

# Rotes Kreuz ruft zur Blutspende auf

Das Rote Kreuz ruft zur Blutspende auf am Montag, 2. Februar, von 16 bis 19.30 Uhr nim Martin-Luther-Zentrum, Preinstraße 38, in Oberaden.

Die letzten Wochen waren geprägt von eindringlichen Aufrufen zur Blutspende, da sich die Blutkonservenlager bedrohlich geleert hatten. Nach der breiten Berichterstattung über den Notruf im Blutspendewesen und der großen spontanen Resonanz in der Bevölkerung ist eines klar: Viele Menschen sind bereit zu helfen, wenn es dringend ist. Die Bereitschaft, unmittelbar nach dem Aufruf Blut zu spenden, war ein starkes Zeichen von Solidarität und Engagement.

Gerade in der Karnevalszeit und während der immer noch grassierenden Krankheitswelle kommt es jetzt darauf an, diese Hilfsbereitschaft in eine nachhaltige Blutspende-Routine zu überführen. „Wir danken allen, die dem Notruf gefolgt sind und kurzfristig Blut gespendet haben. Diese Solidarität war wichtig“, sagt Stephan David Küpper, Pressesprecher des DRK-Blutspendedienst West. „Jetzt gilt es, einen Knoten ins Taschentuch zu machen: Planen Sie Ihre nächste Blutspende fest ein und kommen Sie wieder – Ihre Spende kann Leben retten.“ Nur eine regelmäßige Blutspende-Routine sichert dauerhaft die Versorgung schwerkranker Patienten.

## **Blutspenden ist einfach. So gehts:**

- Termin reservieren: Unter [www.blutspende.jetzt](http://www.blutspende.jetzt) oder über die kostenlose Hotline 0800 11 949 11 lässt sich schnell und unkompliziert eine Blutspendezeit buchen.
- Gesund bleiben: Spenden darf, wer mindestens 18 Jahre alt ist und sich gesund fühlt – eine obere Altersgrenze gibt es nicht mehr.

- Bitte mitbringen: Personalausweis oder Führerschein.
- Sich stärken: Vor der Spende ausreichend trinken und etwas essen.
- Sich Zeit nehmen: Rund eine Stunde Zeit einplanen – die eigentliche Blutspende dauert nur fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch etwa zehn Minuten entspannt liegen.
- Genießen: Das Rote Kreuz bietet im Anschluss einen kleinen Imbiss oder ein Lunchpaket an.

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.