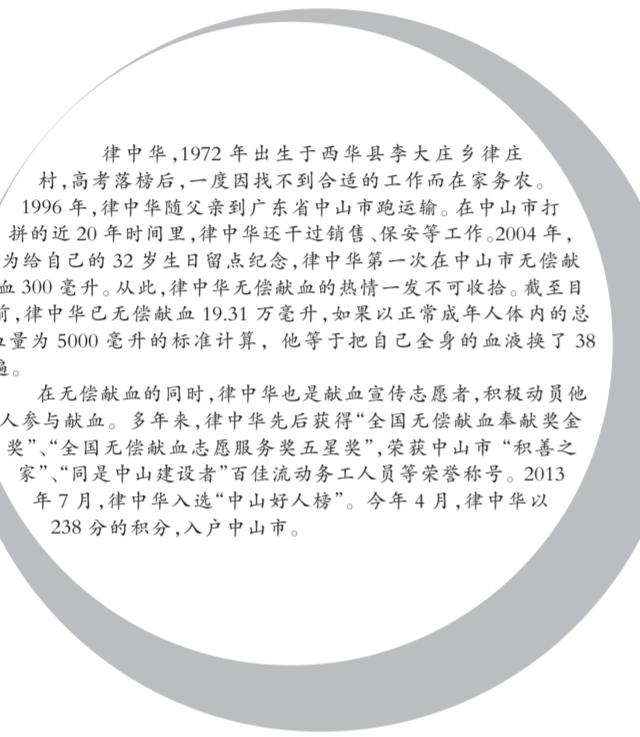


第五十三期

律中华：南国无偿献血第一人

□晚报记者 朱保彰 文/图



律中华，1972年出生于西华县李大庄乡律庄村，高考落榜后，一度因找不到合适的工作而在家务农。1996年，律中华随父亲到广东省中山市跑运输。在中山市打拼的近20年时间里，律中华还干过销售、保安等工作。2004年，为给自己的32岁生日留点纪念，律中华第一次在中山市无偿献血300毫升。从此，律中华无偿献血的热情一发不可收拾。截至目前，律中华已无偿献血19.31万毫升，如果以正常成年人体内的总血量为5000毫升的标准计算，他等于把自己全身的血液换了38遍。

在无偿献血的同时，律中华也是献血宣传志愿者，积极动员他人参与献血。多年来，律中华先后获得“全国无偿献血奉献奖金奖”、“全国无偿献血志愿服务奖五星奖”，荣获中山市“积善之家”、“同是中山建设者”百佳流动务工人员等荣誉称号。2013年7月，律中华入选“中山好人榜”。今年4月，律中华以238分的积分，入户中山市。

1 为留纪念首次献血

古人云：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”在我们身边，有无数平凡而又伟大的人，他们用生命、热血或爱心，传递着社会正能量。在中山市默默无闻无偿献血11年的律中华，把正能量传递到了中山市的每个角落，他无私奉献的事迹被当地人广为传颂。

2004年7月25日是我的32岁生日，我想把生日过得有意义一些，当天上午，我在中山市孙文西路步行街献血屋献了300毫升全血。因为是第一次献血，我挺紧张的，针头扎进血管的一瞬间，我都没敢看……”采访当日，律中华向记者讲述了2004年他平生第一次献血的情景。

“第一次献血，我准备了很长时间，献血前一周开始控制饮食，献血前两天，不熬夜、不吃油腻食物。因为熬夜会影响血液中转氨酶含量，油腻的食物会让血液中的胆固醇和脂肪酸过多。”律中华回忆说，“一想到献的血可以帮助他人，我就觉得自己做的一切都是值得的”。

2 用行动带动他人

律中华说，第一次无偿献血后，他收到了中山市血站发给他的感谢信，他感到很高兴也很自豪。此后，他更加关注有关献血方面的常识和注意事项。因为第一次无偿献血后，他的身体没有任何不良反应，几个月后，他进行了第二次无偿献血，献了400毫升全血。“一年内我献了两次血，一共献了700毫升全血。献血后，我的身体没有感觉到任何不适。”从此，律中华成了一名定期的义务献血者。

律中华说：“很多人对献血的安全心存疑虑，我会把亲身经历告诉他们，把献血的心得体会告诉他们，能以自己的热情感染别人，我非常开心。”除了献血，律中华从不放过任何一个宣传无偿献血的机会，公交车上、公园、商场……人多的地方就有他义务宣传无偿献血的身影。据中山市血站工作人员介绍，如今，既愿意献血，又不间断做无偿献血志愿服务的人不多了，律中华为中山市树立了一个好榜样。

2009年12月，律中华加入了中山市红十字会无偿献血义工服务队。“无偿献血有许多好处，无偿献血者用自己的鲜血延续、挽救了他人的生命，使自己的人生更加充实。”律中华现场对记者做起了宣传。

律中华的老乡田建华告诉记者，自从当了无偿献血志愿者，律中华逢人“言必说献血”，他向朋友、同事，认识的或者不认识的中山市民做过无偿献血宣传。

3 甘做无偿献血志愿服务

是什么让一个默默无闻的打工仔执着于献血事业，而且如此持之以恒地奉献自己的热血和热情？答案在律中华的QQ个性签名中可以找到，他在个性签名中这样写道：“我快乐，我助人；我健康，我献血”。

“在这里填写献血者的信息，最后一栏填写献血者直系亲属的信息，方便以后用血报销”、“一定要吃早餐，不然不能献血”、“献完血，千万要记住多喝开水，多休息”……做无偿献血志愿服务时，律中华总是面带微笑，指导初次献血者填写资料。献血者献血前，律中华总会为其倒一杯白开水。他说，献血者喝水后血管会鼓起来一点，便于医务人员取血，而且喝过水，献血者的血液会得到稀释。

“在献血和参加无偿献血志愿服务过程中，我了解到捐献造血干细胞能帮助白血病、地中海贫血患者，于是我加入了中山骨髓库，期待能与白血病、地中海贫血患者的骨髓配对成功，我随时准备捐献自己的造血干细胞。”律中华说，“加入中山市红十字会无偿献血义工服务队后，我认识了许多爱心人士，收获了珍贵的友谊，这些爱心人士既有中山市人，也有外来建设者，与他们在一起，我感到非常快乐。除了日常无偿献血志愿服务，我们还一起参加了慈善万人行、扶贫济困、助残助学、慰问独居老人等活动，大家共同传递爱心火炬，把温暖送到每一个有需要的人身边。”

4 “献血状元”公益名人

如今，律中华是中山市名副其实的“献血状元”、公益名人。“献血是为了救人，我没想过出名，不过，后来我发现出了也是好事，可以让更多的人通过我了解无偿献血，参与到无偿献血队伍中来。”律中华说，看到献血者献出的血液缓缓输入患者的身体，让患者重新拥有健康的身体，他感到很欣慰。

“要献血就献血小板，我只献过3次全血，其余的119次都是献的血小板，每次都献双份，也就是两袋共400毫升血小板，相当1600毫升全血。”律中华的想法很简单，多献一袋血小板多救一个人。

截至2015年5月，律中华共献血122次，其中献全血3次，献血小板119次，累计总献血量19万多毫升。律中华掰着手指给记者算了这样一笔账：以正常成年人体内的总血量为5000毫升的标准计算，他累计献血19.31万毫升，等于把他全身的血液换了38遍。



律中华参加“好人在身边 快乐促成长”校园巡讲分享会

5 因献血入户中山

律中华是一个热爱生活的人。他说，定期献血不仅没有影响他的生活，还让他认识了一群志同道合的朋友，这群朋友有着不同的性格、受过不同的教

育、年龄跨度也很大，但他们有一个共同点：助人为乐。

除了一本本献血证外，律中华还先后获得“全国无偿献血奉献奖金奖”、“全国无偿献血志愿服务奖五星奖”，荣获中山市“积善之家”、“同是中山建设者”百佳流动务工人员等荣誉称号。2013年7月，经广大中山市民推荐，律中华在“我推荐，我评议身边好人”活动中，入选“中山好人榜”。

无偿献血给律中华带来的最大好处是入户中山市。律中华说，他在中山市已经生活近20年了，早已买了房，他希望家人能够融入这个处处充满爱的城市，真正成为这个城市的一员。一次偶然的机会，有朋友告诉他，通过无偿献血和参加无偿献血志愿服务获得的全国及省市的各类奖项，买房、工龄及购买社保等都可以积分入户或入学。2015年4月，律中华以238分的积分，成为第五批入户中山市的外来务工人员。

“工作之余，能通过无偿献血的方式报答社会、服务社会，为建设中山市贡献自己的力量，我很高兴。”律中华表示，“我的亲人中符合献血条件的都献过血，儿子长大后，我也会动员他无偿献血。”献血已成为律中华生命中一个不可缺少的部分。

律中华介绍，人体血液是由红细胞、白细胞、血小板、血浆等成分组成，每种成分都有其特殊的功能。临幊上需要输血的患者，由于疾病种类不同，输血目的也不完全相同。医学研究表明，献血可以刺激人体造血器官，促进血液的新陈代谢，减少心脑血管疾病的发生，有利于身体健康。律中华希望更多的人加入到无偿献血的队伍中来，因为帮助他人，就是帮助自己！



律中华与记者分享他入户中山市的喜悦