

Tpbinger Blutspender feiert 555. Spende Ein Leben fpr andere!

Erwin Haigis aus Tpbingen spendet seit 30 Jahren Blut.
Erfahren Sie, warum Blutspenden im Sommer besonders
wichtig sind.



Tpbingen, Deutschland - Blutspenden sind nicht nur ein Akt der Næchstenliebe, sondern auch eine persønliche Bereicherung. Ein Paradebeispiel dafpr ist Erwin Haigis aus Tpbingen, der heute zum 555. Mal Blut gespendet hat. Der 66-Jæhrige bringt bereits seit 30 Jahren regelmæåig seine Lebensessenz in den Dienst anderer und hat hierbei eine ganz eigene Routine entwickelt. Wie [tagesschau.de](https://www.tagesschau.de) berichtet, empfindet Haigis das Blutspenden mittlerweile als eine Art Wellness-Programm. Wæhrend er frpber nach der Spende manchmal von Schwindelgefphlen geplagt war, genieåt er heute die Ruhe und liest gerne Groschenromane wæhrend der Prozedur.

Doch bevor es zur Blutspende kommt, achtet Haigis penibel

darauf, dass er ausreichend gegessen und getrunken hat. Das ist nicht nur eine Frage des Wohlbefindens, sondern auch essenziell, um Schwindelgefühle zu vermeiden. Mit der neuen Regelung, die seit 2023 besteht, dürfen nun gesunde Menschen ohne obere Altersgrenze Blut spenden, solange sie mindestens 50 Kilogramm wiegen. Das gespendete Blut wird vor Ort außerdem auf Krankheiten geprüft, was die Sicherheit für alle Beteiligten erhöht.

Die Bedeutung von Blutspenden

Die Relevanz von Blutspenden, insbesondere für Patienten mit schweren Erkrankungen wie Krebs oder Unfallopfer, wird von Fachleuten wie Dr. Karina Althaus, einer Transfusionsmedizinerin, immer wieder betont. In der Ferienzeit, wenn die Spendenbereitschaft oft zurückgeht, ist es besonders wichtig, die Blutreserven gut zu füllen, da einige Präparate nur wenige Tage haltbar sind.

Wer sich entscheidet, Blut zu spenden, sollte wissen, dass die Abnahme für eine Vollblutspende im Schnitt nur etwa zehn Minuten dauert. In dieser Zeit erhält der Spender auch noch eine Summe von 25 Euro. Bei Plasmaspenden kann die gesamte Prozedur jedoch bis zu zwei Stunden in Anspruch nehmen. Nach der Spendeneinheit gibt es für die Spender ein Buffet, das Haigis besonders schätzt.

Gesundheitliche Vorteile

Doch Blutspenden sind nicht nur für andere Menschen von Vorteil. Studien belegen, dass sie auch der eigenen Gesundheit zugutekommen können. Eine Untersuchung der Charité Berlin hat gezeigt, dass regelmäßige Blutspender oft eine Verbesserung ihres Blutdrucks erleben, was über einen Zeitraum von bis zu sechs Wochen nach der Spende anhält. Besonders Personen mit Hypertonie können von diesem Effekt profitieren, da der Mindestabstand zwischen zwei Spenden acht Wochen beträgt, um den Körper ausreichend zu regenerieren und die

roten Blutkörperchen nachzubilden. [blutspende.de](https://www.blutspende.de) hebt hervor, dass regelmäßige Spender oft seltener an Erkältungen erkranken und eine gesteigerte Immunabwehr haben.

Eine Blutspende hingegen ist kein Ersatz für eine umfassende ärztliche Kontrolle. Vor jeder Spende wird der Blutdruck und Hämoglobinwert überprüft, und bei auffälligen Werten darf man nicht spenden. Nach der Spende wird das Blut auf verschiedene Infektionskrankheiten getestet, um die Sicherheit für den Empfänger zu gewährleisten.

Die Welt des Blutspendens ist voller Geschichten und wichtiger Beiträge zur Gemeinschaft. Erwin Haigis ist ein leuchtendes Beispiel dafür, wie jeder mit einem kleinen, einfachen Schritt Großes bewirken kann. Vielleicht ist das auch ein Anreiz für viele, selbst einmal in einer Blutspendeeinrichtung vorbeizuschauen und das Wohltuende für sich und andere zu entdecken.

Details	
Ort	Tpbingen, Deutschland
Quellen	• www.tagesschau.de • www.blutspenden.de • www.blutspende.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de