Jetzt hilft jede Blutspende



Der Start ins neue Jahr hat die Blutversorgung stärker belastet als erwartet. Mehrere Faktoren wirken gleichzeitig: eine ausgeprägte Erkältungs- und Grippewelle, winterliche Witterung mit Eis und Schnee sowie der schwierige Jahresanfang mit geringerer Spendenbereitschaft.

Mit einer Blutspende kann bis zu drei kranken oder verletzten Menschen geholfen werden. Der DRK-Blutspendedienst stellt aus dem so genannten Vollblut zunächst Konzentrate roter Blutkörperchen (Erythrozyten) und Plasmapräparate her. Zusätzlich lassen sich Konzentrate von Blutplättchen (Thrombozyten) gewinnen, die besonders für Krebspatienten wichtig sind. Eine Blutspende ist also eine 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.

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 oder über die kostenlose Hotline 0800 11 949 11 lässt sich schnell und unkompliziert eine Blutspendezeit buchen.
- Gesund bleiben: Spenden darf, wer mindestens 18 Jahre alt ist und sich gesund fühlt – eine obere Altersgrenze gibt es nicht mehr.
- Bitte mitbringen: Personalausweis oder Führerschein.
- Sich stärken: Vor der Spende ausreichend trinken und etwas essen.
- Sich Zeit nehmen: Rund eine Stunde Zeit einplanen – die eigentliche Blutspende dauert nur fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch etwa zehn Minuten entspannt liegen.
- Genießen: 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.