

Eisenmangel – was Sie als Spenderin oder Spender wissen sollten



SPENDE BLUT – RETTE LEBEN



BLUTSPENDE SRK SCHWEIZ
TRANSFUSION CRS SUISSE
TRASFUSIONE CRS SVIZZERA

Eisenmangel – die wichtigsten Begriffe

Eisenmangel kommt häufig vor bei gesunden Blutspenderinnen und Blutspendern, insbesondere bei Frauen im gebärfähigen Alter. Zwar führt auch die Blutspende selbst zu einem Eisenverlust, dieser wird jedoch in einem gesunden Körper in 50–120 Tagen wieder ausgeglichen.

Hämoglobin ist ein eisenhaltiger Proteinkomplex, der Ihren Körper mit Sauerstoff versorgt. Eisen ist dabei derjenige Bestandteil des Hämoglobins, an den sich Sauerstoffmoleküle binden.

Blutarmut als Folge des Eisenmangels (auch Eisenmangelanämie genannt) ist definiert durch tiefe Hämoglobin- und Ferritinwerte. Ferritin ist ein eisenbindendes Eiweiss, dessen Wert im Blut den Eisenspeichern im Körper entspricht. Tiefe Eisenwerte, welche durch tiefes Ferritin nachgewiesen werden, können aber auch ohne Blutarmut vorkommen. Eisenmangel mit oder ohne Blutarmut kann zu Beschwerden wie Müdigkeit, Haarausfall oder Schlafstörungen führen.

Personen mit einer Eisenmangelanämie dürfen nicht Blut spenden. Deshalb wird das Hämoglobin vor jeder Blutspende bestimmt, per Fingerpiks oder mit einer Blutprobe aus der Vene. Für bereits aktive Blutspenderinnen und Blutspender erfolgt bei einer Blutarmut immer eine vorläufige Sperre. Das Bestimmen des Ferritinwerts gehört nicht zu den obligatorischen Laboruntersuchungen bei blutspendenden Personen, deshalb wird ein Eisenmangel ohne Blutarmut nicht immer erkannt. Wenn aber ein Eisenmangel ohne Blutarmut bereits bekannt ist oder vermutet wird, kann eine vorläufige Sperre für die Blutspende je nach medizinischer Beurteilung empfohlen werden.

Das medizinische Personal des Blutspendedienstes ist zuständig für die Beurteilung und die entsprechenden Anweisungen bei Hinweis auf einen Eisenmangel.

