

Blutspende-Routine – auch in den Osterferien!



Ohne Blutspenden sind viele Behandlungen von chronisch Kranken und von Krebspatienten nicht machbar. Zahlreiche Operationen und Notfalleingriffe müssten ausfallen. Kontinuierliche Blutspenden bleiben auch in den Osterferien wichtig, denn die Blutbestandteile, vor allem die Blutplättchen (Thrombozyten), haben eine sehr begrenzte Haltbarkeit.

Im Laufe des Januars hatten dringende Blutspende-Aufrufe des Roten Kreuzes dazu geführt, dass viele Menschen Blut gespendet haben. Das war großartig und dafür dankt der DRK-Blutspendedienst herzlich! Aber jetzt muss es weitergehen. Wer gesund ist, darf nach acht Wochen wieder Blut spenden. Jetzt wäre ein guter Moment, sich wieder auf den Weg zu machen.

Mehr Kontinuität gewünscht

Die aktuellen Zahlen zeigen ein differenziertes Bild: Der Blutspende mangelt es weniger an grundsätzlicher Spendenbereitschaft als vielmehr an Kontinuität. Viele langjährige Blutspender helfen weiterhin zuverlässig. Bislang gelingt es jedoch nicht ausreichend, Menschen, die noch nicht oder erst seit kurzem Blut spenden, dauerhaft zum regelmäßigen Blutspenden zu motivieren.

Doch eine breite und verlässliche Blutspenderbasis bleibt die zentrale Voraussetzung für die Stabilität in der Patientenversorgung. Ein stets gesicherter Vorrat von Blutpräparaten gehört zur unverzichtbaren Infrastruktur der medizinischen Versorgung – im Klinikalltag ebenso wie in außergewöhnlichen Belastungssituationen.

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 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.