



रक्तदान से आपको होनेवाले स्वास्थ्य लाभ

- **हृदय को स्वस्थ रखना**
नियमित रक्तदान से शरीर में आयरन की अधिकता कम होती है, जो दिल के दौरों (Heart Attack) और स्ट्रोक के जोखिम को कम करने में मदद करता है।
- **वजन प्रबंधन**
एक बार रक्तदान करने से शरीर में लगभग 650 कैलोरी बर्न होती है।
- **मेटाबॉलिज्म में सुधार**
रक्तदान के बाद शरीर की कोशिकाएं सक्रिय हो जाती हैं और रक्त को पुनः भरने के लिए नई कोशिकाएं बनाती हैं, जिससे मेटाबॉलिज्म सुधरता है।
- **गंभीर बीमारियों का पता**
गंभीर बीमारियों का पता (Detection of Hidden Issues): ब्लड बैंक आमतौर पर रक्त की जांच करते हैं, जिससे एचआईवी (HIV), हेपेटाइटिस (Hepatitis) और अन्य बीमारियों का पता लग सकता है।
- **स्वास्थ्य की मिनी जांच**
रक्तदान से पहले रक्तदाता के ब्लड प्रेशर, हीमोग्लोबिन, नाड़ी और तापमान की जांच की जाती है, जिससे अनजाने स्वास्थ्य मुद्दों का पता चल सकता है।
- **मानसिक संतुष्टि**
किसी की जान बचाने का एहसास एक सकारात्मक और खुशी का अनुभव देता है, जो मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ाता है।

रक्तदान शिविर

दिनांक :
24 मार्च 2026

स्थान :
रांची नगर निगम
कार्यालय, कचहरी चौक,
8 वां तल

आयें करें रक्तदान
आपको किसी के जीवन
बचाने की खुशी मिलेगी

स्वच्छ सर्वेक्षण
2025-26

रांची नगर निगम द्वारा जीवन बचाने हेतु पहल
अधिक जानकारी हेतु संपर्क करें: **18005701235**