

### Ostafrika: Warnung vor unseriösen Spenden-Aufrufen

In Ostafrika leiden derzeit Millionen Menschen unter Dürre und an Hunger. Zahlreiche Hilfsorganisationen sammeln daher Geld, um den Betroffenen zu helfen. Bei übertrieben dringlichen Spendenaufrufen sollten Verbraucher aber misstrauisch werden, erklärt das Deutsche Zentralinstitut für Soziale Fragen (DZI) in Berlin. Stark Mitleid erweckende und gefühlbetonte Werbung sei ein Hinweis auf unseriöse Organisationen.

Seriöse Hilfswerke hätten für Not- und Katastrophenfälle vorgesorgt, erklärt das Institut. Die Hilfe könne in der Regel auch ohne Rücksicht auf den Spendeneingang aufgenommen werden. Mit den Spenden könnten dann weitere Maßnahmen gestartet und die Katastrophenmittel wieder aufgefüllt werden. Spender sollten sich vor einer Überweisung von der Seriosität der Organisation überzeugen, etwa durch einen Besuch auf der Internetseite. Außerdem sollte die Organisation das Spendensiegel des DZI haben.

Generell könnten Geldmittel von den Hilfswerken flexibler und effizienter eingesetzt werden als Sachspenden, erklärt das DZI. Viele Produkte könnten billiger vor Ort gekauft werden und stärkten außerdem die Wirtschaft am Zielort. Sachspenden seien nur empfehlenswert, wenn seriöse Organisationen gezielt um sie bitten. *dpa*

#### RATGEBER KOMPAKT

**Wer im Urlaub** ein Internetcafé besucht, sollte den Browser dort in den privaten Modus schalten. So wird sichergestellt, dass keine temporären Dateien oder Suchverläufe gespeichert werden, erklärt der IT-Verband Bitkom. Der private Modus befindet sich meistens im Optionsmenü des Browsers.

**Microsoft** verkauft ab September für 50 Euro eine Drahtlosmaus mit fünf Tasten – aber ohne Rad. An dessen Stelle ist bei der Explorer Touch Mouse ein Sensor-Streifen verbaut, mit dem Nutzer per Fingerzeig durch Fenster und Dokumente navigieren.

# Für das Leben eines Fremden

Ablauf, Risiko und Verwendung: Alles Wichtige zur Blutspende



Die eigentliche Blutspende dauert nur wenige Minuten.

Foto: Andreas Döring

Die Wahrscheinlichkeit, nach einem Unfall oder infolge einer Krankheit auf eine Blutspende angewiesen zu sein, ist relativ hoch. Sie liegt in Deutschland bei 50 bis 80 Prozent, wie das Deutsche Rote Kreuz (DRK) schätzt. Die Bereitschaft, selbst zu spenden, ist dagegen gering. Dabei tut es nicht weh, und einfach ist es auch, wie Markus Werning, Redakteur dieser Zeitung, erlebt hat.

**Wie viele Menschen spenden in Deutschland Blut?** Ein Pikser genügt, und ich gehöre zu einer Minderheit: Nach Angaben des DRK und des Haema Blutspendedienstes können zwischen 30 und 50 Prozent der Bevölkerung Blut spenden. Aber nur etwa drei Prozent tun es.

**Wer darf Blut spenden?** Jeder gesunde Mensch, der mindestens 50 Kilogramm wiegt und mindestens 18 Jahre ist. Nach oben gibt es keine Altersgrenze. „Ein rüstiger 70-Jähriger kann bei guter Verfassung ebenfalls spenden, wenn es der Arzt erlaubt“, sagt Haema-Sprecher Jan Noack.

**Wer darf nicht spenden?** Vor meiner ersten Blutspende muss ich 37 Fragen zu Gesundheitszustand und Vorerkrankungen beantworten: Haben Sie in den letzten 24 Stunden Alkohol getrunken? Haben oder hatten Sie in den letzten vier Monaten sexuellen Kontakt zu Prostituierten? Haben Sie sich in den letzten zwölf Monaten im Ausland aufgehalten? Haben Sie sich in den letzten vier Monaten einer Tätowierung, Akupunktur, Nasen- oder Ohrlochdurchstechung unterzogen? Leiden Sie unter Allergien, Asthma, Heuschnupfen, unklarem Hautausschlag? Sind oder waren Sie alkohol-, drogen- und/oder medikamentenabhängig? Hatten Sie in den letzten zwei Wochen direkten Kontakt mit tot aufgefundenen Tieren? Besteht bei Ihnen oder bei Blutsverwandten eine vermehrte Blutungsneigung? Mit diesen Fragen klären die Blutspendedienste ab, ob die Blutspende für Spender oder Empfänger gefährlich werden kann. Zwar wird das Blut untersucht. Aber einige Infektionskrankheiten können erst einige Zeit nach der Ansteckung nachgewiesen werden. Bei HIV zum Beispiel dauert es vier bis sechs Wochen. Eine Übertragung über das Blut ist aber schon sofort nach der Ansteckung möglich.

**Wie sollte ich mich auf eine Spende vorbereiten?** „Frühstücken Sie gut“, hat mir Haema-Sprecher Noack empfohlen. „Und trinken Sie viel. Mindestens ein bis eineinhalb Liter.“ Ausgeschlafen sollte ich auch sein. Damit mein Körper nicht geschwächt ist, der Kreislauf nicht schlapp macht und mir nicht schwarz vor Augen wird. Außerdem sollte ich meinen Personalausweis mitbringen – er muss mindestens noch drei Monate gültig sein. Ich muss ihn vor der Blutspende mehrmals vorzeigen und auch unterschreiben, dass ich alle Angaben nach bestem Wissen und Gewissen gemacht habe. Für Schäden der Blutempfänger, die ich durch fahrlässiges oder vorsätzliches Verschweigen von Risiken verschulde, kann ich juristisch belangt werden.

**Wie läuft eine Spende ab?** Nachdem ich den Fragenkatalog ausgefüllt habe, spricht eine Haema-Arztin meine Antworten mit mir in einem Behandlungszimmer durch und untersucht mich. Sie

gibt grünes Licht für die Blutspende, dann gehe ich in einen großen Raum. Dort sind fast alle Liegen belegt. Einige Spender lesen Zeitschriften, andere schauen einfach nach vorn. Ich lege mich hin. Meine linke Armbeuge wird desinfiziert. Die Schwester setzt die Kanüle an. Dann läuft das Blut durch einen Schlauch in einen Beutel. Nach einigen Minuten habe ich einen halben Liter gespendet. Die Schwester zieht die Kanüle heraus. Sie drückt ein Stück Zellstoff auf die Stelle und verbindet sie. Ich warte ein paar Minuten. Es geht mir gut. Also darf ich gehen. Mit Voruntersuchung und Arztgespräch dauerte die Spende rund eineinhalb Stunden.

**Tut es weh?** Es pikst nur kurz. Zweimal: Zuerst, als mir in den Finger gestochen und etwas Blut entnommen wird, um zu testen, ob eine Spende überhaupt möglich ist. Später, als mir die Kanüle für die eigentliche Spende angelegt wird.

**Welches Risiko besteht bei einer Blutspende?** Eine Kreislaufstörung – verbun-

den mit Schwindel und Übelkeit – ist möglich. Es passiere aber selten, versichert Haema. In 0,6 bis 1,5 Prozent der Fälle. Genauso oft hat der Spender nachher einen Bluterguss an der Stelle, an der die Kanüle in die Vene geschoben wurde. Die Wahrscheinlichkeit für eine Venenreizung oder Nervenirritation liegt sogar nur bei 0,04 Prozent und für eine allergische Reaktion bei 0,0002 Prozent. Ich bleibe von allem verschont. Zwar fühle ich mich einige Stunden später schwach. Aber nachdem ich etwas gegessen habe, geht es mir wieder gut.

**Kann ich nach der Spende arbeiten oder Sport treiben?** Einfache Arbeiten seien möglich, sagt mir die Ärztin. Anstrengungen sollte ich vermeiden. Sonst würde ich riskieren, dass ich doch noch Kreislaufprobleme bekomme und mir schwindelig wird. Immerhin habe ich einen halben Liter Blut abgegeben, und im Durchschnitt fließen fünf bis sechs Liter durch die Adern eines Erwachsenen.

**Werden die Spender bezahlt?** Nein. Sie erhalten aber belegte Brötchen oder eine Aufwandsentschädigung (bei Haema zum Beispiel 20 Euro) oder ein Geschenk – beim DRK bekommen Blutspender im Moment einen Einkaufskorb.

**Was passiert mit der Blutspende?** Sie wird auf Blutgruppe, Antikörper und Infektionen untersucht. Wird etwas festgestellt, wird der Spender benachrichtigt. Sonst wird das Blut verarbeitet und haltbar gemacht. Nach ein bis zwei Tagen steht das Präparat Kliniken und Ärzten zur Verfügung.

**Wofür werden Blutspenden eingesetzt?** Zum Beispiel für die Behandlung von Verletzungen nach Straßen-, Berufs- oder Haushaltsunfällen. Dafür werden nach DRK-Angaben etwa zwölf Prozent der Spenden eingesetzt. 19 Prozent des Blutes werden verwendet, um Krebspatienten zu helfen. Für die Behandlungen von Herz- und Magen-Darm-Erkrankungen werden jeweils 16 Prozent eingesetzt. Der Rest verteilt sich auf Leber- und Nierenkrankheiten, Blutarmut und Blutkrankheit, Komplikationen bei der Geburt, Knochen- und Gelenkrankheiten und andere Indikationen.

**Wie oft ist eine Blutspende möglich?** Männer können bis zu sechs Mal innerhalb eines Jahres Blut spenden, Frauen bis zu vier Mal. Zwischen zwei Terminen sollten aber mindestens acht Wochen liegen. Reine Blutplasmaspender sind häufiger möglich: bis zu 45 Mal.

**Wann und wo kann gespendet werden?** Haema hat in Sachsen und Thüringen mehrere Blutspendezentren, die montags bis sonnabends geöffnet sind. In DRK-Standorten sind Spenden zwar nur an einigen Tagen möglich. Dafür sind zusätzlich mobile Teams des Deutschen Roten Kreuzes unterwegs. Dadurch kann ebenfalls beinahe täglich ein Blutspendetermin angeboten werden. Auch in vielen Krankenhäusern ist eine Spende möglich, zum Beispiel im Institut für Transfusionsmedizin der Uniklinik Leipzig.

Haema, Tel.: 0341 4638400, www.haema.de  
DRK, Tel.: 0800 1194911, www.blutspende-ost.de  
Institut für Transfusionsmedizin Leipzig, Tel.: 0341 9725393  
http://blutbank.uniklinikum-leipzig.de

Mo, 25. Juli bis Sa, 30. Juli



# 3x IN FOLGE!

Sie haben entschieden!

Lidl ist Händler des Jahres 2011 in der Kategorie Lebensmittel.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen!







-32%!

3,99 2,69\*



-20%!

4,99 3,99



-25%!

1,99 1,49\*



Aktion!

-65%



Aktion!

1,19\*



-16%

3,83 3,19\*

\*Dieser Artikel kann aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. – Alle Preise ohne Deko. – Für Druckfehler keine Haftung.

Die Angebote in den Filialen Pegau, Geithain, Borna und Froburg können abweichen.