



## Eine Spende die nichts kostet

*Sins, August 2008*

### Schadet Blutspenden der Gesundheit?

Nein. Der Flüssigkeitsverlust wird innerhalb eines Tages wieder ausgeglichen. Ebenfalls werden für die Abwehr von Krankheitserregern besonders wichtigen weissen Blutkörperchen erneuert. Nach 6 – 8 Wochen hat der Körper das gespendete Blut vollständig ersetzt. Während der Erneuerungsphase ist ihre Leistungsfähigkeit nicht beeinträchtigt. Ein erwachsener Mensch hat abhängig von seinem Körpergewicht zwischen 4 – 6 Liter Blut. Eine Blutspende ist bei einem Körpergewicht von 50 Kilogramm unbedenklich.

### Tut Blutspenden weh?

Das unangenehmste beim Blutspenden ist wenn schon der kleine Stich in den Finger. Der dabei entnommene Blutropfen dient dazu, den Blutfarbstoffgehalt ( Hämoglobin ) zu bestimmen. Der gemessene Wert ist ein wichtiges Kriterium um abzuklären, ob jemand die Voraussetzungen zum Blutspenden erfüllt. Der Stich in die Vene zur Blutentnahme merkt man kaum und die eigentliche Blutspende ist völlig schmerzlos.

### Wie lange dauert eine Blutspende?

Die Spende selbst dauert nur etwa 10 Minuten. Mit Vorbereitung und Ruhepause sollte man sich etwa 45 Minuten Zeit reservieren. Wie lange Sie beim Imbiss verweilen wollen, bestimmen Sie selbst.

Blutspende in Sins  
Mittwoch, 20. August 2008  
17.00 bis 20.30 Uhr  
Turnhalle Ammannsmatt

Sie sind herzlich eingeladen  
Samariterverein Sins

---

Der Samariterverein Sins wurde 1943 gegründet und zählt heute 37 Aktivmitglieder und 39 Passivmitglieder, aus allen Alters- und Berufsgruppen. Der Samariterverein Sins bezweckt die Förderung des Samariterwesens und die Erfüllung humanitärer Aufgaben im Sinne des Rotkreuzgedankens.

Weitere Informationen rund um unser Vereinsleben und den Aktivitäten entnehmen Sie bitte unserer Homepage [www.samariter-sins.ch](http://www.samariter-sins.ch).



Blutdruck-Messung bei einem Spender



Blutspende eines Spenders

**Samariterverein Sins**  
[www.samariter-sins.ch](http://www.samariter-sins.ch)

Kontakte:  
Franz Mettler  
Tel. 056-668'16'67  
E-Mail: [franz.mettler@samariter-sins.ch](mailto:franz.mettler@samariter-sins.ch)

Brigitte Bognar-Köpfli  
Tel. 041-450'06'55  
E-Mail: [brigitte.bognar@samariter-sins.ch](mailto:brigitte.bognar@samariter-sins.ch)