Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg – Hessen gemeinnützige GmbH

Presseinformation

November 2026

In der Adventszeit Gutes tun: Jetzt Leben retten und Blut spenden

Die Adventszeit ist die Zeit der Nächstenliebe – eine Zeit, in der Gutes tun besondere Bedeutung hat. Der DRK-Blutspendedienst ruft alle Menschen auf, diese besinnliche Jahreszeit zu nutzen und mit einer Blutspende anderen zu helfen.

Blut wird jeden Tag gebraucht, auch in der Vorweihnachtszeit und an Feiertagen. Täglich werden allein in Baden-Württemberg und Hessen rund 3.000 Blutspenden benötigt, um Patient*innen aller Altersklassen zuverlässig versorgen zu können. Eine lückenlose Versorgung ist wichtig, da Blutsspenden für vielfältige medizinische Behandlungen notwendig sind. *„Wer heute Blut spendet, schenkt einem anderen Menschen, der auf eine Blutspende angewiesen ist, bereits morgen ein persönliches Weihnachtswunder“,* bekräftigt Nora Löhlein, Pressesprecherin des DRK-Blutspendedienstes Baden-Württemberg – Hessen *und ergänzt: „Nächstenliebe ist mehr als ein guter Vorsatz.“*

Ein Geschenk, das zählt: Die Blutspende ist eine der persönlichsten Formen von Nächstenliebe, die kaum Zeit kostet. Wer einen Termin besucht, ist nach etwa einer Stunde fertig, die reine Blutentnahme selbst dauert nur 5 bis 10 Minuten. Ein kleiner Pieks mit großer Wirkung: Wer zum ersten Mal spendet, bekommt wenige Wochen später seine eigene Blutgruppe mitgeteilt – eine wichtige Information, die im Notfall lebensrettend sein kann.

So läuft eine Blutspende ab: Wunschtermin online reservieren und am Tag der Spende ausreichend trinken (ca. 1,5 bis 2 Liter)**.** Vor Ort unter Vorlage des Personalausweises anmelden und medizinischen Fragebogen ausfüllen. Durch eine kleine Laborkontrolle und ein ärztliches Gespräch wird die Spendetauglichkeit festgestellt. Es folgt die Blutspende und anschließend eine Ruhepause mit einer kleinen Stärkung. Wer unsicher ist, ob er/sie für eine Blutspende infrage kommt, kann online vorab mittels weniger Fragen den Spendecheck machen: https://www.blutspende.de/blutspende/spendecheck.

„Das DRK bietet auch in der Adventszeit viele Blutspendetermine unmittelbar vor der eigenen Haustür an. Unter www.blutspende.de/termine können Interessierte einen passenden Termin finden“, so Löhlein. Weitere Informationen rund um das Thema Blutspende unter www.blutspende.de oder telefonisch kostenfrei unter **0800 11 949 11**.

NÄCHSTER TERMIN in 34454 BAD AROLSEN

Donnerstag, dem 17.12.2026

von 15:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Bürgerhaus, Rathausstr. 3

Jetzt Termin buchen: www.blutspende.de/termine

DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg-Hessen gemeinnützige GmbH
Sandhofstraße 1 in 60528 Frankfurt am Main, presse@blutspende.de