

Jetzt Blut spenden und Versorgung sichern!



Halsweh, Husten, laufende Nase – viele Menschen kämpfen derzeit mit Atemwegsinfekten. Schon lange vor Beginn der eigentlichen Winterzeit breiten sich Erkältungserkrankungen deutlich aus. Das Robert Koch-Institut (RKI) verzeichnet aktuell einen starken Anstieg: Rund 7,1 Millionen Menschen in Deutschland sind von Atemwegsinfektionen betroffen.

Nach einem Sommer mit stabilen Blutspendernzahlen geraten die Blutspendetermine nun zunehmend ins Stocken. Damit schwerkranke und verletzte Patientinnen und Patienten auch im Herbst zuverlässig mit lebenswichtigen Blutpräparaten versorgt werden können, ruft der DRK-Blutspendedienst zur Blutspende auf.

Blutspenden ist einfach. So gehts:

- **Termin reservieren:** Unter [www.blutspende.jetzt](https://eur04.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.blutspende.jetzt%2F&data=05%7C02%7Cc.mueller%40bsdwest.de%7C0cc847ed00c64ed5f94) (<https://eur04.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.blutspende.jetzt%2F&data=05%7C02%7Cc.mueller%40bsdwest.de%7C0cc847ed00c64ed5f94>) oder über die kostenlose Hotline 0800 11 949 11 lässt sich schnell und unkompliziert eine Blutspendezeit buchen.
- **Gesund zur Spende:** Spenden darf, wer mindestens 18 Jahre alt ist und sich gesund fühlt – eine obere Altersgrenze gibt es nicht mehr.
- **Bitte mitbringen:** Personalausweis oder Führerschein.
- **Vorbereitung:** Vor der Spende ausreichend trinken und etwas essen.
- **Dauer:** Rund eine Stunde Zeit einplanen – die eigentliche Blutspende dauert nur fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch etwa zehn Minuten entspannt liegen.
- **Stärkung danach:** Das Rote Kreuz bietet im Anschluss einen kleinen Imbiss oder ein Lunchpaket an.

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.