

# 3X BLUT SPENDEN & BADETUCH ERHALTEN



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

Spende im Zeitraum vom 01.01. bis 30.09.2022  
drei Mal Blut, bestätige deine Teilnahme online  
und wir schicken dir als Dankeschön dein  
**Mutspender-Badetuch** nach Hause.

**SPENDE  
BLUT**   
BEIM ROTEN KREUZ

# BLUTSPENDE-AKTION

## Mo. 28. Februar

von 9:00 - 13:30 Uhr

**STADE - BBS III**

**Kostenloses Lunchpaket für alle Spender!**

**Bitte Personalausweis mitbringen!**



Bitte gültigen  
**Personalausweis**  
mitbringen!



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



Alle Termine in deiner  
Nähe unter:  
[www.blutspende-leben.de](http://www.blutspende-leben.de)



Dein digitaler Spende-  
ausweis in deiner App!  
[www.spenderservice.net](http://www.spenderservice.net)

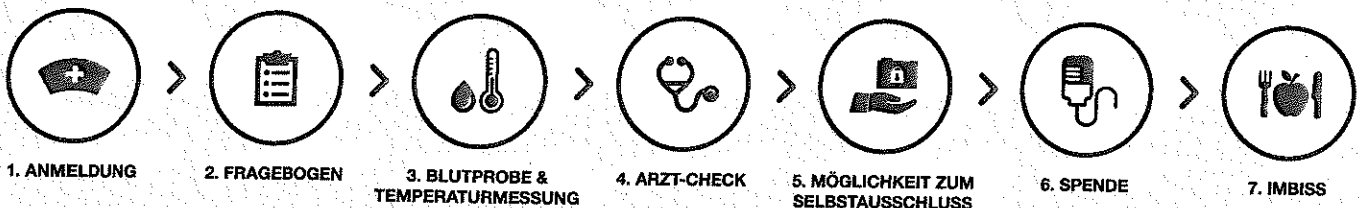
Wer Blut spendet, ist ein echter Lebensretter!  
Besonders Krebs- und Herzerkrankte sowie  
Unfallpatienten können oft nur durch Präparate aus  
Spenderblut überleben. Immer wieder sind Patienten in  
Not auf Blutpräparate angewiesen. Darum werden jeden  
Tag etwa 15.000 Blutspenden in Deutschland gebraucht.

Mach mit und zeige wofür Dein Herzblut schlägt!

## Warum sollte man regelmäßig Blut spenden?

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 Patienten zur Verfügung steht. Zudem ist es für Dich eine gute Gelegenheit, regelmäßig Deinen Hämoglobingehalt (HB-Wert) und Blutdruck überprüfen zu lassen.

## So läuft eine Blutspende ab:



## Deine Vorteile:

- Bestimmte Infektionskrankheiten können durch unsere Blutuntersuchungen erkannt werden.
- Du erhältst von uns einen Unfallhilfe- und Blutspenderpass – er kann im Notfall sehr hilfreich sein.
- Regelmäßiges Blutspenden kann Deinen Bluthochdruck und damit das Risiko für einen Herzinfarkt und einen Schlaganfall senken.

## Voraussetzungen für eine Blutspende:

- Du fühlst Dich gesund und fit.
- Du bist mindestens 18 Jahre alt.
- Du wiegst mindestens 50 kg.
- Du bist als Erstspender nicht älter als 60 und als Mehrfachspender nicht älter als 68. Die Zulassung von älteren Spendern oder Erstspendern über 60 Jahren, kann nach individueller ärztlicher Entscheidung möglich sein.
- Du hast in den letzten 8 Wochen kein Blut gespendet.
- Du hast innerhalb der letzten 12 Monate weniger als 4x (Frauen) bzw. 6x (Männer) Blut gespendet.
- Du bist in den letzten 4 Monaten weder gepierct noch tätowiert worden.
- Du hattest in den letzten 4 Monaten keine Endoskopie (Spiegelung) oder größere Operationen.
- Du hast in den letzten 4 Wochen keine Antibiotika eingenommen.

Am Ende entscheidet unser Arzt nach einem kurzen Gespräch vor Ort, ob alles okay ist und Du spenden darfst. Mach Deinen Spende-Check und finde heraus, ob Du für die nächste Blutspende geeignet bist unter: [www.blutspende-leben.de](http://www.blutspende-leben.de)



## Tipps für Deine Spende:



Den Körper vorbereiten:  
Trinke am Tag der  
Blutspende viel.  
Spende außerdem nicht mit  
leerem Magen.



Bitte bring zu jeder  
Blutspende einen  
amtlich gültigen  
Personalausweis mit.



Blutspenden selbst dauert  
nur 5-10 Minuten.  
Aber für den gesamten  
Ablauf bitte etwa eine Stunde  
Zeit einplanen.