

Back to work: 6 goede redenen om juist nú bloeddonor te worden

Laat je mouwen nog maar even opgestroopt!

Het is altijd weer even schakelen na de zomer(vakantie)periode. Van een niets-hoeft-en-alles-mag-sfeer moet je weer in die workflow zien te komen. Mouwen opstropen en gaan met die banaan dus. We hebben een tip voor je: laat die mouwen nog maar even opgestroopt. Dat is wel zo handig als je donor wordt en bloed of plasma gaat geven bij Sanquin! Want wist je dat je bij onze organisatie onder werktijd bloed mag geven?

We hebben de 6 redenen om je juist nú als bloeddonor aan te melden, op een rij gezet:

1. Het allergrootste argument om bloeddonor te worden: je bent gewoon keihard nodig. [Bloedtransfusies](#) en [geneesmiddelen uit plasma](#) zijn namelijk essentieel voor de behandeling van heel veel patiënten, vanwege ernstige bloedingen (bijvoorbeeld na een bevalling of een ongeluk), kanker, bloedziekten en vele andere medische aandoeningen. Door bloed te doneren, geef je iemand de kans op een (beter) leven. En het voelt best fijn om zo'n goede daad voor een ander te verrichten, zeker als je net zelf van een heerlijke vakantie hebt genoten.
2. Droom je alweer van nieuwe bestemmingen om te bezoeken? Zoek dan vooral ook uit waar de dichtstbijzijnde bloedbank voor jou is, met onze [locatiezoeker](#). Deze keer mag je wél surfen in de baas z'n tijd, want die vindt het juist een goed idee als je naar onze bestemming reist. En zit je in de afnamestoel, droom dan nog even weg met je vakantiefoto's...
3. Hopelijk ben je super uitgerust na je vakantie, met een opgeladen batterij. Het moment bij uitstek om met je gezonde lijf bloed te doneren voor een ziek iemand. In de winter hebben donors vaker last van griep of verkoudheid, waardoor het niet altijd lukt om te komen doneren. Dus voel je je nu fit en ben je de afgelopen 2 weken ook niet ziek geweest? Maak daar gebruik van en kom snel langs!
PS: na een bezoek aan bepaalde landen mag je vanwege gezondheidsrisico's een tijdje niet doneren. Ben je buiten Europa geweest, dan moet je minimaal 4 weken wachten. Check daarom eerst met de online [donatiecheck](#) of je nu bloed of plasma mag geven. Hierin staan de meest voorkomende redenen om niet te kunnen doneren. Twijfel je nog? Neem dan [contact](#) met op met Sanquin.
4. Wist je dat je meteen ook een medische keuring krijgt vóór je donatie? Je bloeddruk en Hb-gehalte (hemoglobine, dit vervoert zuurstof door het lichaam) worden gemeten en je bloed wordt getest op een aantal bloedoverdraagbare infectieziekten, zoals hepatitis B/C, hiv en syfilis. Een gratis gezondheidscheck dus, dat is mooi meegenomen.
5. Een bloeddonatie is heel veilig. Alles bij elkaar kost het je ongeveer een uur van je tijd (inclusief het invullen van een vragenlijst en een medische keuring). Best lekker om even legitiem te kunnen 'spijbelen' van je werk toch? Het is echt geen straf om relaxed op een afnamestoel te liggen in plaats van druk bezig te zijn op de werkvloer. Je mag bij ons ongegeneerd YouTube-filmpjes kijken op je telefoon of Candy Crush spelen – niemand die er

wat van zegt. Oh ja: je krijgt ook nog een lekkere roze koek en wat te drinken na afloop van je donatie. Het lijkt wel vakantie!

6. Nederland heeft dankzij Sanquin een van de beste en [veiligste](#) bloedvoorzieningen ter wereld. In veel andere landen is er helaas niet altijd voldoende en veilig bloed voorradig voor mensen die het nodig hebben. Mensen overlijden dan, simpelweg omdat er geen donorbloed voor hen beschikbaar is. Reizen opent bij veel mensen de ogen: ze realiseren zich dat wij in Nederland een fantastische gezondheidszorg hebben, in vergelijking met het land waar ze op dat moment zijn of bezocht hebben. Draag jij je steentje eraan bij dat de Nederlandse bloedvoorziening zo goed blijft?

Tot slot: ben je al donor (wat goed!) en heb je een oproep gekregen? Kom dan ook echt langs om te doneren. In de zomermaanden (juni - juli – augustus – september) komen veel donors niet omdat ze op vakantie zijn. Maar patiënten hebben helaas geen vakantie. Jouw bloed is echt nodig!