Blut spenden und Leben retten - auch im Hochsommer!

Sommer, Sonne, Strand - viele Menschen genießen jetzt die wohlverdiente Auszeit. Aber in den OP-Sälen und Notaufnahmen bleibt der Bedarf an Blutkonserven ungebrochen hoch. Blutkonserven retten Leben, auch im Hochsommer! Urlaubsreisen und Hitzewellen lassen die Blutspenderzahlen allerdings sinken. Der DRK-Blutspendedienst ruft regelmäßig und kontinuierlich zur Blutspende auf, weil Konzentrate roter Blutkörperchen (Erythrozyten) nur 42 Tage lang haltbar sind, Blutplättchenkonzentrate (Thrombozyten) sogar nur vier Tage.

Bitte Terminreservierung nutzen

Das Rote Kreuz bittet darum, sich vor der Blutspende einen Termin zu reservieren. Wer unter www.blutspende.jetzt (http://www.blutspende.jetzt/) oder bei der Hotline des DRK-Blutspendedienstes unter 0800 11 949 11 eine Blutspendezeit bucht, trägt entscheidend zu einem reibungslosen Ablauf des Blutspendetermins bei.

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. Vor der Blutspende bitte ausreichend trinken und etwas essen.

Für seinen Blutspendetermin sollte man sich rund eine Stunde Zeit nehmen: Die eigentliche Blutspende dauert nur 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 oder Lunchpakets.

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.