



## Blutspendeaktion in Sins

*Sins, Juli 2009*

### Kann Blutspenden nicht der Gesundheit schaden?

Nein. Der Flüssigkeitsverlust wird innerhalb eines Tages wieder ausgeglichen. Ebenfalls werden die 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.

### Sind 4.5 Deziliter nicht zu viel?

Ein erwachsener Mensch, hat abhängig von seinem Körpergewicht, zwischen 4-6 Liter Blut. Eine Blutspende von 4,5 Dezilitern ist bei einem Körpergewicht von mindestens 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 Vorbereitungen und Ruhepause sollte man sich etwa 45 Minuten Zeit reservieren. Wie lange Sie beim Imbiss verweilen wollen, bestimmen Sie selbst.

### Blutspendeaktion in Sins

**Mittwoch, 19. August 2009**

**17.00 – 20.30 Uhr**

**Turnhalle Ammannsmatt Sins**

Sie sind herzlich eingeladen  
Samariterverein Sins



Blutspende eines Spenders



Blutdruck-Messung bei einem Spender



Samariter Blutspende-Karikatur

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

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 Roten Kreuz-Gedankens.

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

## **Blutspendeaktion in Sins**

**„Was mir nicht schadet, aber  
anderen hilft, ist doch eine  
gute Sache!“**



**Turnhalle Ammannsmatt in Sins  
Mittwoch, 19. August 2009  
17.00- 20.30 Uhr**

**Wir laden Sie herzlich dazu ein  
Samariterverein Sins**