



10日，本报联合市中心血站呼吁社会各界踊跃献血，来献爱心的市民明显增多。本报记者 李军 摄

亲，周末来献血吧！

本报联合市中心血站发倡议，邀您献爱心血

本报聊城11月10日讯(记者 王尚磊 通讯员 张文娟) 9日本报刊发《全市库存血液逼近警戒线》的报道引起社会各界关注。10日，本报联合市中心血站发出倡议，邀请您在本周末(12日、13日)利用休息时间到市区人民广场、市剧院等献血点献爱心血。

市中心血站工作人员介绍，血库的警戒线是900个单位(180000毫升)，目前，血库血液存量是950个单位，虽略高于警戒线，但是低于平时的一半，尤

其A型、B型、AB型和O型的血吃紧，库存量仅在200个单位左右，而全市每天这四种血型的用血量就在200个单位左右。

为缓解血库紧张的局面，本报联合市中心血站，开通两条献血热线：8512907(血站)、8451234(本报)，希望市民在空闲时或者周末踊跃报名献爱心血。

采血医生介绍，首次参加献血的人中有极少数人会发生晕眩反应，造成这种反应的因素很多，有的是对献血缺乏生理知识，精神紧张；有的是心理因素，

看到别人晕眩，自己也觉得晕了；有的睡眠不够充足；有的未进早餐；有的献血前疲劳过度等。

但是，献血不影响人体血液的正常再生功能，献血会刺激造血器官，增强器官造血功能，有益于人体白细胞的再生，只要按规定的间隔时间参加献血就不会引起贫血。另外，坚持长期适量献血可使血液粘稠度明显降低，加快血液流速，脑血流量提高，从而达到缓解或预防高粘血症，使人感到身体轻松、头脑清醒、精力充沛。

献血者增多，淘汰的也不少

医生：吃些素食注意休息就可献血

本报聊城11月10日(记者 王尚磊) 连日来，市中心血站血库紧张，9日，本报联合市中心血站呼吁社会各界踊跃献血，来献爱心的市民明显增多，但是也有很多市民因为身体原因检验不合格无法献血。医生说，别吃得太油腻，也别熬夜不注意休息，只要合理饮食和休息就可以献血。

10日上午，记者在人民广场附近的流动采血车处看到，不时有人来主动献血，但是很多人因为血液质量不达标遗憾下车。在市区影剧院门前的献血车上，三名献血者正在车内接受献血前的血液检验，其中一名男子被告知，由于食用过于油腻的食物，血脂过高，现在不能参加献血。“前天吃过火锅喝了点酒，会不会影响血液的质量？”另一位市民询问，医生建议他推迟两天再来献血。

采血医生介绍，最近一个半月来，献血车上每天都有十来

名献血者初检时不合格，主要原因是转氨酶和血脂高，“这与天气寒冷，市民减少户外运动、大量摄入高脂肪的肉类食物和生活没规律有直接关系。”

采血医生说，春季和秋季是献血旺季，这两个季节气温适宜，市民活动多，饮食相对清淡。但是随着天气逐渐变冷，市民开始吃一些油腻的食物，胆固醇、脂肪等导致血液粘稠及转氨酶过高等情况也随之出现。

采血医生提醒，只要注意合理饮食，合理休息，就可以参加无偿献血。合理饮食的原则是控制荤食，少食肥腻厚味食物，多食用含纤维多的清淡素食，可通过食用豆制品、适量的鱼肉、瘦牛羊肉、鸡肉等来补充蛋白质，食用油可采用豆油、菜油、麻油等植物油，进食不要太咸。另外，市民可以选择慢跑等不剧烈的运动健身。

♥献爱心血 全市有九个献血点

献血点1：聊城市人民广场
献血点2：聊城影剧院广场
献血点3：临清市鲁润商厦(每月1、2日)
献血点4：高唐县天齐庙广场(每月17、18日)
献血点5：茌平县茌平剧院(每月5、6日)
献血点6：东阿县县医院(每月21、22日)
献血点7：莘县新华书店(每月9、10日)
献血点8：阳谷县中心广场(每月25、26日)
献血点9：冠县百货大楼(每月13、14日)

本报记者 王尚磊

“友”礼遇，悦共赢。 济南万宝行宝马3系好友推荐月。

携手好友，共赢幸运豪礼。宝马授权经销商济南万宝行宝马3系好友推荐月精彩启动。11月1日至12月20日期间，凡现有宝马车主推荐好友成功购买宝马3系，即可获赠惊喜豪礼，与好友一同分享多重礼遇。

宝马、MINI授权经销商

济南万宝行 0531—87508588

济南市槐荫区二环西路4666号(段店立交桥沿二环西路北行3.5公里路东)

新宝马品鉴中心 0531—68818188

济南市泺源大街29号圣凯财富广场(索菲特大酒店东行100米路北)



购嘉年华3年0利率，型格人生马上驾驭！ 光临福特送炫礼，二次光临更给“礼”！

企业买单，补缴继续；政策在变，福特关爱不变。现在买福特嘉年华，3000元节能惠民补贴由长安福特买单，让购车继续轻松下去！

购车0负担

购车0首付，消费者自己说好才算好！即日起至12月31日，长安福特“换享驾驭”活动正在举行，周末光临展厅，就能亲自体验长安福特与其他车企的对比试驾，上网还能搜索相关视频，见证其他车主换驾长安福特车型的亲身感受！除此之外，还有购车安全体验、问卷抽奖、团购优惠...给力活动环环相扣，赶紧行动吧！

二手车置换：交易安心、手续放心、价格舒心、礼品悦心！长安福特更在部分城市，为您提供值得信赖的“四心”置换服务。以上活动详情请登陆福特官网或咨询当地经销商！

聊城金福汽车销售服务有限公司
聊城市东昌府区柳园工业园内

0635-8534188



www.ford.com.cn
800-810-8168
400-887-7766