

IN IHRERE NÄHE

# LEITFADEN FÜR DEN BLUTSPENDER

*« Die Spende ist eine schöne Erfahrung,  
wobei Sie sich nützlich fühlen »*

**CROIX-ROUGE**  
de Belgique



# ALLES, WAS SIE SCHON IMMER WISSEN WOLLTEN ÜBER **BLUT**, **PLASMA** UND **BLUTPLÄTTCHEN**

<b>1.</b> WARUM BLUT SPENDEN?	3
<b>2.</b> WAS IST BLUT?	5
<b>3.</b> DIE BLUTGRUPPEN	7
<b>4.</b> WIE VERLÄUFT EINE SPENDE?	9
<b>5.</b> DIE LABORANALYSEN	11
<b>6.</b> WER KANN SPENDEN?	12
<b>7.</b> DIE BLUTSPENDE	17
<b>8.</b> DIE PLASMA- UND BLUTPLÄTTCHENSPENDE	19
• DIE PLASMASPENDE	20
• DIE SPENDE VON BLUTPLÄTTCHEN	21
<b>9.</b> IN ALLER SICHERHEIT SPENDEN	23
<b>10.</b> INFORMATIONEN NACH DEM SPENDEN	26
<b>11.</b> PERSONENBEZOGENE DATEN UND PRIVATSPHÄRE	27
<b>12.</b> VERTRAULICHER MEDIZINISCHER FRAGEBOGEN UND EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG	29

# 1. WARUM BLUT SPENDEN?

... weil Blut durch nichts zu ersetzen ist.

... weil die Blutspende eine nette, uneigennützige und großzügige Handlung ist und einen ganz konkreten Nutzen bringt!

... weil man in Belgien mehr als 500.000 Spenden pro Jahr braucht, um die Nachfrage zu decken.

... weil weniger als eine von zehn Personen Blut spendet, aber eine von sieben eines Tages Blut benötigt.

Jeden Tag gibt es Kranke und Verletzte, die Bluttransfusionen benötigen. Wir brauchen daher das ganze Jahr Blutspender.

## **WERDEN DESHALB AUCH SIE EIN REGELMÄSSIGER BLUTSPENDER!**

Es finden bei jeder Blutentnahme Analysen statt. Ihre Blutgruppe wird dabei auch festgestellt.

### ***Achtung!***

*Spenden Sie niemals Blut, um einen AIDS-Test zu erhalten. Für AIDS-Tests wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder ein Familienplanungszentrum. Dort ist ein kostenloser Test möglich. Eine Liste der Zentren für AIDS-Tests erhalten Sie überall, wo Sie Blut spenden können.*

## WUSTEN SIE ...

- Dass ein Krebspatient, der mit Chemotherapie behandelt wird, **mehrmals in der Woche** eine Bluttransfusion benötigt?
- Dass manchmal eine Bluttransfusion erforderlich ist, wenn eine Frau bei der **Entbindung** viel Blut verliert?
- Dass auch bei **Herzoperationen**, **Gehirnoperationen**, **Transplantationen** und zur **Behandlung** mancher **Neugeborenen** mehrere Blutbeutel erforderlich sind?

**SPENDEN SIE BLUT, PLASMA ODER BLUTPLÄTTCHEN,  
UM DEN KRANKEN ZU HELFEN!**



## 2. WAS IST BLUT?

Blut ist eine Flüssigkeit, die verschiedene lebensnotwendige Substanzen durch den Organismus transportiert wie Sauerstoff, Proteine, Vitamine ... Im Durchschnitt fließen 5 Liter Blut durch den menschlichen Körper, aber dieses Volumen hängt von Geschlecht, Größe und Gewicht jeder Person ab.

Das Blut setzt sich zusammen aus:

- 45% Zellen (rote Blutkörperchen, weiße Blutkörperchen und Blutplättchen).
- 55% Plasma (flüssiger Teil).

**DIE ROTEN BLUTKÖRPERCHEN** enthalten Hämoglobin, das verantwortlich ist für die rote Farbe des Blutes und den Sauerstofftransport zu Organen und Geweben. Eisen ist notwendig, damit die roten Blutkörperchen richtig arbeiten können. Daher wird nach der Blutspende manchmal Eisen verabreicht.

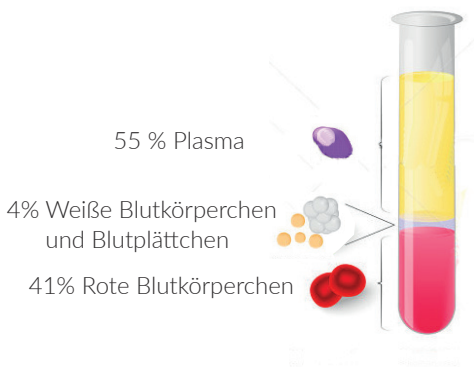
**DIE WEIßEN BLUTKÖRPERCHEN** sind die Zellen, die den Organismus gegen Infektionen und fremde Zellen verteidigen. Es gibt verschiedene Arten von weißen Blutkörperchen: Granulozyten, Lymphozyten und Monozyten. Die Lymphozyten produzieren die Antikörper.

**DIE BLUTPLÄTTCHEN** sind an der Blutgerinnung beteiligt. Bei Verletzungen bilden sie ein Gerinnsel, um die Blutung zu stoppen.

**DAS PLASMA** ist der flüssige Teil des Blutes ; darin schwimmen die roten Blutkörperchen, die weißen Blutkörperchen und die Blutplättchen.

Das Plasma enthält lebensnotwendige Proteine wie:

- > Immunglobuline (oder Antikörper), die für die Aufrechterhaltung des Immunsystems notwendig sind.
- > Blutgerinnungsfaktoren.
- > Albumin.



## 3. DIE BLUTGRUPPEN

Die roten Blutkörperchen weisen zahlreiche Moleküle an ihrer Oberfläche auf, die je nach Person unterschiedlich sind. Diese Moleküle können in verschiedene Systeme eingeordnet werden, unter denen die Systeme ABO und Rh die bekanntesten sind.

Das ABO System definiert die Blutgruppe jeder Person. Das System Rh bestimmt seinerseits, ob ein Spender Rhesus D positiv oder Rhesus D negativ ist. Andere, weniger bekannte Systeme definieren die Untergruppen der Spender.

Jeder Spender gehört also einer der folgenden Blutgruppen an:

- > O+ oder O-
- > A+ oder A-
- > B+ oder B-
- > AB+ oder AB-

Bei einer Transfusion muss die Blutgruppe des Spenders identisch oder zumindest kompatibel mit jener des Empfängers sein.



Die Spender der Gruppe O negativ sind sehr gefragt, da ihre roten Blutkörperchen in Notsituationen gebraucht werden.

Wir suchen Spender der Gruppen A und O, um den Bedarf an Blutplättchen zu decken.

Wir suchen Spender aller Blutgruppen, um den Bedarf an Plasma zu decken.

Es ist wichtig, über ein differenziertes Blutlager zu verfügen, um alle Kranken zu behandeln, unabhängig von der Blutgruppe und Unterblutgruppe. Da die Häufigkeit der (Unter-)Blutgruppen nicht in allen Bevölkerungen dieselbe ist, benötigen wir Spender aus allen Regionen der Welt.





## 4. WIE VERLÄUFT EINE SPENDE?

### Vor der Spende

- Essen Sie vorzugsweise eine leichte Mahlzeit.
- Melden Sie sich bei einem unserer mobilen oder ständigen Zentren und bringen Sie einen Lichtbildausweis mit.
- Trinken Sie zur Vorbereitung Ihrer Spende 2-3 Gläser Wasser.
- Wir bitten Sie dann, einen medizinischen Fragebogen und eine Einverständniserklärung auszufüllen und zu unterschreiben.

### Das medizinische Gespräch

- Gestattet die Bewertung Ihres aktuellen Gesundheitszustands und Ihrer medizinischen und chirurgischen Vorgeschichte.
- Gestattet eine Einschätzung, ob ein Risikoverhalten vorliegt oder Sie sich in eine Risikosituation gebracht haben.

**Achtung! Sie dürfen sich keinesfalls zum medizinischen Gespräch begleiten lassen, es muss STRENG vertraulich bleiben.**

Am Ende des medizinischen Gesprächs bestimmt der Arzt die zu entnehmende Menge Blut. In gewissen Fällen ist eine Spende nicht möglich, um Ihre Gesundheit oder die des Empfängers zu schützen. Zögern Sie bitte nicht, weitere Erklärungen zu verlangen, wenn Sie den Grund dieser Entscheidung nicht verstehen.

## EISEN ...

Manchmal kann der Arzt Ihnen anraten, Eisentabletten in den Tagen nach der Spende einzunehmen. Es ist wichtig, diesen Rat zu befolgen und sich an die Anweisungen aus unserer Broschüre "Eisen... Sprechen wir darüber" zu halten.

### Blutspende

- Verwendung von sterilem Einwegmaterial. Es gibt daher bei der Blutspende kein Infektionsrisiko.
- Eine Blutspende verursacht nicht mehr Schmerzen als eine gewöhnliche Blutabnahme.
- Es werden Blutproben entnommen, um die gesetzlich vorgeschriebenen Laboranalysen ausführen zu können.
- Die Spende selbst dauert nicht länger als 12 Minuten!

### Nach der Spende

Essen Sie eine Kleinigkeit und ruhen Sie sich ein paar Minuten aus!



## 5. DIE LABORANALYSEN

Die Proben, die während der Blutspende entnommen wurden, werden analysiert, um Ihre Blutgruppe zu bestimmen und jede Unregelmäßigkeit zu entdecken, die ein Risiko für Ihre Gesundheit oder die des Empfängers darstellen könnte.

Die Analysen betreffen:

- Die Blutgruppe
- Hämoglobin für die Suche nach einer eventuellen Blutarmut
- Die Anzahl der Blutzellen (rote Blutkörperchen, weiße Blutkörperchen und Blutplättchen)
- Durch Blut übertragbare Krankheiten:
  - Hepatitis B und C
  - HIV (AIDS)
  - Syphilis
  - Malaria (in gewissen Fällen, nach Aufenthalt in einem tropischen Land mit Malariarisiko)
  - Chagas-Krankheit (nach einer Reise nach Lateinamerika).

Sie könnten Träger einer durch Blut übertragbaren Krankheit sein, ohne es zu ahnen. Es ist daher möglich, dass aufgrund der Analysen die Produkte Ihrer Spende nicht verwendet werden können. In diesem Fall können Sie vorübergehend oder entgültig kein Blut mehr spenden. Wenn Ihre Ergebnisse nicht den Referenzwerten entsprechen, so werden Sie durch unser Labor benachrichtigt

Sie können verlangen, dass Ihnen mit der Post eine Kopie Ihrer Analyseergebnisse zugestellt wird. Nach Ihrer zweiten Blutspende schicken wir Ihnen eine Spenderkarte mit Ihrer Blutgruppe zu. In keinem Fall dürfen wir die Ergebnisse einem Dritten mitteilen.

## 6. WER KANN SPENDEN?

Die Spende ist eine verantwortungsvolle, freiwillige, wohltätige und nicht entschädigte Handlung und ist möglich für jede Person:

- Bei guter Gesundheit.
- Die mindestens 50 kg wiegt (N.B.: Frauen, die kleiner als 1,56 m sind, müssen mehr als 50 kg wiegen. Erkundigen Sie sich bei einem Arzt während der Blutspende).
- Bei der kein Risiko besteht, Krankheiten durch das Blut zu übertragen.
- Die mindestens 18 Jahre alt ist. Nach dem 66. Geburtstag sind alle Arten der Spende möglich, wenn die letzte Spende der gleichen Art weniger als 3 Jahre zurück liegt.

Die erste Spende von Blutplättchen muss vor dem 61. Geburtstag stattfinden.

Die erste Blut- und/oder Plasmaspende muss vor dem 66. Geburtstag stattfinden.

Sicherheitshalber findet vor jeder Spende ein vertrauliches Gespräch mit dem Arzt statt.



### **KANN MAN BEI BLUTSPENDEN INFIZIERT WERDEN?**

Nein! Zur Blutentnahme wird immer steriles Einwegmaterial verwendet..



## **KANN MAN BEIM ERHALT VON BLUT INFIZIERT WERDEN?**

Das Risiko, einen Empfänger zu kontaminieren, ist extrem klein. Das kann vorkommen, wenn eine infizierte Person ihr Blut spendet, während sie in einer stillen Periode ist in der unsere Labortests den Krankheitserreger noch nicht entdecken, obschon er im Organismus vorhanden ist

### **Dieses Risiko fast auszuschließen bedeutet:**

- Den Spender über Verhaltensweisen und Risikosituationen zu informieren, die eine Kontamination bewirken können.
- Dafür zu sorgen, dass sich Personen mit Risikoverhalten gar nicht anmelden.
- Den Spender aufzufordern, die entsprechenden Richtlinien einzuhalten.
- Vor jeder Spende ein medizinisches Gespräch durchzuführen.
- Jede Spende auf Hepatitis B und C, Syphilis und HIV (AIDS) untersuchen.
- Mehr Informationen nach der Spende (siehe Seite 26).

Diese Sicherheit ist das Ergebnis einer wahren Revolution im Bereich der Bluttransfusion. Die technologische Entwicklung bei der Bearbeitung von Blutplättchen und Plasma und den daraus hergestellten Produkten vermindert dieses Risiko weiter.

## SPENDEN SIE DAHER BITTE KEIN BLUT, WENN...

- Sie sich Drogen injizieren oder injiziert haben oder leistungssteigernde Produkte/Anabolika, die nicht von einem Arzt verschrieben wurden, einnehmen oder eingenommen haben.
- Sie schonmal positiv auf HIV (AIDS), Hepatitis B oder C, Syphilis oder HTLV getestet wurden.

## WARTEN SIE 12 MONATE VOR EINER BLUTSPENDE...

- Nach einer sexuellen Beziehung gegen Bezahlung oder andere Leistungen<sup>(\*)</sup>.
- Nach einer sexuellen Beziehung mit mehreren Partnern in der gleichen Zeit (Gruppensex, mehrere regelmäßige Sexualpartner,...)<sup>(\*)</sup>.
- Für Männer : Nach einer sexuellen Beziehung mit einem Mann<sup>(\*)</sup>.

## WARTEN SIE 12 MONATE NACH EINER SEXUELLEN BEZIEHUNG MIT EINEM/EINER PARTNER/IN, DER/DIE IHRES WISSENS NACH...

- Jemals Drogen injiziert hat<sup>(\*)</sup>.
- Sexuelle Beziehungen gegen Bezahlungen oder andere Leistungen hatte<sup>(\*)</sup>.
- Sexuelle Beziehungen mit mehreren Partnern in der gleichen Zeit hatte (Gruppensex, mehrere regelmäßige Sexualpartner,...)<sup>(\*)</sup>.
- Nicht aus Westeuropa stammt und nicht seit mindestens 12 Monaten in Westeuropa lebt<sup>(\*)</sup>.
- Positiv auf HIV (AIDS), Hepatitis B oder C oder HTLV getestet wurde.
- Für Frauen: Wenn Ihr Partner ein Mann ist und eine sexuelle Beziehung mit anderen Männern hatte<sup>(\*)</sup>.

N.B.: Wenn Ihr/e Partner/in oder Mitbewohner/in Träger von Hepatitis B ist, können Sie ohne Wartezeit spenden, falls Sie immunisiert sind. Fragen Sie bei einem Arzt der Blutspende nach.  
Wenn Ihr/e Partner/in Syphilis hat, können Sie 4 Monate nach seiner/ihrer Heilung wieder spenden.

(\*) Mit oder ohne Kondom

## WARTEN SIE 6 MONATE VOR DER BLUTSPENDE...

- Nach einer Entbindung, einem Schwangerschaftsabbruch oder einer Fehlgeburt.
- Nach einer Reise in tropische Regionen.

**Dennoch ist eine Plasmaspende 4 Wochen nach der Rückkehr aus bestimmten tropischen Regionen möglich. Fragen Sie bei einem Arzt der Blutspende nach.**

## WARTEN SIE 4 MONATE VOR DER BLUTSPENDE...

- Nach einer Tätowierung, einem Piercing oder einem Permanent Make-up.
- Nach einer Mesotherapie mit einer Pistole oder einer Akupunktur, bei der die Nadeln nicht zum persönlichen oder einmaligen Gebrauch sind.
- Nach einer Operation oder einer Endoskopie (Magen-, Darm-, Gelenk-, Nasenspiegelung,...).
- Nach einem Kontakt mit menschlichem Blut durch Stiche, Bisse, Wunden oder Spritzer.
- Nachdem Sie eine Bluttransfusion bekommen haben.
- Nach einem intranasalen Drogenkonsum.
- Nach einer sexuellen Beziehung mit einem/einer neuen Partner/in - und sei es nur gelegentlich (\*).

(\*) Mit oder ohne Kondom





## AUSSERDEM...

- Wenn Sie Fieber hatten: warten Sie 2 Wochen nach der Heilung.
- Wenn Sie beim Zahnarzt waren: warten Sie 1 Woche, nachdem ein Zahn gezogen, plombiert oder devitalisiert wurde oder nach einer Wurzelbehandlung. Warten Sie 24h nach einer anderen Behandlung.

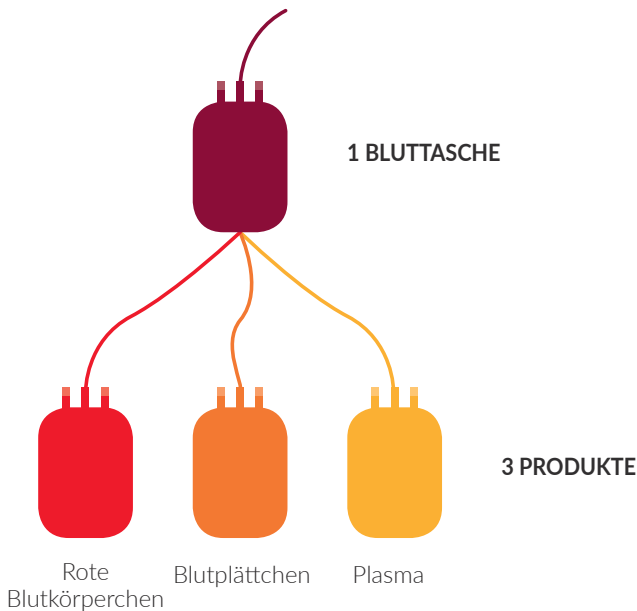
Wenn Sie Medikamente einnehmen, nach einem Auslandsaufenthalt oder im Zweifelsfall: **rufen Sie uns an unter 0800 92 245 (kostenlos).**

Die Sicherheit bei Transfusionen hängt von der Einhaltung der Richtlinien ab, die wir exakt befolgen. Damit verhindern wir, dass HIV (AIDS) und andere Infektionskrankheiten durch das Blut übertragen werden.



## 7. DIE BLUTSPENDE

- > Die Blutspende dauert nicht länger als 12 Minuten, aber planen Sie 45 Minuten für Ihren Aufenthalt ein.
- > In Belgien können Sie maximal 4 mal Blut spenden in 365 Tagen und zwischen 2 Spenden müssen mindestens 2 Monate liegen.
- > Wir nehmen Ihnen 430 - 470 ml Blut ab.
- > Der Blutbeutel wird dann in 3 unterschiedliche Produkte aufgeteilt: ein Konzentrat mit roten Blutkörperchen, ein Konzentrat mit Blutplättchen und das Plasma.



- Die roten Blutkörperchen sind notwendig zur Behandlung von Blutungen und schwerer Blutarmut. Sie können während 42 Tagen bei einer Temperatur zwischen 2 und 6 °C aufbewahrt werden.



- Das Plasma enthält lebensnotwendige Proteine, die vielen Kranken fehlen. Manche Medikamente können nur aus menschlichem Plasma hergestellt werden:
- Zum Beispiel Immunglobuline (Antikörper), die für Kranke, die eine Immunschwäche haben, unentbehrlich sind.
  - Aber auch Albuminlösungen, Gerinnungsfaktoren,...

Da sich in einem Blutbeutel nur wenig Blutplättchen befinden, werden sie mit den Plättchen von 5 anderen Spendern gemischt, um einen "Pool" an Blutplättchen zu erhalten.

Blutplättchen werden bei der Behandlung von Blutungen, aber auch bei der Übertragung von Stammzellen, gewissen Krebsarten und Blutkrankheiten benötigt.

Sie können maximal 5 Tage unter ständigem Rühren und bei einer Temperatur von 20 bis 24°C aufbewahrt werden. Blutplättchen sind besonders empfindlich.

## 8. PLASMA- UND BLUTPLÄTTCHENSPENDE

Da das Spenden von Blut nicht alle Bedürfnisse der Kranken abdeckt, können Sie durch Apherese auch Plasma oder Blutplättchen spenden.

Die Apherese ist eine besondere Technik, um die Blutkomponenten auszusortieren und auszuwählen: es werden nur jene entnommen, die benötigt werden. Der Vorteil besteht darin, eine größere Menge der Komponenten zu erhalten, die übertragen werden soll. Für diese Technik braucht es eine besondere Ausrüstung. Sie wird daher nur in unseren festen Blutspendezentren und nur nach Vereinbarung angewandt.

Diese Entnahmen sind nicht schmerzhafter als eine Blutspende. Manchmal dauern sie etwas länger.



# DIE PLASMASPENDE

Plasma besteht hauptsächlich aus Wasser (90 %) und aus Proteinen, die für den Organismus notwendig sind.

Plasma lässt sich aus einem Blutbeutel oder durch Apherese gewinnen. Spender aller Blutgruppen können Plasma spenden.

Für die richtige Aufbewahrung muss Plasma rasch gekühlt werden. Es kann bei einer Temperatur von -25 °C aufbewahrt werden.

Es wird dann als Ganzes verwendet oder in verschiedene Komponenten aufgespalten (Albumin, Gerinnungsfaktoren, Immunglobuline...).

**Anders als bei Blut- oder Plättchenspenden kann eine Plasmaspende 4 Wochen nach der Rückkehr aus bestimmten tropischen Regionen möglich sein.** Fragen Sie bei einem Arzt der Blutspende nach.

- Plasmaspende: 45 Minuten (planen Sie 1h15 für Ihren gesamten Aufenthalt ein).
- Sie können alle 2 Wochen Plasma spenden, aber nicht öfter als 23 Mal in 365 Tagen.
- Interessiert? Vereinbaren Sie einen Termin mit einem Blutspendezentrum.

**WWW.BLUTSPENDER.BE**  
**0800 92 245 - info@croix-rouge.be**

# DIE SPENDE VON BLUTPLÄTTCHEN

Blutplättchen sind kleine Zellen, die vom Knochenmark erzeugt werden und eine wichtige Rolle im Gerinnungsprozess spielen. Sie gerinnen, um die Verletzungen zu schließen und stoppen Blutungen.

Blutplättchen sind nützlich für Patienten mit Transplantationen, Krebs oder Blutkrankheiten. Sie werden oft nach einer Chemotherapie verabreicht. In der Tat sind diese Behandlungen für Zellen aus dem Knochenmark giftig.

Die Blutplättchen lassen sich aus einem Blutbeutel gewinnen oder durch Apherese bei den Spendern der Gruppe 0 oder A. Eine einzige Spende von Blutplättchen durch Apherese kann an bis zu 2 Erwachsene und bis zu 3 Kinder verabreicht werden!

Nach der Entnahme werden die Blutplättchen bei einer Temperatur von 20-24 °C aufbewahrt und ständig gerührt. Sie haben eine maximale Lebensdauer von 5 Tagen. Aus diesem Grund lassen sich keine großen Lager anlegen. Es müssen also jeden Tag genügend Spenden sein.

Interessiert? Vereinbaren Sie einen Termin mit einem Blutspendezentrum.

**WWW.BLUTSPENDER.BE**  
**0800 92 245 - info@croix-rouge.be**

# KURZ GESAGT...

## DIE BLUTSPENDE

Spende in 12 Minuten (gesamter Aufenthalt 45 Minuten)

- > Alle Blutgruppen.
- > Maximal 4 Spenden in 365 Tagen.
- > Mindestens 2 Monate zwischen 2 Spenden.

## DIE BLUTPLÄTTCHENSPENDE

Spende 1h30 (gesamter Aufenthalt 2h)

- > Nur die Spender der Gruppen O und A.
- > Immer auf Termin und je nach Bedarf.
- > Vorzugsweise 1 Monat zwischen 2 Spenden.

## DIE PLASMASPENDE

Spende 45 Minuten (gesamter Aufenthalt 1h15)

- > Alle Blutgruppen.
- > Mindestens 2 Wochen zwischen 2 Spenden.

# 9. IN ALLER SICHERHEIT SPENDEN

## VOR IHRER SPENDE

Eine leichte Mahlzeit wird empfohlen

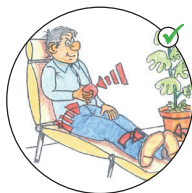


2 oder 3 Gläser Wasser trinken

## WÄHREND IHRER SPENDE

Die angewandte Muskeldehnung verhindert Unwohlsein

Die Muskeln regelmässig anspannen während der Spende



Nicht zu schnell aufstehen

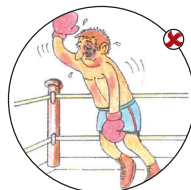
## NACH IHRER SPENDE



Beim Sitzen, Ruhen, Essen und Trinken



Nicht lange stehen bleiben



Anstrengungen werden abgeraten

Nach der Spende muss Ihr Organismus die entnommenen roten Blutkörperchen, das Plasma oder die Blutplättchen wieder herstellen.

Um diese Wiederherstellung zu beschleunigen, trinken Sie bitte nach der Blutspende und in den folgenden Stunden. Das gilt ganz besonders bei heißem Wetter.

Ferner wird von Folgendem **unbedingt abgeraten**:

- ✘ Alkoholische Getränke,
- ✘ Längeres Lenken eines Fahrzeugs oder Fahrrads,
- ✘ Längeres Stehen,
- ✘ Schwimmen, tauchen, oder anstrengende Sportarten
- ✘ Sauna, Hammam und Solarien,
- ✘ Tätigkeit im Sicherheitsbereich (Feuerwehr, Ambulanz, Fahrer von Bussen und Zügen...),
- ✘ Risiko des Fallens (Arbeit auf dem Dach, auf einer Leiter...),
- ✘ Arbeit mit potenziell gefährlichem Material (Schleifmaschine, Motorsäge...),
- ✘ Beanspruchung des Arms, bei dem die Blutentnahme stattfand (z. B.: Gewichtheben, Tennis...).

Blutspenden ist nicht besonders gefährlich, wenn alle Bedingungen eingehalten werden und die vorsorglichen Maßnahmen (leichtes Essen, 2-3 Gläser Wasser vor dem Spenden, Muskelspannung während dem Spenden) richtig angewandt werden. Dennoch ist ein Zwischenfall während oder nach dem Spenden möglich.





Probleme die durch die Punktion vorkommen können :

- Lokale Reizung.
- Andauernder Schmerz während oder nach der Spende.
- Lokale Schwellung.
- Hämatom.
- Prickeln.
- Versehentliche Entnahme aus einer Arterie.

Andere seltene Symptome sind bei gewissen Spendern möglich :

- Unruhe oder zeitweiliges Unbehagen.
- Fallender Blutdruck.
- Tendenz zu Ohnmacht oder Bewusstlosigkeit.
- Ein andauerndes Unwohlsein eine gewisse Zeit nach der Spende.
- Starrkrampfanfall.

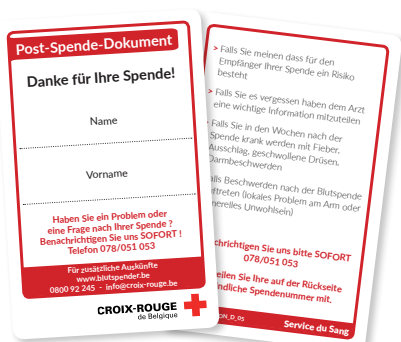
Wenn Sie sich nach dem Spenden schwach fühlen, legen Sie sich hin, lagern Sie wenn möglich die Beine hoch und ruhen Sie sich etwas aus. Wenn Ihnen der Arzt Eisentabletten gegeben hat, nehmen Sie bitte die empfohlene Anzahl Tabletten und fragen Sie nach der Broschüre „Eisen... sprechen wir darüber“.

# 10. INFORMATIONEN NACH DEM SPENDEN

Nach der Spende von Blut, Plasma oder Blutplättchen, melden Sie sich wenn:

- Sie meinen, dass bei der Übertragung Ihres Bluts ein Risiko bestehen könnten,
- Sie vergessen haben, dem Arzt wichtige Informationen zu geben ,
- Sie nun an einer Infektionskrankheit leiden (Fieber, Hautausschlag, Knotenbildung, Verdauungsstörungen...),
- Es zu einer Reaktion kommt (Unwohlsein oder Problem im Bereich des Arms usw.).

**...Rufen Sie SOFORT 078 051 053 an und nennen Sie die Spendennummer, die Sie auf Ihrer Post-Spende-Dokument finden.**



Das Post-Spende-Dokument wird Ihnen bei Ihrer ersten Spende gegeben und stärkt die Sicherheit der Transfusionen. Passen Sie gut auf es auf, tragen Sie es bei sich und weisen Sie es bei jeder Blutspende vor!

# 11. PERSONENBEZOGENE DATEN UND PRIVATSPHÄRE

Bei der Spende werden Sie darum gebeten, eine Reihe von Fragen zu Ihrer Gesundheit, Ihrem Lebensstil und Ihren Reisen zu beantworten. Anhand dieser Fragen können wir beurteilen, ob eine Blutspende für Sie und für die Kranken, die die Produkte Ihrer Spende erhalten werden, vollkommen unbedenklich ist.

Zudem werden andere personenbezogene Daten (Adresse, E-mail-Adresse, Telefonnummer) zu Verwaltungszwecken erhoben und gespeichert, damit wir Sie zu zukünftigen Spenden einladen Ihnen mögliche Ergebnisse biologischer Tests mitteilen, Sie über Veranstaltungen zur Förderung von Blutspenden informieren oder Ihnen wichtige Informationen über die Spenden zukommen lassen können.

Diese personenbezogenen Daten werden vertraulich behandelt und können nicht für andere Zwecke verwendet werden. Zudem unterliegen die Sie betreffenden medizinischen Daten der ärztlichen Schweigepflicht.

Gemäß der belgischen Gesetzgebung werden die von Ihnen ausgefüllten medizinischen Fragebögen für einen Zeitraum von 15 Jahren aufbewahrt.



Die Daten, anhand derer die Blutspender und die Blutderivate zum Zwecke einer umfassenden Nachverfolgbarkeit identifiziert werden können, werden für mindestens 30 Jahre und höchstens 40 Jahre aufbewahrt.

Der Verantwortliche für diese Daten ist der Blutdienst des Belgischen Roten Kreuzes (Rue du Fond du Maréchal 8 – 5020 Suarlée).

Gemäß der europäischen Datenschutz-Grundverordnung können Sie jederzeit Auskunft über Ihre Daten, deren Berichtigung oder deren Weitergabe an eine befugte Person (Übertragbarkeit) verlangen. Jegliche Anträge bezüglich der gespeicherten Daten, die Sie betreffen, können über das Formular gestellt werden, welches zu diesem Zweck im Abschnitt „Vie Privée“ (Datenschutz) auf der Website: <http://www.croix-rouge.be> bereitgestellt wird oder Sie richten Ihre Anfrage direkt an [dpd@croix-rouge.be](mailto:dpd@croix-rouge.be).



# 12. VERTRAULICHER MEDIZINISCHER FRAGEBOGEN UND EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG

Vor jeder Spende müssen Sie das Dokument «Medizinischer Fragebogen und Einverständniserklärung» ausfüllen und unterzeichnen. Warum?

Weil nachdem Sie alle für die Blutspende wichtigen Informationen (Ablauf der Spende, ausgeführte Analysen, Vor- und Nachteile für die Empfänger der Produkte der Spende, Risiken für den Spender, Umgang mit den persönlichen Daten) erhalten haben und Antworten auf Ihre Fragen erhalten haben:

- Sie Ihr formelles Einverständnis zur Fortsetzung der Spende geben.
- Sie auch erklären, dass Ihre Angaben der Realität entsprechen.
- Sie zustimmen oder nicht, dass ein oder mehrere Bestandteile oder Proben, die aus Ihrer Spende stammen, für medizinische oder wissenschaftliche Forschung verwendet werden könnten.

Sie haben die Möglichkeit, vor dem Beginn der Spende von dieser Abstand zu nehmen. Sie haben auch jederzeit die Möglichkeit, die Spende zu unterbrechen, ohne Befangenheit oder Unannehmlichkeiten.

## UND FALLS SIE NOCH MEHR MACHEN WOLLEN...

Herzlichen Glückwunsch!

Durch Ihre Geste treten Sie in die Gemeinschaft der Blutspender ein! Werden Sie nicht nur Blutspender, sondern **regelmäßiger** Blutspender, so beweisen Sie jene Solidarität, die täglich zur Lebensrettung beiträgt. Sprechen Sie in Ihrem Umfeld über das Blutspenden.

## SIE SIND UNSER BESTER BOTSCHAFTER!

Erkundigen Sie sich auch bei unseren Teams nach den geeignetsten Spenden je nach Ihrer Blutgruppe und unseren Lagerbeständen.

Wenn Sie eine Spende in Ihrer Schule oder Ihrem Unternehmen organisieren wollen, rufen Sie 0800 92 245 an oder schreiben Sie an [info@croix-rouge.be](mailto:info@croix-rouge.be).

Treten Sie unserer Facebook-Seite „Sang pour Sang Donneur“ bei und teilen Sie unsere Publikationen in großem Umfang..

## SANG POUR SANG DONNEUR

Du findest uns auf



# DIE KRANKEN BRAUCHEN SIE! BESTEN DANK FÜR IHRE GROSSZÜRGIGKEIT!



**WWW.BLUTSPENDER.BE**  
info@croix-rouge.be - ☎0800 92 245

**CROIX-ROUGE**  
de Belgique



**SERVICE DU SANG - Rue du Fond Du Maréchal 8 - B-5020 Suarlée**

## **Region Brabant-Hennegau**

Chaussée de Binche 101  
7000 Mons - 065 22 10 30

## **Region Brüssel**

Lenniksebaan 808  
1070 Brussel - 02 526 92 69

## **Region Lüttich**

Rue Dos Fanchon 41  
4020 Liège - 04 341 69 11

## **Region Namur/Luxembourg**

Rue du Fond du Maréchal 8  
5020 Suarlée - 081 56 41 52