



10日,本报联合市中心血站呼吁社会各界踊跃献血,来献爱心血的市民明显增多。 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)利用休息时间去市区人民广场、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水量就在 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,来献爱心血的市民明显增多,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）



# 长安福特 0 息风暴， 购车 0 负担，驾车 0 担忧！

“嘿，这是我的爱车，送给俺吧！”

“很结实，操控很精准，那么小一部车功能那么多，很少见。”

“它给我的驾驶带来的东西，不用这种买车理由，包您比我的车漂亮，很结实，我喜欢它的年轻感。”

## 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，补贴继续：政策不变，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，让购车座驾轻松下去！

### 购车 0 负担

购长安福特全系享零利率！购福特嘉年华享“3年0利率”，其它车系（指定车型）均享“2年0利率”，机会难得，快将爱车“贷”走吧！光临展厅更有惊喜炫礼相送，二次光顾礼品更给力！更多低利息优惠方案，请洽当地经销商。

### 驾车 0 担忧

高品质打造 0 担忧驾车，消费者自己说好才算好！即日起至12月31日，长安福特“换享驾趣”活动正在进行，周末光临展厅，就能亲自体验长安福特与其他车系的对比试驾，上网还能搜索相关视频，见证其他车主换享长安福特车型的亲身感受！除此之外，还有行车安全体验、问答抽奖、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。以上活动详情请登录福特官网或咨询当地经销商！

感受非凡

长安福特马自达 荣誉出品

※购车日期：自2010年12月1日起至2011年12月31日止。活动期间购车可享受上述优惠政策，具体细则请咨询当地经销商。

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