

# 谷丙转氨酶标准改了，还能放心献血和用血吗？

近日，《血站技术操作规程（2026版）》发布，相较于2019版做出了诸多修改，诸如新增了献血者服务、信息技术应用和血液应急保障等章节。其中与我们最相关，也是受到最多关注的是谷丙转氨酶（ALT）检测合格标准的调整。根据新版要求，献血者血液检测中ALT合格标准由原来无论性别的“ $\leq 50\text{U/L}$ ”，调整为：**女性： $\leq 80\text{U/L}$ 、男性： $\leq 100\text{U/L}$ 。**

很多人看到这个变化，第一反应是：“标准是不是放宽了？”“血液安全会不会受影响？”“ALT高一点是不是就代表肝不好？”。今天，我们就来分析一下：

## 一、ALT是什么？

谷丙转氨酶，全称为丙氨酸氨基转移酶，英文简写ALT，是反映肝细胞状态的一项常用指标。当肝细胞受到损伤时，ALT可能会升高。但需要注意的是，ALT升高并不一定等于患有传染性肝炎。熬夜、饮酒、剧烈运动、脂肪肝、药物影响、近期身体疲劳等，都可能导致ALT一过性升高。所以，ALT是一项“提示性指标”，不是判断血液是否安全的唯一标准。

## 二、这次调整，是否意味着血液安全标准降低？

不是。上世纪90年代至本世纪初，由于缺乏核酸检测（NAT）、病原体抗体检测灵敏度有限以及隐匿性感染发现能力不足，ALT曾被视为一种乙肝、丙肝感染的替代筛查指标。随着科技的进步，血液安全进展到靠一整套严格的检测和质量控制体系，而不是单靠ALT一项指标。目前血站对每一份血液都要结合核酸检测等技术手段进行包括乙肝、丙肝、艾滋病、梅毒在内的输血相关感染标志物检测，保障临床用血安全。也就是说，ALT标准调整，并不代表放松血液安全要求，而是在现有检测技术更加完善的基础上，对献血筛查指标进行更加科学、合理的优化。

## 三、为什么男女性由统一标准改为了单独标准？

这是因为男性和女性在生理特点、代谢水平、肌肉量、生活方式等方面存在差异，ALT水平本身也可能存在一定差别。过去“一刀切”的统一标准虽然严格，但可能会让部分没有输血传播感染风险、仅因轻度ALT升高的献血者被暂时淘汰。而新版采用男女标准单独分开的筛查方式，更符合不同人群的生理差异，也有助于减少不必要的血液资源浪费。

## 四、ALT合格，是否代表肝功能完全正常？

也不是。有必要提醒大家的是，献血检测合格，不等于身体状态完全正常。新版标准是献血筛查中的合格判断标准，不是医院体检报告中的“肝功能正常参考值”。如果您的ALT接近或高于体检参考范围，仍然建议关注生活方式，且必要时需要到医院进一步检查，了解是否存在脂肪肝、饮酒影响、药物影响或其他肝脏问题。

## 五、对献血者来说，这意味着什么？

对献血者来说，这次调整释放了一个积极信号：一方面，血液检测技术不断进步，血液安全保障体系更加完善；另一方面，献血服务也更加科学、人性化，避免因单一指标轻度异常而让爱心献血者被不必要地排除。当然，献血前大家仍需保持良好状态：保证睡眠、避免饮酒、高脂饮食和剧烈运动；如近期自感身体不适，应暂缓献血。

每一袋血液背后，都是一份沉甸甸的生命希望。标准的优化，不是降低安全要求，而是让血液筛查更加科学精准；不是忽视健康风险，而是在保障血液安全的前提下，更好地珍惜每一份爱心血液。真诚感谢每一位无偿献血者的热血奉献。