# Krankheiten kennen keine Feiertage

Ein Sprichwort sagt: "Der Mai lockt ins Frei" und tatsächlich zieht uns der Wonnemonat mit vielen Veranstaltungen und Angeboten ins Freie. In diesem Jahr kann man sich über vier Feiertage und Brückentagswochenenden freuen. Für die Blutspende sind das schwierige Wochen - wenn viele Menschen die Freizeit genießen und frühlingshaftes Wetter zu Kurzurlauben nutzen, kommt wieder die Zeit, in denen es an Blutspendern mangeln kann. Aber Erkrankungen nehmen keine Rücksicht auf Brückentage und Pfingstferien. Viele Menschen brauchen dauerhaft Bluttransfusionen.

**Deshalb gilt: Wer sich die Zeit für eine Blutspende im Mai nehmen kann, ist herzlich willkommen!**

Als kleines Dankeschön bekommt jeder eine Baumwolltasche mit Vollblut-Helden-Aufdruck.

Das Rote Kreuz bittet darum, sich vor der Blutspende einen Termin zu reservieren. Wer unter www.blutspende.jetzt (http://www.blutspende.jetzt/) eine Blutspendezeit bucht, kann ohne Wartezeit Blut

spenden.
Mit einer Blutspende kann bis zu drei kranken oder verletzten Menschen geholfen werden. Eine Blutspende ist Hilfe, die ankommt und schwerstkranken Patienten eine Überlebenschance gibt.
Für den Blutspender selbst ist jede Blutspende auch ein kleiner Gesundheits-Check, weil der Blutdruck, der Puls, die Körpertemperatur und der Blutfarbstoffwert unmittelbar vor der Blutspende überprüft werden. Im Labor des Blutspendedienstes folgen Untersuchungen auf verschiedene Infektionskrankheiten.

**Was passiert bei einer Blutspende?**

Wer Blut spenden möchte, muss mindestens 18 Jahre alt sein und sich gesund fühlen. Eine obere Altersgrenze gibt es nicht mehr. Zum Blutspendetermin bitte unbedingt den Personalausweis oder Führerschein mitbringen. Die eigentliche Blutspende dauert etwa fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch zehn Minuten lang entspannt liegen. Nach der Blutspende gibt es vom Roten Kreuz eine Stärkung in Form eines Imbisses. Alle aktuellen Blutspendetermine, eventuelle Änderungen sowie Informationen rund um das Thema Blutspende sind kostenfrei unter 0800 11 949 11 und unter www.blutspende.jetzt (https://www.blutspende.jetzt/) abrufbar.