



EHBO



zuurstof in het bloed komt. Als er iemand in de buurt is die kan reanimeren, is de kans dat iemand het goed overleeft veel groter. Een belangrijk hulpmiddel bij reanimatie is de **AED**. Dat is een apparaat dat stroomstoten geeft aan iemand met een hartstilstand; het helpt het hart weer in een goed ritme te kloppen. Een AED hangt vaak in winkelcentra, bij sportverenigingen of op andere plekken waar veel mensen komen. EHBO'ers hebben geoefend met een AED, ze weten ook hoe je moet controleren of reanimatie nodig is. En hoe je iemand die bewusteloos is in een veilige houding kunt leggen.



Als je de AED aanzet, vertelt een automatische stem precies wat je moet doen. Een AED geeft geen schok als het hart echt helemaal stil staat, een AED geeft ook geen schok als het hart goed werkt.

Ieder jaar wordt er in Nederland zo'n 8000 tot 10.000 keer iemand met een hartstilstand gereanimeerd buiten het ziekenhuis. Vaak zijn het EHBO'ers die beginnen met de reanimatie, terwijl ze wachten op de ambulance.

Ziektes herkennen

Bij een ongeluk of verwonding zie je vaak meteen wat er aan de hand is. Maar soms voelt iemand zich helemaal niet lekker, terwijl er niks is gebeurd. Een EHBO'er leert goed te kijken naar de **symptomen**, de kenmerken waaraan je een ziekte kunt herkennen. Zo kun je er vaak achter komen wat iemand mankeert, en kun je als het ernstig is de huisarts of 112 bellen. Een paar voorbeelden:

Wat zie je	Wat is er waarschijnlijk aan de hand
Scheef gezicht, hangende mondhoek, minder kracht in een arm of been, iemand praat onverstaanbaar.	Iemand heeft een beroerte , een bloeding in de hersenen, meestal bij oudere mensen. Bij een beroerte moet je meteen 112 bellen.
Na een val of klap tegen het hoofd: hoofdpijn, duizelig, misselijk en weet niet meer wat er net gebeurd is.	Hoort vaak bij een hersenschudding : een beschadiging van de hersenen. Als iemand in de war is of wanneer de hoofdpijn steeds erger wordt, moet je de huisarts/huisartsenpost bellen.
Iemand is duizelig, slaperig, zweterig en soms ook boos en geïrriteerd.	Zie je soms als iemand suikerziekte (diabetes) heeft. Vaak helpt het als iemand dan snel iets met suiker eet of drinkt. Wanneer iemand bewusteloos raakt: bel 112!

EHBO-koffer

In veel bedrijven, winkels, restaurants en vast ook bij jou op school zijn speciale EHBO-koffers. Daarin zitten allerlei spullen om eerste hulp te geven, zoals verband, schaar, pleisters en nog veel meer. De meeste mensen hebben thuis een EHBO-trommel. Bij jou thuis ook?

Wat zit er in een EHBO-koffer?

Kaart – met informatie over wat je kunt doen bij allerlei verwondingen.

Verbanden voor wonden – allerlei verband om wonden te verbinden. Dit verband is **steriel**, het is super schoon. Dat is belangrijk zodat de wond zo schoon mogelijk blijft.

Schaar – om verband te knippen of om kleding weg te knippen die in de weg zit.

Beademingsdoekje – kun je gebruiken voor mond-op-mondbeademing zodat je niet in aanraking komt met de uitademingslucht van het slachtoffer.

Pleisters – voor kleinere wondjes.

Handschoenen – om je handen te beschermen, bijvoorbeeld tegen bloed.

Verbanden voor kneuzingen – stevig verband voor een gekneusde enkel of pols.

Alcohol – om de huid rondom wondjes schoon te maken, wonden zelf spoel je schoon met water.

Reddingsdeken – om iemand warm te houden of te beschermen tegen zon of regen.

Pincet – om splinters en viezigheid uit een wond te halen.

Ongelukken kunnen overal gebeuren: je let even niet op terwijl je oversteekt of een appel schilt en voor je het weet heb je een snijwond, blauwe plekken of erger. Soms kan iemand bewusteloos raken, of erg in de war zijn.

Vaak valt het mee, maar het kan ook dat er snel wat moet gebeuren. Dan komen de EHBO'ers in actie, zij weten precies hoe ze eerste hulp kunnen geven. Bijvoorbeeld wat ze moeten doen of laten bij een gebroken arm. Daarvoor hebben ze een cursus gevolgd en een EHBO-diploma gehaald.

Dit boek is geschreven door Moniek van Zijl.



Documentatiecentrum

imprint van Schoolsupport
documentatiecentrum.nl

