

# **Nächster Blutspendetermin in Bergkamen am 8. April im Martin-Luther-Zentrum in Oberaden**

Das Rote Kreuz ruft zur Teilnahme am nächsten Blutspendetermin in Bergkamen auf, und zwar am Montag, 8. April, von 16 bis 19.30 Uhr im Martin-Luther-Zentrum, Preinstr. 38, in Oberaden.

Auch wenn die Tage spürbar länger werden, bleibt die Blutspendebereitschaft bislang hinter den Erwartungen zurück. Das Rote Kreuz hofft auf möglichst viele Menschen, die die Aufbruchstimmung des Frühlings nutzen, um jetzt Blut zu spenden.

Dabei sind Blutspender in jedem Alter herzlich willkommen. Wer volljährig und gesund ist, darf Blut spenden. Die demographische Entwicklung (immer mehr ältere Mitbürger, immer weniger junge) ist allerdings nicht nur für die Rente, sondern auch für den DRK-Blutspendedienst bedenklich. Das Blutspendeverhalten korreliert stark mit dem Alter. Während jüngere Menschen die Blutspendetermine seltener besuchen, kommen die älteren sehr viel häufiger und vor allem regelmäßiger zur Blutspende. Dieses Blutspende-Fundament der Baby-Boomer-Generation bröckelt, denn immer mehr Boomer können aus gesundheitlichen Gründen kein Blut mehr spenden. Gleichzeitig ist diese Altersgruppe aufgrund eines höheren Risikos für Erkrankungen verstärkt auf Blutspenden angewiesen. Umso mehr gilt – wer gesund ist und Blut spenden möchte, ist herzlich willkommen! Die Altersgrenze nach oben existiert seit Ende letzten Jahres nicht mehr.

**Was passiert bei einer Blutspende?**

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. Die eigentliche Blutspende dauert etwa fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch zehn Minuten lang entspannt liegen. Nach der Blutspende gibt es vom Roten Kreuz eine Stärkung in Form eines Imbisses oder Lunchpakets. Alle aktuellen Blutspendetermine, eventuelle Änderungen sowie Informationen rund um das Thema Blutspende sind kostenfrei unter 0800 11 949 11 und unter [www.blutspende.jetzt](http://www.blutspende.jetzt) abrufbar. Wer unter [www.blutspende.jetzt](http://www.blutspende.jetzt) eine Blutspendezeit bucht, kann ohne Wartezeit Blut spenden.