

## Blutspenden rettet Leben

*Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,*

immer wieder wird zum Blutspenden aufgerufen. Denn etwa zwei Drittel aller Menschen brauchen irgendwann in ihrem Leben Blut, Blutplasma oder Medikamente, die aus Blutprodukten hergestellt sind. Dabei geht es meist um lebensgefährliche Situationen. Diese Menschen können nur dann gerettet werden, wenn andere vorher Blut gespendet haben. Durch eine Blutspende können auch Sie dazu beitragen. Schließlich könnten Sie auch selbst in die Situation geraten, eine Blutkonserve dringend zu brauchen.

Wahrscheinlich haben Sie zuvor noch einige Fragen. Wir haben hierzu Informationen für Sie zusammengestellt, die Ihnen als Erstspender die Entscheidung erleichtern sollen.

### **Gleich vorweg: Kann Blutspenden gefährlich sein?**

Nein, es besteht keine Gefahr, sich mit einer Krankheit anzustecken. Beim Deutschen Roten Kreuz wird nur steriles Einwegmaterial verwendet.

### **Wie läuft eine Blutspende ab?**

Zur Anmeldung brauchen Sie Ihren Personalausweis oder Pass und, falls vorhanden, auch Ihren Unfallhilfeausweis. Dann müssen Sie einen Fragebogen zu Vorerkrankungen ausfüllen.

Der nächste Schritt ist eine kleine Voruntersuchung durch einen Arzt beim Blutspendedienst. Er misst Blutdruck, Puls und Temperatur und spricht mit Ihnen den Fragebogen durch. Er entscheidet dann, ob Sie an dem Tag Blut spenden dürfen.

Zunächst wird aus dem Ohrläppchen etwas Blut genommen und der Gehalt des Hämoglobins, also des Blutfarbstoffs, gemessen. Sollten Sie Ihre Blutgruppe nicht kennen, wird diese ebenfalls bestimmt.

Zur Blutentnahme legt ein Arzt oder eine Krankenschwester eine Nadel in ihren Arm – das ist wirklich nur ein kleiner Pieks.

### *Die Blutentnahme dauert nur wenige Minuten.*

Nach etwa 8 bis 10 Minuten sind 500 Milliliter Blut entnommen. Die Nadel wird schmerzlos entfernt. Das war's schon. Das entnommene Blut ersetzt der Körper innerhalb weniger Tage.

Nach einer zehminütigen Ruhepause sollten Sie etwas essen und ausreichend trinken, bevor Sie nach Hause gehen.

### **Wie lange dauert das?**

Die Blutspende selbst dauert nur wenige Minuten, mit der Aufnahme der Spenderdaten, Ihrer Registrierung, der ärztlichen Untersuchung und der Erholungsphase nach der Spende muss mit einem gesamten Zeitaufwand von etwa einer Stunde gerechnet werden.

### **Darf jeder Mensch Blut spenden?**

Wer Blut spenden will, muss über 18 Jahre sein und darf nicht älter als 69 sein. Erstspender

dürfen nicht über 60 Jahre alt sein. Es gibt zudem einige weitere Bedingungen: Man sollte sich gesund fühlen, über 50 Kilo wiegen, darf sich in den letzten 5 Monaten nicht gepierct oder tätowiert haben und seit mindestens 6 Monaten keine größere Operation gehabt haben. Zwischen Juni und November sind zudem USA-Reisende wegen der Gefahr der Übertragung von West-Nil-Virus von Blutspenden ausgeschlossen.

### **Worauf muss man noch achten?**

Vor der Blutspende sollte man ausreichend essen und trinken. 12 Stunden vorher darf man nicht Alkohol trinken.

### **Wo kann man Blut spenden?**

Täglich sind etwa 200 Blutspende-Teams des Deutschen Roten Kreuzes bundesweit unterwegs. Informationen über die öffentlichen Blutspende-Veranstaltungen hängen meist in den Regionen aus und sind zudem im Internet zu finden unter <http://www.drk-blutspende.de/blutspendetermine/index.php>. Außerdem gibt es eine kostenlose Hotline unter der Telefonnummer: 0800 / 11 949 11.

### **Gibt es Geld fürs Blutspenden?**

Nein, das gibt es schon lange nicht mehr. Sie bekommen aber ein Geschenk als Anerkennung für Ihre Bereitschaft, anderen Menschen mit Ihrer Blutspende zu helfen.