

# Herzlich willkommen zum Lernmodul: Blutspende – Voraussetzungen, Ablauf und Tipps

## Technische Hinweise

Ihre **PC- oder Laptopmaus** wird zum Navigationsgerät, da es innerhalb des Lernmoduls viele Dinge zu erkunden gibt. Diese sind immer mit einem **Handsymbol** gekennzeichnet.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Mit einem Klick auf das Haus kommen Sie auf die Hauptseite zurück.



Die Ringe zeigen an, dass Sie auf eine externe Webseite weitergeleitet werden.



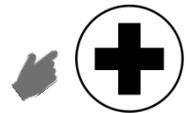
Mit einem Klick auf den Pfeil nach links gelangen Sie eine Folie zurück.  
Mit einem Klick auf den Pfeil nach rechts gelangen Sie auf die nächste Folie.



**Bereit?**  
**Hier können**  
**Sie das**  
**Lernmodul**  
**starten!**

# Blutspende:

## Voraussetzungen, Ablauf und Tipps



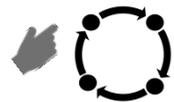
**Warum Blut spenden?**



**Wer darf Blut spenden?**



**Was sind mögliche Nebenwirkungen?**



**Wie ist der Ablauf einer Blutspende?**



Blutspende – die wichtigsten Fakten im Video der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)



**Weiterführende Informationen**

**Impressum**





# Gründe für eine Blutspende

## 1. Leben retten

Von einer Blutspende können bis zu 3 Personen profitieren.

## 2. Kontrolle der eigenen Gesundheit

Bei jeder Blutspende werden Sie und Ihr Blut genau untersucht.

## 3. Blutspendeausweis

Die meisten Blutspendedienste geben diesen nach der ersten Spende heraus. Darauf ist Ihre Blutgruppe vermerkt, wodurch Ihre eigene Sicherheit in medizinischen Notfällen erhöht ist.

## 4. Herstellung von Medikamenten

Blut sowie darauf basierende Medikamente, zum Beispiel gegen Schwächen des Immunsystems, sind bisher nicht künstlich herstellbar.

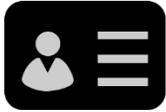
## 5. Aufwandsentschädigung

Je nach Einrichtung (zum Beispiel Krankenhäuser oder Deutsches Rotes Kreuz) erhalten die Spendenden nach der Blutspende Geld, einen Snack oder andere Sachleistungen.



Der Blutspendeausweis sieht meist aus wie eine Scheckkarte und enthält Daten wie die Blutgruppe und das Datum der letzten Spende. Mit einem Klick auf das Bild gelangen Sie zur Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).





# Voraussetzungen zur Blutspende

- Gesund sein
- Älter als 18 Jahre und jünger als 60 Jahre (68 Jahre bei regelmäßigem Spenden)
- Körpergewicht von mindestens 50 Kilogramm
- Ausgefüllter Spendenden-Fragebogen
- Je nach Art der Spende bestehen zusätzliche Voraussetzungen und zeitliche Mindestabstände zu vorherigen Spenden

**Welche  
Nebenwirkungen  
sind möglich?**

**Wer darf nicht  
spenden und  
warum?**

**Welche Arten  
der Blutspende  
gibt es?**





# Mögliche Nebenwirkungen

Die Menge des gespendeten Blutes ist gering, daher sind keine starken Nebenwirkungen zu erwarten. Je nach persönlichen Voraussetzungen wird eine Blutspende allerdings unterschiedlich gut vertragen.

## Folgende Nebenwirkungen sind möglich:

- Kreislaufprobleme
- Blaue Flecken, Entzündungen und Schmerzen an der Einstichstelle
- Vorübergehend eingeschränkte Leistungsfähigkeit
- Langfristige Verletzung von Hautnerven an der Einstichstelle (bei einem von 1,5 Millionen Spendenden)



### Kreislaufprobleme:

Ungefähr 1 von 10 Spendenden betroffen



### Blaue Flecken an Einstichstelle:

Ungefähr 2 von 10 Spendenden betroffen



### Legende:

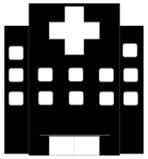
-  Nebenwirkung tritt auf
-  Nebenwirkung tritt nicht auf

Quelle: [Blutspendedienst am Universitätsklinikum Aachen](#)



# Ablauf einer Blutspende





# Blutspendedienste

In Deutschland gibt es rund 200 Blutspendezentren.

Mögliche Zentren befinden sich in Universitätskliniken, in Krankenhäusern, beim Deutschen Roten Kreuz oder anderen Trägern.

Zusätzlich gibt es mobile Blutspendedienste mit täglich wechselnden Ortsterminen.



Durch einen Klick auf das Bild gelangen Sie zu einer Übersichtskarte auf der Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).





# Spendenden-Fragebogen

Mit diesem ausführlichen Fragebogen wird der Gesundheitszustand der spendenden Person erfasst, die Voraussetzungen der Blutspende abgeklärt sowie die Sicherheit der Blutspende gewährleistet.

Da es keinen bundesweiten Standard gibt, unterscheiden sich die Fragebögen zwischen den einzelnen Blutspendediensten. Das Paul-Ehrlich-Institut hat jedoch einen Standard-Fragebogen entwickelt, an dem sich die meisten Blutspendedienste orientieren.

**Testen Sie selbst:**  
Sind Sie für die Blutspende  
geeignet?

**Wie kann der  
Fragebogen aussehen?**  
Standard-Fragebogen des  
Paul-Ehrlich-Instituts





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

1 a. Fühlen Sie sich krank oder sind krank geschrieben?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

1 b. Haben Sie heute schon gegessen und getrunken?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

1 c. Wiegen Sie mindestens 50 Kilogramm?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

2. Hatten Sie in der letzten Woche...

- Einen unkomplizierten Infekt ohne Fieber?
- Oder eine zahnärztliche Behandlung oder professionelle Zahnreinigung?

**Ja**

**Nein**





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

3. Hatten Sie in den letzten 4 Wochen Durchfall, anhaltende Bauchschmerzen, Erbrechen, eine Entzündung oder Fieber?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

4. Waren Sie in den letzten 4 Monaten in medizinischer Behandlung?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

5. Haben oder hatten Sie eine oder mehrere der folgenden Erkrankungen:

- Herz- oder Gefäßerkrankung?
- Nervenerkrankung?
- Wiederholte Ohnmachtsanfälle?
- Erkrankung von Haut, Blut, Lunge, Leber, Niere, Magen oder Darm?
- Chronische Erkrankungen wie Allergien, Zucker- und Alkoholkrankheit?
- Tumor?

**Ja**

**Nein**





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

6. Werden Sie in den nächsten 12 Stunden Tätigkeiten in Ihrem Beruf oder Hobby ausüben, die Sie oder andere gefährden könnten?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand

## 7. Nur für Frauen:

- Sind Sie schwanger oder stillen Sie?
- Waren Sie innerhalb der letzten 6 Monate schwanger?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

## - Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

### 8. Wurde bei Ihnen jemals

- Eine Leberentzündung („Gelbsucht“), zum Beispiel Hepatitis festgestellt?
- Eine Infektion mit HIV (AIDS) oder HTLV (Humanes T-lymphotropes Virus) nachgewiesen?
- Eine Malaria festgestellt?
- Eine andere per Blut übertragbare Erkrankung (zum Beispiel Tuberkulose, Syphilis, Leishmaniose) diagnostiziert?

**Ja**

**Nein**





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

9. Hatten Sie in den letzten 4 Monaten eine Akupunktur? Haben Sie sich in den letzten 4 Monaten tätowieren lassen oder einer anderen Maßnahme unterzogen, die Haut oder Schleimhaut verletzt beziehungsweise strapaziert?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

10. Besteht bei Ihnen ein erhöhtes Risiko, durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten zu haben (zum Beispiel durch Kontakt mit Krankheitserregern oder erkrankten Personen)?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

11. Haben Sie jemals eine Blutübertragung (rote Blutkörperchen, Blutplättchen, Blutplasma – auch Eigenblut) erhalten?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

12. Hatten Sie in den letzten 4 Monaten eine Operation, eine Gewebetransplantation, eine Endoskopie (zum Beispiel Magen-, Blasen-, Darmspiegelung) oder eine Katheteranwendung?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

13. Hatten Sie im letzten Jahr Sexualverkehr...

- Mit mehr als 3 Partnerinnen oder Partnern?
- Für den Sie Geld oder andere Leistungen erhalten haben?
- Als Frau: Mit einem bisexuellen Mann?

**Ja**

**Nein**





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

## - Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

14. Hatten Sie in den letzten 4 Monaten Sexualverkehr...

- Außerhalb einer festen Partnerschaft?
- Mit einer Person, die mit HIV- oder Hepatitisviren infiziert ist?
- Mit einer Person, die im Ausland geboren ist oder mehr als 6 Monate dort gelebt hat?
- Für den Sie mit Geld oder anderen Leistungen bezahlt haben?
- Bei Männern: mit einem anderen Mann?

**Ja**

**Nein**





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

15. Haben Sie schon einmal Drogen gespritzt oder geschnupft oder andere Spritzen erhalten, die nicht von ärztlichem Personal verschrieben wurden (zum Beispiel Muskelaufbaupräparate, Botox)?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu durch Blut übertragbare Infektionskrankheiten

16. Sind Sie im Ausland geboren?

- Haben Sie jemals länger als 6 Monate im Ausland gelebt?
- Waren Sie in den letzten 6 Monaten, auch kurzfristig, im Ausland?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu möglichen Arzneimittel-Rückständen im Blut

17. Haben Sie innerhalb der letzten 4 Wochen Tabletten oder andere Medikamente eingenommen (zum Beispiel Antibiotika, Schmerzmittel, Blutdruckmittel)?

- Haben Sie in den letzten 3 Jahren Tabletten zur Behandlung von schweren Formen von Hautekzem, Schuppenflechte oder Akne eingenommen?

**Ja**

**Nein**





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen zu möglichen Arzneimittel-Rückständen im Blut

18. Wurden Sie in den letzten 4 Wochen geimpft?

Ja

Nein





# Sind Sie für die Blutspende geeignet?

- Fragen nach übertragbaren Hirnerkrankungen

19. Wurde bei Ihnen oder Ihren Blutsverwandten die Creutzfeldt-Jakob-Krankheit oder eine ähnliche Erkrankung festgestellt oder bestand jemals ein Verdacht darauf?

Ja

Nein





# Ihre Angaben müssen überprüft werden.

Bestimmte Angaben im Fragebogen erfordern eine genauere Überprüfung. Wenn Sie zum Beispiel in einem Malaria-Risikogebiet waren oder bestimmten anderen Risiken ausgesetzt wurden, müssen Sie zuerst einen entsprechenden Test machen.

Genauere Informationen zu den Hintergründen von Rückstellungen beziehungsweise dem Ausschluss von Blutspenden(den) erhalten Sie [hier](#).





# Sie dürfen (zurzeit) nicht spenden!

Durch Ihre Antwort dürfen Sie entweder übergangsweise oder langfristig nicht spenden. Bei Blutspenden hat die Sicherheit der Spendenden sowie die der Empfängerinnen und Empfängern höchste Priorität.

Genauere Informationen zu den Hintergründen von Rückstellungen beziehungsweise dem Ausschluss von Blutspenden(den) erhalten Sie [hier](#).





# Sie dürfen wahrscheinlich spenden!

Glückwunsch! Sie erfüllen, soweit wir das beurteilen können, alle Voraussetzungen. Nun steht Ihnen noch eine ärztliche Untersuchung bevor. Genauere Informationen zu den Hintergründen von Rückstellungen beziehungsweise dem Ausschluss von Blutspenden(den) erhalten Sie [hier](#).

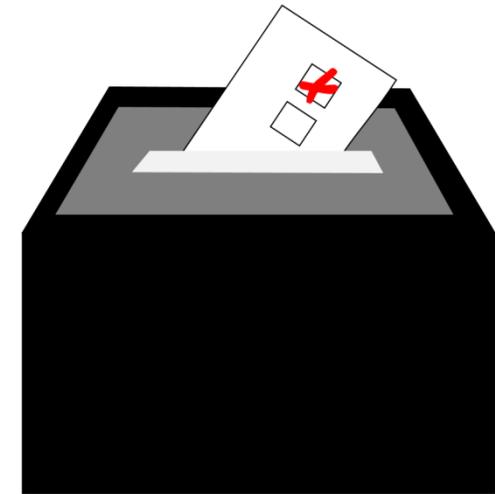


# ✘ Vertraulicher Selbstausschluss

Kurz vor beziehungsweise nach der Spende muss die Einwilligung zur Verwendung des gespendeten Blutes anonym ausgefüllt werden.

Aus verschiedenen Gründen kann es vorkommen, dass Spendende Blut spenden, obwohl sie Bedenken in Bezug auf die Sicherheit ihres Blutes haben.

Welche Gründe dies haben kann und was dann passiert, erfahren Sie [hier](#).





# Verwendung der Blutbestandteile



 YouTube  
Sie werden zu  
YouTube  
weitergeleitet

Mit einem Klick auf das Bild gelangen Sie zu einem Video der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).





# Weiterführende Informationen

## Webseiten



Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) informiert über Themen in Zusammenhang mit einer Blutspende.



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Die Blutspendedienste des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) führen einen Großteil der Blutspenden in Deutschland durch. Auch hier gibt es eine Informationsseite rund um das Thema Blutspende.



gesundheitsinformation.de  
verstehen | abwägen | entscheiden

Auf dem Portal des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) werden Informationen zu verschiedenen Gesundheitsthemen bereitgestellt. Hier finden Sie Informationen rund um das Thema Blut.

## Sonstige Formate



Hier finden Sie eine 18-minütige Reportage des Senders PULS, dem jungen Programm des Bayerischen Rundfunks, zum Thema Blutspende – auch bei Angst vor Nadeln.



Blood Typing Game – In diesem englischsprachigen Spiel des Nobelpreis-Teams lernen Sie etwas über Blutgruppen und Folgen für Blutspenden.



# Impressum

---

<b>Herausgeber</b>	<b>Medizinische Hochschule Hannover, Patientenuniversität am Institut für Epidemiologie, Sozialmedizin und Gesundheitssystemforschung 30625 Hannover</b>
Webseite	<a href="https://Patientenuniversitaet.de">Patientenuniversität.de</a>
E-Mail	<a href="mailto:Patientenuniversitaet@mh-hannover.de">Patientenuniversitaet@mh-hannover.de</a>
Kooperationspartner	 Pädagogische Hochschule Freiburg
Stand	Februar 2024

---

Sämtliche Inhalte dieses Internetangebotes der Patientenuniversität der MHH, insbesondere Texte, Fotos, Ton, Videos, Grafiken, Quelltexte u.a. sind urheberrechtlich geschützt (Copyright).

Sollten Sie ohne das Einverständnis der Patientenuniversität der MHH Inhalte dieses Internetangebots vervielfältigen, bearbeiten, verbreiten oder anderweitig verwenden, obwohl dies das Urheberrechtsgesetz nicht explizit erlaubt, werden wir diesen Verstoß gegen das Urheberrecht ohne weitere Ankündigung kostenpflichtig abmahnen lassen (wenn Sie z.B. Fotos oder Texte unerlaubt auf andere Internetseiten kopieren). Gleichzeitig wird eine solche Urheberrechtsverletzung von uns zur Anzeige gebracht, da dies eine Straftat nach §§ 106 ff. Urhebergesetz darstellt.

