

# Keine Angst vor der Nadel

## Blutspendeaktion des DRK: „Urlaubszeit heißt Blutknappheit“

**KIRCHHELLEN.** Angst vor einer Nadel durften die Blutspender in Kirchhellen am Sonntag nicht haben. Der Ortsverein des DRK lud zum Sondertermin ein, da gerade in der Urlaubszeit immer neue Spender gebraucht werden. Die Organisatoren hofften auf 65 bis 70 Blutspender.

„Urlaubszeit heißt Blutknappheit“, erklärte der Ortsvereinsvorsitzende Herbert Appelmann am Sonntag. Das hat zwei einfache Gründe: Dadurch, dass im Sommer viele Menschen, die sonst regelmäßig spenden, in den Urlaub fahren, fehlen sie an vielen Terminen. Zum anderen dürfen viele Urlauber, die beispielsweise in Osteuropa oder Afrika Urlaub gemacht haben, in den nächsten vier Monaten nicht spenden. „Das sind Vorsichtsmaßnahmen, weil man sich in bestimmten Ländern auf der Welt an Krankheiten angesteckt haben könnte, die erst nach einer gewissen Zeit ausbrechen“, so Appelmann. Umso wichtiger, das gerade in den Sommermonaten auch Erstspender Mut beweisen.

### 530 Milliliter

Spender darf grundsätzlich jeder, der sich am Tag der Spende „gesund und fit fühlt“ und über 18 Jahre alt ist. Bevor es losgeht müssen die Spender Fragen zu Krankheiten, Operationen, Urlaubsaufenthalten und Medikamenten beantworten, dann geht es zum Check bei der Ärztin:



**Blutspende-Beauftragte und Rot-Kreuz-Leiterin Beatrix Keizers und DRK Ortsvereinsvorsitzender Herbert Appelmann betreuten am Sonntag die Blutspendenaktion und beantworteten alle Fragen, die die Spender auf dem Herzen hatten.**

RN-FOTO KOLBE

„Dort entscheidet die Ärztin dann, ob man spendetauglich ist.“ Gibt es eine Zustimmung der Ärztin geht es ins Blutspende-Mobil. „Dort werden 530 Milliliter Blut abgenommen. Kein Grund um Angst zu haben, unser Körper hat

zwischen sechs und acht Liter Blut im Kreislauf – das merkt der gar nicht“, erklärte Appelmann und versuchte, vor allem den Erstspendern die Angst zu nehmen.

Auch die heißen Temperaturen haben laut dem Orts-

vorsitzenden keine Auswirkungen: „Wenn man sich daran hält mindestens drei Liter Wasser am Tag zu trinken, merkt man es gar nicht.“

Für Blutspenderin Ina Gramenz war es am Sonntag schon das 15. Mal: „Danach fühlt man sich immer gut und hat auch noch etwas für das gute Gewissen getan.“ Inzwischen ist das Blutspenden für sie schon zur Routine geworden, nur beim allerersten Mal hatte sie etwas mit ihrem Kreislauf zu kämpfen: „Die Kreislaufprobleme kommen bei vielen Erstspendern vor, weil sie unter psychischem Druck stehen, dem Körper tut das Blutspenden sogar eher gut“, erklärte Rot Kreuz-Leiterin Beatrix Keizers. Mit der Resonanz am Sonntag war das Team zufrieden: „Alleine in den ersten eineinhalb Stunden waren schon um die 20 Spender da.“ *jak*



**Für Ina Gramenz aus Kirchhellen war es am Sonntag schon die 15. Blutspende.**

RN-FOTO KOLBE