱血，是生命的希望！」這就是捐血的魔力；重大意外災難事件接連發生，讓他深深感受到定期捐血的重要，這也是他多年來持續不墜的動力。「捐血救人」不單單是一句單純的口號，而是人與人、心與心的交流。

捐血快樂，創意無限！

— 3 個好朋友創造不一樣活動體驗



變型金剛當門神 捐血活動超吸睛

撰文 / 鍾采芳 · 照片提供 / 黃蘊綱



捐血活動前陳列的變形金剛模型，是模擬變形金剛圖像，加上黃蘊綱的創意，以實體的汽車零組件焊接組裝而成。

黃志仁、黃蘊綱、黃寶生三位超級好朋友，不僅是平日的工作夥伴兼換帖弟兄，三人的好默契辦起公益活動，更能使一場平凡的捐血活動，成為令人引頸期盼的嘉年華會。

3尊高達2公尺擬真的變形金剛，現身捐血活動現場，酷炫逼真，吸引大人小孩駐足。路過的人原以為是一場園遊會，仔細詢問，才知道是一場愛心捐血活

動，原來這是捐血人黃蘊綱的創意發想。有鑑於每次捐血活動許多人排隊等候時，大多時間是無聊無趣的，再有耐心的人，長時間的等待也會磨去當初想做公益的快樂心情。為此，黃蘊綱興起在這等待的空檔，來點不一樣的感覺，不論是音樂、裝置藝術或是街頭藝人表演，希望「讓等待變有趣！」

於是本身學設計的黃蘊綱，利用廢材製作大型裝置藝術「變形金剛」在捐血活動中展出。大手筆運用汽車零件，焊接組裝3尊高達2公尺的變形金剛，從國外以貨櫃載運抵台，擔心用吊車會傷到金剛零件，故每次搬動都需拆卸後再組裝，且需要5、6個壯漢才搬的動。大費周章的將變形金剛移師捐血活動現場，就是希望藉此成為亮點，讓更多人一起快樂捐血。黃蘊綱說：「現在太多低頭族，大家得空只

會滑手機，捐血是快樂的事情，希望藉此吸引大家，只要能夠吸引小孩，大人就會來，多用一點點心，就能讓更多人來捐血，相信有愉快的心情，更能歡喜捐血！」

除了變型金剛裝置藝術吸引眾人目光，黃蘊綱想起「音樂」是最能帶動現場氣氛的，於是他特地邀請小小鼓手與樂團，從嘉義專程北上到中壢，透過鼓聲的節奏與震撼感，讓大家隨著音樂律動，讓等待變的有趣了。此外，現場也有小巧可愛的摩托車型變形金剛，還有用汽油桶改裝的舒適座椅，在捐血活動現場格外可愛醒目。

各司其職 好還要更好 捐血也要有創意

談起做公益，前任桃園一路發獅子會會長、現任救國團中壢區團委會會長黃志仁，舉凡弱勢家庭、淨灘、弱勢兒童免費



以汽油桶製作的座椅，造型可愛，供捐血人休息等候使用。

捐血活動現場結合音樂盛會，讓民眾等候捐血的空檔變有趣。



看電影等，只要是公益的事情少不了他。黃志仁說：「每一次的成功，背後總有許多幕後推手！」如同每一次的捐血活動，黃志仁會長的構想、黃蘊綱的設計創意、黃寶生的溫暖文字，三人齊心合力，成就一場捐血嘉年華盛會。



黃志仁表示：「每次的活動只要日期確定後，黃蘊綱便開始找場地、設計文宣，待整個活動定案後，再由黃寶生依照主題，寫下一字一句溫暖的簡述，內容多元，有KUSO、也有感人小語，放置各大社群網站，號召大家來捐血。」整場活動從無到有，他們不求回報，三人的終極目標，是希望大家因為這場捐血盛會，賓至如歸，更期待下一次的捐血。

為了每一次的捐血活動，他們分工合作開宣傳車到市區大街小巷宣導，紀念品也專挑時下最夯的。從106年8月5日首場捐血活動229單位，到106年11月12日233單位，到今年107年4月1日，再創376單位新高。黃志仁會長說：「今年4月1日在清明節連假前這天辦理捐血活動，本來很擔心沒有人來捐血，沒想到在大家的努力宣傳下，捐血人潮不斷，大夥熱情參與。直到現在想起當時的盛況，內



救國團中壢區團委會會長黃志仁（左4）帶領大家一起辦理愛心捐血活動。

心依舊很感動，還有人主動詢問下一次是什麼時候要辦理，證明我們的努力有了正向的回饋。」

魔鬼藏在細節裡 小地方也鉅細靡遺

我們經常在思考，如何讓一場捐血活動，使民眾願意勇敢的踏出第一步，因為只要有了開始就會延續下去。黃蘊綱說：「只要有一次快樂的捐血經驗，就會埋下公益的種子，成為下一次的開端，了解原來幫助別人是那麼簡單與快樂！」

因此不僅在文宣設計下足功夫，每一場的活動前後，我們都會開會檢討，以便

下一次不要再發生同樣的疏漏。黃蘊綱表示，有一次為了找尋捐血紀念品，他們專程到淡水尋找時下最夯的文青、文創風商品，希望吸引年輕人來捐血。我們請專人取樣打版，樣品沒問題後再大量製作。還有一次找到一個很精緻的包包，但因為活

文創商品超吸睛，親力親為每一份捐血紀念品都親自尋覓拍照宣傳。



動經費有限，原先廠商不願意提供，我們花了半小時述說辦理捐血活動的理念後，得到商家的支持與認同，才以低於市價的價格，半買半相送，作為捐血活動紀念品之用。盡心盡力，辦理捐血活動，因為對他們來說，捐血活動不僅僅是一場活動，結束就結束了。他們希望的是細水長流，所以每一個流程都非常重要，要將捐血的精神傳承下去，讓更多人勇於踏出第一步，快樂捐血。

現場致贈感謝狀 捐血人賓至如歸

為了感謝每一位前來捐血的民眾，他們突發奇想，凡當天完成捐血者，可以立刻收到一張，現場製作、完成護貝，熱騰騰的感謝狀，令人賓至如歸。黃志仁會長說，曾經有一位捐血人，因為當天製作感謝狀的機器壞了，沒辦法現場取得感謝

狀，會後還特地打電話給他，詢問是否再補寄，電話中那位捐血朋友說：「這是一個榮譽的象徵。」於是他們二話不說，將感謝狀親自送到捐血人府上，貼心之舉倍感溫馨。

創意文宣 字字溫暖人心

「您想當下一位捐血英雄嗎？能夠付出就是一種幸福！」字字句句都充滿溫度，這些都來自於黃寶生的文字。從一開始的不理解，到後來幾乎每一場捐血活動親力親為並且擔任志工，黃寶生說：「原先我不懂為何要花如此大的心思，出錢出力只為一場捐血活動，親身經歷，看見捐血人臉上的笑容，那一瞬間，我懂了！」

黃寶生在社群網站，寫下每一場對捐血活動的感受，號召大家一起來體驗這完成捐血後的驕傲與快樂。



黃蘊綱親自設計感謝狀，於捐血活動現場製作致贈。

「付出不只是一種幸福，也是快樂！」因為您我都知道有能力的人才能付出，而您我的付出更是其他人的引頸期盼。來吧！親愛的朋友們讓您我一同手牽手做個幸福又快樂的捐血人吧！」「我最親愛的朋友：您我曾幾何時都做過超級英雄的夢，現在就有個好機會讓您成為別人心目中的超級英雄，現在捲起您的袖子，讓您的熱血幫助需要幫助的人們，讓這份愛蔓延在這無盡美好的世界裡。」

每場捐血活動，黃蘊綱設計的文宣海報，搭配上黃實生的文字敘述，加乘作用讓人更有感。

談起幾場捐血活動中，黃蘊綱說，曾有個小插曲讓他印象很深，有次一位年輕人主動前往問他，請問還要等多久才能輪到我捐？我說大約一小時，因為不耐久候，對方只說「好久那我不捐了」。黃蘊綱很誠懇的告訴他，「這一小時的等待，如果您願意付出，可以幫助多位等待生命延續的傷病患者，那您認為值得嗎？」結果這位熱血青年等了一個半鐘頭，當他捐完血後，看到感謝狀，回想起方才的那段對談，他說「一切等待都值得！」這樣的回饋，讓黃蘊綱久久不能忘懷，倘若花一點時間，就能留住一位捐血人，何樂不為？

「經常有人跟我們說，我們又破紀錄，創下一天最高的捐血袋數；對我們來



今年中秋節的捐血活動，黃蘊綱邀請兒子為活動設計一張海報，搭配時節，嫦娥就此現身，非常應景與吸睛。

說，捐血袋數不是比賽，而是生命的延續，尤其是每次看見熟悉的面孔，再度回來捐血，那種感受既是感恩又開心。」付出不只是一種幸福也是快樂，他們感謝每一位前來捐血，曾經參加過捐血活動的朋友，因為這些熱情成就了無限的回憶。「捐血快樂、快樂捐血」，他們會秉持著這樣的精神一步一腳印的走下去。如果有人再問：「為什麼要花這麼多的心血在一場場的捐血活動中？」黃蘊綱會說：「只要看到捐血人的笑容，那就值得了！」

擔任捐血志工 看見不一樣的世界

文 / 黃寶生

「我是一個長期服用慢性疾病藥物的糖尿病病患，一直以為與捐血活動是永無交集，沒想到這次擔任義工，竟讓我看見不一樣的世界！」

9月24日中秋節當天，平鎮大潤發前舉辦一場愛心捐血活動，現場有街頭藝人、變形金剛裝置藝術展出等，現場宛如一場嘉年華會。

活動前一天我接到朋友電話，說中秋節那一天要請我一起去幫忙捐血活動的場地佈置，「蛤？捐血活動！我又不能捐，找我去幹嘛？還要早上五點就要去，幫忙搬機器人去展示？好啦！我會去。」掛完電話的我充滿疑惑，心想好好的一個假日，在家裡睡覺不是很好嗎？沒事辦什麼捐血活動，還要我去搬那麼重的機器人真是夠了！

本該還在睡夢中的清晨五點，我拖著疲累的身軀，來到機器人的放置處，首先要將機器人拆卸後，再運到捐血活動現場組裝，做為裝置藝術展出。加上我一共5位壯漢費盡全身力氣拆卸、搬運機器人，經過了約2個小時終於到了活動現場。心想把機器人組裝好後，我得好好瞧瞧，看究竟在做些什麼？不就是個捐血活動，幹嘛弄得像園遊會一樣，又是裝置藝術、又是街頭藝人的，現場吆喝鼓舞，還送那麼多的精緻紀念品，出錢出力如此用心的規劃捐血活動，一定不單純。

眼看現場的人潮越來越多，有的是拗不過孩子來看機器人打卡照相的，有的是被街頭藝人精彩表演給吸引過來的，但更多的是坐著排隊等待捐血的民眾。我靜靜看著在場的每一個捐血人，突然發現，很多人上捐血車前臉上幾乎沒什麼



黃寶生（左1）與黃蘊綱（左2）、黃志仁（左3）三人合作無間，將變形金剛拆裝至活動現場。

表情，但從捐血車上下來時，臉上卻帶著靦腆又有成就感的笑容，莫非捐血車上有著可以讓人快樂的魔法？這樣的表情我在漫威電影中看過，漫威世界裡的超級英雄從授獎台上走下來的時候，也是這樣的笑容！對！就是這種屬於超級英雄的招牌笑容。

還有在現場服務的志工們，超級熱情！只要看到完成捐血的民眾，從捐血車上下來，便趕緊將紀念品致贈給那些剛捐完血的超級英雄們，彷彿對方是自己的救

命恩人一般，這些志工們的笑容怎能如此的燦爛真誠、眼神中充滿無限熱情呢？我想他們都是帶著感謝的心情，樂意付出。現場歡笑聲與感恩的氛圍渲染了在場的每一個人，而我也跟著快樂了起來。

在這場捐血活動中，我看到了享受付出的人們，也看到以熱情回報的真誠，這樣的世界真的好美。我終於明白為什麼大家願意盡全力，只為了一場捐血活動。希望下次捐血活動能遇見你，相信你也會愛上這樣的快樂，你說是嗎？

淺談產後大出血



文 / 王樂明醫師（萬芳醫院婦產科主治醫師及產科主任）

俗話說：「生得過油飯香，生不過四塊版」用來形容女性生產必須面臨風險的狀況。生產，最常見的危險莫過於產後大出血。產後大出血之所以令人膽顫心驚，因為是無法預期也無從預防的緊急情況，由於現代醫學的進步，找到出血的原因，針對原因進而適合的治療，讓產婦可以轉危為安。來得快，去得也快，處理得當才可化解危機。

小花第一胎，最初在一般婦產科診所產檢，頭一兩次產檢都正常，但到了20週時，小花與先生討論，擔心是否診所的設備比不上醫院，萬一遇到狀況會處理來不及，因此來到我們的醫學中心諮詢，或許這股突如其來的想法改變了最後生產的命運。

一如一般的產婦，小花在我門診產檢，直至40週左右，破水並且有產兆，來產房待產約10小時，子宮頸全開，送上產檯生產，順利分娩出一個3,050克的女嬰，至此一切順利，接下來正準備分娩出胎盤時，慢慢拉出臍帶時，胎盤隨著排出，怎知這個過程見到胎盤怎麼越來越大，一股覺得不妙，整個氛圍就是不對，竟然發生子宮外翻，因為植入性胎盤，胎盤與子宮沾黏嚴重，拉扯中導致子宮拉了出來。立刻剝離胎盤後，迅速快把子宮推回肚子內，怎知頑強的外翻子宮卻一直推不回去，血卻一直流，幸運地，最後將整個拳頭塞入子宮內腔，用力一推慢慢子宮才歸位。此刻已經嚇出一身汗，再用超音波確定子宮位置，一切正常，單單幾分鐘時間光景，出血量至少2,000mL，由於

瞬間大量出血，產婦幾乎快要休克，立刻輸血，慢慢產婦的生命現象漸趨穩定。經歷過一場惡戰，平安化解這一困境。產後第二天，她先生致謝我，謝謝及時處理，也還好當初討論要來大醫院生產是對的，可以立即輸血不延誤。

產後大出血（Postpartum Hemorrhage, PPH）是嚴重的產科急症，一旦遇到，若能及時給予正確處理，產婦多能脫離險境。產後出血量大於500CC以上，大多數發生於剛生產完的24小時內，稱為「立即性產後出血」；然有時產後出血不一定會馬上發生，可能在產後一天甚至在產後1個月內，醫學上稱為「延遲性產後出血」。

常見產後大出血的發生原因可用「4Ts」說明，包括：Tone（子宮收縮無力）、Trauma（產道裂傷、血腫、子宮外翻或破裂）、Tissue（胎盤滯留、植入性胎盤）、Thrombin（凝血功能障礙），解釋如下：

1. 子宮收縮無力：產後止血需要仰賴子宮的收縮。一旦子宮收縮不佳，即容易出現大出血。
2. 產道撕裂傷：生產難免會造成一些傷口，無論是自然產或剖腹產都一樣。有時候傷口在陰道深處或子宮下半段，不容易被注意到，止血的工作無法作到完

善，大出血的機率也會隨之增加，或血腫、子宮外翻或破裂。

3. 胎盤部分滯留體內：產後胎盤沒有娩出，繼續留在體內亦會造成出血。當胎盤黏著子宮壁太緊、導致胎盤無法自行娩出時（如植入性胎盤），醫師會將手伸入子宮內撥離胎盤。
4. 凝血機轉異常：有些人先天凝血因子異常，若身體不易凝血，生產時也會伴隨著較大的風險。

產後出血發生的原因不同，其危險性也不一樣；但無論是何種原因引發之出血，找到原因立即介入性治療，都可以改善出血。但只要失血量達一定程度，即有可能威脅產婦健康，導致其凝血功能障礙，甚至休克及死亡；因此有必要瞭解其發生原因與緊急處理方法，才能解除產後大出血的危機。

編按：

曾經訪問過一位受血者劉小姐，她在生產時因為大出血而休克昏迷，緊急輸血一萬多CC，經過5、6小時的搶救，終於從鬼門關前回來，她形容自己像是輸進2倍多自己的身體裡的血液，全身大換血，才得以存活下來；所以非常感謝有那麼多無私的捐血人，奉獻自己的血液，挽回一個病人的生命，也等於挽回了一個家庭！



台灣首度辦理 APEC 2018 血液安全政策論壇

文 / 杜文靖

台灣血液基金會（TBSF）和亞太經濟合作組織（APEC）生命科學創新論壇（LSIF，Life Sciences Innovation Forum）血液安全網絡（BSN，Blood Safety Network）於2018年12月10日～11日假台大醫院國際會議中心舉辦第5屆APEC血液安全政策論壇。

台灣血液基金會自2014年起即開始參加APEC血液供應鏈政策論壇，2018年APEC科學創新論壇主席為衛生福利部部長陳時中，在衛福部支持促成下，基金

會董事長侯勝茂於去年獲選為2018年血液安全網絡主席；由基金會主辦此次且首度於台灣辦理之APEC血液安全論壇。

本次政策論壇的主題是「透過卓越中心之提升及整合標準」；獲得安全和充足的血液及相關產品與服務，包括輸血醫療，是健康體制的重要關鍵。作為亞太經合組織血液供應鏈的一員，亞太經合組織於「2020年血液供應鏈藍圖（Blood Supply Chain 2020 Roadmap）」準則已經概述了若干具體目標，以建立品質

系統和執行良好的生產規範，並優化血液供應的安全性。政策論壇的目標是分享卓越中心彼此間經由經濟體的合作方式幫助加速血液中心GMP認證，並開闢新的機會，以便使亞太地區的血液品質和安全標準之間達到一致性。

2天的議程除了重量級的專家包括APEC LSIF秘書處處長Mr. Michael Schmitz、東南亞國際輸血學會主席Dr. Yuyun Soedarmono、澳洲品質與管理顧問Ms. Vee Armstrong、印尼衛生部衛生服務主任Dr. Saraswti、韓國紅十字會血液服務總部執行長Dr. Myung Han Kim、馬來西亞衛生部國家血液中心醫學輸血專家及副主任Dr. Nor Nazahah Mahmud、泰國紅十字會國家血液中心主任Dr. Ubonwon Charoonruangrit、日本紅十字會大阪血液中心主任Dr. Tani、世界衛生組織血液管理網瑞士醫藥管理局治療產品處主席Dr. Christian Schärer、墨西哥國家血液中心總監Dr. Julieta Rojo-Media、台北醫學大學生物醫學工程學院副院長Prof. Thierry Burnouf等；台灣則由衛生福利部食品藥物管理署陳映樺簡任技正代表發表演說外；參與聆聽的台灣專家學者更包括了台灣輸血醫學專家林媽利教授、前衛生署副署長李悌元、前衛生署署長暨中華捐血運動協會理事長葉金川等，均於大會中與國外專家學者有高度的交流及分享。



台灣血液基金會董事長侯勝茂於大會開幕時致辭。



來自印尼的Dr. Yuyun Soedarmono發表精闢演說。



台灣由衛生福利部食品藥物管理署陳映樺簡任技正代表分享台灣血液與血液製品監管改革現況及未來前景。

論壇內容包括描述APEC 2020血液供應鏈藍圖和會員間已達成實施的項目、介紹和討論APEC關於經過優良的血液實驗中心提升和趨向一致之標準化的白皮書、建立血液實驗室

卓越中心—APEC經濟體經驗、血液實驗室卓越中心模型的經濟效益、制定卓越中心實施計畫、APEC血液和血液製品監管趨同化的經濟潛力、重新審視APEC經濟體的自給自足等。



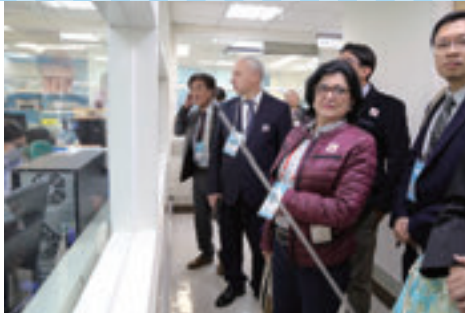
衛生福利部部長暨APEC LSIF主席陳時中特來到會場致辭，並與各經濟體代表交流。

衛生福利部部長陳時中亦到場致辭，表示「台灣為了增進服務品質和效率，逐步合併地方型成分製造場所至區域型成分製造場所。我們在2001年已成功將血液篩檢實驗室從原來的六個，合併成兩個；之後更得到ISO 15189醫學檢驗實驗室認證以及PIC/S GMP的認證，達成卓越中心（centers of excellence）的標竿，也就是這次論壇所強調的主題。於此，強烈建議大家要來參觀台北捐血中心，來看看我們的成果，同時也給我們指教。」

故在結束了2天的議程之後，還有16個經濟體共42位代表走訪台灣血液基金會台北捐



來自各經濟體的貴賓合影，期待能在血液安全上共創更良善的政策，對病患有更好的照護以及提高醫療品質。



參訪的各位專家學者們，在台北捐血中心的專人解說後，對我們的血液處理流程給予高度的肯定，並有積極性的交流。

除了參觀檢驗整合的自動化流程，更實地觀摩捐血車的設置，彼此交換經驗。



血中心，實地瞭解集中檢驗的運作，以及血液處理的各項流程。

在參訪過程中，各經濟體代表對於台灣實施的檢驗整合模式有高度的興趣，針對目前台灣通過各項認證以及標準化的流程，給予極大的肯定，並且也將是各經濟體可以學習的對象，也對台灣高水準的國民捐血率以及對於血液品質的要求都讚不絕口。

參訪行程結束後，各經濟體代表將此次會議的豐碩成果帶回到自己的國家，期待藉由這樣的交流能夠更強化血液品質，以及整合差異將標準趨於一致，在血

液安全上有更嚴謹的把關以及讓各經濟體都能執行GMP的能力，在血漿製劑的發展都能自給自足，並建立更先進的國家血液計畫。

此次來台參加第5屆APEC血液安全政策論壇共有20個經濟體、71位成員參加，包括了政府官員、學者專家、國際組織、病患團體和私營部門的貴賓參與。本論壇的目標是藉由亞太經濟體菁英們彼此分享經驗，以加速血液中心完成GMP認證。會議上的演講、討論和想法將作為制定APEC血液安全白皮書的參考，最終得以改善健康及經濟成果；期待能讓需要血液的病患獲得更均等且品質更好的照護。

他山之石可以攻玉一

參加美國血庫協會年會後分享

「男性間性行為者的 捐血規範與各國現況」

文 / 陳蕙珍

男性間性行為者（MSM）長久以來一直被認為是捐血的高風險族群，在統計上顯示，他們較容易罹患愛滋等疾病；所以MSM一直被規範為禁止捐血的族群。台灣目前的愛滋疫情主要是以不安全性行為中的MSM佔多數，但這並不等於所有的男同志都會從事不安全性行為。因此，把MSM = 男同志 = 愛滋病劃上等號，並限制MSM終身禁止捐血，不僅是一種性傾向的歧視，更是對男同志族群的一種污名。

能否放寬或解除MSM捐血禁令，其實是公共衛生的倫理議題。有鑒於近年來各國逐漸調整MSM捐血政策，台灣的衛生福利部食品藥物管理署於107年3月12日曾預告修正「捐血者健康標準」草案，其中包括增列第四條第二十二款，將男性間性行為者之捐血限制，由「永不得捐血」修改為「5年內無男性間性行為者可捐血」。但由於反同團體抗議聲浪高漲，食品藥物管理署後於7月20日公告暫緩修正，故台灣目前的「捐血者健康標準」並

未改變，曾有男性間性行為者仍維持終身禁止捐血。

國際間對於MSM的捐血限制，是今年（2018）美國血庫協會（AABB）大會的焦點話題之一，筆者有幸能參加此次會議，聆聽許多專家與學者分享各國調整MSM捐血政策的經驗與效益，就讓我們來看看目前各國對MSM的捐血規範是如何？

近年來血液篩檢技術大幅進步，核酸擴大試驗（NAT）已能將HIV檢驗空窗期由22天（酵素免疫法）縮短至11天；此外，為了消除對MSM禁止捐血的歧視，以及低風險MSM有助於提升血液供應的期望，英國、澳洲、法國、加拿大、紐西蘭等國家早已陸續調整MSM捐血政策，美國也於2016年通過有條件放寬 1年內無男性間性行為者可以捐血（後文皆以「緩捐1年」簡述）。目前，數個已實施MSM緩捐1年的國家，已開始考

慮再次縮短緩捐期限或開放低風險MSM者有條件捐血（表1）。

過去的研究指出，在MSM終身禁止捐血的政策下，仍有一定比例MSM會隱

表1：現行各國MSM捐血規範

國 家	MSM緩捐期限	附 註
Australia 澳洲	1年	審查中 (6個月)
Canada 加拿大	1年	
Chile 智利	無限制	
Denmark 丹麥	終身禁捐	
France 法國	1年	
Germany 德國	1年	
Hong Kong 香港	1年	
Iceland 冰島	終身禁捐	2019年 將重新審查
Ireland 愛爾蘭	1年	
Israel 以色列	1年	血漿檢疫計畫
Italy 義大利	無限制	
Japan 日本	6 個月	
Malta 馬爾他	終身禁捐	2019年 將調整為6個月
Mexico 墨西哥	無限制	
Netherland 荷蘭	1年	
Russia 俄國	無限制	
South Africa 南非	無限制	
Thailand 泰國	終身禁捐	
United Kingdom 英國	3個月	
United States 美國	1年	

瞞自己的性取向而去捐血（英國10.6%、香港43.6%、美國42%）。其違反捐血政策的理由主要為：①對安全性行為的認知不足；②相信自己屬於低風險族群；③不清楚捐血政策的規範等，在在都顯示落實民眾捐血教育仍有很大的努力空間。MSM普遍都知道血液安全的重要性，但他們也認為捐血是一種人權，終身禁捐對他們其實不公平，因為在採取安全性行為的措施下，MSM感染愛滋病的風險，並不會比異性戀發生危險性行為之感染風險來的高。

加拿大的MSM捐血規範在2013年以前為終身禁捐，2013～2016年調整為緩捐5年，2016年再次調整為1年並實施至今。相關研究指出：①無論緩捐期限如何調整，MSM故意違反緩捐政策的比例其實很低；②隨著緩捐期限的放寬，符合捐血條件的MSM捐血人數略有增加，但捐血人的愛滋病毒陽性率並沒有大幅變化；③如進一步縮短MSM緩捐期限至3個月，以數學模型預測之愛滋病毒風險並沒有因此而增加。因此，加拿大血液中心及魁北克血液中心（Canadian Blood Services / Hema-Quebec）已決定提交一份聯合聲明給加拿大衛生部，建議進一步將加拿大MSM緩捐期限調整至3

個月；同時也考慮不緩捐低風險MSM族群，直接將其血液用於製造血漿製劑之可行性。

英國於2011年開始實施MSM緩捐1年，2017年底再次調整為3個月。諾丁漢大學（The University of Nottingham）與英國公共衛生部（Public Health England）等機構，從心理學角度觀察一般民眾對MSM在捐血面談誠實度（是否遵守捐血政策）的認知，並分享了血液供應過程中可接受的風險和捐血者的看法，結果顯示：①將MSM緩捐政策由1年調整成3個月，民眾普遍認為是安全、風險可接受，對MSM較公平和平等的；②相較於緩捐1年，緩捐3個月的政策更可提升女同性戀、男同性戀、雙性戀及跨性別者（LGBT）參與捐血的意願；③基於信任血液系統的安全，民眾普遍相信捐血者會誠實遵守捐血規範。

美國紅十字會（American Red Cross）自2016年12月開始實施MSM緩捐1年政策至今，相關研究指出：MSM對於「終身禁捐」的不遵守比率，永遠高於「有限期緩捐（1年）」的比例；而隨著緩捐政策的調整，捐血人的HBV、HCV和

HIV流行率和發生率並未產生重大變化，初步顯示緩捐政策調整前、後的安全性應該是相似的，但仍有持續監控的必要性。

澳洲紅十字會血液機構（Australian Red Cross Blood Service）自2000年開始實施MSM緩捐1年至今，相關研究指出：①沒有證據顯示將MSM的捐血限制由終身禁捐調整為緩捐1年會提高輸血的風險；②MSM對緩捐政策「是否確實遵守」比「緩捐限期長短」更為重要；③在緩捐1年的政策下，不遵守捐血政策的比率是很低的；④不遵守緩捐政策的原因，與年紀大／教育知識不足且有多重性伴侶、面談問題太過隱私感覺不舒服或曾有注射吸毒經驗者較相關。由於澳洲當地對免疫球蛋白的需求有日漸增加之趨勢，考量男性在缺鐵與捐血迷走神經不良反應之風險均較低，並參考英國、加拿大等經驗預估開放MSM捐贈血漿可以更加降低不遵守率，澳洲目前正在審慎評估縮短MSM緩捐期限至6個月，及將MSM所捐血液用於製造血漿製劑的可行性。

位於亞洲的香港，其MSM捐血限制為緩捐1年，日本為緩捐6個月，泰國與新加坡目前仍為終身禁捐。其中，以色列是LGBT權益在中東最先進的國家，也是

整個亞洲最先進的國家之一，其MSM捐血規範又是如何呢？

2017年6月，以色列取消了自1977年以來MSM的捐血禁令，調整為1年內沒有男性間性行為者可以捐血。然而，這個政策不僅遭到當地LGBT團體的不滿與抗議，實際上，由於血液中心仍然不願意相信捐血者對自身性行為的表述，導致MSM緩捐政策在調整前、後幾乎沒有什麼實質上的區別。因此以色列國家血液服務中心（Magen David Adom National Blood Services）提出了一個試辦計畫－冷凍血漿檢疫政策（Frozen Plasma Quarantine Policy；FPQP）：想要捐血的MSM必須在健康問卷上同意將自己標記為MSM，且必須明瞭只有血漿成分才能用於輸血。捐血後，血液將進行常規傳染病檢查，如果檢查結果是正常的，其血漿將被分離出來並冷凍隔離保存4個月，其餘的血液成分則被銷毀不使用。當4個月後MSM再次返回捐血時，新捐贈的血液如經常規檢查再次確認為正常時，前次所捐的血漿就可釋出供醫療使用。

在等待以色列國家衛生部批准這個試辦計畫之前，以色列國家血液服務中心

先進行了一項調查，他們於同性戀網站上發佈匿名研究，收集人口統計數據、過去捐血史及MSM對實施新捐血政策FPQP的看法與態度。這項研究共得到了1,233名符合條件的MSM回覆，結果顯示：MSM以年輕族群為主（25～44歲）；13%坦承在最近1年內曾捐過血（明顯違反現行緩捐1年政策），當中只有8.5%經由健康問卷的提示進行自主管理1年後才去捐血。在緩捐1年的政策下，僅有13%MSM有意願捐血，但對於新的FPQP政策，有65%表示支持並會考慮加入捐血行列，且其中85%願意在健康問卷中誠實陳述他們的性行為，以便取得捐血資格；相反的，只有8.5%願意誠實遵守現行的緩捐1年政策以符合捐血資格。新的FPQP捐血政策目前已獲得以色列國家衛生部批准並在2018年4月開始實施（預計試辦2年）。目前已有125位MSM參與捐血，有6位於2018年8～9月回來再次捐血且經檢驗合格，其所捐血漿已成功用於醫療使用。

以色列國家血液服務中心認為，引入新的FPQP捐血政策，可提高LGBT團體的遵守性（可誠實陳述他們的性行為），並能促使更多的MSM在不影響血液安全

的條件下，也能參與捐血挽救生命。與目前的MSM緩捐1年的做法相比，新的FPQP捐血政策是一個不破壞血液安全的解決方案，而MSM捐血者於4個月後捐血的再次檢驗確認，將更加提高血液的安全性！

綜合各國的經驗可知，越來越多的證據都顯示：MSM緩捐政策的成功與否，除了以先進的篩檢技術嚴格把關血品安全之外，更取決於捐血者是否「願意誠實並遵守」緩捐期限的規範，而非緩捐期限的長短。而調整MSM捐血政策，可以讓MSM在捐血面談時坦承檢視是否曾發生危險性行為，更有助於降低血品傳播愛滋病的風險。台灣的衛生福利部如欲改變MSM的捐血政策，不論是放寬捐血禁令至5年或1年，都應提出本土的傳染病監控數據（例如調整MSM捐血政策是否可能增加輸血感染風險等），並與同性戀族群、反同團體等充分宣導與溝通，更應加強落實教育捐血人恪遵新的捐血規範，未來一旦推行新的捐血政策時，才能有效降低社會大眾的恐懼心理，更緩和不同族群間的緊張對立。如此，血品安全及消除歧視並非不能兩全，台灣的捐血事業才能更上一層樓！

—澳洲血液中心紀行之 2

一場以「愛」為名的 團體比賽

文 / 何國維醫師

宋·陸遊《老學庵筆記》卷三：「晏景初尚書，請僧住院，僧辭以窮陋不可為。景初曰：『高才固易耳。』僧曰：『巧婦安能作無麵湯餅乎？』」

宋代的一位尚書晏景初，有次到廟裡求宿，和尚卻以廟中窮陋無法留宿予以婉拒。尚書說：「廟裡條件雖差，只要有能幹的僧人主持，問題總能解決。」和尚答說：「沒有麵，就算再能幹的婦人也做不出湯餅來。」

「巧婦難為無米之炊」，澳洲紅十字會血液服務中心（Australian Red Cross Blood Service, ARCBS）深知這道理，經過苦思多年後，除了傳統的募血策略之外，終於在近年啟動RED25計畫。RED25計畫的思維創見是，希望捐血機構善用捐血人自身的經驗，將募血的觸角更向外延伸，像是母雞帶小雞的模式，藉已經養成捐血習慣的捐血人在各自生活領域發揮號召力，整合公司行號、居家社區、大學院校等等的動員能量，招募

有志之士一起加入捐血行列，目標是使澳洲境內25%的用血量可以獲得保障。RED25計畫推動方式是：

1. 公司行號、居家社區、大學院校等等團體，可推舉一名優秀捐血人作為該團體的RED25召集人。
2. 在ARCBS網頁上登記成為新的RED25團體。
3. 號召團體內部的捐血夥伴一起註冊加入成為團員，未來團員捐血次數將計入團體得分。
4. RED25召集人同時可規劃團體捐血，

邀請公司內部的捐血夥伴一同預約捐血。

5. 凡是RED25團員，無論是參與團體捐血活動或是私下捐血紀錄，都會算入團體得分。

RED25計畫每隔一段時間會設定一個群體進行捐血比賽，並授與捐血得分高的團體紀念獎盃一座，表彰他們的貢獻。近期來說，ARCBS在今年6月1日至8月31日舉辦急難服務捐血比賽（Emergency Services Blood Challenge，圖一），參加比賽的團體



2018年6月1日至8月31日急難服務捐血比賽結果

EMERGENCY SERVICES BLOOD CHALLENGE 2018
06/01/2018 - 08/31/2018

In 12 short weeks, personnel from Emergency Service organisations across the country gave a total of 10,656 donations, saving up to 31,968 lives!

Organisation Name	Whole Blood	Plasma	Platelets	Total Donations	Lives Saved
Victoria Police	665	592	20	1,277	3,831
NSW Police Force	543	555	43	1,141	3,423
Country Fire Authority (VIC)	422	467	28	917	2,751
QLD Police Service	380	280	18	678	2,034
South Australia Police (SAPOL)	216	354	11	581	1,743
Ambulance Victoria	266	260	8	534	1,602

"BE THE HEART OF OUR COMMUNITY"

Who will save the most lives in 2018?

1 July – 30 September

COUNCILS BLOOD CHALLENGE 2018
07/01/2018 - 09/30/2018

To arrange a group donation or access challenge promotional resources, please contact the Red25 team online or call 1300 886 524.

Organisation Name	Whole Blood	Plasma	Platelets	Total Donations	Lives Saved
Blacktown City Council	166	99	3	268	804
Tamworth Regional Council	61	204	0	265	795
City of Gold Coast	115	63	3	181	543
City of Greater Geelong	61	67	4	132	396

2018年7月1日至9月30日地區政府單位捐血比賽結果

有警察單位、消防單位、救護單位等平時參與急難服務有關的單位，最終在12週的比賽時間之內，共完成了10,656的捐血人次，共計拯救了31,968個生命，冠軍頭銜頒給了澳洲墨爾本的維多利亞警察局（Victoria Police）。同年7月1日至9月30日則舉辦地區政府單位捐血比賽（Councils Blood Challenge，圖二），比賽團體是各地區政府單位，最終冠軍頭銜頒給了澳洲雪梨黑鎮市政府（Blacktown City Council）。

「巧婦難為無米之炊，捐中最怕無血可用。」雖然宋代尚書晏景初的年代還沒

有捐血中心的概念，如果有的話，窮陋廟僧一定也能感同身受捐血中心面對醫院用血需求卻無血可供的憂慮。ARCBS原先規劃RED25計畫的目的是，希望讓捐血人不僅僅只是捐血，而是納入到募血行列當中，不必由捐血中心每次發起捐血號召，而讓捐血動機藉由捐血人穿透到社會上不同團體，帶動各個團體的捐血認同及文化，就算沒有捐血中心的宣傳刺激，團體內的捐血氣氛及習慣也可以長久維持。終究，比賽只是形式而非目的，RED25這場以「愛」為名的團體比賽，比的不是輸贏，比的是凝聚團體向心、增進捐血認同。

撰文、攝影 / TIFF

台東
Taitung



捐血到台東

感受純

台灣最後一塊淨土

有人這麼說，台東是台灣最後一塊淨土。事實上這樣的說法並不完全正確，在這裡，造物者從不吝惜賜予她豐美濃郁的色澤與驚人的豐沛力量，後山的天寬地闊讓不少來自忙碌都市的遊人過客，特地前來找尋身心靈的平靜與喘息的空間，但很可惜的大部分遊人往往行色匆匆走馬看花，忽略了這塊土地上光亮背後那種陰鬱的暴烈，以及暴烈當中之安好靜美。

如果你喜歡日本文化，不難發現日本和室中通常會有一個內凹的空間，稱之為凹間或是床之間，不顯山不露水的妥適安存於內，主要由床柱、床框所構成，渾然天成的成為房間的一部分；對於有信仰的人，這是神壇或是先人遺骨安座的位置，由於是神明居住的神聖領域，因此也稱為神之間，被視為整個房間當中最重要精神核心。當中會特意放置書畫或是花藝，除了是心靈休憩神遊的領域，無形中書畫置物也呈現居住的人心中重要的生活哲學。

「寶町藝文中心」是昭和11年(1936)所興建的市長職務宿舍，共有6間日式木造建築，全為地面一層的木造結構。



位於台東舊市區寶桑的天后宮，除了是當地閩南文化信仰中心之外，也是台東地區最早的廟宇之一。

淨的美好

對我而言，台東捐血站就是這樣一個地方。內凹於台東四維路內的台東捐血站，外觀並不特別顯眼，建築構面也不直接緊鄰主要幹道；也因此，對於初次到訪的人需要來來回回個幾趟，才能發現它的存在。但這樣的一方空間，卻一直默默守護著東岸人民。

台東存在著既迷人又殘酷的現實

如果將台東市比擬為台灣東南角落的心臟，那台東捐血室無疑是這顆心臟的竇房結（Sinus node，是心臟裡一個大約花生大小的組織，又稱為節律點，是正常心跳的產生部位。），一棟蝸縮在角落的四層樓灰白色洗石子建築，正是維持後山



「寶町藝文中心」離捐血站大約五百公尺，前身是舊市長官舍建築群，距今已有77年的歷史。

醫療用血正常運作的關鍵核心。目前旅居台東的我，在有餘裕的時候，會前去造訪這個不大但僻靜寬敞明亮的空間來進行將近兩個小時的血小板分離術捐血，除了強迫給自己兩周一次一段無所事事、讓自己

歸零的時間之外，也是另外一種私心的、一個外來宿客回應這片土地，一種極為私密幽微的交流；是的，我的身體的一部分將代替著我，在這片土地上存在流動著，即便未來的我可能離開，但我也仍為了這土地盡過一份心力。

秋收後的某個周一，因為工作的關係需要到台東火車站等待第一班開往台北的普悠瑪列車，尚未天亮的車站秋露極濃，相對後方聳起的四格山，地勢較低的車站大廳聚積了不少涼意，距離出軌事故後不到一個月，車站仍有許多候車旅客穿著冬衣等待首發車的到來。



武陵外役監位於鹿野延平間，除了保有東岸青山藍天，另也能在此品嚐咖啡簡餐。

「新聞不是說很多人退普悠瑪的車票嗎？怎麼車票還是這麼難買？害我要這麼早來排第一班車回去台北。」聽到自售票窗口傳來的旅客抱怨聲，我不禁發自內心深嘆一口氣，又是一個不理解台東的山前人，突然自身後傳來一陣溫暖的問候。

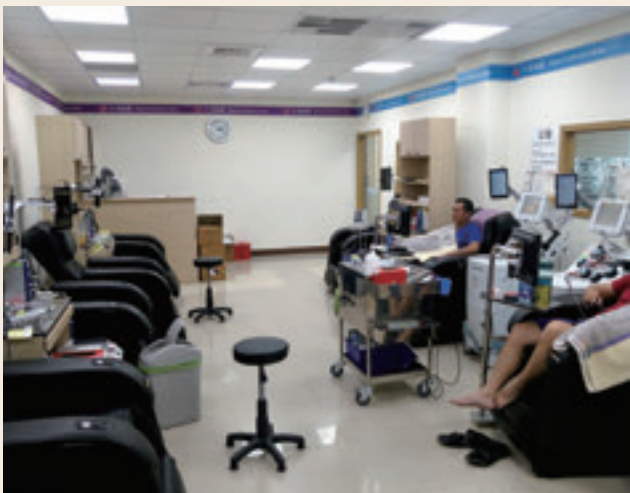
「Tiff，你怎麼在這裡？」聲音發自經過我身旁的一名旅人，原來是我過去在高雄的朋友，腦海正思索著為何朋友就主動開口了：「我爸腦溢血摔車，還好在村子口就被發現，派出所第一時間馬上連絡台東馬偕，還動用警車開道，一路從大武壠到台東緊急開刀，現在我每個禮拜都回來照顧他，好讓我媽可以休息一下。」

台東的醫療不只服務在地的人們，鄰近鄉鎮的居民，在緊急時刻仍然需要台東的醫療奧援。

台東是全台灣面積第三大縣，僅次於花蓮縣、南投縣，面積3,515平方公里，是台北市的13倍大，也是全臺灣海岸線最長的縣，海岸線長達176公里，海岸山脈最高與最低落差1,682公尺，中央山脈的落差更達到3,668公尺。

意即從大武壠到台東市將近60公里，自強號需耗時將近一小時，開車也需要將近一個半小時，前提還是唯一的一條交通要道南迴線沒有塞車，加上東部上上

下下的大坡小崁，以及分分秒秒逼近的黃金四小時的時間壓力，平安交到醫生的手中再躺上手術台，就可能因為交通阻隔導致延誤就醫，枉送一條寶貴生命，其中也包括離島返台後送的重症鄉親。



在休息區即可清楚看到台東捐血站的意象，愛與熱情飛翔在台東的天空；來採血室捐血的民眾，也充滿在地的安適及歸屬感。

這就是台東既迷人又殘酷的現實，

為什麼票那麼難買呢？因為台東除了火車之外沒有其他更好的選擇；公路耗時又曲折，機票昂貴更讓人無法經常搭乘，也難怪習慣有多種交通選擇的北部旅人，會以為出軌事故過後票會大量釋出的可愛幻想。朋友的父親能在第一時間被發現及時送醫，真的是福大命大，但也同時點出了台東整體醫療環境的艱困現況。

每月1,600袋的醫療用血

目前整個台東縣常住人口大約22萬人，扣除居住在交通相對便利的台東市及周邊的10萬人，仍有將近12萬人散居在山線、海線與南迴線各處，如何補足這些地區人民的醫療需求，除了是需要依靠政府部門的努力，也同樣考驗著台東地區唯一的血液提供者—台東捐血站。

血液，除了提供台東市的馬偕醫院、基督教醫院、衛福部台東醫院、聖母醫院與榮民總醫院等幾家大型醫療院所外，還包括了山線地區的慈濟關山醫院，海線地區的衛福部台東醫院成功分院；大武尚在興建中的南迴線緊急醫療照護中心，未來也將加入地區醫療網的行列。該如何讓血庫保有充足的血量呢？這是台東捐血站的站長江宜勳每天一睜開眼就在思考的問題，一本本密密麻麻手寫的名字及電話與聯絡方式，正是這個問題的最終解答，透過每次捐血都細心地留下對方的聯絡方式，組織通訊軟體的群組，透過電話與LINE定時通知，隨時靈活抽替補位，讓血庫隨時都能持盈保泰。

這天又是捐完血小板的日常，離開前給自己一杯熱咖啡慢慢放空，捐血中心除

台東地區每月約需要使用1,600袋的

了有一般常見的點心飲料提供捐血者補充營養之外，另外也有一台現磨咖啡機提供給捐血者，腦中響起的，正是來自東岸花蓮以莉·高露溫柔綿密的歌聲：

「總是這樣的一個天氣
帶來一種無奈的情緒
又是疲倦的不想出去
什麼快樂不快樂沒那個心情」

後山的美好

從西岸出發過了南迴公路進入達仁鄉，也就正式踏進了台東縣的範圍，看見海的那一刻，南迴線一路沿著海岸從大武太麻里直達台東市，過了卑南溪口就是向東北修築的台十一線公路直達最北端的長濱，沿途穿越經過的都蘭、東河、成功鎮，舉目皆是太平洋深不見底的藍。

「這不是一場夢一齣電影
追逐生活細縫虛幻的光影
該有的勇氣都已經麻痺
海風輕輕吹溫柔的聲音
海風輕輕吹」

從台東市的知本開始轉而向西北往鹿野，關山直達池上，則是夏季稻浪翻飛、冬日金黃油菜的海岸山脈—都蘭山，與緊緊依靠中央山脈艷濃近墨的翠綠則是達仁金峰卑南延平海端，參雜著卑南溪谷惡地堅毅冷烈的灰白，流動其中的是



利里武部落祖靈屋落成，族人透過舞蹈來讚詠祖靈。

閩、客、阿美、卑南、達悟、布農、排灣等多元人文，還有絕對炙熱、絕不客氣的烈日驕陽及長驅直入暴烈易怒的颱風、東北季風。

「啊～雲霧慢慢的散去
啊～黎明慢慢的靠近
還有一點時間在咖啡之前休息
還有一點時間在咖啡之前清醒」

閉上眼睛的我，彷彿又再一次踏上那初次造訪台東的悸動，但也因為這樣的難以到達，成就了這片淨土的美好。

如果你也做為旅客到了台東，不妨也來台東捐血站，捐個血，感受一下在地的步調和鄉情，讓全人都能得到純淨的洗滌，也讓付出因為踏實而更豐富了心靈！

註：歌詞出自以莉高露，休息（Rest），
《輕快的生活》專輯。



捐血有

我愛 愛 捐血



108年捐血月

自1月3日起至2月3日，

於捐血月期間捐血即可獲得紀念帽一頂，
各地活動請上官網查詢。



www.blood.org.tw



YOUNGBLOOD
—我年輕♥我捐血—

我健康，

我捐血！

你，就是 下一個捐血人！



健康捐血代言人

楊浚瀚



熱血雜誌線上版



LINE官方帳號