

Institut für Transfusionsmedizin Suhl Gemeinnützige GmbH

Blutspendetermin am Di. 24.03.2026, 10.00 - 13.00 Uhr
Gotha, Staatl. Berufsschulzentrum, R 014 neben Kantine

Was sollten Sie vor der Spende beachten ...

- Sie müssen mindestens 18 Jahre alt sein
- Es muss ein gültiger Personalausweis oder Reisepass vorliegen
- Zwischen zwei Spenden müssen mindestens 8 Wochen liegen

Wichtig:

- Normale, fettarme Mahlzeit einnehmen innerhalb 4 h vor der Spende
- Viel trinken (ca. 2 Liter)
- Möglichst 3 - 4 Stunden nicht rauchen
- 12 Stunden keinen Alkohol trinken

Was sollten Sie nach der Spende beachten ...

- Sie dürfen den Ort der Spende erst nach 30 Minuten verlassen

Wichtig:

- Viel trinken verbunden mit einer kleinen Mahlzeit
- Möglichst 2 Stunden nach der Spende keinen Alkohol trinken und nicht rauchen
- 2 Stunden den Druckverband belassen und den Spendearm schonen
- Nach der Spende körperliche Anstrengungen vermeiden
- Erst 12 Stunden später risikobehaftete Tätigkeiten ausüben
- Unsere Tel. Nr. für Rückfragen: 03681/373187
- Kostenlose Tel.Nr. aus dem deutschen Festnetz: 0800 1191911

Ihr Blutspendeteam vom ITM Suhl