

Pressemitteilung

Blutspende nach Auslandsaufenthalt: Was Spendende beachten müssen

Köln, Februar 2025 – In der kalten Jahreszeit zieht es viele Menschen in den Urlaub – oft in warme Regionen. Doch wer nach der Rückkehr Blut spenden möchte, sollte vorab prüfen, ob für das besuchte Reiseziel eine Wartezeit in Bezug auf einen neuen Spendertermin einzuhalten ist. Denn: In bestimmten Gebieten wie Südafrika, Thailand, Türkei oder Ägypten das Risiko für Infektionen, die über Stechmücken oder andere Wege übertragen werden, erhöht. Die Deutsche Gesellschaft für Transfusionsmedizin und Immunhämatologie e. V. (DGTI) rät deshalb, vor dem Urlaub zu spenden und nach der Rückkehr die geltenden Rückstellfristen zu beachten.

Blutspenden sind lebensrettend. Aus einer einzigen Blutspende werden lebenswichtige Präparate gewonnen, die für schwerkranke Patientinnen und Patienten oft überlebensnotwendig sind. Da Blutprodukte nur begrenzt haltbar sind, ist eine kontinuierliche Spendenbereitschaft entscheidend, um die Versorgung sicherzustellen.

Doch wer sich im Urlaub mit einem Krankheitserreger infiziert hat, kann die Gesundheit von Empfängerinnen und Empfängern gefährden. „Auch wenn man ohne Symptome aus dem Urlaub zurückkommt, kann man trotzdem einen Infekt in sich tragen. Weil das Blut nicht auf jeden Mikroorganismus untersucht werden kann, müssen wir Menschen, die aus bestimmten Risikogebieten zurückkehren, für eine gewisse Zeit von der Blutspende ausschließen“, erklärt Privatdozentin Dr. Kristina Hölig, Präsidentin der DGTI und Bereichsleiterin für Transfusionsmedizin am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus in Dresden.

Rückstellfristen bei Blutspenden

Die Dauer der Rückstellfrist hängt dabei vom Reiseziel ab. „Bereits ein kurzer Zwischenstopp in einem betroffenen Land kann eine Rückstellfrist nach sich ziehen. Wer unsicher ist, sollte sich vorab informieren“, rät Hölig.

Reiseziele mit Rückstellfristen auf einen Blick

- Menschen, die in **Malariagebieten** wie Ägypten, Brasilien, Costa Rica, den Philippinen oder Thailand waren, dürfen erst 6 Monate nach ihrer Rückkehr wieder spenden.
- Auch Aufenthalte in den tropischen und subtropischen Gebieten Afrikas, Südasiens und Amerikas, in denen das **Dengue-, Zika- oder Chikungunya-Virus** verbreitet ist, können eine Rückstellung erforderlich machen. In diesen Fällen beträgt die Wartezeit 4 Wochen – sofern keine Infektion aufgetreten ist. Wer sich jedoch mit einem dieser Viren angesteckt hat, darf erst 6 Monate nach der vollständigen Genesung wieder spenden.
- Beim **West-Nil-Virus**, das sowohl in außereuropäischen als auch in einigen europäischen Ländern vorkommt, gilt eine Wartezeit von 4 Wochen. Allerdings gibt es hierfür spezielle Bluttests, die in bestimmten Fällen eine frühere Spende ermöglichen.
- Auch Infektionen, die durch Zecken übertragen werden, wie etwa **Borreliose**, erfordern eine Pause: Nach einer Antibiotikatherapie ist eine Blutspende frühestens 4 Wochen nach Abschluss der Behandlung wieder möglich.

DGTI empfiehlt: Wer in Risikogebiete reist, sollte vorab Blut spenden

Viele der betroffenen Regionen sind beliebte Reiseziele, die angefliegen werden, um dem kalten Winter in Deutschland zu entfliehen: von Thailand über die Karibik bis zur Türkei. „Jeden, den es in solche Regionen zieht, sollte sich genau überlegen, wann er oder sie Blut spendet. Gerade regelmäßigen Blutspenderinnen und -spendern empfehlen wir, vor dem Urlaub zu spenden, damit der Vorrat an Blutkonserven stabil bleibt“, sagt Hölig. Denn in Ferienzeiten sinkt die Spendenbereitschaft ohnehin, während der Bedarf in Kliniken konstant hoch bleibt.

Grundsätzlich gilt, egal wohin man in den Urlaub fährt: Wer nach einem Auslandsaufenthalt Blut spenden möchte, sollte sich zunächst selbst beobachten. „Fieber, Durchfall oder grippeähnliche Symptome können auf eine Infektion hinweisen. In diesem Fall gilt: Erst auskurieren, dann spenden“, betont Hölig. „Wer gesund ist und die Voraussetzungen erfüllt, kann mit einer Spende Leben retten.“

Auf einen Blick: Das müssen Sie nach einem Auslandsaufenthalt bei der Blutspende beachten

- Vor der Reise spenden: Blutspenden werden das ganze Jahr über dringend benötigt.
- Nach der Reise Rückstellfristen beachten: Je nach Land sind Wartezeiten nötig.
- Bei Krankheitssymptomen nicht spenden: Erst vollständig gesund werden.
- Blutspendedienst kontaktieren: Unsicher? Fragen Sie vorab nach den aktuellen Regelungen.

****Bei Veröffentlichung Beleg erbeten. ****

Kontakt für Rückfragen:

Sophia Suckel
Deutsche Gesellschaft für Transfusionsmedizin
und Immunhämatologie e. V. (DGTI)
Pressestelle
Postfach 331120
70451 Stuttgart
Tel.: +49 711 8931-330-686
E-Mail: suckel@medizinkommunikation.org