

Medieninformation für den Monat Februar 2025

Blut spenden unterstützt einen gesunden Lebensstil: DRK bietet zusätzlichen Anreiz mit Verlosungsaktion im Februar

Das Frühjahr ist die Zeit im Jahr, in der viele Menschen ein besonderes Augenmerk auf ihre Gesundheit richten. Sport oder Bewegung im Freien kann aufgrund der längeren Tageslichtdauer wieder gut in den Tag integriert werden und beispielsweise eine gesunde Ernährung gehört für viele zu den „guten Vorsätzen“ zu Jahresbeginn.

Wer sich in dieser Zeit zusätzlich für eine Blutspende entscheidet, unterstützt Patienten, die aufgrund von Erkrankungen oder auch medizinischer Notfallsituationen auf Blutpräparate angewiesen sind. **Am 4. Februar ist Weltkrebstag.** 19 % aller Präparate, die aus Blutspenden gewonnen werden, werden für Patienten eingesetzt, die an Krebs erkrankt sind und oftmals regelmäßig über einen langen Zeitraum hinweg Bluttransfusionen benötigen.

Blutspenderinnen und -spender sorgen gleichzeitig aber auch für die eigene Gesundheit vor. Neben der Messung des Hämoglobinwertes und des Blutdrucks wird das Blut mit jeder Spende auf bestimmte Infektionserreger untersucht. Bei dem „Gesundheitscheck“, der nach der 3. Spende innerhalb eines Jahres durchgeführt wird, werden zusätzlich Blutwerte untersucht, die Aufschluss über bestimmte Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder auch Störungen der Nierenfunktion geben können.

Im Aktionszeitraum 3. Februar bis 28. März 2025 verlost der DRK-Blutspendedienst Nord-Ost außerdem unter allen Blutspendenden in seinem Versorgungsgebiet wöchentlich jeweils acht Einkaufsgutscheine im Wert von 100 Euro (einzulösen bei Kaufland, Rewe oder Edeka). Ein zusätzliches Budget, das dabei helfen kann, beim Einkauf auf solche Produkte zu achten, die einen gesunden Lebensstil unterstützen.

Blutspende beim DRK – in 45 Minuten zum/zur Lebensretter*in

1. Wunschtermin online reservieren und am Tag der Spende reichlich (alkoholfrei) trinken
2. Anmeldung vor Ort unter Vorlage des Personalausweises
3. Ausfüllen des medizinischen Fragebogens
4. Kurzes, ärztliches Gespräch und eine kleine Laborkontrolle
5. Die Blutspende: Abnahme von ca. 500ml Blut, dauert nur 8-12 Minuten
6. Ruhepause und Imbiss im Anschluss an die Spende

Wissenswertes rund um das Thema Blutspende ist im digitalen Blutspende-Magazin www.blutspende.de/magazin oder im Podcast „500 Milliliter Leben“ www.blutspende.de/podcast zu finden.

Weitere Informationen werden auch unter der kostenlosen Hotline 0800 11 949 11 erteilt.

Für alle DRK-Blutspendetermine ist eine Terminreservierung erforderlich, die online <https://www.blutspende-nordost.de/blutspendetermine/> oder telefonisch über die kostenlose Hotline 0800 11 949 11 oder über den Digitalen Spenderservice www.spenderservice.net erfolgen kann.

Die nächste Blutspendeaktion in Ihrer Region findet statt

Bitte bekanntgeben.

am *11.2.25*

in *Ratekau Gewerkschaft-Klein-Schule*

von *15.30* bis *19.30 Uhr*

DRK OV Ratekau-Sereetz

i.A. E. Brückel