Alle wieder da? Jetzt Blut spenden!

Die Hauptreisezeit nähert sich dem Ende. Wer jetzt gut erholt aus dem Urlaub zurückgekommen ist und den Koffer ausgepackt hat, kann Leben retten und Blut spenden! Der DRK-Blutspendedienst freut sich über eine Blutspende-Routine, die deutlich macht, dass das Blutspenden zum Alltag einfach dazugehört. Denn Kontinuität ist entscheidend: Regelmäßige Blutspenden helfen, Engpässe zu vermeiden und Patientinnen und Patienten zuverlässig zu versorgen.
Wer seine Ferien in einem Gebiet mit tropischen Krankheiten wie Malaria verbracht hat, sollte vorab die Hotline des DRK-Blutspendedienstes unter 0800 11 949 11 anrufen, um zu klären, ob eine Blutspende möglich ist.

Der Blutspendeaufruf geht natürlich auch an alle, die ihre Urlaubsreise noch vor sich haben oder in diesem Jahr nicht verreisen: Das Rote Kreuz appelliert an alle gesunden Menschen, die Möglichkeit zur Blutspende zu nutzen. Wer jetzt mitmacht, hilft dabei, die Versorgung mit Blutpräparaten sicherzustellen. Jede Blutspende zählt.

Als kleines Dankeschön erhält jetzt jeder Besucher eines Blutspendetermins eine exklusive Design-Edition des Fleur de Sel aus der Camargue. Das naturbelassene Meersalz ergänzt viele Gerichte und passt auch gut zum Grillfest.
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; vorher etwas essen und ausreichend trinken.

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 bietet das Rote Kreuz eine Stärkung in Form eines Imbisses oder Lunchpakets 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.