

Blutspende aktuell

1/2008

INFORMATIONEN FÜR BLUTSPENDER
Service-Telefon 0800 1194911 • www.blutspende.de

Inhalt

Aktuell

- Ehrungsveranstaltung

Information

- Was geschieht mit meiner Blutspende?

Hintergrund

- Wer darf Blut spenden

Rubriken

- Dr. Weiss rät
- Rezept

Ehrungsveranstaltungen zum Weltblutspendertag 2008 in Berlin und beim Hessentag in Homberg (Efze)

Am 14. Juni 2008, dem Weltblutspendertag, ehrte das Deutsche Rote Kreuz (DRK) in Berlin 65

DRK-Generalsekretär Clemens Graf von Waldburg-Zeil Ehrenurkunden und eine von Designerin

Aktionsbühne der Landesausstellung geehrt. „Überwältigend“ nannte Jochen Metzner, Referatsleiter Krankenhausversorgung im Hessischen Sozialministerium, die Leistung der versammelten 50 Spender, die zusammen weit über 5000 mal Blut gespendet haben. Zusammen mit dem Kreisgeschäftsführer des örtlichen Roten Kreuzes, Man-

schaften ins Leben gerufen, um auf die Bedeutung der Blutspende und die humanitäre Leistung der



Spenderinnen und Spender aus dem ganzen Bundesgebiet. Stellvertretend für alle aktuellen 3,8 Millionen Blutspender erhielten sie von der DRK-Vizepräsidentin Donata Freifrau Schenck zu Schweinsberg und

Jette Joop gestaltete Ehrennadel des Roten Kreuzes.

Am gleichen Tag wurden langjährige Blutspender aus dem Umkreis der Hessentagstadt Homberg auf der



aktuell

Spender aufmerksam zu machen. In Deutschland werden jährlich knapp fünf Millionen Blutspenden



Sehr geehrte Blutspenderin, sehr geehrter Blutspender,

dies war für uns ein ganz außerordentlicher

Sommer, denn durch Ihre engagierte Unterstützung und viele zusätzliche Blutspenden sind diesen Sommer keine ernstesten Engpässe in der Blutversorgung eingetreten. Dafür danke ich Ihnen, auch im Namen der Patienten, sehr herzlich.

Persönlich hat mich auch die gute Resonanz auf unsere Treue-Aktion gefreut. Mehr Spender als ich mir vorstellen konnte, haben an der Aktion teilgenommen. Über 100.000 rote Blutspende-Uhren wurden an die Teilnehmer ausgegeben. Eine so unerwartet große Zahl, dass wir immer wieder Uhren nachproduzieren lassen mussten. Einige Spender mussten daher etwas auf die

Uhr warten, wofür ich mich an dieser Stelle sehr entschuldige. Mittlerweile haben wir alle ausstehenden Uhren versendet und ich hoffe, Sie haben viel Freude an dieser, ausschließlich für unsere verdienten Blutspender hergestellten Uhr. Sollte noch vereinzelt eine Uhr fehlen, bitte ich um eine kurze Nachricht.

Ich wünsche Ihnen für die letzten Monate des Jahres eine gute Zeit und für die Feiertage viele schöne Stunden im Kreis Ihrer Lieben. Mit unserem aufrichtigem Dank und herzlichen Grüßen

Ihr

Eberhard Weck
Werbeleiter

Editorial

fred Lau, überreichte Metzner Urkunden und eine besondere Ehrennadel an die Ehrengäste. Der Weltblutspendertag wurde im Jahr 2004 von der Weltgesundheitsorganisation WHO gemeinsam mit der Internationalen Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmondge-

benötigt. Das entspricht 15.000 Blutspenden täglich oder elf Spenden pro Minute. Das DRK deckt auf der Grundlage der freiwilligen und unentgeltlichen Blutspende 75 Prozent des Bedarfs in Deutschland ab.



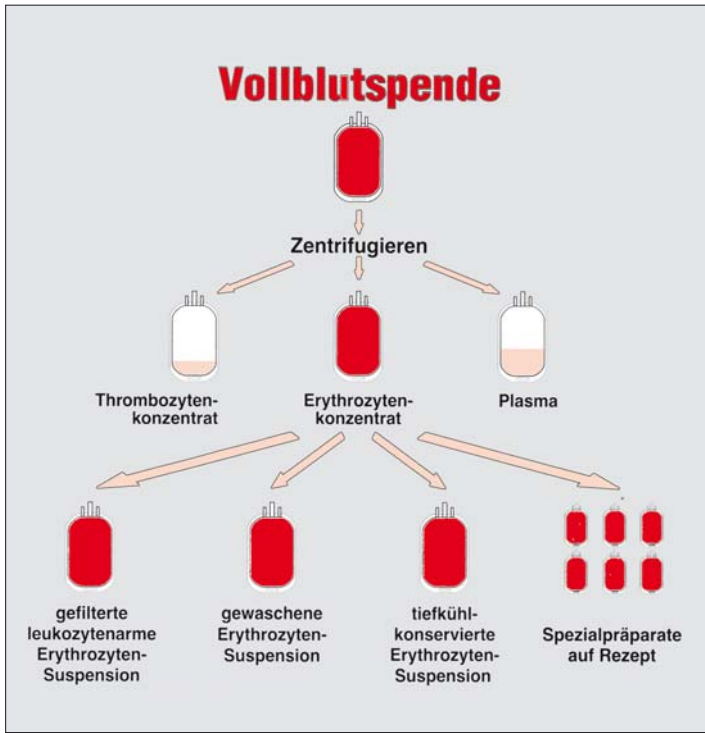
Was geschieht mit meiner Blutspende?

Nach der Spende wird das Blut in einem unserer Institute in seine Bestandteile getrennt. Diese können dann für eine gezielte Behandlung verwendet werden, denn die meisten Patienten benötigen nur bestimmte Bestandteile des Blutes zur Heilung. Mit einer einzigen Blutspende helfen Sie somit häufig gleich mehreren Menschen. In der Videolounge unter www.blutspende.de können Sie in einem Film sehen, was

aus Ihrem Blut alles entstehen kann. Blut setzt sich aus mehreren Bestandteilen zusammen: den roten Blutkörperchen (Erythrozyten), den

Information

Blutplättchen (Thrombozyten) und dem Blutplasma. Durch zentrifugieren werden die einzelnen Bestandteile voneinander getrennt.



vlnr. Blutplasma, Blutplättchen und rote Blutkörperchen

Rote Blutkörperchen sind bei 4°C gekühlt maximal fünf Wochen haltbar. Sie werden vor allem bei Operationen, Blutarmut und bei Organtransplantationen benötigt. Blutplättchen müssen unter ständiger Bewegung bei Raumtemperatur gelagert werden und sind nur fünf Tage lagerfähig. Sie sind z.B. lebens-

wichtig für Leukämie- und Tumorkranke, die eine Chemotherapie erhalten. Plasma ist tiefgefroren bei minus 30 Grad C bis zu zwei Jahren haltbar. Frischplasma und Plasmapräparate helfen z.B. bei Gerinnungsstörungen und zur Kreislaufstabilisierung bei großem Blutverlust oder Verbrennungen.



50 Jahre DRK-Blutspendeterminale in Baden-Württemberg



Mit dem ersten öffentlichen Blutspendeterminale, am 14. Januar 1958 in Leinfelden, startete die Erfolgsgeschichte der unentgeltlichen Blutspende beim DRK in Baden-Württemberg.

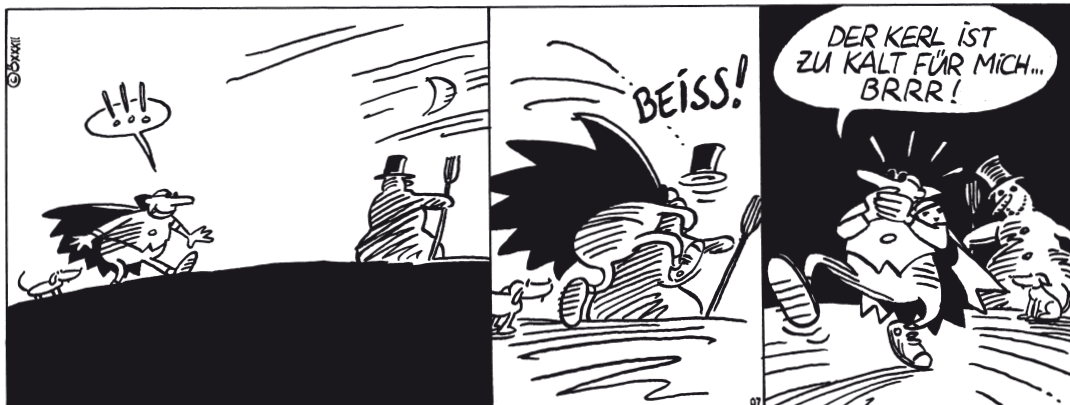
Während einer kleinen Feierstunde zu Beginn des Leinfelder Jubiläumstermins im März würdigte der Präsident des DRK-Landesverbandes Baden-Württemberg, Dr. Lorenz Menz, die außerordentliche Leistung der über 14 Millionen baden-württembergischen Blutspender der letzten 50 Jahre. Zugleich zeichnete er Leinfelder DRK-Mitarbeiter aus, die teilweise fünf Jahrzehnte bei den Blutspendeterminalen ehrenamtlich mitgearbeitet haben.

Als Überraschungsgast erschien Elvis, der vor 50 Jahren als in Friedberg (Hessen) stationierter Soldat auch einmal Blut gespendet hatte. Selbstverständlich sang er, passend zur aktuellen Werbekampagne, „Let me be your Teddybear“.



Die Stimme von Elvis: Entertainer Gerald Dins

DER HERR VAMPI & SEIN HUND VIVALDI



Wer darf Blut spenden?

Rückstellung von der Spende nach Auslandsaufenthalten

Die Hauptreisezeit liegt hinter uns. Aber warum muss bei einigen Urlaubsländern bis zur nächsten Blutspende ein kleiner Abstand eingehalten werden?

Hintergrund

Ist vor der Fernreise eine Impfung erforderlich gewesen, kann hierin die Ursache liegen. So muss z.B. nach Impfungen gegen Gelbfieber, Typhus, Cholera, Röteln, Masern oder Mumps eine Pause von vier Wochen bis zur nächsten Blutspende eingehalten werden. Hat Sie im Urlaub „Montezumas Rache“ (umgangssprachlich für Reisedurchfälle) erlitten, müssen sie vier Wochen Pause nach dem Abklingen der Symptome einhalten.

Aber auch im Reiseziel selbst kann eine vorübergehende Auszeit begründet sein. Bei den meisten Reisezeilen in Westeuropa gibt es keine Einschränkungen wenn aber die hygienischen Verhältnisse vor Ort nicht unserem Standart entsprechen oder das Urlaubsland eine stärkere Verbreitung bestimmter Infektionserkrankungen aufweist, müssen wir Sie für eine gewisse Zeit von der Blutspende „beurlauben“. Wenn Sie unsicher sind, ob Sie nach Ihrer Urlaubsreise schon wieder spenden können, rufen Sie uns bitte an. Sie erreichen unsere gebührenfreie Service-Hotline 0800-1194911 von Montag bis Freitag von 8.00 bis 17.00 Uhr. Oder mailen Sie Ihre Frage an hotline@blutspende.de



Blutspende bei der HNA in Kassel:

Neuer Rekord: 3017 Frauen und Männer spendeten Blut

„Wir sind total begeistert.“, kommentierte Rainer Riedinger, Regioalleiter des Blutspendedienstes, die diesjährige Blutspendeaktion. Auch die Mitstreiter der zweitägigen Blutspendeaktion, das Regierungspräsidium Kassel, die Kurhessen-Therme und die HNA, zeigten sich erfreut über die Blutspendebereitschaft der nordhessischen Bevölkerung.

ordentliches Engagement ausgezeichnet. Seit fünf Jahren unterstützt der Geschäftsführer der Kurhessen-Therme die große HNA-Blutspendeaktion und verschenkt als Dank für die Spender Freikarten für die Therme. Allein in diesem Jahr erhielten über 3000 Blutspender eine Vier-Stunden-Karte.



Das gute Ergebnis führt Riedinger auf verschiedene Faktoren zurück. Die hervorragende Unterstützung durch die HNA, die im Vorfeld immer wieder über die Blutspende und diesen Termin berichtete. Die moderaten Außentemperaturen, mit 18 bis 20 Grad herrschte ein „ordentliches Spendewetter“. Und sicherlich habe die Vier-Stunden-Freikarte für die Kurhessen-Therme viele Menschen animiert, Blut zu spenden. Die Blutkonserven, die 30 Tage haltbar sind, wurden an Kliniken in Kassel und in der Region verteilt.

Gold für Schellinger: Blutspendedienst ehrt Therme-Chef für soziales Engagement

Mit der goldenen Ehrennadel des DRK-Blutspendedienstes wurde Hendrik Schellinger für sein außer-

Dr. Weiss rät

Wie komme ich gesund durch die kalte Jahreszeit

Jetzt kommt sie wieder, die kalte Jahreszeit und mit ihr die Frage: Wie komme ich ohne Infekte durch Nässe und Kälte? Neben der echten und zum Glück seltenen Virusgrippe setzt uns vor allem der sogenannte grippale Infekt zu, der durch eine Vielzahl verschiedener Viren ausgelöst werden kann. Doch diesen Übeltätern ist man nicht schutzlos ausgeliefert, wenn man sein Immunsystem rechtzeitig auf Trab bringt.

Hier meine Tipps:

- Wechselduschen: Jeden Morgen erst angenehm warm, dann heiß und zum Schluss eiskalt duschen. Regelmäßig in die Sauna gehen.
- Mindestens dreimal pro Woche

Rätsel

Liebe Rätselfreunde, diesmal haben wir ein kleines Rebus erstellt. Begriffe raten, Buchstaben ersetzen, ergänzen oder streichen und schon haben Sie das Lösungswort.

Schreiben Sie das Wort auf eine Postkarte und ab damit an den DRK-Blutspendedienst Hessen „Blutspende aktuell“, Sandhofstraße 1, 60528 Frankfurt am Main.

Zu gewinnen gibt es diesmal einen Digitalen Fotorahmen. Einsendeschluss ist der 15. Januar 2009 – Viel Glück!



Etwas zum Anziehen, ein flinkes Wassertier und eine Frucht ergeben zusammen die Anwendung von Blutprodukten

Die Galerie der Lebensretter, ein Service in unserem Internetauftritt



Viele Menschen spenden regelmäßig Blut, Alle sind sie Lebensretter. In unserer „Galerie der Lebensretter“ erfahren Sie, warum sie Blut spenden.

Sagen auch Sie uns, warum Sie Blut spenden. Wir wollen es wissen!

Die Galerie finden Sie rechts unten auf der Startseite des DRK-Blutspendedienst unter

www.blutspende.de
(Baden-Württemberg oder Hessen anklicken)



Älteren (ab 60) und für Personen mit chronischen Erkrankungen empfohlen. Auch wer, zum Beispiel im Beruf, viel Kontakt mit anderen Menschen hat, sollte sich impfen lassen. Im Frühherbst ist der beste Zeitpunkt.



- 30 Minuten Bewegung. Zum Beispiel Walking, also schnelles Gehen.
- Vitaminreiche Ernährung. Dabei sollte man weniger auf Tabletten als auf Gemüse und Obst setzen.
- Ausreichend Schlaf, da tankt das Immunsystem wieder neue Kraft.
- Die Füße bei nasskaltem Wetter schön warm halten.

Und Medikamente zur Stärkung des Immunsystems? – Hier gibt es eine Unzahl von Mitteln und Mittelchen, ihnen ist etwas gemeinsam: Es fehlt der Wirkungsnachweis!

- Hochwirksam gegen die echte Virusgrippe, ist dagegen die Grippe-Schutzimpfung. Sie ist für alle

Über 3.000 spendeten Blut beim 8. Blutspendetermin in Tripsdrill

Schon die Eröffnung des diesjährigen Blutspendetermins im Erlebnispark Tripsdrill war ein voller Erfolg. Allen voran spendete Baden-Württembergs Finanzminister Willi Stächele Blut. Dabei erfuhren wir auch seine Blutgruppe: O Rhesus positiv, weil so häufig eine volksnahe Blutgruppe, so der augenzwinkernde

Kommentar des 56-jährigen Ministers. Mit ihm spendeten Staatssekretärin Gurr-Hirsch (Blutgruppe AB Rhesus negativ, sehr selten!), der Cleebronner Bürgermeister Thomas Vogel und Eberhard Ginger, der bisher noch keinen Tripsdriller Blutspendetermin versäumt hat. Nach einem

Fallschirmabsturz hatte der Bundstagsabgeordnete vier Liter Blut benötigt. Diesen „Kredit“ zahle er jetzt halbliterweise zurück, scherzte der ehemalige Turn-Weltmeister.

Aktion

Unterstützt von zahlreichen ehrenamtlichen Mitarbeitern der umliegenden Gemeinden, wurde während der fünf Aktionstage über 3.000 mal Blut gespendet. Gerade in den Ferienwochen, wenn die Zahl der Blutspenden durch die urlaubsbedingte Abwesenheit vieler Blutspender zurückgeht, hat dieser Termin entscheidend zur Versorgung der Patienten beigetragen. Wir danken Familie Fischer vom Freizeitpark Tripsdrill für die Gastfreundschaft und die großartige Unterstützung. Auch in diesem Jahr hat Familie Fischer wieder jeden Spender kostenfrei in den Freizeitpark Tripsdrill eingeladen.



**D
A
N
K
E**

Mein Name ist Marcin Kurkowski, ich bin 26 Jahre alt.

Auf dem 6. März 2007 hatte ich auf der A5 Richtung Karlsruhe einen schweren Verkehrsunfall, bei dem ich viel Blut verloren habe, da sich die Bergung aus dem Fahrzeug als sehr schwer und langwierig (ca. 1,5 Stunden) erwies. Aufgrund des hohen Blutverlustes erhielt ich vor und während der OP insgesamt acht Bluttransfusionen. Weitere zwei Transfusionen erhielt ich Anfang dieses Jahres.

Was meinen gesundheitlichen Zustand anbelangt, so bin ich mittlerweile, jedenfalls glauben meine Ärzte und ich es, so weit, dass ich demnächst mit einer Belastungsprüfung beginnen kann.

Dieser Unfall hat mein Leben grundlegend geändert und ich bin für die Blutspenden wirklich dankbar. Ich selbst bin Blutspender und nun weiß ich, was es bedeutet einer zu sein.

Ich möchte mich beim Team des Deutschen Roten Kreuzes für die wirklich tolle und wichtige Arbeit, sowie bei allen Blutspendern mit der Blutgruppe A+, im wahrsten Sinne des Wortes, herzlich bedanken.

Jeder Blutspender ist ein wahrer „HELD“!

Impressum

Herausgeber

DRK-Blutspendedienst
Baden-Württemberg - Hessen
gemeinnützige GmbH

Redaktion

Eberhard Weck
Sandhofstraße 1
60528 Frankfurt am Main
Telefon 069 6782-161
Telefax 069 6782-160
E-Mail e.weck@blutspende.de



Die Gewinner der Traumreisen stehen fest

Herzlichen Glückwunsch

Die Kreuzfahrt ging nach Fahrenbach im Neckar-Odenwald-Kreis.

Die 61jährige Gewinnerin wollte es zuerst überhaupt nicht glauben. Da sie noch nie eine Kreuzfahrt gemacht hat, freut sie sich natürlich schon sehr auf den Reisetart im Januar 2009.



Die Gewinnerin der Traumreise nach Bali kommt aus dem Mühlthal in Südhessen.

Bali war schon immer ein Traumziel der 40jährigen. Dank des Gewinns kann sie 2009 mit ihrem Ehemann diesen Traum wahr werden lassen.



Wir danken allen Teilnehmern und wünschen den Gewinnern eine gute und erholsame Reise. Wir bitten unsere Leser um Verständnis, dass wir auf Wunsch der Gewinnerinnen deren Namen nicht veröffentlicht haben.

Kleine Rezeptecke

Für die kommende kalte Jahreszeit hier mal etwas ganz anderes: als Dankeschön für Ihre Blutspenden verrate ich Ihnen ein Geheimnis, mein -im Freundeskreis sehr beliebtes- Rezept für Eierpunsch. Aber vorsichtig, geht schnell in Kopf und Beine.

Auch für die nächste Ausgabe der Blutspende aktuell bitten wir Sie wieder:

Schicken Sie Ihr Lieblingsrezept an: DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg - Hessen Werbeabteilung Sandhofstraße 1

60528 Frankfurt am Main.

Für jedes abgedruckte Rezept bedanken wir uns mit einem kleinen Geschenk.

Eierpunsch

2 Päckchen Vanillepudding (zum kochen)

2 Eigelb

1 ltr. Milch

5 Päckchen Vanillezucker

6 EBl. Zucker

Pudding laut Packung, zusammen mit allem obigen, aufkochen und danach direkt den Saft von 6 Zitronen

1 ½ Flaschen Eierlikör

1 ½ Flaschen trockenen Weißwein

0,5 ltr. Wasser

dazugeben.

Immer gut rühren, denn Vanillepudding klumpt sehr leicht.

Heiß genießen, Prost!