

Blutspenden

Kostbarer Saft für den Notfall

Das Blut wird knapp – wie jeden Sommer. Die Euro hat das Spenderproblem noch verschärft. Die Coopzeitung geht mit gutem Beispiel voran und schickt einen Neuspender zum Aderlass.

TEXT: CHRISTIAN DEGEN
FOTOS: HEINER H. SCHMITT

Etwas mulmig ist mir schon zumute. Ich gebe es ehrlich zu. Als ich den Auftrag fasste, dachte ich noch: Guter Anlass, um endlich wieder mal was Gutes zu tun...Aber jetzt, auf dem Weg ins Blutspendezentrum Basel bin ich schon angespannt. Betont locker trete ich ein. Treppen hoch, durch einen Gang, und da steht schon das Schild mit dem roten Tropfen: «Blutspenden».

Am Empfang ein freundliches Lächeln. Da ich zum ersten Mal Blut spenden will, soll ich ein Personalblatt, Fragen zum medizinischen Vorleben und einen Wettbewerbs-talon ausfüllen. Letzteren vermutlich, um meine Gedanken weg von spitzen Spritzen auf schöne Reisen zu lenken.

Danach werde ich von einer Ärztin in ein Büro geführt. Laura Infanti erklärt mir den Ablauf, wie viel Blut man mir abzapfen wird und auch, welche Folgen Blutspenden ha-

ben kann. «Beim ersten Mal nimmt man etwa 400 Milliliter Blut, später sind es dann rund 450», so Infanti. Der ganze Vorgang dauere nur etwa sechs bis zehn Minuten. «Es ist wichtig, dass die Blutspende schnell abläuft, damit das Blut möglichst intakt bleibt», erklärt die Ärztin. Dafür sei eine etwas dickere Nadel als bei einer Spritze nötig. Nun ist es mit meiner angeblichen Lockerheit fürs erste vorbei. Als sie dann anführt, dass man danach nicht sofort aufstehen soll, weil sich der Kreislauf

zuerst an die geringere Blutmenge anpassen müsse und Schwindelsymptome auch später am Tag noch auftreten könnten, denke ich nur: Worauf habe ich mich da wieder eingelassen! Zurück kann ich ja nicht mehr, also Augen zu und



Ein grosses Schild weist den Weg zum Blutabzapfen...



... eine Ärztin erklärt mir den Ablauf der Spende und was mit dem Blut passiert...



... danach gehts los: zuerst wird der Blutdruck gemessen...



Zum ersten Mal beim Blutspenden: Coopzeitung-Redaktor Christian Degen wirkt leicht angespannt.

durch: Im Entnahmeraum warten bereits einige freundliche Damen auf mich. Sprechen mir Mut zu und schicken mich zu einer Kollegin. Diese misst den Blutdruck – alles normal – und macht dann einen ersten Blutcheck. Ein Stich am Ringfinger, Blut

mit einer Art Pipette ab-saugen, in den Computer, und schon ist das Resultat da: Anzahl roter und weisser Blutkörperchen und sonstige Blutbestandteile werden gemessen. Auch hier alles im grünen Bereich – ich darf definitiv Blut spenden.

Nun liege ich auf dem Schragen. Es ist gegen 11 Uhr, das Zentrum fast leer – viele kommen über Mittag. Meine Betreuerin Esthi Kuratli bindet mir den Arm ab und sucht nach einer passenden Ve-ne. «Sie sind bei Ihnen nicht so deutlich», meint

sie und desinfiziert die auserwählte Einstichstelle. Na super, denke ich, schaue gequält zur Decke und entdecke wunderschöne Stukkaturen. Esthi Kuratli scannt inzwischen diverse Barcodes – von mir, von ihr, vom Blutbeutel – ein und dann ... ►►



... dann das Blut ein erstes Mal abgenommen und kontrolliert...



...ist alles in Ordnung, wird der Spender angestochen...



...leichtes Pumpen lässt das Blut schneller laufen...

►► **Ein kleiner Piekser**, ein leichtes Brennen, die Spritze steckt und mein Blut fliesst durch eine neue Bahn in einen durchsichtigen Beutel. Wars das schon? frage ich mich. Es-thi Kuratli lockert das Band um meinem Arm, gibt mir einen Ball in die Hand. Den soll ich leicht

und regelmässig drücken. Acht Minuten später läutet eine Glocke. Der Beutel ist voll, der Spender hat seine Schuldigkeit getan. Ich fühle mich eigentlich gut, warte darauf, dass ich irgendetwas Spezielles an mir feststelle. Bin ich leichter? Etwas müde vielleicht. Ich kriege ein Iso-

star – weil ich angeblich etwas bleich bin. Nach 20 Minuten darf ich mich aufsetzen und dann aufstehen. Es geht, alles ist normal.

Ich bin erleichtert. Mein Unbehagen war absolut unbegründet. Zur Stärkung gibt es eine Suppe

und sogar noch Kaffee und Wähe. Irgendwie bin ich zufrieden. Blut spenden ist eben doch eine gute Tat. Den restlichen Tag verbrachte ich übrigens ganz normal im Büro und abends sogar beim Sport.

► **link**
www.blutspenden.ch ■



... so schnell, dass nach wenigen Minuten alles wieder vorbei ist ...



... die Einstichstelle wird säuberlich verbunden ...



.. zum Abschluss und zur Stärkung gibt es Kaffee und ein Stück Wähe.

ANZEIGE

KÜSSEN UND KULTSOFA GEWINNEN! MIT ODOL-MED3[®] EXTREME[®] GEL-SCHAUM

Zeig uns deinen innigsten, frischesten, herzlichsten oder spontansten Kuss. Und gewinne mit ein bisschen Glück unseren Hauptpreis – das ultimativ-exklusive BOCCA Sofa in rot!

IHR HAUPTPREIS!



Alles zum Wettbewerb unter:
www.gelschaum.ch

Mitmachen kostet nur einen Kuss. Auf der Kuss-Tour oder unserer Website.

Mitmachen ist ganz einfach. Lade dein schönstes Kuss-Foto in die virtuelle Kuss-Galerie unter www.gelschaum.ch, und lass Freunde und Familie online für dich abstimmen.

Oder komm mit dem Schatz, dem Hund, dem Kind oder auch dem Opa zur grossen Schweizer Kuss-Tour in eine der untenstehenden Coop Filialen, und lass dich durch unseren Profi-Fotografen beim Knuddeln shooten!

TOURDATEN

- 11.07.08 COOP Silbern, 8953 Dietikon
- 18.07.08 COOP Pizol Center, 8887 Mels
- 25.07.08 COOP Bahnhof, 2503 Biel
- 31.07.08 COOP Seewenmarkt, 6423 Seewen
- 07.08.08 COOP Buochs, 6374 Buochs
- 14.08.08 COOP Gäupark, 4622 Egerkingen
- 22.08.08 COOP Grütze Markt, 8400 Winterthur
- 28.08.08 COOP Schlosspark, 8500 Frauenfeld
- 04.09.08 COOP Gallus Markt, 9000 St. Gallen
- 19.09.08 COOP Wankdorf, 3014 Bern

Odol-med3[®]: Für Tiefenhygiene im gesamten Mundraum!

Odol-med3[®] EXTREME[®] Gel-Schaum ist eine neue Zahnpasten-Technologie. Ein aktives Gel, das sich beim Zähneputzen sofort in einen geschmeidigen, mikrofeinen Aktiv-Schaum verwandelt und sich optimal im gesamten Mundraum verteilt.

Der aktive Gel-Schaum erreicht so auch schwer erreichbare Stellen und entfernt mehr Plaque und Bakterien.



Was ist eigentlich Blut und warum soll man spenden?

In der Schweiz wurde dieses Jahr schon fast 160 000-mal Blut gespendet. In den Sommerferien oder während Grossanlässen wie der Euro aber sind viele Spender abwesend oder finden keine Zeit zu spenden. Da Blut nicht lange haltbar ist, kann Spender-



Jede Blutspende wird im Labor genau untersucht.

blut dann knapp werden. Blut spenden dürfen alle gesunden Frauen und Männer zwischen 18 und 65 Jahren. Eingesetzt wird das Spenderblut vor allem nach Unfällen oder Operationen mit grossem Blutverlust. Die Patienten kriegen meist nur die Blutkomponenten, die sie benötigen. Aus Sicherheitsgründen wird jede Blutprobe untersucht - etwa auf Gelbsucht, Aids (HIV) oder Syphilis. Ein Erwachsener hat rund fünf bis sechs Liter Blut. Ein Leitungssystem mit einer Länge von rund 96 000 Kilometern versorgt jede Zelle - ausser Augenhornhaut, Haare, Zahnschmelz, Finger- und Zehennägel - mit Energie. Der Blutkreislauf ist das längste Transportsystem des Körpers. Das Herz pumpt jeden Tag das ganze Blut rund 1500-mal durch den Körper. Rund 2,5 Milliarden Mal schlägt es im Laufe eines Lebens. Blut besteht zu über 90 Prozent aus Wasser und roten Blutkörperchen. Der Rest sind Blutplättchen, Eiweisse, Fett, Zucker, Kochsalz und die weissen

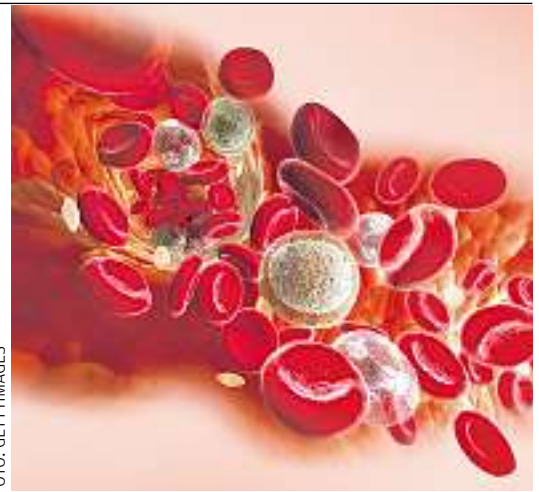


FOTO: GETTYIMAGES

Blut gilt als flüssiges Organ.

Blutkörperchen. Die wichtigsten Aufgaben des Blutes sind Stofftransport, Wärmeverteilung, Wundverschluss und Abwehr von Krankheitserregern.

Machen Sie mit

**Grosse Umfrage:
Spenden Sie Blut?**

www.coopzeitung.ch/blut

ANZEIGE

Erfrischend günstig



**20%
Rabatt**

**Auf alle Comfort
Produkte**

**z. B. Comfort
Concentrat blau
2 x 1 Liter
7.90 statt 9.90**

Aktion gültig
vom 08.07.08 bis 12.07.08.
Nur solange Vorrat.

*Erhältlich in grösseren Coop Supermärkten.