Bayerisches Rotes Kreuz

Jugendrotkreuz

BLUT UND BLUTSPENDE

Material für die Gruppenstunde und Wissenswertes zur Blutspende

www.jrk-bayern.de

VORWORT GEORG GÖTZ

Das könnte jedem von uns passieren...
Täglich werden in Deutschland etwa 15.000 Blutspenden für kranke und verletzte Patienten benötigt. Menschen wie Miriam oder Felix Brunner wären ohne Blutspenden heute nicht mehr am Leben. Sie stehen stellvertretend für viele Patienten, die nur dank der Unterstützung von Blutspendern eine Überlebenschance haben.

Miriam kam in der 33. Schwangerschaftswoche zur Welt. Ihre Herztöne waren kaum zu hören. Daraufhin erhielt sie sofort Bluttransfusionen. Zwei Tage nach ihrer Geburt diagnostizierten die Ärzte bei ihr einen Herzfehler. Da sie immer häufiger Bluttransfusionen benötigte, stellten die Ärzte nach weiteren Untersuchungen fest, dass das kleine Mädchen an der seltenen, aber schwerwiegenden Diamond-Blackfan-Anämie (schwere chronische Blutarmut) leidet. Um zu überleben, benötigt sie mittlerweile alle drei Wochen neues Blut.

Felix Brunner ist 19 Jahre alt, macht eine Ausbildung zum Krankenpfleger und ist als aktiver Bergretter bei der Bergwacht Bayern. In seiner Freizeit ist er fast täglich in den Bergen unterwegs. Doch dann kommt es am 17. Januar 2009 zu einem schweren Unfall, der sein eigenes Leben und das seiner Familie komplett verändert.
Auf dem Rückweg von einer Tour in den Tiroler Bergen verliert Felix auf einem Wanderweg den Halt und stürzt dreißig Meter tief in ein Bachbett.
Es folgen 13 Monate auf der Intensivstation, davon acht Monate im künstlichen Koma. Felix wurde mehr als 60 Mal operiert. Dabei mussten ihm über 800 Blutkonserven zugeführt werden, um ihn am Leben zu erhalten. Trotz der vielen Komplikationen und der hoffnungslosen Aussichten kämpft sich Felix ins Leben zurück. Herzlichen Dank für das Interesse an den Themen Blut und Blutspende und viel Spaß und Erfolg beim Einsatz der Arbeitshilfe!

Georg Götz
Geschäftsführer Blutspendedienst des BRK

VORWORT JRK-LANDES-LEITUNG

Viele Mitglieder des Jugendrotkreuzes haben im Rahmen ihrer Verbandsmitgliedschaft immer mal wieder mit dem Thema Blutspende zu tun. Sei es im Rahmen einer Gruppenstunde zu dem Thema, sei es bei der Vorbereitung auf einen Wettbewerb hin. Sei es, weil sie selber regelmäßig Blut spenden oder sei es im Rahmen der Durchführung einer Blutspende als Kinderbetreuung oder in der Organisation.

Genügend Gründe also gemeinsam mit dem Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes eine Arbeitshilfe zu erstellen. Mit dieser soll es gelingen, euch mit dem Thema Blut und Blutspende auseinander zu setzen aber auch gleichzeitig Umsetzungsideen zu erhalten, wie ihr das Thema in eurer Jugendrotkreuz-Arbeit integrieren könnt.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Durchblättern und Bearbeiten!

Sonja Erben, Dirk Irler, Cornelia Ast

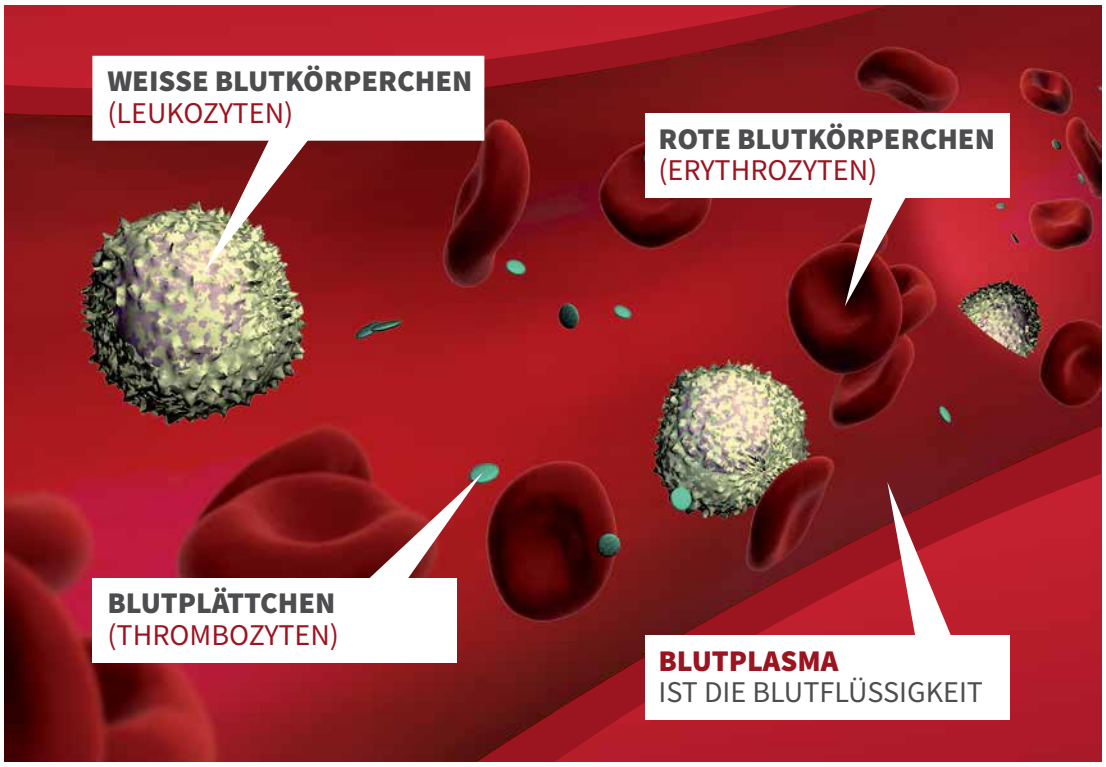
Landesleitung Bayerisches Jugendrotkreuz

BASISWISSEN FÜR DIE JÜNGSTEN

Sicher habt Ihr euch schon mal in den Finger geschnitten und geblutet. Doch was ist Blut eigentlich? Und wie kommt es, dass eine kleine Wunde schon nach einiger Zeit nicht mehr blutet?

WAS IST BLUT?

Blut sieht wie eine rote Flüssigkeit aus. Doch ganz so einfach ist das nicht, denn Blut besteht aus verschiedenen Teilen:



Die einzelnen Bestandteile des Blutes.

Die roten Blutkörperchen sind sehr zahlreich. Sie enthalten einen Farbstoff, das Hämoglobin, das dem Blut seine Farbe gibt. Sie bringen den Sauerstoff aus der Lunge zu den Organen. Die weißen Blutkörperchen dienen dem Körper zur Abwehr von Krankheiten. Die Blutplättchen verhindern, dass wir bei kleinen Verletzungen zu viel Blut verlieren. Das Blutplasma ist die Flüssigkeit, in der die Blutkörperchen und die Blutplättchen schwimmen. Auch die im Körper anfallenden Abfallstoffe werden darin wegtransportiert.

WOFÜR BENÖTIGT MAN BLUT?

Jeder Mensch und jedes Tier atmet. Bei jedem Atemzug kommt Luft in die Lunge. Luft besteht aus verschiedenen Gasen, wichtig für den Menschen ist vor allem der Sauerstoff. Bei jedem Atemzug strömt ganz viel Sauerstoff in die Lungen. Und genau dort holt sich das Blut dann auch den frischen Sauerstoff ab, um diesen Sauerstoff zu allen Organen im Körper zu transportieren. Einige Organe benötigen besonders viel Sauerstoff, so zum Beispiel das Gehirn. Den Sauerstoff tragen die roten Blutkörperchen durch den Körper.

WAS GENAU MACHT DAS BLUT?

Warum können die Hände und Füße warm bleiben? Das Blut fließt auch durch die Hände und Füße, obwohl sie so weit vom Körper weg sind. Das Blut wärmt sie also von innen auf.

Ihr habt Euch in den Finger geschnitten und dabei ist Dreck in die Wunde gekommen? Das kann mal passieren und auch dafür ist das Blut gerüstet. Das Blut kämpft gegen die Krankheitserreger und verhindert somit, dass ihr krank werdet. Diese Aufgabe wird von den weißen Blutkörperchen übernommen.

Nach einer kleinen Verletzung hattet ihr sicher auch schon mal eine Kruste auf der Wunde. Auch diese Kruste wird durch das Blut gebildet, damit der Körper nicht zu viel Blut verliert. Diese Kruste bauen die Blutplättchen, denn wenn man viel Blut verliert, kann das sehr gefährlich werden.

DER BLUTKREISLAUF

Ein Kreislauf ist eine Kette von Ereignissen, die immer wieder nacheinander passieren, es gibt keinen Anfangs- und Endpunkt. Die Abfolge der Jahreszeiten ist ein Kreislauf, den ihr alle kennt. Nach dem Winter kommt immer irgendwann der Frühling, dem folgt der Sommer und nach dem Herbst kommt wieder der Winter. Immer wieder. Jahr für Jahr.

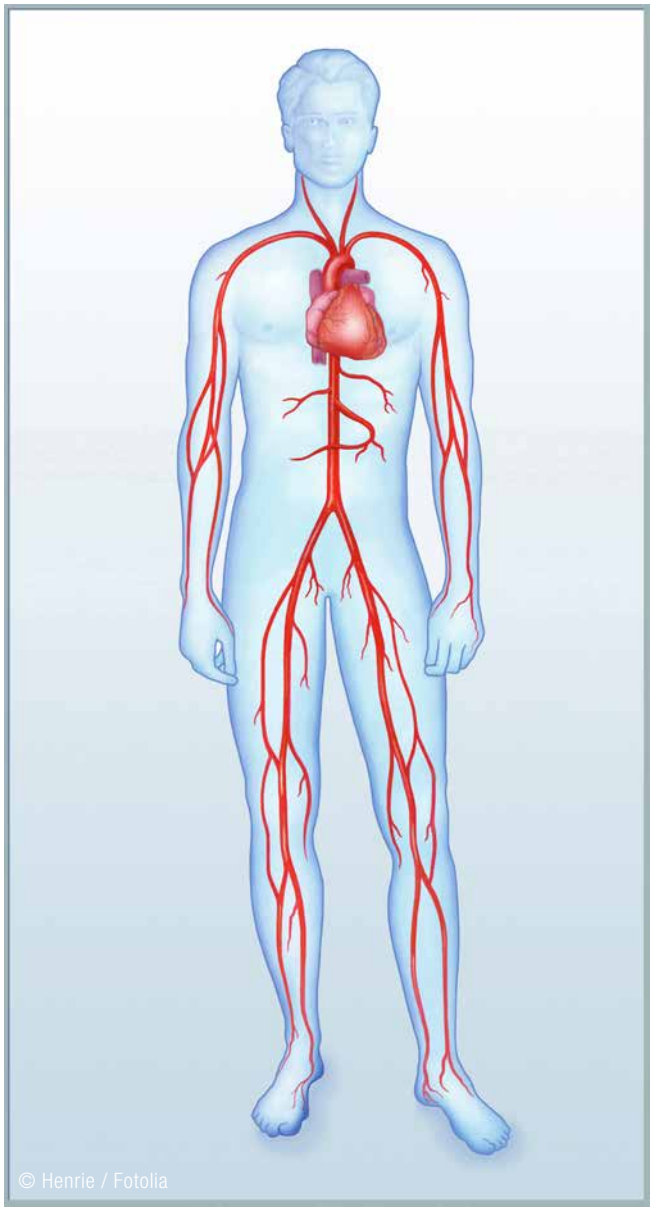
Auch im Körper gibt es Kreisläufe, Ereignisse, die einfach immer wieder nacheinander passieren. Zum Beispiel der Blutkreislauf.

UND WIE FUNKTIONIERT DER BLUTKREISLAUF?

Das Herz ist etwa so groß wie die geballte Faust und schlägt ständig. Dieses Schlagen, das man auch von außen hören kann, ist das Geräusch der Pumpe. Denn das Herz ist eine Pumpe! Das Blut erreicht das Herz und bekommt dort wieder den nötigen Schwung, um den weiten Weg durch den Körper zu schaffen. Das ist eine sehr anstrengende Arbeit, denn das Herz arbeitet immer, Tag und Nacht.

Das Blut wird vom Herzen aus durch den ganzen Körper gepumpt. Wenn es wieder beim Herzen angelangt ist, ist der ganze Sauerstoff weg, da er inzwischen zu den Organen gebracht wurde. Also muss das Herz dieses Blut erst wieder zur Lunge pumpen, damit es dort neuen Sauerstoff bekommt. Dieser Kreislauf zwischen Herz und Lunge ist der Lungenkreislauf. Direkt nach der Lunge kommt das Blut wieder zum Herzen, um sich neuen Schwung zu holen und durch den Körper zu fließen.

Dies ist der Körperkreislauf. Das Blut fließt in eigenen Bahnen durch den Körper, den Adern. Dieses Adersystem durchzieht den gesamten Körper, es verzweigt sich immer weiter bis in die kleinsten Adern, die Kapillaren genannt werden. Diese Kapillaren sind allerfeinste Blutgefäße mit hauchdünnen Wänden.



So sieht der Blutkreislauf aus.

In diesen kleinsten Adern geschieht der Austausch: Der Sauerstoff im Blut wechselt in die Organe und die Abfallstoffe, die sich dort angesammelt haben, werden mit zurücktransportiert.

Man kann dieses System mit einer Eisenbahn vergleichen. Der große Hauptbahnhof entspricht dem Herzen, hier kommen alle Züge vorbei und fahren von dort auch in die entlegensten Gebiete, um Passagiere aus- und einsteigen zu lassen. Das lange und weit verzweigte Schienennetz entspricht dem ebenso langen und weit verzweigten Netz von Adern im menschlichen Körper. Die Passagiere entsprechen dem Sauerstoff, der überall hintransportiert wird, und den Abfallstoffen, die von den Zellen wegtransportiert werden.

Der menschliche Körper ist aber viel effektiver als die Bahn: Das Blut kreist am Tag rund 1500 Mal durch den Körper! Ein erwachsener Mensch hat rund 4-6 Liter Blut in seinem Körper.

So entspannt ist eine Blutspende.

BLUTSPENDEN

Viele Menschen sind auf das Blut anderer angewiesen: Zum Beispiel, wenn sie bei einem Unfall viel Blut verloren haben oder sehr krank sind. Denn Blut kann nicht künstlich hergestellt werden, es muss immer von anderen Menschen gespendet werden. Pro Tag werden in Bayern ca. 2.000 Blutspenden benötigt.

Nicht jedes Blut ist gleich und kann an jeden anderen Menschen abgegeben werden. Das Blut unterscheidet sich vor allem durch vier verschiedene Blutgruppen: Die heißen 0, A, B und AB. Daneben gibt es noch weitere Unterschiede, die nach der Blutspende genau geprüft werden müssen, damit niemand Blut bekommt, das er überhaupt nicht verträgt.

Blutspenden kann jeder gesunde Mensch ab dem 18. bis zum vollendeten 72. Lebensjahr. Als Erstspender sollte man nicht älter als 64 sein. Frauen können viermal, Männer sogar sechsmal innerhalb von 12 Monaten Blut spenden. Zwischen zwei Blutspenden muss ein Abstand von mindestens acht Wochen liegen.

Der Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes fährt täglich durch Bayern, um Blutspendetermine abzuhalten. Speziell geschulte Ärzte, Krankenschwestern und Arzthelfer sowie ehrenamtliche Mitglieder des örtlichen Roten Kreuzes kümmern sich um die Betreuung der Blutspenderinnen und Blutspender.

Gerne begrüßt man euch auch zu zweit bei der Blutspende.

MIT DEINER BLUTSPENDE

Während die Eltern Blut spenden, können Kinder von Jugendlichen des Jugendrotkreuzes betreut werden, die Handpuppen Moritz und Franzi helfen ihnen dabei. Bei der Kinderbetreuung wird viel gespielt, gemalt, gebastelt und gelacht. Manche Kinder üben dabei auch Erste Hilfe.

Blut ist überlebenswichtig, es gibt keine Alternative zu Blutkonserven.
Allein in Bayern werden jeden Tag etwa 2.000 Blutkonserven für kranke und verletzte Patientinnen und Patienten benötigt. Derzeit spenden in Bayern nur etwa 7% der Bevölkerung, aber jede bzw. jeder Dritte ist einmal im Leben auf ein Blutprodukt angewiesen. Mit Deiner Blutspende kannst Du einen wertvollen Beitrag für die Gemeinschaft leisten!

WIE LÄUFT DIE BLUTSPENDE AB?

ANMELDUNG ZUR BLUTSPENDE

Die Registrierung beim Spendetermin erfolgt über Deinen Personalausweis, es ist keine Anmeldung erforderlich. Deinen Blutspendeausweis erhältst Du nach der ersten Blutspende per Post.

MEDIZINISCHER FRAGEBOGEN

Mit dem Fragebogen werden wichtige Punkte zu Deinem bisherigen und aktuellen Gesundheitszustand abgefragt.

ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

Eine Ärztin oder ein Arzt überprüft Blutdruck, Puls und Körpertemperatur und bespricht Deinen ausgefüllten Fragebogen mit Dir.

BESTIMMUNG DES HÄMOGLOBINWERTES

Der Hämoglobinwert in Deinem Blut wird mittels eines Blutstropfens am Ohrläppchen bestimmt. Der Hämoglobinwert lässt Rückschlüsse auf den Eisengehalt im Blut zu – nur, wer ausreichend Eisen im Blut hat, wird zur Spende zugelassen. Bei Erstspendern wird zusätzlich die Blutgruppe ermittelt.

DIE BLUTSPENDE

Dauert selten länger als zehn Minuten. Hierbei spendest Du ca. 500 ml Blut.

VERTRAULICHER SELBSTAUSSCHLUSS

Du hast die Möglichkeit, Deine Spende durch den Selbstausschluss vertraulich von der Verwendbarkeit auszuschließen. Es gibt Situationen, in denen Spenderinnen oder Spender - beispielsweise aufgrund der Anwesenheit von Freunden und Bekannten – ein bekanntes Infektionsrisiko nicht offen zugeben können oder wollen. Der Selbstausschluss ermöglicht es, den kompletten Spende-Ablauf mitzumachen und vertraulich darauf hinzuweisen, dass die Blutspende aufgrund eines bestehenden Infektionsrisikos nicht verwendet werden darf.

IMBISS & AUSSPANNEN

Nach einer ca. zehnminütigen Ruhepause ist es wichtig, dass Du noch etwas isst und trinkst. Die ehrenamtlichen Helfenden des Blutspendedienstes stellen Brotzeit und Getränke zur Verfügung, oftmals erhalten die Spenderinnen und Spender ein kleines Geschenk als Dankeschön für die unentgeltliche Spende.

WELCHE VORAUSSETZUNGEN MUSS ICH ERFÜLLEN, UM BLUT SPENDEN ZU KÖNNEN?

BITTE BEACHTE VOR DEINER BLUTSPENDE:

Ausreichend Essen und Trinken

Personalausweis, Führerschein oder Reisepass mitbringen

Dein Körpergewicht: mindestens 50 kg

Dein Alter: mindestens 18 Jahre

Antworten auf die häufigsten Fragen zur Blutspende sowie Neuspender-informationen findest Du unter: **www.blutspendedienst.com/faq**

Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes

Wenn Du Medikamente einnimmst bzw. einnehmen musstest, kläre am besten vorher ab, ob Du zur Spende zugelassen wirst oder nicht. Nach Aufenthalt in bestimmten Ländern oder Destinationen gelten aufgrund von Infektionsrisiken bestimmte Wartezeiten für die Blutspende. Falls Du also eine Reise unternommen hast und Blut spenden möchtest, kläre bitte ebenfalls ab, ob Du derzeit spenden darfst oder nicht.

Eine Übersicht der aktuellen Länderlisten findest Du hier https://www.blutspendedienst.com/aktuelles/aktuelles/articles/blutspende-nach-urlaub-reise. Falls das von Dir bereiste Land nicht in der Liste aufgeführt ist, Du eine Rundreise gemacht hast oder unsicher bist, wende Dich gerne an unsere Hotline.

Hotline: 0800 11 949 11 kostenfrei aus dem dt. Festnetz
E-Mail: info@blutspendedienst.com
Facebook: Blutspendedienst des BRK https://www.facebook.com/blutspendebayern

WO FINDE ICH TERMINE IN MEINER NÄHE?

Die Termine der kommenden sechs Wochen findest Du hier: www.blutspendedienst.com/termine

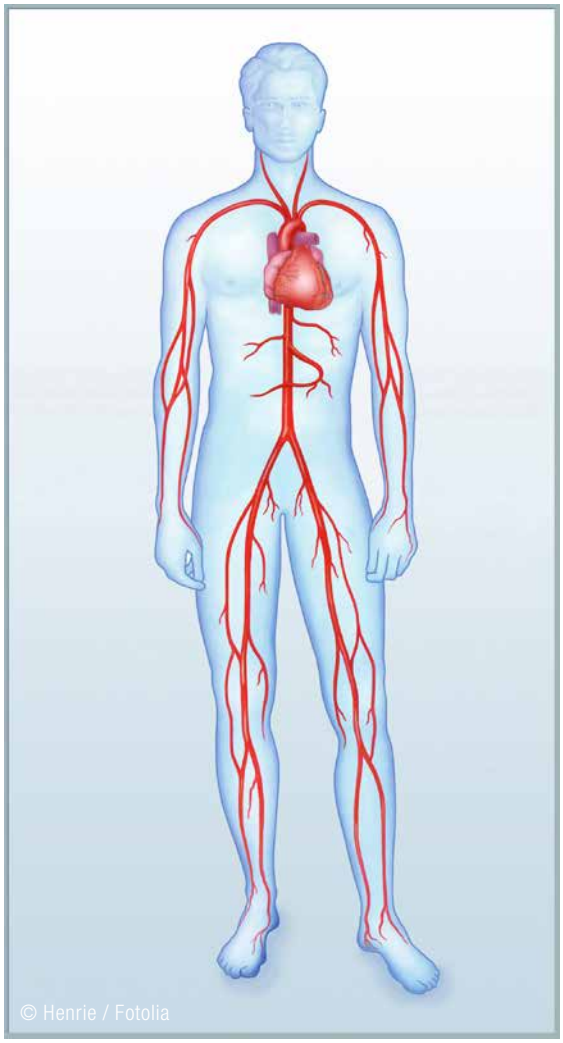
EINLADUNG ZUR BLUTSPENDE VIA E-MAIL

Ab der ersten Blutspende bekommst Du regelmäßig Einladungen zu Spendeterminen in Deiner Nähe per Post zugeschickt. Wenn Du Deine Einladung lieber per E-Mail erhalten willst, kannst Du hier www.blutspendedienst.com/email Deine Einstellungen entsprechend ändern.

BASISWISSEN FÜR DIE ÄLTEREN

Die Aufgaben des Blutes lassen sich im Wesentlichen in vier Bereiche unterteilen: Stofftransport, Abwehrfunktion, Blutgerinnung, Wärmeverteilung

Blut – der ganz besondere Lebenssaft – galt den Menschen schon immer als der Sitz des Lebens. Blut ist eine undurchsichtige rote Flüssigkeit, die alle Zellen im menschlichen Körper mit Sauerstoff und weiteren lebenswichtigen Stoffen versorgt und Abfallstoffe abtransportiert. Blut hilft bei der Regulierung der Körperwärme und, was besonders wichtig ist: Blut ist der Wächter unseres Körpers, der sofort aktiv wird, wenn irgendwo etwas nicht stimmt. Das Blut fließt – angetrieben vom Herzschlag – innerhalb geschlossener Blutgefäße. Alle Blutgefäße, die Blut vom Herzen weg transportieren, heißen Arterien (rot). Blutgefäße, die Blut zum Herzen hin transportieren, heißen Venen (blau). Die Blutgefäße bilden so feine Verzweigungen, dass sie mittels feinster „Haargefäße" (Kapillaren) jede Zelle im Körper versorgen können. Um ein Ausfließen des Blutes bei einer Verletzung der Gefäße zu verhindern, besitzt das Blut ein kompliziertes, aber wirksam funktionierendes Abdichtungs- und Reparatursystem. Ein erwachsener Mensch hat etwa vier bis sechs Liter Blut. Lässt man ein mit Blut gefülltes Untersuchungsröhrchen länger stehen, sinken durch die Schwerkraft die festen Bestandteile langsam zu Boden. Das sind die roten (Erythrozyten) und die weißen Blutzellen (Leukozyten) – auch Blutkörperchen genannt – und die Blutplättchen (Thrombozyten). Darüber steht im Röhrchen eine leicht bernsteinfarbene Flüssigkeit – das Blutplasma.



So sieht der Blutkreislauf aus.

BLUTPLASMA

Blutplasma ist der flüssige Anteil des Blutes, besteht aus Wasser (circa 90 Prozent), dazu finden sich Eiweiße, Salze, gelöste Nährstoffe und Abwehrstoffe. Auch das Fibrinogen, ein für die Blutgerinnung wichtiger Stoff, ist im Plasma enthalten. Entfernt man diesen Stoff aus dem Plasma, so erhält man das Blutserum.

WARUM IST BLUT ROT?

Die rote Farbe rührt vom roten Blutfarbstoff her, dem Hämoglobin. Dieser Blutfarbstoff ist in den roten Blutzellen enthalten. Das Hämoglobin bindet den lebenswichtigen Sauerstoff. Es bindet aber auch giftiges Kohlenstoffmonoxid, und zwar viel besser als den Sauerstoff. Schon geringste Mengen des geruchlosen Kohlenstoffmonoxids, das bei unvollständiger Verbrennung (z. B. schlecht ziehende Öfen, Auspuffgase, Zigarettenrauch) entsteht, blockieren die Bindung des Sauerstoffs.

© Sebastian Kaulitzki / Fotolia

DIE TRANSPORTARBEITER

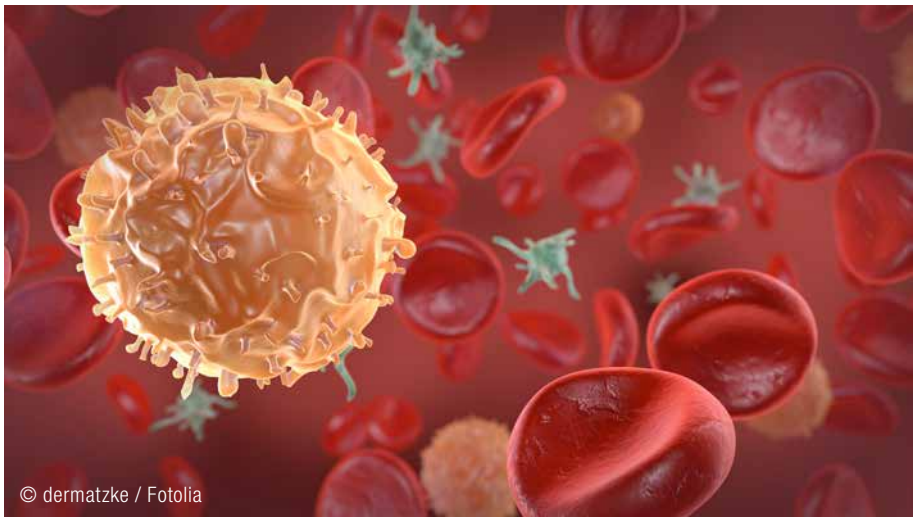
Die roten Blutzellen – die Erythrozyten – transportieren den lebenswichtigen Sauerstoff von der Lunge zu den Körperzellen und einen Teil des Kohlenstoffdioxids aus den Zellen in die Lunge. Sie ähneln einer oben und unten eingedellten Scheibe. Die große Zelloberfläche ist besonders günstig für den Austausch der Gase. Unser Blut enthält Billionen von roten Blutzellen. Sie werden im roten Knochenmark des Beckenknochens und des Brustbeins gebildet und leben meist nur 100 bis 120 Tage.

PRIMA KLIMA

Eine wichtige Aufgabe des Blutes ist die Verteilung der Wärme im Körper. Der Organismus muss seine Temperatur im Innern immer konstant halten, egal ob es kalt ist oder uns heiß wird, weil wir uns anstrengen. Muss überschüssige Wärme aus dem Körper abgeführt werden, dann geschieht dies durch die Verdunstung von Schweiß und durch die Erweiterung der Blutgefäße der Haut – die Haut erscheint dann gerötet. Bei niedrigen Außentemperaturen wird die Hautdurchblutung im Gesicht, an den Fingern und den Füßen gedrosselt, damit möglichst wenig Wärme abgegeben wird.

BAHN FREI FÜR GASE!

Sauerstoff und Kohlenstoffdioxid sind in Wasser nur schlecht löslich. Deshalb müssen sie an einen „Träger“ gebunden werden, der sie dann durch den Körper befördert. Das übernimmt der rote Blutfarbstoff, das Hämoglobin. Wenn das Blut durch die kleinen Blutgefäße der Lunge fließt, wird der eingeatmete Sauerstoff an das Hämoglobin gebunden und zu den Zellen transportiert und dort abgegeben. Das Kohlenstoffdioxid gelangt aus den Zellen in die kleinen Blutgefäße und wird dort zum Teil vom Blut aufgenommen. Die roten Blutzellen transportieren es dann zur Lunge, wo es wieder abgegeben und ausgeatmet wird. Gelangt zu wenig Sauerstoff zu den Zellen, z. B. bei einem Herzstillstand oder wenn die Lungenatmung nicht richtig funktioniert, führt das nach wenigen Sekunden zur Ohnmacht und nach einigen Minuten zum Tod.



STARK IN DER DEFENSIVE

Unsere Umwelt enthält unzählige Krankheitserreger, deshalb braucht der Körper ein gut funktionierendes Abwehrsystem. Dieses Abwehrsystem – auch als Immunsystem bezeichnet – funktioniert auf zwei Wegen.

Die weißen Blutzellen – die Leukozyten – sind für die Abwehr von Krankheitserregern zuständig. Erst wenn man sie anfärbt, kann man sie unter dem Mikroskop erkennen. Sie werden im Knochenmark, den Lymphknoten und der Milz gebildet. Die Lebensdauer der Zellen reicht von wenigen Tagen bis zu mehreren Monaten. Leukozyten sind beweglich und können aus dem Blut in die verschiedenen Organe wandern.

Es gibt verschiedene Arten von Leukozyten, ihnen allen gemeinsam ist die Aufgabe, Fremdkörper und Krankheitserreger zu bekämpfen bzw. zu fressen. Bei einigen Menschen spielt das Immunsystem verrückt. Statt schädliche Krankheitserreger zu bekämpfen, stürzt sich die Abwehr auch auf harmlose Fremdlinge wie Blütenpollen, Hausstaub oder bestimmte Nahrungsmittelbestandteile: Der Körper reagiert allergisch – was sich in Hautausschlag oder auch Heuschnupfen äußert.

DIE ERSTE ABWEHRREIHE

Diese Form der Abwehr, auch unspezifische Abwehr genannt, richtet sich gegen alle „Fremdlinge“ im Körper. Sie ist angeboren und bei allen Menschen gleich. Der Körper reagiert zunächst mit Fieber, entweder an einer entzündeten Stelle oder auch im gesamten Körper. Die Blutgefäße erweitern sich, damit das Blut schneller durchfließen kann. Hierdurch gelangen die Abwehrzellen schneller an den Ort der Entzündung. Man bezeichnet sie auch als Fresszellen, weil sie in der Lage sind, Fremdkörper in sich aufzunehmen.

DIE ZWEITE ABWEHRREIHRE

Die spezifische Abwehr richtet sich gezielt gegen ganz bestimmte Fremdstoffe im Körper und wird von jedem Menschen in seinem Leben individuell erworben. Das bedeutet, dass jeder Mensch erst lernen kann, einen bestimmten Krankheitserreger spezifisch abzuwehren, wenn er mit ihm in Kontakt kommt. Bestimmte Abwehrzellen – die Lymphozyten – bilden ein „Gegenmittel“ gegen den Fremdstoff: einen Antikörper.

Mit jeder Teilung der Lymphozyten vermehren sich diese Antikörper. Es entstehen so ganz bestimmte (spezifische) Antikörper, die nur gegen einen ganz bestimmten Erreger, zum Beispiel ein Virus, wirken, so wie ein Schlüssel nur in ein ganz bestimmtes Schloss passt. Noch jahrelang können einige Lymphozyten (die sogenannten Gedächtniszellen) die passenden Antikörper produzieren. Es wird eine spezifische Unempfindlichkeit (Immunität) gegen den Fremdstoff bzw. Erreger erreicht. Hierauf beruht das Prinzip der Impfung.

ABSPERREN UND DICHT MACHEN

Ohne Blutgerinnung wäre jede noch so kleine Verletzung der Blutgefäße lebensbedrohlich. Zum Glück hat unser Körper ein wunderbares System das zu verhindern.

Jeder hat schon an sich beobachtet, wie rasch die Blutung aus einer kleinen Wunde von selbst unter Bildung eines Blutschorfs stoppt. Neben den Blutplättchen sind noch zahlreiche hochspezialisierte Eiweißstoffe des Blutplasmas beteiligt.

Hat ein Mensch zu wenige davon, kommt es zu einer Verlängerung der Blutungszeit, weil das Blut nicht mehr so schnell gerinnen kann. In diesem Fall müssen Blutplättchen durch eine Blutübertragung zugeführt werden. Hierbei leisten Blutspender einen lebensrettenden Beitrag, da nur menschliche Blutplättchen übertragen werden können.

Außer den Blutplättchen darf aber auch keine andere der vielen Substanzen fehlen, die zur Blutgerinnung beitragen. Stoffe, die zur Blutgerinnung beitragen, nennt man Gerinnungsfaktoren. Von ihnen sind bis heute mehr als ein Dutzend bekannt. Fehlt nur ein einziger Gerinnungsfaktor, dann kann es bei der kleinsten Verletzung zu gefährlichen Blutungen kommen, die sehr schwer gestillt werden können.

Die Blutgerinnung, die zum Verschluss einer Wunde führt, verläuft in mehreren Schritten:

- Gefäßverengung: Die Wände der Blutgefäße ziehen sich sofort nach einer Verletzung zusammen.
- Anheftung der Blutplättchen: Die Blutplättchen heften sich an den Rand der Gefäßöffnungen und verschließen diese innerhalb von zwei bis vier Minuten.
- Fibrinbildung: An der Luft zerfallen die Blutplättchen. Das Eiweiß Fibrin, eine Art „Klebstoff“, bildet dann ein Netz um die Blutplättchen, das die Wunde verschließt.

DAS ABSPERRKOMMANDO

Die Blutplättchen – Thrombozyten genannt – sorgen dafür, dass eine blutende Wunde sich wieder schließt. Sie werden im Knochenmark gebildet und in der Leber und der Milz nach etwa sieben bis elf Tagen wieder abgebaut.

Die Blutplättchen ballen sich leicht zusammen, besonders bei Kontakt an rauen Flächen, z. B. entzündeten oder verletzten Innenflächen der Blutgefäße. Spezielle Stoffe, die sogenannten Gerinnungsfaktoren, leiten die Gerinnung ein, an deren Ende die Wunde dann verschlossen ist.

BLUT IST NICHT GLEICH BLUT

Jeder sollte seine Blutgruppe kennen, aber nur jeder Zehnte kennt sie. Bei der Blutspende wird übrigens die Blutgruppe ermittelt.

Vermischt man das Blut von zwei Personen auf einem Objektträger, so lässt sich in den meisten Fällen (nicht in allen) eine Zusammenballung der roten Blutzellen beobachten, häufig werden sie dabei auch zerstört. Das bedeutet, dass man nicht so ohne weiteres Blut von einem Menschen auf den anderen übertragen kann.

Wenn einer Patientin oder einem Patienten Blut übertragen werden soll (Bluttransfusion), müssen deshalb die Blutgruppe des Spenders und die Blutgruppe des Empfängers übereinstimmen oder miteinander verträglich sein, sonst kann es mitunter zu schweren Komplikationen oder gar zu tödlich verlaufenden Zwischenfällen kommen.

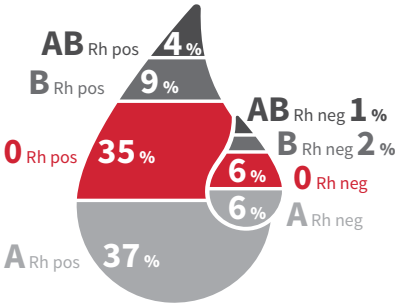
Universal-Blutgruppe Null

Menschen mit der Blutgruppe 0 und dem Rhesusfaktor negativ gelten als Universalspender – ihr Blut ist mit allen anderen Blutgruppen kompatibel.

Die zwei wichtigsten Blutmerkmale sind Blutgruppe und Rhesusfaktor. Bei der Transfusion von Blutkomponenten muss die Verträglichkeit von Spender- und Empfängerblut anhand dieser Merkmale gegeben sein.
Besonders bei der Versorgung von Notfallpatienten besteht ein hoher Bedarf an Blutkonserven mit der Blutgruppe 0, da diese universell einsetzbar sind.

Spender	Empfänger							
0–	AB+	AB–	A+	A–	B+	B–	0+	0–
0+	AB+	A+	B+	0+				
B–	AB+	AB–	B+	B–				
B+	AB+	B+						
A–	AB+	AB–	A+	A–				
A+	AB+	A+						
AB–	AB+	AB–						
AB+	AB+							

Gut zu wissen:
Nur 6% der in Deutschland lebenden Bevölkerung besitzen die Blutgruppe 0 mit Rhesusfaktor negativ.



Wichtig zu wissen:
Jede Blutspende zählt - ganz unabhängig von Blutgruppe und Rhesusfaktor. Denn täglich werden allein in Bayern 2.000 Blutspenden für die Versorgung von Kranken und Verletzten benötigt.

Blutspendedienst
des Bayerischen Roten Kreuzes

DAS A B AB NULL BLUTGRUPPENSYSTEM

Schon lange wusste man, dass die Übertragung von fremdem Blut auf einen anderen Menschen tödlich enden kann. Im Jahr 1901 fand der Wiener Arzt Karl Landsteiner die Ursache. Er trennte Blutproben verschiedener Personen in rote Blutzellen und das Blutserum auf und vermischte dann diese Proben miteinander. In einigen Fällen verklumpten die Blutzellen.

Durch weiteres Experimentieren konnte Landsteiner schließlich drei verschiedene Blutgruppen erkennen, die untereinander unterschiedlich gut verträglich waren. Kurz darauf wurde noch eine vierte Blutgruppe entdeckt. So entstand das System der Blutgruppen A, B, AB und 0 (Null).

Da diese Merkmale vererbt werden, hat also jeder Mensch von Geburt an eine bestimmte Blutgruppe, die er sein Leben lang behält. Welche Blutgruppe ein Mensch hat, hängt davon ab, welche Eigenschaften er auf seinen roten Blutzellen besitzt.

Die Blutgruppen unterscheiden sich nämlich dadurch, dass auf den roten Blutzellen jeweils unterschiedliche Moleküle vorhanden sind; man nennt diese Moleküle Antigene und unterscheidet dabei, vereinfacht dargestellt, nach Antigen-A und Antigen-B. Der Besitz der Antigene wird von den Eltern auf die Kinder vererbt. Menschen mit der Blutgruppe A besitzen das Antigen A und Menschen mit der Blutgruppe B das Antigen B. Träger der Blutgruppe AB besitzen beide Antigene und Träger der Blutgruppe 0 keines der beiden Antigene.

SICHERHEIT ZUERST!

Bei einer Bluttransfusion muss beachtet werden, dass der Patient oder die Patientin rote Blutzellen erhält, gegen die er keine Abwehrstoffe (Antikörper) besitzt. Sonst kann es zu einer Zerstörung der übertragenen Blutzellen kommen.

Vor jeder Blutübertragung muss zur Sicherheit noch einmal überprüft werden, ob alle vorliegenden Angaben richtig sind. Man nennt dies eine Kreuzprobe. Dabei werden Blutserum des Empfängerblutes und die roten Blutzellen des Spenderblutes vermischt; ist dabei keine Zusammenballung der roten Blutzellen feststellbar, darf eine Blutübertragung durchgeführt werden.

DER RHESUSFAKTOR

Zusätzlich zu den bereits erwähnten Antigenen gibt es weitere Stoffe auf der Oberfläche der roten Blutzellen. Einer davon ist der Rhesusfaktor.

Der Begriff ist von den Rhesusaffen, einer asiatischen Affenart, abgeleitet. Durch Versuche mit dem Blut der Affen fand Karl Landsteiner dieses wichtige Molekül. Etwa 85 Prozent aller Menschen besitzen diesen Rhesusfaktor, ihr Blut wird als Rhesus-positiv (Rh+) bezeichnet, die übrigen 15 Prozent besitzen dieses Molekül nicht, ihr Blut erhält die Bezeichnung Rhesus-negativ (Rh-).

Ein Rhesus-negativer Mensch sollte nach Möglichkeit immer Rhesus-negatives Blut bekommen, da eine Übertragung von Rhesus-positivem Blut unter bestimmten Bedingungen gefährlich werden kann.

Eine besondere Stellung nimmt die Blutgruppe 0 ein, insbesondere mit dem Rhesusfaktor negativ. In Kliniken, in die schwer kranke Patienten beispielsweise per Flugrettung eingeliefert werden, besteht ein besonders hoher Bedarf an Blutkonserven mit der Blutgruppe 0. Menschen mit dieser Blutgruppe gelten nämlich als „Universalspender“, ihr Blut kann im Notfall Personen mit anderen Blutgruppen transfundiert werden.

Patienten mit der Blutgruppe AB können rote Blutzellen jeder anderen Blutgruppe bekommen, sie sind „Universalempfänger“, da das Blutplasma der Blutgruppe AB keine Antikörper gegen die Erythrozyten der anderen Blutgruppen enthält. Die Blutgruppe AB gehört in allen Regionen der Welt zur seltensten Blutgruppe.

WIE LÄUFT DIE BLUTSPENDE AB?

ANMELDUNG ZUR BLUTSPENDE

Die Registrierung beim Spendetermin erfolgt über Deinen Personalausweis, es ist keine Anmeldung erforderlich. Deinen Blutspendeausweis erhältst Du nach der ersten Blutspende per Post.

MEDIZINISCHER FRAGEBOGEN

Mit dem Fragebogen werden wichtige Punkte zu Deinem bisherigen und aktuellen Gesundheitszustand abgefragt.

ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

Eine Ärztin oder ein Arzt überprüft Blutdruck, Puls und Körpertemperatur und bespricht Deinen ausgefüllten Fragebogen mit Dir.

BESTIMMUNG DES HÄMOGLOBINWERTES

Der Hämoglobinwert in Deinem Blut wird mittels eines Blutstropfens am Ohrläppchen bestimmt. Der Hämoglobinwert lässt Rückschlüsse auf den Eisengehalt im Blut zu – nur, wer ausreichend Eisen im Blut hat, wird zur Spende zugelassen. Bei Erstspendern wird zusätzlich die Blutgruppe ermittelt.

DIE BLUTSPENDE

Dauert selten länger als zehn Minuten. Hierbei spendest Du ca. 500 ml Blut.

VERTRAULICHER SELBSTAUSSCHLUSS

Du hast die Möglichkeit, Deine Spende durch den Selbstausschluss vertraulich von der Verwendbarkeit auszuschließen. Es gibt Situationen, in denen Spenderinnen oder Spender - beispielsweise aufgrund der Anwesenheit von Freunden und Bekannten – ein bekanntes Infektionsrisiko nicht offen zugeben können oder wollen. Der Selbstausschluss ermöglicht es, den kompletten Spende-Ablauf mitzumachen und vertraulich darauf hinzuweisen, dass die Blutspende aufgrund eines bestehenden Infektionsrisikos nicht verwendet werden darf.

IMBISS & AUSSPANNEN

Nach einer ca. zehnminütigen Ruhepause ist es wichtig, dass Du noch etwas isst und trinkst. Die ehrenamtlichen Helfenden des Blutspendedienstes stellen Brotzeit und Getränke zur Verfügung, oftmals erhalten die Spenderinnen und Spender ein kleines Geschenk als Dankeschön für die unentgeltliche Spende.

WELCHE VORAUSSETZUNGEN MUSS ICH ERFÜLLEN, UM BLUT SPENDEN ZU KÖNNEN?

BITTE BEACHTE VOR DEINER BLUTSPENDE:

Ausreichend Essen und Trinken

Personalausweis, Führerschein oder Reisepass mitbringen

Dein Körpergewicht: mindestens 50 kg

Dein Alter: mindestens 18 Jahre

Antworten auf die häufigsten Fragen zur Blutspende sowie Neuspender-informationen findest Du unter: **www.blutspendedienst.com/faq**

Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes

Wenn Du Medikamente einnimmst bzw. einnehmen musstest, kläre am besten vorher ab, ob Du zur Spende zugelassen wirst oder nicht. Nach Aufenthalt in bestimmten Ländern oder Destinationen gelten aufgrund von Infektionsrisiken bestimmte Wartezeiten für die Blutspende. Falls Du also eine Reise unternommen hast und Blut spenden möchtest, kläre bitte ebenfalls ab, ob Du derzeit spenden darfst oder nicht.

Eine Übersicht der aktuellen Länderlisten findest Du hier https://www.blutspendedienst.com/aktuelles/aktuelles/articles/blutspende-nach-urlaub-reise. Falls das von Dir bereiste Land nicht in der Liste aufgeführt ist, Du eine Rundreise gemacht hast oder unsicher bist, wende Dich gerne an unsere Hotline.

Hotline: 0800 11 949 11 kostenfrei aus dem dt. Festnetz
E-Mail: info@blutspendedienst.com
Facebook: Blutspendedienst des BRK https://www.facebook.com/blutspendebayern

WO FINDE ICH TERMINE IN MEINER NÄHE?

Die Termine der kommenden sechs Wochen findest Du hier: www.blutspendedienst.com/termine

EINLADUNG ZUR BLUTSPENDE VIA E-MAIL

Ab der ersten Blutspende bekommst Du regelmäßig Einladungen zu Spendeterminen in Deiner Nähe per Post zugeschickt. Wenn Du Deine Einladung lieber per E-Mail erhalten willst, kannst Du hier www.blutspendedienst.com/email Deine Einstellungen entsprechend ändern.

SICHERHEIT UND QUALITÄT STEHEN AN ERSTER STELLE

Blut ist ein sehr verderbliches Gut. Deshalb ist es so wichtig, dass die Blutspenden rasch und sehr sorgfältig weiterverarbeitet werden.

Nach einem Blutspendetermin werden die Blutkonserven noch am selben Tag zur Untersuchung gebracht, um die Blutgruppe und den Rhesusfaktor in einem Labor zu bestimmen. Ein zusätzlicher Suchtest spürt Substanzen auf, die bei Bluttransfusionen gefährliche Zwischenfälle verursachen können – eine Bestimmung von Antikörpern, die gegen körperfremde Blutzellen gerichtet sind. Weitere Untersuchungen des Spenderblutes dienen nicht nur dem Schutz des Blutempfängers vor ansteckenden Krankheiten, sondern liegen auch im Interesse des Blutspenders.

Das Blut wird auf die Anwesenheit der Gelbsuchterreger Hepatitis B und Hepatitis C (virusbedingte Leberentzündung) getestet und untersucht, ob es Hinweise auf die Geschlechtskrankheit Syphilis gibt. Auch ein HIV-Test auf eine Infektion mit der Immunschwächekrankheit AIDS wird durchgeführt. Mit diesen Untersuchungen und durch die intensive Aufklärung der Blutspenderin oder des Blutspenders haben die DRK-Blutspendedienste das Risiko einer solchen Infizierung auf ein Minimum reduziert.

Erst wenn alle Untersuchungsergebnisse den strengen Anforderungen genügen, werden die Blutkonserven zur Verwendung freigegeben. Ist etwas nicht in Ordnung, teilt das der Blutspendedienst dem Spender oder der Spenderin über den Hausarzt mit.

Die Blutspende wird deshalb auch zu einer Gesundheitskontrolle.

EINE BLUTSPENDE HILFT VIELEN!

Täglich werden in Deutschland Tausende Blutpräparate für die verschiedensten Patientinnen und Patienten benötigt.

Alle Blutspenden werden vollständig verarbeitet. Die Empfängerin bzw. der Empfänger erhält nur noch jene Blutbestandteile, die er zur Heilung benötigt. Damit lassen sich unerwünschte Nebenwirkungen weitgehend vermeiden. Vor allem aber wird so eine bessere Ausnutzung des kostbaren Spenderblutes erreicht. Eine einzige Blutspende hilft in der Regel mehreren Menschen.

Zuerst wird durch Zentrifugieren die leichtere Blutflüssigkeit – das Blutplasma – von den schwereren Blutzellen getrennt und anschließend in einen anderen Beutel übergeleitet. Aus den Blutzellen werden dann Konzentrate von roten Blutzellen (Erythrozyten), weißen Blutzellen (Leukozyten) und Blutplättchen (Thrombozyten) hergestellt. Das Blutplasma wird tiefgefroren und später weiterverarbeitet. Aus dem Plasma gewinnt man verschiedene Bestandteile, vor allem wertvolle Eiweiße, Stoffe zur Blutgerinnung und Abwehrstoffe gegen Krankheitserreger.

Nicht alle dieser Blutbestandteile sind gleich lange haltbar. Weiße Blutzellen und Blutplättchen sind kurzlebig. Sie müssen innerhalb weniger Stunden oder Tage nach der Spende übertragen werden. Blutplättchen z. B. sind nur bis zu 120 Stunden lagerbar – bei Raumtemperatur und unter ständiger gleichmäßiger Bewegung. Konzentrate von roten Blutzellen können wenige Wochen im Kühlraum bei vier Grad Celsius aufbewahrt werden. Die Bestandteile aus dem Blutplasma dagegen sind sehr viel länger haltbar.

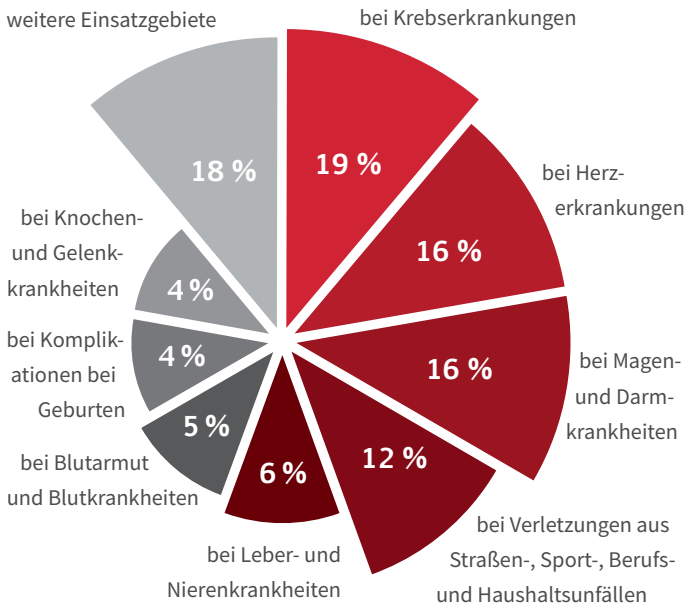
DIE TÄGLICHE LEBENS-RETTUNG

Tausende von Menschen spenden jährlich ihr wertvolles Blut – und retten damit zahlreichen Menschen das Leben.

Täglich spenden in Deutschland rund 15.000 Menschen Blut, das ergibt jährlich mehr als fünf Millionen Blutspenden!

Experten rechnen mit einem steigenden Bedarf aufgrund des medizinischen Fortschritts und der steigenden Zahl älterer Menschen, für deren medizinische Behandlung Blutpräparate benötigt werden.

DER EINSATZ VON BLUTPRÄPARATEN



Quelle: DRK-Blutspendedienste

▶ Die bewegenden Geschichten einiger Blutspende-Empfänger und weitere Videos rund um das Thema Blutspende findest Du in unserem YouTube-Kanal „Blutspendedienst des BRK“

BLUTSPENDE & EHRENAMT: JUNGE HELDEN BRAUCHT DAS BRK!

Nachwuchs wird immer gebraucht – unter den Blutspendern, aber auch in der Helfer-Riege. Zugegeben, man muss ein wenig nach ihnen suchen.

Zum Glück findet man auch die „young generation“ im Ehrenamt. Vincent, Katharina oder Benedikt heißen einige der jungen Mitglieder in der Rotkreuz-Bereitschaft Aubing bei München im Alter von 9 bis 34 Jahren. Wie und warum sie sich freiwillig und in ihrer Freizeit für die gute Sache einsetzen und andere dabei motivieren, erzählen sie uns ...

VINCENT KÖNIGER

10 Jahre, aktives Mitglied der Bereitschaftsjugend Aubing-West 3 seit September 2012
Tätigkeit im „richtigen Leben“: Schüler

„Wer Blut spendet, rettet Leben. Aber wenn es keine ehrenamtlichen Helfer gibt, die Blutspenden sammeln, wird kein Leben gerettet. Spenden darf ich leider noch nicht, aber ich helfe bei der Kinderbetreuung mit und spiele auch mit den Jüngsten, die ihre Eltern zum Blutspenden begleiten. So können die Mamas und Papas beruhigt Blut spenden und wissen aber, dass ihre Kinder in guten Händen sind und eine schöne Zeit mit Basteln, Spielen und Malen haben. Am Liebsten machen wir mit den Kindern Buttons, die sie selbst gestalten und mit nach Hause nehmen dürfen ... und zwar meistens nicht nur einen. So trage auch ich dazu bei, dass in Aubing die Menschen gerne zur Blutspende gehen. Wenn ich groß bin, möchte ich auch selbst Blut spenden – am liebsten in Aubing.“

KATHARINA BAYER

29 Jahre, beim BRK ehrenamtlich engagiert seit 2007,
Qualifikation: Rettungsassistentin
Tätigkeit im „richtigen Leben“: Sportwissenschaftlerin/ Sporttherapeutin

„Nach dem Abitur nahm mich ein Freund, der ebenfalls Mitglied in der Bereitschaft ist, mit zum Bereitschaftsabend. Es dauerte nur wenige Minuten, und schon war ich inmitten der vielen motivierten Helfer aufgenommen und einer von ihnen. Das war ein tolles Gefühl. Ich selbst spendete beim letzten Aubinger Blutspendetag das neunte Mal mein Blut. Während des Studiums war Blutspenden für uns immer ein Event: meine Kommilitonen und ich trafen uns zum Mittagessen und gingen anschließend zum Blutspenden. Zu neunt belagerten wir die Liegen im Spenderaum. So haben wir das Angenehme mit dem Nützlichen verbunden: mit Spaß und Freude am Helfen. Heute genieße ich die Möglichkeit, in einer einzigartigen Gemeinschaft beim Blutspendetag zu helfen sowie auch zu spenden.“

BENEDIKT VOGEL

21 Jahre, beim BRK seit 2013, zunächst als THW-Gasthelfer beim „Helfer vor Ort“,
Qualifikation: Rettungssanitäter
Tätigkeit im „richtigen Leben“: Studium „Security & Safety Engineering“ an der Hochschule Furtwangen (Schwarzwald), nebenbei Rettungsdienst in München, außerdem seit 2007 im THW.

„Zum Blutspenden kam ich durch eine Bekannte, die mir davon erzählte. Ich finde es wichtig, auf diese Weise beispielsweise Unfallopfern zu helfen – solange wir Blut nicht synthetisch herstellen können, hängen davon Menschenleben ab. So habe ich dieses Jahr zum zehnten Mal gespendet und war sofort auch als Helfer dabei, als der Blutspendedienst in meine Bereitschaft nach Aubing kam. Auch wenn es zwischendurch mal anstrengend wird, macht die Arbeit in diesem tollen Team einfach Spaß.“

ENGAGEMENT DES JUGEND-ROTKREUZES:

1. IN DER GRUPPENSTUNDE

Das Thema Blut und Blutspende eignet sich ideal, um auch einmal eine Gruppenstunde damit zu befüllen. Hierzu drei Ideen:

1, 2 ODER 3

ZIEL: Information und Auseinandersetzung

ALTER: Ab 12 Jahren

ABLAUF: 3 Stühle stehen in einer Reihe, auf jedem Stuhlrücken hängt eine Karte mit einer Nummer: 1, 2 oder 3. Eine Frage wird vorgelesen. Es gibt drei Antwortmöglichkeiten: Die Karte mit der ersten Antwortmöglichkeit wird vorgelesen und auf Stuhl 1 gelegt, anschließend die zweite Antwortkarte auf Stuhl 2 und die Antwortkarte 3 auf Stuhl 3. Die Gruppenmitglieder sollen sich vor den Stuhl stellen, dessen Antwort ihrer Meinung nach richtig ist (alternativ kann man auch Karten mit der entsprechenden Nummer hochhalten lassen). Bei einigen Fragen gibt es mehr als nur eine richtige Antwort, damit zusätzliche Dynamik ins Spiel kommt.

AUSWERTUNG: Wenn sich alle Gruppenmitglieder zugeordnet haben, begründen sie ihre Entscheidung und die Gruppenleitung löst mit einer Erklärung auf, ob die Positionierung stimmt oder nicht.

MATERIAL: Frage- und Antwortkarten vorher erstellen

1. FRAGE: Schätzt: Wie viele Blut- und Plasmaspenden werden jeden Tag in Bayern benötigt?

1. 1.000 Spenden
2. 2.000 Spenden
3. 4.000 Spenden

▶ Richtige Antwort: Jeden Tag werden in Bayern rund 2.000 Blutspenden benötigt.

2. FRAGE: Weshalb wird so viel Blut/Plasma benötigt?

1. Behandlung von Krebspatienten
2. Medikamente für chronisch Kranke
3. Unfälle

▶ Richtige Antwort: Alle drei Antworten sind richtig! Das meiste Blut und Plasma wird für Behandlungen (Medikamente, Transfusionen, Operationen) gebraucht, Unfälle kommen erst an letzter Stelle.

3. FRAGE: Weshalb spenden die meisten Menschen Blut?

1. Freistellung von der Arbeit
2. Geld oder Geschenke
3. um anderen zu helfen

▶ Richtige Antwort: Wenn man Menschen befragt, kommen alle drei Antworten vor. Die meisten nennen aber Punkt Nr. 3.

4. FRAGE: Was wird vor einer Spende geprüft?

1. Hämoglobingehalt
2. Stuhlgang
3. Schuhgröße

▶ Richtige Antwort: Nr. 1 ist richtig, es müssen genug rote Blutkörperchen vorhanden sein (Hämoglobingehalt), sonst kann nicht gespendet werden.

5. FRAGE: Wann darf man nicht spenden?

1. Nach einer durchsoffenen Nacht
2. nach einem Piercing/Tattoo
3. wenn man eine Brille trägt

▶ Richtige Antworten: 1 und 2! Wer „gesoffen“ hat, darf nicht spenden. Aber auch nach einem Piercing oder Tattoo wird man für 12 Monate zurückgestellt. Grund hierfür ist, dass sich das Blutspendezentrum nicht darauf verlassen kann, dass das Piercing-/Tattoo-Studio steril gearbeitet hat. Antwort 3 ist natürlich Unsinn.

6. FRAGE: Was befürchten Leute, die noch nicht spenden waren?

1. dass die Spritze unangenehm ist
2. sie können kein Blut sehen
3. sie haben Angst, ohnmächtig zu werden

▶ Richtige Antwort: Es gibt alle drei Befürchtungen! Daher auf die Ängste eingehen und ermutigen, es doch mal auszuprobieren und vielleicht jemanden mitzunehmen.

7. FRAGE (nur bei Jugendlichen über 18 Jahren): Wie viele von Euch waren schon Blutspenden bzw. planen demnächst Blut zu spenden?

1. keine/r
2. zwei
3. mehr als zwei

▶ Der Clou dieser Frage ist, dass sich die Jugendlichen vorab nicht absprechen dürfen. Sie sollen einfach die vorhandene Gruppe einschätzen. Wenn sich alle positioniert haben, die Gruppenmitglieder einzeln fragen, ob sie spenden gehen bzw. ob sie es planen. Erst dann kann ermittelt werden, ob die Gruppenmitglieder richtig standen. Und wenn alle Blut spenden möchten, kann die Gruppe ja gemeinsam hingehen – denn in der Gruppe macht das noch mehr Spaß.

ACTIVITY

ZIEL: Einstieg ins Thema

ALTER: Ab 10 Jahren

HINWEIS: Begriffe je nach Altersklasse wählen

ÜBUNG: Pantomime, Activity oder Montagsmaler

Blut ist ein Begriff, der uns oft begegnet, teilweise jedoch gar nicht in seiner ursprünglichen Bedeutung, sondern in Sprichwörtern oder Redensarten. Um sich mit den vielen unterschiedlichen Bedeutungen auseinander zu setzen, eignet sich das folgende Spiel. Jeweils ein Mitglied der Gruppe spielt oder malt den anderen einen der Begriffe vor.

LISTE DER BEGRIFFE:

Blaues Blut

Blutplasma

Bis aufs Blut

„Das liegt mir im Blut…“

Rote Blutkörperchen

Vampir

„Blut ist ein ganz besonderer Saft…“

„Blut klebt an den Schuhen…“

Blut lecken

Blutbank

Blutegel

Bluter

Blutjung

Blutkrebs

Blutrache

Blutrünstig

Blutschande

Blutspende

Bluttransfusion

Blutüberströmt

Blutorange

Zur Ader lassen

Piercing

Ruhig Blut

Von eigenem Fleisch und Blut

„…mein Blut für dich vergossen…“

Blutsauger

Ohne böses Blut

Weiße Blutkörperchen

Blut und Wasser schwitzen

Blutdruck

Blutgruppe

Blutsbruderschaft

Blutsverwandt

Operation

INFOSTAND

Der Informationsstand lädt zum Nachdenken über die Blutspende ein. Passantinnen und Passanten haben die Möglichkeit je eine Filzkugel oder einen Ball in drei Glasbehälter zu werfen. Die damit zu beantwortende Frage könnte sein: wie viele Blutspenden werden täglich in Bayern benötigt. Die drei an den Behältern hängenden Antworten könnten X, Y und Z sein. Je nach Antwort soll eine Kugel oder ein Ball in den Behälter geworfen werden. Dies bietet die Möglichkeit, bei richtig und auch bei falsch mit den Menschen ins Gespräch zu kommen. Zusätzlich kann Material über die Blutspende verteilt (erhältlich über blutspendedienst.com) oder ein Zettel mit dem nächsten Termin mitgegeben werden.

2. IM RAHMEN DER BLUTSPENDE

Regelmäßig beteiligt sich das Rote Kreuz und auch das Jugendrotkreuz mit Informationsständen in den Kommunen. Die Besucherinnen und Besucher mit dem Thema Blutspende zu sensibilisieren, scheint naheliegend.

ORGANISATION EINES EIGENEN BLUTSPENDETERMINS

Das Jugendrotkreuz koordiniert einen eigenen Blutspendetermin. In Absprache mit dem Blutspendedienst und den Verantwortlichen an den üblichen Blutspende-Terminen lässt sich dies sicherlich realisieren.

BETEILIGUNG AN BLUTSPENDE

Was liegt näher für das Jugendrotkreuz, als sich um Kinder und Jugendliche bei der Blutspende zu kümmern. Kinder und Jugendliche dürfen nicht selber spenden. Aber häufig kommen sie mit ihren Eltern mit.

Wenn eine Blutspende durchgeführt wird, kann das JRK im Vorfeld mit den Verantwortlichen im Dialog sein. Es kann eine Infokiste geben, in der altersgerechtes Material ist. Von Kartenspielen angefangen, ein paar Büchern, Bastel- oder Spielmaterial, Materialien des Jugendrotkreuzes wie Mini-Trau-dich oder der Juniorhelfer-Ordner.

Kinder und Jugendliche können dann mit den Inhalten der Infokiste spielen oder sich sogar über das Jugendrotkreuz informieren. Im Idealfall betreut ein Mitglied des Jugendrotkreuzes persönlich den Termin und spielt, bastelt, lernt mit den Kindern/Jugendlichen. Alternativ kann sicherlich auch gewährleistet werden, dass die Kiste schon dort bereit steht, wo dann die Blutspende ist und die Durchführenden der Blutspende sie sozusagen nur noch öffnen müssen.

HERAUSGEBER:

Bayerisches Jugendrotkreuz
Garmischer Straße 19 - 21
81373 München
www.jrk-bayern.de