



LES DAG 1



Het Oranje Kruis boekje 28^e druk | Heel erg welkom bij dag 1 van de cursus EHBO

Indeling van de dag:

- ❖ Welkom en kennismaking
- ❖ Basis van de Eerste Hulp
- ❖ Levensreddend handelen
- ❖ Pauze
- ❖ Reanimatie volwassenen / baby
- ❖ Lunch
- ❖ Trainen met lotus
- ❖ Pauze
- ❖ Trainen met lotus
- ❖ Korte herhaling van dag
- ❖ Afronding van de dag

Wat is eerste hulp?

- Eerste hulp is de **eerste zorg** bij een acute ziekte of letsel.
- **Jij** verleent hulp totdat er een zorgprofessional de zorg kan overnemen
- Eerste hulp is algemeen toepasbaar en richt zich op **behoudt van leven, verlichten lijden en voorkomen van verergering.**
- **Jij** doet het met beide handen en/ of een minimum van hulpmiddelen.
- **Jij** bent de eerste schakel en let vanaf het begin altijd op **gevaar** (voor jezelf en daarna voor anderen).



Waar bestaat eerste hulp uit?

- **Herkennen gevaar, letten op eigen veiligheid.**
- **Beoordelen grote bloedingen, bewustzijn, daarna de ademhaling, daarna letsels en ziekten in de ABCD, daarna overig letsels en ziekten.**
- **Zorg zo snel mogelijk voor professionele hulp** → 112 bellen, contact zoeken met huisarts of HA-post, doorverwijzen naar huisarts of HA-post, zelf afhandelen.
- NB. Vraag aan het slachtoffer wat er is gebeurd en kijk goed om je heen! (neem hier even de tijd voor).



Het gedrag tijdens een hulpverleningssituatie

Gedrag eerstehulpverleners:

- Respectvol
- Geruststellen
- Eerlijk zijn
- Omgaan met persoonlijke gegevens



Emotionele reacties:

- Bij omstanders, jezelf en andere hulpverleners
- (Groeps-)gedrag (Vechten, vluchten, bevriezen)
- Belangrijk is ook de nazorg voor zowel slachtoffers als hulpverleners



Besmetting

Kans op -wederzijdse- besmetting?

Hulpmiddelen aangeraden

- Handschoenen
- Beademingshulpmiddelen
(geen effectieve beademing → hulpmiddel weg)
- Nadien handen wassen of desinfecteren (alcohol).
- NB. Kans op besmetting is zeer klein!





Welke vragen zijn er nog?

Stap 1 van de eerste hulp

- Letten op (al het dierlijke, materiële en omgevings-)gevaar!
- Verplaats hierbij het slachtoffer naar een veilige locatie
 - Roep het slachtoffer naar jou toe.
 - Ondersteun het slachtoffer met lopen.
 - Sleep een (niet bij bewustzijn zijnde) slachtoffer buiten de gevarezone met behulp van de
- **Alarmeren (bel of laat 112 bellen)**



Slachtoffer verplaatsen met behulp van de rautekgreep

Rautekgreep vanaf de grond

- Neem plaats achter het slachtoffer
- Til met rechte rug
- Houd het slachtoffer zo dicht mogelijk tegen je aan

Rautekgreep vanaf bed of bank

- Niet alleen nodig bij gevaar, maar ook om beter te kunnen ondergrond)
- Trek het slachtoffer iets naar je toe, gebruik eventueel



Slachtoffer verplaatsen met behulp van de rautekgreep

Rautekgreep vanaf de (auto)stoel

- Haal eerst de voeten onder de pedalen vandaan
- Leg eventueel een afhangende arm op de schoot van het slachtoffer
- Maak de gordel los door slachtoffer tegen de stoel te duwen of door deze door te knippen/snijden
- Pak de verste arm
- Trek het slachtoffer naar je toe en pak met je andere hand
- Til wanneer beide hoofden buiten de cabine zijn





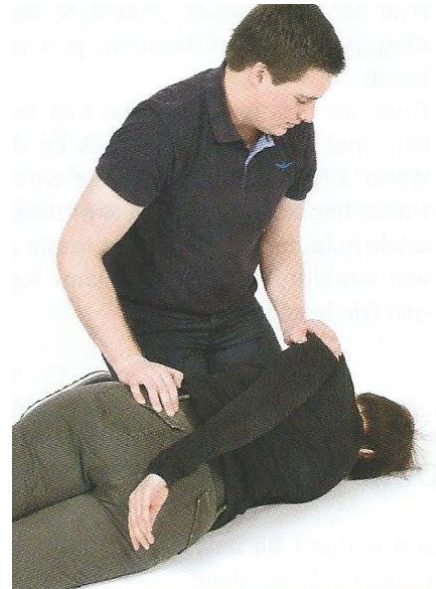
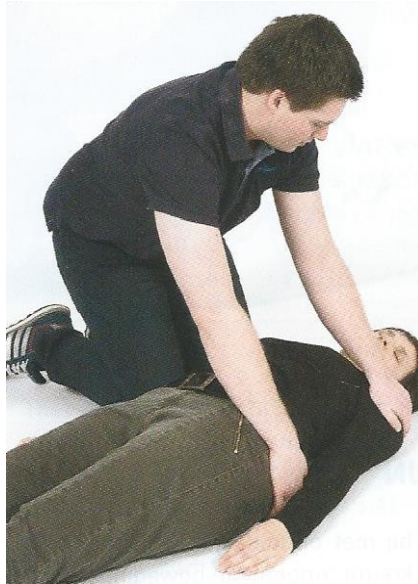
Welke vragen zijn er nog?



Levensreddend handelen

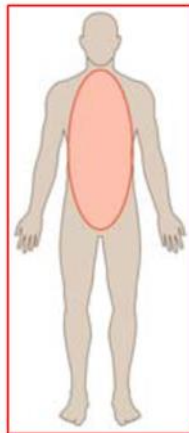
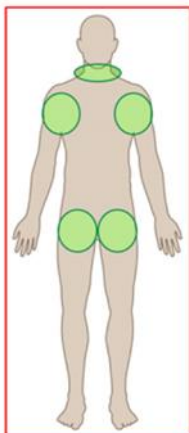
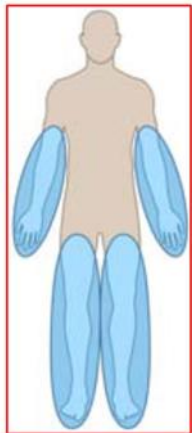
Levensreddend handelen: Bij braken

Slachtoffer in rugligging snel op de zij draaien:



Levensreddend handelen: Levensbedreigend bloedverlies

Locaties levensbedreigend bloedverlies:



Welke behandelopties hebben we:



Levensreddend handelen: Beoordelen bewustzijn

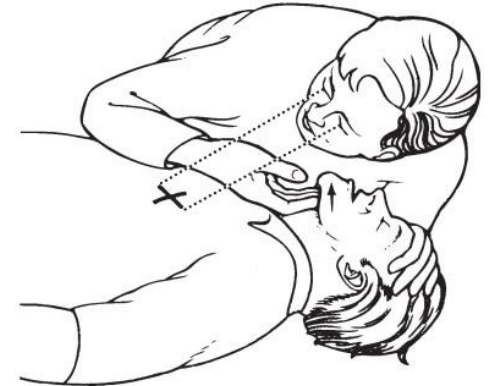
- Spreek het slachtoffer luid en duidelijk aan met korte woorden/ zin en schud licht aan zijn schouders.
- **Alert:** Goed bij bewustzijn, beantwoord vragen gericht.
- **Niet-alert:** Suf, slome, onduidelijke antwoorden, niet aankijken, niet reageren op omgeving.
- **Bewusteloos:** Totaal geen reactie op aanspreken hulpverleners.
- **Bewusteloos** = in direct levensgevaar.
- Ademhaling veilig stellen en direct 112 (laten) bellen.



©IRC

Levensreddend handelen: Beoordelen ademhaling

- Kniel naast het slachtoffer aan de kant van zijn gezicht.
- Plaats 1 hand op het voorhoofd en duw voorzichtig het hoofd achterover.
- Plaats 2 vingers op het harde gedeelte van de onderkaak en lift de kin omhoog (**kinlift**).
- **Kijk, luister en voel** hierna **10 seconden** of er een ademhaling is.
- **Geen (normale) ademhaling** start dan reanimeren.



Levensreddend handelen: Beoordelen ademhaling -> Draaien van buik naar rug

- Kniel naast het slachtoffer aan de kant van zijn gezicht.
- Armen en benen **nooit** optillen maar over de grond **schuiven**.
- Gebruik je benen door ze tijdens het duwen op te schuiven tegen het lichaam van het slachtoffer.
- Vergeet **het hoofd** niet te ondersteunen wanneer het slachtoffer op de rug draait.



Levensreddend handelen: Stabiele zijligging (bewusteloos en normale ademhaling)

Kniel naast aangezicht van slachtoffer neer

- Breng dichtstbijzijnde arm in 90 graden hoek tov. Het lichaam
- Breng andere hand naar wang slachtoffer en houdt deze vast
- Pak de knieholte van het verste been vast en breng deze omhoog
- Trek dit been naar jou toe richting de grond
- Leg been in 90 graden hoek tov. Het lichaam
- Laat bovenzijde lichaam slachtoffer steunen op elleboog
- Kantel het hoofd slachtoffer van het slachtoffer iets achterover
- Controleer (indien) mogelijk continu op de ademhaling



Levensreddend handelen: Nek stabiliseren bij mogelijk wervelletsel

Voorkom beweging

- Benader het slachtoffer aan de kant van het gezicht
- Zeg het slachtoffer niet te bewegen
- Houd het hoofd vast in de gevonden positie





Welke vragen zijn er nog?

Back
Soon!





Levensreddend handelen: Reanimatie | Volwassen en Baby - met en zonder AED

Reanimatie (zonder AED)



Reanimatie: Algoritme

Slachtoffer reageert niet

(Laat) 112 bellen + AED

**Leg mobiel op speaker
bij het hoofdeinde**

Open luchtweg

Ademhaling niet normaal

**30 borstcompressies
2 beademingen**

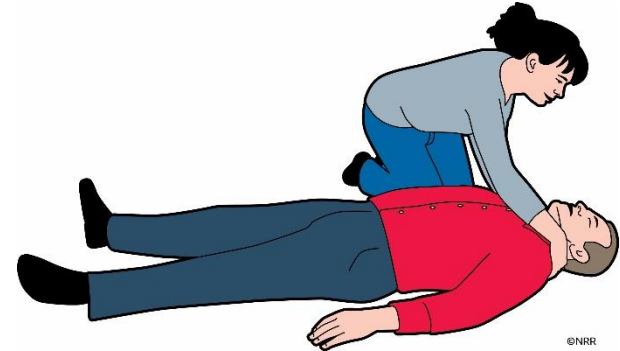
**Activeer AED
zodra deze er is**

Ga door met 30:2

Reanimatie: Beoordeel bewustzijn -> aanspreken en alarmeren

Aanspreken:

- Luid en duidelijk!
- **GAAT HET!!!!**
- Tegelijk wordt licht aan de schouders van het slachtoffer geschud



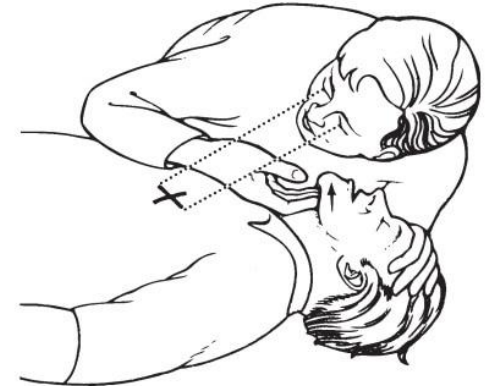
Alarmeren bij geen reactie:

- Bel 112 en laat iemand een AED halen
- Zet telefoon op speaker en leg hem naast het hoofd van het slachtoffer
- Praat luid en duidelijk en vertel wat je doet



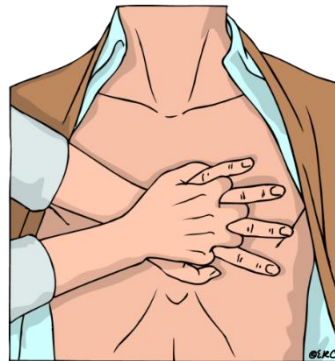
Reanimatie: Beoordelen ademhaling (met behulp van de kinlift)

- Kniel naast het slachtoffer aan de kant van zijn gezicht.
- Plaats 1 hand op het voorhoofd en duw voorzichtig het hoofd **achterover**.
- Plaats 2 vingers op het harde gedeelte van de onderkaak en lift de kin omhoog (**kinlift**).
- **Kijk, luister** en **voel** hierna **10 seconden** of er een ademhaling is.
- **Geen (normale) ademhaling** start dan reanimeren.



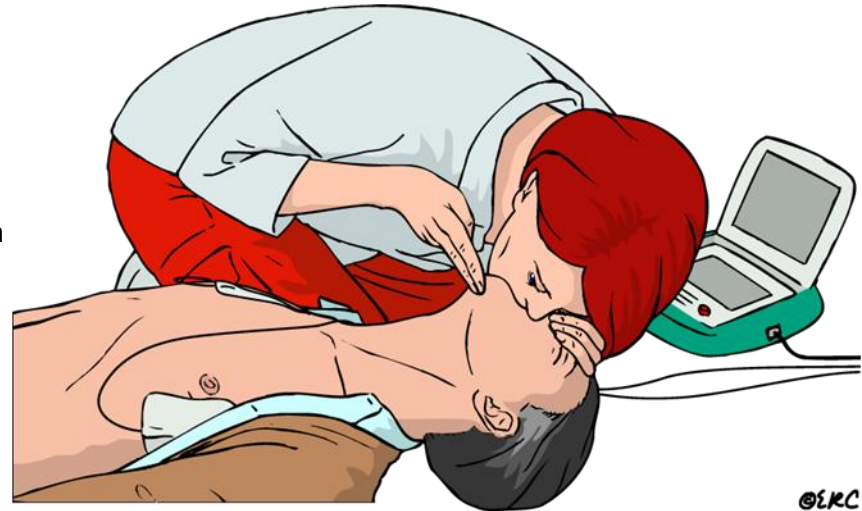
Reanimatie: Start reanimatie (altijd met borstcompressies)

- Plaats de handen op het **midden** van de borstkas
- **Beste** kwaliteit borstcompressies:
 - Zo **weinig** mogelijke onderbrekingen
 - Tempo **100** tot **120** keer per minuut
 - **5** tot **6** cm diep
 - **Niet leunen**, laat het borstbeen volledig omhoog komen



Reanimatie: Start beademingen

- blaas de borstkas **zichtbaar** omhoog.
- onderbreek de borstcompressies max. 10 sec. voor de 2 beademingen.
- **niet** effectieve beademing:
 - > controleer de **kinlift**
 - > verwijder **beademingshulpmiddel**
 - > verwijder **zichtbare voorwerpen** in mond
 - > maak **knellende kleding los** aan hals en bovenlichaam



©i.R.C

Reanimatie: Algoritme

Slachtoffer reageert niet

(Laat) 112 bellen + AED

**Leg mobiel op speaker
bij het hoofdeinde**

Open luchtweg

Ademhaling niet normaal

**30 borstcompressies
2 beademingen**

**Activeer AED
zodra deze er is**

Ga door met 30:2

Reanimatie met AED



Reanimatie volwassene met 1 hulpverlener en AED



Reanimatie

AED

- scheer en/of droog zo nodig de borstkas
- plak niet op pleisters, sieraden of bobbelen onder de huid
- plak de elektroden volgens de afbeelding, plak voor/achter bij kleine mensen
- houd afstand bij analyse en schok
- hervat onmiddellijk na de schok de borstcompressies of als de AED dit aangeeft
- eenmaal geplakte elektroden niet verwijderen

Volg de instructies van de AED.



Levensbedreigende letsels en ziekten: reanimatie algoritme

Slachtoffer reageert niet

(Laat) 112 bellen + AED

**Leg mobiel op speaker
bij het hoofdeinde**

Open luchtweg

Ademhaling niet normaal

**30 borstcompressies
2 beademingen**

**Activeer AED
zodra deze er is**

Ga door met 30:2



Welke vragen zijn er nog?

Reanimatie: Baby met AED



Reanimatie: Baby met AED.

- Bij zuigelingen is het gezicht recht naar boven en niet achterover gekanteld bij de chinlift
- Start met 5 beademingen bij kinderen tot de puberteit en bij drenkelingen
- Geef daarna 15 borstcompressies bij kinderen tot de puberteit en wissel af met 2 beademingen
- Duw bij zuigelingen met 2 duimen op de borst (T-DOT) bij voorkeur op elkaar, lukt dit niet naast elkaar.
- Duw bij kleine kinderen met 1 hand
- Duw het borstbeen 3-4 cm in bij zuigelingen en 4-5 cm bij kinderen vanaf 1 jaar

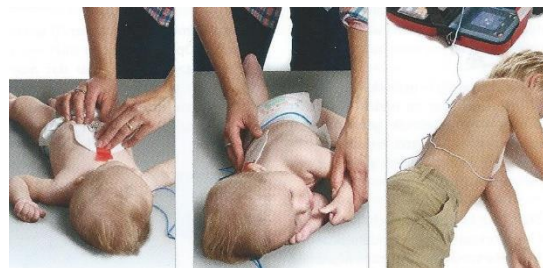


Reanimatie: Baby met AED

AED

- Droog zo nodig de borstkas
- Plak niet op pleisters, over plooien of over de pads elkaar heen
- Plak de elektroden volgens de afbeelding, pas dit niet; voor/achter bij kleine kinderen/ baby's
- Houd afstand bij analyse en schok
- Hervat onmiddellijk na de schok de borstcompressies of AED dit aangeeft
- Eenmaal geplakte elektroden niet verwijderen

Volg de instructies van de AED.



Reanimatie algoritme

Slachtoffer reageert niet

(Laat) 112 bellen + AED

Open luchtweg

Ademhaling niet normaal

**30 borstcompressies
2 beademingen**

**Activeer AED
zodra deze er is**

Ga door met 30:2

Slachtoffer reageert niet

Open luchtweg

Ademhaling niet normaal

5 Beademingen geven

Geen ademhaling

(Laat) 112 bellen + AED

15 borstcompr. en 2 beadem.

Activeer AED zodra deze er is

Ga door met 15:2



Verslikking en verstikking

 Nederlandse
Reanimatie
Raad

Reanimatie volwassene:
verslikking/verstikking



Verslikking en verstikking



Verslikking

Inwendige of uitwendige luchtwegbelemmering

DOEL: Haal de belemmering weg!

HOE?

- Belemmering manueel verwijderen
- Hoesten
- Rugslagen
- Buikstoten of borstcompressies



Verslikking

(Inwendige) luchtwegbelemmering

Effectieve hoest

- Hoesten aanmoedigen

Bij niet effectieve hoest **BEL 1-1-2!!!!!!!**

- Geef 5 rugslagen
- Geef 5 buikstoten
- Zuigelingen? geen buikstoten maar borstcompressies

Start met reanimeren bij bewustzijnsverlies



A large background image consisting of many 3D question marks in shades of gray and white, arranged in a grid-like pattern that recedes into the distance.

Welke vragen zijn er nog?

Back
Soon!



A large background image consisting of a dense field of 3D question marks. The marks are rendered in shades of gray and white, creating a sense of depth and perspective. They are arranged in a grid-like pattern, with some marks appearing larger and more prominent than others.

Welke vragen zijn er nog?



Bedankt voor jullie aandacht | Succes met oefenen | Tot de volgende keer!