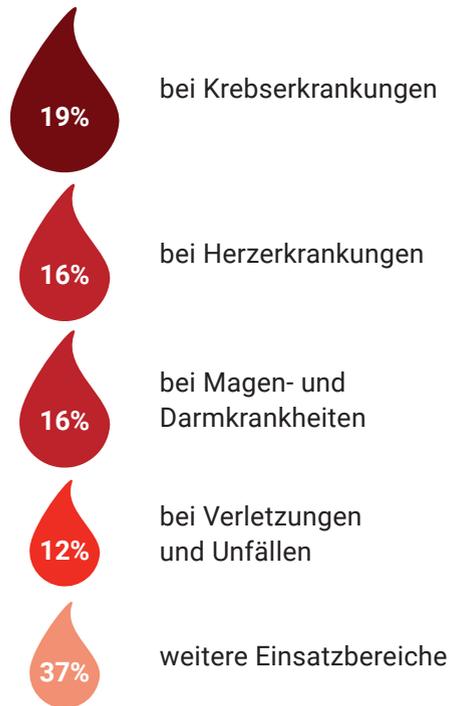


## WOFÜR WIRD MEINE BLUTSPENDE BENÖTIGT?



Kurz vor dem 2. Geburtstag fing es an. Die Diagnose: Leukämie. Mit Unterstützung von Blutkonserven und tollen ÄrztInnen kämpfte Pepe um sein Leben. Heute ist Pepe 12 Jahre alt und begeisterter Fußballer. Er sagt „Danke“ an alle, die mit ihrer Blutspende geholfen haben, sein Leben zu retten.

## BLUT SPENDEN & LEBEN RETTEN

[www.blutspende-leben.de](http://www.blutspende-leben.de)

**SPENDE  
BLUT**   
BEIM ROTEN KREUZ



**SCHENKE  
LEBEN, SPENDE  
BLUT.**

## TIPPS FÜR DEINE SPENDE:

-  Den Körper vorbereiten: Trinke am Tag der Blutspende viel. Spende außerdem nicht mit leerem Magen.
-  Bitte bringe zu jeder Blutspende einen amtlich gültigen Personalausweis oder Reisepass – und wenn du schon einmal spenden warst – deinen Blutspendeausweis mit.
-  Die Blutspenden selbst dauert nur 5-10 Minuten. Aber für den gesamten Ablauf bitte etwa eine Stunde Zeit einplanen.

**RESERVIERE JETZT  
GLEICH DEINEN TERMIN!** 



Jetzt alle wichtigen Infos in deiner Blutspende-App:



 App Store



 Google Play



Kostenlose Service-Hotline:  
**0800/11 949 11**



Weitere Spendetermine findest du unter:  
[www.blutspende-leben.de](http://www.blutspende-leben.de)

## WARUM IST DEINE BLUTSPENDE WICHTIG?

BlutspenderInnen retten Leben! Besonders Krebs- und Herzerkrankte sowie UnfallpatientInnen können oft nur durch Präparate aus Spenderblut überleben. Etwa 80% der Deutschen sind einmal in ihrem Leben auf Blutpräparate angewiesen. Darum werden jeden Tag etwa 15.000 Blutspenden in Deutschland gebraucht.

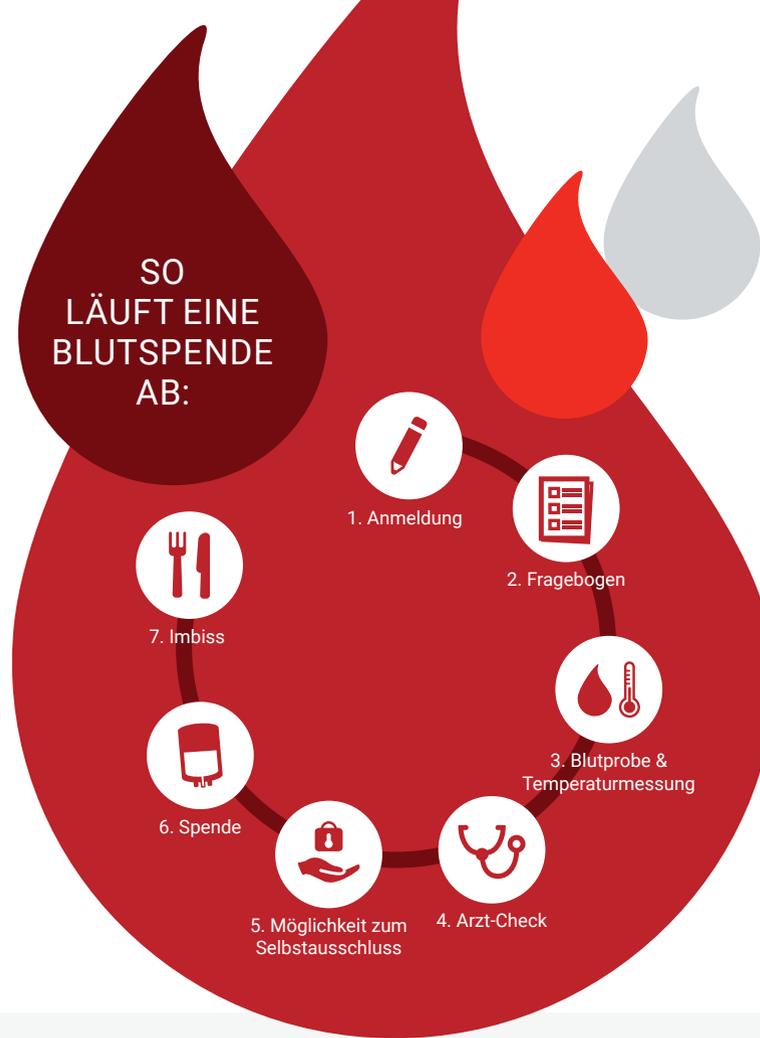
## WARUM SOLLTE MAN REGELMÄSSIG ZUM BLUTSPENDEN GEHEN?

Eine Blutspende wird nach dem Spendetermin in drei Blutbestandteile aufgetrennt, welche unterschiedlich und zum Teil nur kurze Zeit haltbar sind. Aus diesem Grund ist es besonders wichtig, regelmäßig Blut zu spenden, damit immer ausreichend Spenderblut für PatientInnen zur Verfügung steht. Zudem ist es für dich eine gute Gelegenheit, regelmäßig deinen Hämoglobingehalt (HB-Wert) und Blutdruck überprüfen zu lassen.

## DER WEG DEINER BLUTSPENDE:



## SO LÄUFT EINE BLUTSPENDE AB:



## DARF ICH BLUT SPENDEN?

Du kannst Blut spenden, wenn du dich gesund fühlst, mindestens 50 kg wiegst und volljährig bist. In der Regel darf man bis zu einem Alter von 64 Jahren, MehrfachspenderInnen sogar bis zum 73. Geburtstag Blut spenden. Frauen können innerhalb von 12 Monaten viermal, Männer sogar sechsmal Blut spenden. Nach einer Blutspende darfst du schon nach 8 Wochen erneut spenden.

## WANN DARF ICH KEIN BLUT SPENDEN?

Zum Schutz der PatientInnen darfst du kein Blut spenden, wenn du an einer Infektionskrankheit leidest. Nach größeren Operationen, Tätowierungen, Piercings, Ohrlochstechen oder ähnlichem kannst du frühestens nach vier Monaten wieder Blut spenden. Wenn du Antibiotika genommen hast, kannst du 4 Wochen nach Absetzen wieder Blut spenden. Letztendlich entscheiden unsere Ärztinnen und Ärzte nach einem kurzen Gespräch vor Ort, ob alles okay ist und du spenden darfst.

## SO LANGE SIND BLUTPRÄPARATE HALTBAR:

- Rote Blutkörperchen**  
bei 4°C  
49 Tage
- Blutplättchen**  
bei 22°C und ständiger Bewegung  
4 Tage
- Blutplasma**  
bei -27°C  
3 Jahre