

## 平凡岁月暖人心 热血坚守铸大爱

——记无偿献血金奖获得者石建华

高强度的体力劳动,还要承担着一定的安全风险。但石建华从未抱怨过,他深知这份工作的来之不易,总是踏踏实实、任劳任怨地完成每一项任务。在煤矿工作的那些年里,他养成了坚韧不拔、勇于担当的品格,也体会到了底层劳动者的艰辛。他和工友们互帮互助,在井下相互照应,一起面对工作中的困难与挑战,结下了深厚的情谊。“在煤矿上,只有大家齐心协力,才能平平安安完成工作。”石建华说,那段一起吃苦、一起奋斗的日子,让他更加深刻地理解了“团结互助”的意义。

然而,随着时代的发展,煤炭行业逐渐走向低迷。四五年前,由于煤矿不景气,企业效益下滑,工资发放也变得不稳定。为了维持家庭生计,石建华不得不放弃了从事多年的煤矿工作,走出矿井,开始自己谋生路。由于没有一技之长,他就从最基础的体力活做起,清理建筑垃圾、搬砖卸瓦、安装路灯、装卸货物……只要是能挣钱养家的体力活儿,他都来者不拒。每天天不亮,他就背着工具包出门,骑着摩托穿梭在平定的大街小巷,哪里有活儿干,哪里就有他的身影。夕阳西下,他拖着疲惫的身躯回家,浑身沾满了灰尘和汗水。

尽管生活拮据、工作辛苦,但石建华心中的那份善意从未改变。2006年夏天,一次偶然的机会,让他与无偿献血结下了不解之缘。当时,石建华去医院体检,在医院的走廊里,他看到了关于无偿献血的宣传海报和宣传册。海报上“无偿献血,拯救生命”的字样,深深触动了他。他上前仔细阅读宣传册,了解到无偿献血是一项公益事业,一袋400毫升的血液,就可以救助好几个人的生命,而且无偿献血不仅对身体没有伤害,还能帮助他人,传递温暖。

“看到那些宣传内容,我心里一下子就受到触动。我想,自己虽然没什么本事,不能给别人提供多大的帮助,但献血是一件力所能及的事,既能帮助那些急需输血的人,又不影响自己的身体,何乐而不为呢?”石建华说,当时他没有丝毫犹豫,就决定加入无偿献血的队伍。体检合格后,他第一次伸出了手臂,捐献了400毫升血液。当看着自己的血液顺着导管流入采血袋,想到这袋血液即将挽救一个陌生人的生命时,石建华的心里充满了成就感和自豪感,“那种感觉,比自己挣了钱还要开心。”

从那以后,石建华就把无偿献血当成了自己生活中的一部分,只要身体条件允许,只要到了献血间隔期,他都会骑着摩托从石门口村一路赶到市中心血站或者是无偿献血点,默默地捐献自己的热血。有时候,他刚干完重活,身体疲惫不堪,但想到那些急需输血的患者,他还是会坚持去献血。

二十年来,石建华从未间断过无偿献血。寒来暑往,春

去秋来,他的身影始终出现在无偿献血的队伍中。他不仅自己坚持献血,还积极向身边的人宣传无偿献血的知识和意义,鼓励他们加入到无偿献血的公益事业中来。“我经常跟我的工友、邻居们说,无偿献血是一件积德行善的事,能帮助别人,也能让自己的人生更有意义。”石建华说,虽然有些人对无偿献血存在误解,担心献血会影响身体健康,但他总是耐心地给他们讲解无偿献血的科学知识,用自己的亲身经历告诉他们,献血不仅对身体无害,还能促进血液循环,有益身体健康。

功夫不负有心人,在石建华的影响下,他身边的一些工友和邻居也开始加入无偿献血的队伍。他们和石建华一起,用自己的热血为他人送去生的希望,用实际行动传递着温暖与爱心。二十年来,石建华累计无偿献血81次,但他自己却也记不太清楚了,一张张无偿献血证书,一个个荣誉奖章,见证了他多年来的坚守与付出。他先后获得了两次无偿献血金奖、一次银奖和两次铜奖。这些荣誉,是对他无私奉献精神最好的肯定,也是他公益之路最美的见证。

生活总是充满了意外与惊喜,善良的付出,总会在不经意间得到回报。2025年4月,石建华的父亲突然因病住院,病情危急,需要紧急输血。看着躺在病床上虚弱的父亲,石建华心急如焚,他赶紧去医院的血库咨询用血事宜。让他没想到的是,由于他多年来一直坚持无偿献血,根据国家相关政策,他的家人可以享受免费用血的待遇。“当时医生告诉我,因为我积极参与无偿献血,父亲用血可以不用花一分钱。听到这个消息,我心里又感动又欣慰。”石建华说,那一刻,他更加深刻地体会到了“赠人玫瑰,手有余香”的含义。自己多年来的无私付出,在关键时刻,不仅帮助了别人,也惠及了自己的家人。

在父亲住院治疗期间,石建华一边悉心照料父亲,一边继续坚持无偿献血。他说,父亲的病情让他更加明白,生命是多么脆弱,血液对患者来说是多么重要。“我多献一袋血,就可能多挽救一个人的生命,多给一个家庭带来希望。”在他的精心照料和医院的全力救治下,父亲的病情逐渐好转,慢慢康复出院。如今,父亲的身体已经基本恢复,能够正常生活。看着父亲健康的笑容,石建华心里充满了幸福。他说,只要父亲身体健康,自己再苦再累都值得。

石建华的故事,就像一束光,照亮了我们前行的道路;他的精神,就像一股暖流,温暖着我们每个人的心田。他是一位普通的体力劳动者,却是一位不平凡的公益践行者。他用自己的人生经历告诉我们,平凡的人也可以有伟大的坚守,平凡的生活也可以绽放出绚丽的光彩。

如今,48岁的石建华依然在无偿献血的道路上坚定地前行着。他说,只要自己的身体条件允许,他就会一直坚持下去,直到不能献为止。他也希望能带动更多的人一起参与公益事业,让更多的人加入到无偿献血的队伍中来,用滚烫的热血传递温暖,用无私的奉献诠释爱心,让大爱充满人间。



## 奔跑的热血使者

——记华阳集团升华寿阳区域服务中心职工、无偿献血志愿者赵瑞胜

凌晨4点45分,当城市还笼罩在静谧的夜色中,大多数人仍沉浸在梦乡时,三矿片区的街道上已有一个坚毅的身影开始了每日的征程。他身着运动服,迈着稳健的步伐,迎着微亮的晨光,从三矿出发,一路奔向泉美转盘,再沿原路折返,13公里的路程,风雨无阻,从未间断。他就是赵瑞胜,华阳集团升华寿阳区域服务中心的一名普通职工,阳泉铁龙长跑队的成员,更是一位用热血传递温暖、用坚持诠释担当的无偿献血志愿者。

1987年出生的赵瑞胜,给人的第一印象是憨厚朴实、沉稳内敛。在工作中,他兢兢业业、认真负责,始终以严谨的态度对待每一项任务,是同事眼中靠谱的伙伴;在生活中,他热爱运动、心怀善意,将长跑的执着与无偿献血的奉献融入日常,用实际行动书写着平凡人生中的不凡篇章。从2012年第一次接触无偿献血,2019年开始专注于成分血捐献,他累计献血39次,捐献血液总量达11400毫升,先后荣获无偿献血金银铜奖各一次。这些数字的背后,是他日复一日的坚守,更是一颗滚烫的爱心在时光中的沉淀与绽放。

赵瑞胜与无偿献血的结缘,源于一次偶然的契机,更离不开身边人的引领。2012年,当时还在岗位上默默耕耘的他,在队长的带动下第一次接触到了无偿献血。“当时队长说,献血不仅能帮助他人,对自己的身体也有好处,还能为社会贡献一份力量。”回忆起第一次献血的经历,赵瑞胜的眼神中满是真诚,“第一次坐在献血椅上,心里还有点紧张,但想到自己的血液能挽救他人的生命,就觉得特别有意义。”那一次,他成功捐献了400毫升全血,当拿到属于自己的无偿献血证时,一种前所未有的成就感在他心中油然而生。

从那以后,无偿献血在赵瑞胜的心中埋下了一颗种子。但由于当时工作繁忙,加上对无偿献血的了解还不够深入,他并没有形成定期献血的习惯,只是在闲暇之余,遇到献血车或血站号召时,才会主动前往捐献。即便如此,他也从未间断过这份爱心之举,只要身体条件允许,只要有需要,他总会第一时间伸出援手。在他看来,献血不是一项任务,而是一种发自内心的选择,是一件力所能及的小事,却能为那些濒临破碎的家庭带去希望。

2019年,对于赵瑞胜的无偿献血之路来说,是一个重要的转折点。这一年,他了解到成分血捐献对临床救治的重要性——成分血是从全血中分离出来的特定血液成分,如血小板、红细胞等,对于白血病患者、大出血患者、癌症化疗患者等特殊群体来说,是维持生命的重要保障,而且成分血的捐献间隔更短,能帮助更多有需要的人。“当时血站的工作人员向我介绍,成分血捐献对身血的要求更高,但救助效果更精准,很多重症患者都急需成分血来延续生命。”赵瑞胜说,听完介绍后,他毫不犹豫地决定开始捐献成分血。

从此,赵瑞胜的无偿献血之路变得更加坚定而有规律。为了能符合成分血捐献的身体要求,他更加注重日常

锻炼和生活作息。而长跑,正是他坚持多年的运动习惯,也成了他保持良好身体状态的重要保障。作为阳泉铁龙长跑队的一员,赵瑞胜对长跑的热爱早已深入骨髓。阳泉铁龙长跑队成立于2000年,由7位热爱跑步的跑友自发组成,多年来始终秉持“安全、健康、互助、公益”的宗旨,不仅组织队员开展日常训练、参加各类马拉松比赛,还积极参与各类公益活动,用奔跑的力量传递爱心与温暖。

加入铁龙长跑队后,赵瑞胜的生活变得更加充实而有意义。每天凌晨4点45分起床跑步,已经成为他刻在骨子里的习惯。13公里的跑程,看似漫长而枯燥,但在赵瑞胜看来,每一次奔跑都是与自己的对话,每一步前行都充满了力量。“早上的空气特别清新,沿着街道跑步,能感受到城市慢慢苏醒的气息,所有的疲惫和烦恼都会随着汗水一起蒸发。”他说,长跑不仅锻炼了他的体魄,更磨砺了他的意志,让他学会了坚持与担当。这种在长跑中培养出的坚韧品格,也潜移默化地影响着他的无偿献血之路。

为了能按时捐献成分血,赵瑞胜总是提前调整好自己的工作和生活节奏。每次捐献前,他都会严格遵守献血前的注意事项,不熬夜、不饮酒、不吃油腻食物,确保自己的身体状态达到最佳。捐献过程中,他始终保持着平和的心态,积极配合医护人员的工作。成分血的捐献时间比全血更长,每次需要一个多小时,但他从未有过丝毫抱怨,反而会利用这段时间和医护人员交流,了解更多无偿献血的知识,或者静静思考,回味着帮助他人的快乐。

2023年6月5日,一则紧急求助信息打破了平静的夜晚——山东司机李某因在阳泉路段发生车祸急需O型血,而阳泉市中心血站的O型血库存告急。正在家中休息的赵瑞胜得知消息后,没有丝毫犹豫,立刻联系了同为铁龙长跑队队员的张巨龙,两人一同赶往市中心血站。经过血型检测,他们的血液均符合要求,顺利捐献了成分血。正是这袋带着温度的血液,成功挽救了李某的生命,让一个濒临破碎的家庭重新燃起了希望。“当时也没想太多,就觉得救人要紧。”赵瑞胜回忆道,“当得知患者脱离危险的消息时,我心里特别激动,比自己跑完一场马拉松还要开心。”

这样的紧急救助,对于赵瑞胜来说并不是个例。多年来,他始终不忘初心、牢记使命,用自己的热血为生命护航。无论是工作日还是节假日,无论是寒冬腊月还是酷暑盛夏,只要有紧急用血需求,他总会第一时间响应,义无反顾地赶往血站。他的无私奉献,不仅帮助了众多素不相识的患者,也感染着身边的每一个人。在他的影响下,铁龙长跑队的许多队友也加入到了无偿献血的行列中,成为爱心传递的使者。

### 这份“生命礼物”价值连城 为何只能无偿捐献?

无偿献血是保障医疗用血安全的必由之路  
尽管目前医学发展日新月异  
但血液迄今尚无法人工制造  
只有以人道主义无私奉献  
而不是以经济报酬为目的  
无偿献血

才能最大限度地降低经血液传播疾病的危险  
从根本上保证血液质量  
那么为什么要实行无偿献血?



血液目前不能人工合成,不可替代,无法长期保存。除急救用血外,还有许多依靠输血来维持生命的恶性肿瘤患者、血液病患者,许多需要备血做手术的患者、孕产妇等,都亟待血液挽救生命。

献血者在献血前如实填写健康征询是保证血液安全的前提。如果掺杂了经济利益,某些献血者会为了成功献血而隐瞒一些实际情况,带来受血者的输血风险。失去了血液安全,也就失去了输血治疗的意义。

在20世纪80、90年代,我国一些地区的村民因为集体卖血,而产生的“艾滋村”事件,就是血液买卖导致疾病传播的沉痛历史记忆。

纪录片《好死不如赖活着》讲述了因卖血感染艾滋的马深义一家的生存境况和挣扎。

这是典型的因买卖血液而产生的恶性事件,不仅伤害了献血者的健康,也加重了患者的家庭负担,造成恶劣的社会影响。

捐献血液,救助生命,这是献血最直接最简单的初衷。这一无私奉献的行为,也是社会文明和进步的体现。由于临床用血需求不间断而血液保存效期有限,因此,血液库存需要不断补充新鲜血液来维持“动态平衡”。无偿献血不仅需要健康适龄人群一人次次的坚持,更需要多人一次的勇敢。我为人人,人人为我,热血循环方能生生不息。

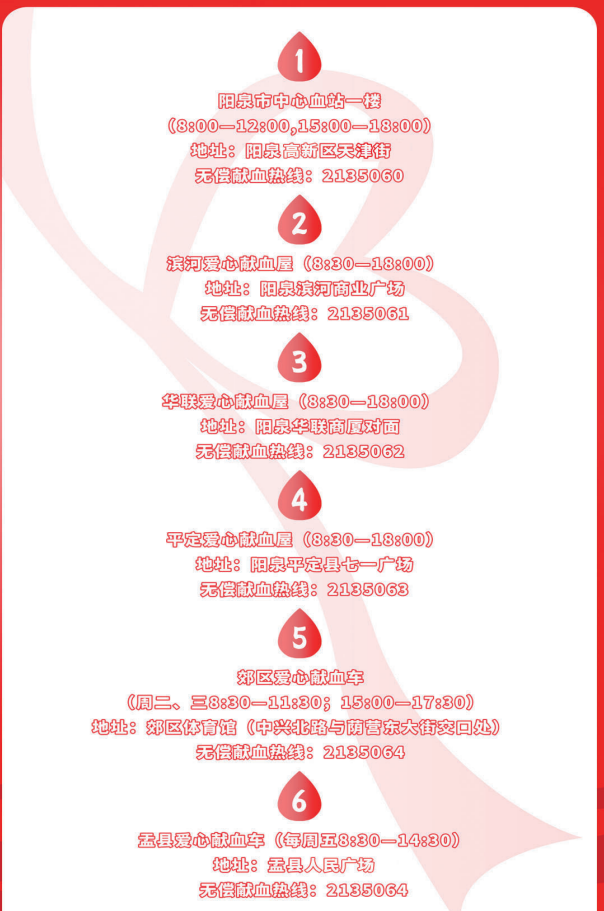
基于有偿献血产生的种种弊端,1998年10月1日,《中华人民共和国献血法》正式实施,明确了我国无偿献血工作和宣传的方向。《献血法》和《医疗机构临床用血管理办法》明确指出:国家实行无偿献血制度。卖血和接受卖血均属于违法行为。

为什么献血无偿而用血有偿?很多人想来献血或者献完血后都会有这样的疑问。

无偿献血的根本目的是为了保证血液的安全。血液本身是无价的,不收取任何费用。用血者所缴纳的费用是由血液的采集、检测、运输以及储存而产生的。血液虽然是献血者无偿捐献的,但血液采集需要一次性耗材,对捐献的血液要进行多个项目的检查,血液从血管到血管的每个过程,都会产生相应的费用。《中华人民共和国献血法》第十四条规定,公民临床用血时只交付用于血液采集、储存、分离、检验等费用;具体收费标准由国务院卫生行政部门会同国务院价格管理部门制定。

无偿献血“取之于民、用之于民”  
只有每一位符合献血条件的健康公民  
都踊跃参加无偿献血  
临床用血才能得到充足、有力的保障  
期待更多的热血青年  
加入无偿献血行列  
捐献热血 护佑生命

## 阳泉市中心血站献血点 无偿献血热线



· 阳泉市中心血站 ·