

# Blutspenden in Peine: DRK spricht von angespannter Lage

Die Hilfsorganisation braucht in ihrem Versorgungsgebiet täglich **3.000 Blutspenden**

VON CHANTAL GILBRICH  
UND KERSTIN WOSNITZA

**Peine.** Hoher Bedarf, wenig Spender: Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Peine spricht mit Blick auf die derzeitigen Blutspenden aktuell von einer „angespannten Lage“. Grund dafür seien sowohl der hohe Bedarf der Kliniken im letzten Quartal wie auch die Erkältungswelle, die viele der Spenderinnen und Spender fest im Griff gehabt habe.

Diese Problematik hat sich vor allem zwischen den Jahren bemerkbar gemacht: „Für die sichere Versorgung werden mindestens 10.000 Blutkonserven in unserem Lager benötigt. Zum Jahreswechsel lagen wir aber gerade einmal bei knapp 9.400“, erzählt Markus Baulke, Sprecher des DRK-Blutspendedienstes. „Das ist erschreckend wenig und führte zu einer eingeschränkten Lieferfähigkeit an medizinische Einrichtungen.“

Doch die Krise sei noch längst nicht überwunden. Denn die Nachfrage der Kliniken sei weiterhin hoch. Aktuell benötige das DRK ins-

gesamt für Niedersachsen, Bremen, Sachsen-Anhalt, Thüringen und Mecklenburg-Vorpommern täglich 3.000 Blutspendenden, um den Bedarf zuverlässig decken zu können. „Besonders die Blutgruppen A+, 0+ und B- sind gerade betroffen. Die Vorräte reichen nur noch für zwei Tage“, kündigt Baulke an. Dieser Notstand gelte allerdings für das gesamte Versorgungsgebiet des DRK und sei nicht lokal auf Peine begrenzt.

2024 nahmen 7.402 Peinerinnen und Peiner die insgesamt 93 Blutspende-Termine wahr. „Das macht im Durchschnitt 79,6 Spenderinnen und Spender je Termin“, so Baulke. Zum Vergleich: Im Vorjahr seien es noch 80,7 Teilnehmende pro Aktion gewesen. Aufgrund der kurzen Haltbarkeiten der Präparate würden Blutspenden kontinuierlich benötigt. Zwar sind die roten Blutkörperchen bis zu 49 Tage nutzbar, die Blutplättchen aber nur maximal vier Tage.

Jede und jeder habe die Möglichkeit, sogar mehrfach im Jahr zu spenden. So könnten Frauen inner-



Dem DRK Peine mangelt es aktuell an Blutspenden.

FOTO: HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH

halb von zwölf Monaten viermal zur Blutspende gehen, Männer sogar sechsmal. Niedersachsenweit lag die Spende-Frequenz im vergangenen Jahr bei 1,90 - speziell in Peine bei 1,76. Neben der Regelmäßigkeit der Blutspende spiele auch die Neuspendergewinnung eine wesentliche Rolle für die Hilfsorganisation.

Dass Blutspenden Menschenleben retten könne, zeige das Beispiel der zweijährigen Eva, die an Krebs erkrankte und während ihrer Therapie auf dreizehn Bluttransfusionen angewiesen war. „Ohne Blutspender wäre das nicht möglich gewesen,

denn Blut lässt sich nicht künstlich herstellen“, unterstreicht der Sprecher des DRK. Inzwischen sei das Mädchen jedoch wieder kerngesund.

Eine Bluttransfusion ist für viele Menschen die einzige Überlebenschance. Trotz aller wissenschaftlichen Entwicklungen und des medizinischen Fortschritts kann Blut nicht künstlich hergestellt oder ersetzt werden. Die Blutspendedienste des Deutschen Roten Kreuzes bringen rund 75 Prozent des bundesweiten Bedarfs an lebensrettenden Blutpräparaten auf.

Wer selbst Blut spenden möchte, kann einen der kommenden Termine im Landkreis Peine wahrnehmen: in Vöhrum am 29. Januar zwischen 14.30 Uhr und 19.30 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus in Vöhrum, in Dungenbeck am 30. Januar zwischen 15.30 Uhr und 19 Uhr im Gemeindehaus St. Johannis, in Wendeburg am 31. Januar von 15 bis 19 Uhr in der Aue-Schule.

Auch für Februar sind schon Termine bekannt: Am Dienstag, 4. Februar, ist das Team des DRK von 16.30 bis 20 Uhr in der Turnhalle zu Gast, am 5. Februar von 16 bis 19.30 Uhr in der Grundschule in Lengede, am 12. Februar von 15 bis 19.30 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Hohenhameln, am 14. Februar zwischen 15 und 19.30 Uhr in der Grundschule Stederdorf, am 17. Februar von 15 Uhr bis 19 Uhr im Peiner Forum oder am selben Tag von 14 bis 19 Uhr im Julius-Spiegelberg-Gymnasium in Vechelde möglich. Der nächste Termin in der Gemeinde Edemissen ist am 20. Februar von 16 bis 19.30 Uhr in der Schule in Wipshausen.

ANZEIGE

## Verstopfung bei Erwachsenen & Kindern



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Dieses Problem kennen viele. So können Sie gegensteuern.

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden: Fast

ein Fünftel aller Deutschen ist zumindest gelegentlich davon betroffen. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück. Doch was kann man tun, damit es gar nicht so weit kommt?

### Harter Stuhl – ein Problem für die ganze Familie

Die Vorstufe einer Verstopfung ist in der Regel harter Stuhl. Auslöser dafür sind etwa eine ballaststoffarme Ernährung, aber auch Stress sowie ein mehrmaliges Aufschieben des Toilettengangs. Gerade Kinder sind hier häufig betroffen – denn einerseits halten sie den Stuhl-

gang häufiger zurück (z. B. aufgrund von Scham in der Schule) und andererseits bevorzugen sie häufig ballaststoffarme Lebensmittel. In jedem Fall lautet die Empfehlung: Früh handeln, sodass es gar nicht erst zur Verstopfung kommt.

Als schnelle und praktikable Lösung empfehlen medizinische Leitlinien die Einnahme von Ballaststoff-Präparaten. Geprüfte Qualitätsprodukte finden sie in der Apotheke. Studien belegen, dass in diesem Zusammenhang vor allem eine Kombination mehrerer verschiedener Ballaststoff-Arten den bestmöglichen Effekt bringt.\*

### Pflanzliche Innovation aus der Apotheke

Das fruchtige Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv enthält eine Kombination 5 verschiedener pflanzlicher Ballaststoffe. Diese sorgt (etwa durch die darin enthaltenen Flohsamen) für eine rasche Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentlee-

rung. Besonders jüngeren Betroffenen kommt zugute, dass das pflanzliche Getränk durch seinen fruchtigen Geschmack gerne getrunken wird.

\*Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.

**Tipp bei hartem Stuhl**

**Dr. Böhm® Darm aktiv**

PZN: 19251696 (6 Sachets)  
PZN: 19105730 (20 Sachets)

Angenehm weicher Stuhl<sup>1</sup>

Leichte und regelmäßige Darmentleerung

Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)

<sup>1</sup>Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.