



Presseinformation

April 2026

Leben retten hat Style: Jetzt zur Blutspende und mit etwas Glück ein iPad Air gewinnen

Mit dem Frühling steigt auch die Lust auf Reisen, Ausflüge und Outdoor-Unternehmungen. Der DRK-Blutspendedienst bittet alle, die gesund sind und sich die Zeit nehmen können, Blut zu spenden!

Dass regelmäßiges Blutspenden entscheidend ist, liegt vor allem daran, dass einige Blutbestandteile nur wenige Tage haltbar sind. Blutspenden werden täglich zur Versorgung von Patient*innen benötigt - Feiertage stellen hier keine Ausnahme dar.

Allein in Hessen und Baden-Württemberg werden täglich rund 3.000 Spenden benötigt, um verletzten oder erkrankten Menschen zu helfen. Die Blutspende gehört zu den einfachsten und schnellsten guten Taten. Wertvolles Plus: Wenige Wochen nach der ersten Blutspende erfahren Spender*innen ihre eigene Blutgruppe - eine Information, die im Ernstfall lebensrettend sein kann. Vielen wird erst bewusst, wie überlebensnotwendig Blutspenden sein können, wenn sie selbst oder ihr näheres Umfeld gesundheitlich selbst betroffen sind. Um potenziellen Spender*innen mögliche Bedenken zu nehmen, erklärt, Nora Löhlein, Pressesprecherin des DRK-Blutspendedienstes, die aktuellen Kriterien: „Grundsätzlich darf jeder gesunde Mensch ab 18 Jahren Blut spenden. Wichtig ist ein Mindestgewicht von 50 Kilogramm und vor der Spende genug zu trinken und zu essen. Wer sich unsicher fühlt, dem empfehle ich einfach direkt zu zweit einen Termin für die Blutspende zu buchen. Zusammen Gutes tun ist doch gleich doppelt schön.“

AKTION: Jetzt Blut spenden und mit etwas Glück ein iPad gewinnen! Vom 13. Mai bis 5. Juni verlost der DRK-Blutspendedienst unter allen Spendenden 10x ein iPad Air. Einfach Blutspendetermin buchen, im Aktionszeitraum Blut spenden und unter www.blutspende.de/lebenrettenhatstyle an der Verlosung teilnehmen.

Der Ablauf einer Blutspende: Interessierte finden bequem online ihren Wunschtermin in der Region. Inklusive Anmeldung, dem ärztlichen Gespräch und einer kurzen Ruhephase nach der Spende sollte man rund 60 Minuten Zeit einplanen. Die eigentliche Blutentnahme dauert dabei nur etwa zehn Minuten.

Weitere Informationen rund um das Thema Blutspende und alle Termine unter www.blutspende.de oder telefonisch kostenfrei unter 0800 11 949 11.



NÄCHSTER TERMIN in 34454 BAD AROLSEN

Mittwoch, dem 20.05.2026

von 15:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Bürgerhaus, Rathausstr. 3



Jetzt Termin buchen: www.blutspende.de/termine