

EINDTERMEN VOOR HET DIPLOMA JEUGD EERSTE HULP A

De cursist moet aan de volgende eisen voldoen om in het bezit te komen van het Diploma Jeugd Eerste Hulp A.

Vijf belangrijke punten

De cursist kan:

- de vijf belangrijke punten noemen en toepassen
- aangeven, dat bij het verlenen van eerste hulp altijd eerst voor de eigen veiligheid, voor die van omstander(s) en van slachtoffer(s) moet worden gezorgd
- vertellen waarom het belangrijk is een slachtoffer gerust te stellen
- vertellen waarom het belangrijk is een slachtoffer te beschermen tegen weersinvloeden
- nagaan wat een slachtoffer mankeert, hem geruststellen en beschermen tegen weersinvloeden
- professionele hulp (laten) alarmeren
- uitleggen waarom iemand zoveel mogelijk moet worden geholpen op de plaats waar hij zit of ligt
- aangeven wanneer het noodzakelijk is iemand over korte afstand te vervoeren
- iemand met behulp van de noodvervoersgreep van Rautek verplaatsen
- iemand ondersteunend verplaatsen.

De verbanddoos en andere hulpmiddelen

De cursist kan:

- vertellen dat voor het verlenen van eerste hulp vaak verbandmiddelen nodig zijn en waarvoor deze het beste gebruikt kunnen worden
- de eigenschappen van de verschillende materialen beschrijven en vertellen welke verschillende soorten verbanden ermee kunnen worden aangelegd
- uitleggen dat in huis, op school, in de sporthal, in de auto of caravan, op de boot een verbanddoos aanwezig moet zijn
- vertellen wat er minimaal in een verbanddoos moet zitten
- verklaren waarom een verbanddoos op een gemakkelijk bereikbare plek moet staan
- noemen wat de minimale inhoud van een verbanddoos moet zijn
- uitleggen waarom de inhoud van een verbanddoos op peil moet blijven.

Wonden

De cursist kan:

- vertellen uit welke lagen de huid is opgebouwd: opperhuid, lederhuid, onderhuids bindweefsel
- vertellen welke de taken de huid heeft: bescherming van het lichaam tegen afkoeling, verhitting, uitdroging en beschadiging, regeling van de lichaamstemperatuur.
- uitleggen waardoor een wond kan ontstaan en hoe deze soms kan worden voorkomen
- aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen een uitwendige (open) wond herkennen
- vertellen wat de verschijnselen en gevaren van een uitwendige (open) wond zijn
- verontreiniging en besmetting van de wond en bloedverlies beperken
- een wond afdekken met een stuk(je) wondpleister en met een steriel gaas vastgezet met een elastische zwachtel en/of kleefpleister
- een wond afdekken met een wondsnelverband en met een gerold snelverband
- een wond aan een gewricht afdekken
- een mitella aanleggen bij een wond aan de arm.

Brandwonden

De cursist kan:

- vertellen hoe moet worden gehandeld als iemand in brand staat
- vertellen wat de verschijnselen en gevaren van eerste-, tweede- en derdegraads

brandwonden zijn

- vier oorzaken van brandwonden noemen en aangeven hoe verbranding kan worden voorkomen
- eerste hulp verlenen bij brandwonden door het verbrande lichaamsdeel onmiddellijk te koelen met zacht stromend, lauw (leiding)water. Dit wordt ten minste 10 minuten volgehouden, zodat de verbranding niet dieper doordringt. De leerling weet dat als geen leidingwater beschikbaar is ook brandwondenkompressen of desnoods slootwater kan worden gebruikt. De leerling weet ook dat vastzittende kleding niet verwijderd mag worden, omdat daardoor de huid kapot kan worden getrokken laat het water dan over de kleding lopen.
- tweede- en derdegraads brandwonden losjes steriel afdekken met niet-verklevend verband; bij gebruik van een zwachtel deze vooral niet strak aantrekken, want de blaren mogen niet kapot gaan
- het slachtoffer naar de dokter of het ziekenhuis verwijzen bij tweede- en derdegraads brandwonden.

Kneuzingen en botbreuken

De cursist kan:

- globaal de bouw en werking van het geraamte beschrijven, voor zover nodig om te begrijpen welke eerste hulp bij de verschillende stoornissen en letsels aan het geraamte moet worden verleend en waarom
- globaal de werking van de gewrichten en spieren beschrijven, voor zover nodig om te begrijpen welke eerste hulp bij de verschillende stoornissen en letsels aan de spieren en gewrichten moeten worden verleend en waarom
- aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen een kneuzing en een verstuiking herkennen
- omschrijven wat een kneuzing is
- een kneuzing koelen
- rust en steun geven aan een gekneusd lichaamsdeel
- vertellen dat bij twijfel aan een botbreuk het slachtoffer moet worden doorverwezen naar een dokter
- aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen een botbreuk herkennen
- de verschijnselen en gevaren van een botbreuk noemen
- uitleggen waarom een gebroken lichaamsdeel onbeweeglijk moeten worden gehouden
- bij een botbreuk van de onderarm, pols of hand een mitella aanleggen
- bij een botbreuk van de bovenarm, elleboog, schouderblad of sleutelbeen een brede das aanleggen
- een gebroken been, enkel en voet steun en rust geven met behulp van een dekenrol.

Oogletsel

De cursist kan:

- onderscheid maken tussen ongevalsituatie waarbij het gaat om een vuiltje in het oog en situaties waarbij er sprake is van ernstig oogletsel (bijvoorbeeld verbrand oog, bijtende stof in het oog)
- vertellen hoe je een loszittend vuiltje uit het oog kan verwijderen
- uitleggen wanneer iemand met een oogletsel naar de oogarts of het ziekenhuis moet worden verwezen
- aangeven waarom je heel zuinig moet zijn op je ogen en waardoor een oog gemakkelijk kan worden beschadigd.

Bloedneus

De cursist kan:

- een neusbloeding stoppen.

Kleine letsels

De cursist kan:

- uitleggen waarom vreemde voorwerpen in neus of oor er door een dokter uit moeten worden gehaald
- vertellen hoe moet worden gehandeld bij uitgeslagen tanden en uitleggen waarom iemand met uitgeslagen tanden snel naar een tandarts moet worden gebracht
- vertellen hoe moet worden gehandeld bij een tand door de lip
- vertellen hoe insectensteken moeten worden behandeld en waarom sommige mensen, die extra gevoelig zijn voor insectensteken, snel naar een dokter moeten worden gebracht
- vertellen hoe tekenbeten moeten worden behandeld en wanneer het slachtoffer naar de dokter moet
- een splinter uit de huid verwijderen.

Giftige stoffen

De cursist kan:

- een aantal giftige stoffen noemen
- vertellen langs welke wegen giftige stoffen het lichaam kunnen binnenkomen
- vertellen dat vergiftiging vaak kan worden voorkomen en hoe
- vertellen dat bij vergiftigingen altijd 1-1-2 gebeld moet worden en waarom
- vertellen dat je, als dat mogelijk is, altijd een restant van het gif of de verpakking moet meegeven naar dokter of ziekenhuis.

Stoornissen in bewustzijn, ademhaling en/of circulatie

De cursist kan:

- globaal de bouw en werking van de belangrijkste organen beschrijven, namelijk de hersenen en het zenuwstelsel, de ademhalingsorganen en het hart met bloedvatenstelsel.

(m.b.t. het bewustzijn)

- aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen bewusteloosheid herkennen
- vier oorzaken van bewusteloosheid noemen
- uitleggen dat je bewusteloos kunt raken door een val, slag of stoot op het hoofd
- uitleggen waardoor een bewusteloos slachtoffer wordt bedreigd
- een bewusteloos slachtoffer vanuit buikligging op de rug draaien
- bij een bewusteloze de luchtweg vrijhouden (stabiele zijligging)
- een slachtoffer van stabiele zijligging in rugligging draaien.

(m.b.t. flauwte)

- vier oorzaken van flauwte opnoemen
- aan de hand van de verschijnselen een (dreigende) flauwte herkennen
- vertellen hoe een flauwte kan worden voorkomen
- de gevaren van een flauwte noemen
- iemand met een (dreigende) flauwte plat neerleggen.

(m.b.t. ademhaling)

- uitleggen hoe de in- en uitademing tot stand komen (ribben naar buiten en wat omhoog: borstkas zet uit, lucht stroomt naar binnen; ribben veren terug: borstkas wordt kleiner, lucht stroomt naar buiten)
- vertellen dat neusademhaling beter is dan mondademhaling (zuiveren, verwarmen)
- aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen ademhalingsstoornissen herkennen
- aangeven welke eerste hulp moet worden verleend bij een slachtoffer met een stoornis in de ademhaling als gevolg van letsel of ziekte.

(m.b.t. verslikking)

- de luchtweg vrijmaken bij iemand die zich verslikt door hem vijf slagen tussen de

schouderbladen te geven en als dit niet helpt de buikstoten toe te passen.

(m.b.t. reanimatie) **Dit is geen verplicht onderdeel van de lesstof**

- het kunnen alarmeren van een volwassene
- het inschakelen van 1-1-2
- weten wie in de omgeving kan reanimeren
- weten waar zich een AED bevindt en hoe deze werkt
- herkennen dat een bewusteloos slachtoffer zonder (normale) ademhaling reanimatie nodig heeft
- een slachtoffer borstcompressies geven dan wel uitleggen of voordoen aan een omstander hoe borstcompressies gegeven moet worden
- mond-op-mondbeademing geven
- borstcompressies en beademen (mond-op-mond) combineren
- een AED aansluiten en bedienen dan wel dit aan een omstander kunnen uitleggen
- een slachtoffer snel kantelen wanneer deze tijdens de reanimatie gaat braken.

Actieve bloedingen

De cursist kan:

- globaal de taken van het bloed en de circulatie beschrijven, voor zover nodig om te begrijpen welke eerste hulp bij de verschillende stoornissen en letsels moet worden verleend en waarom: transport van zuurstof en afvoeren van afvalstoffen
- de verschillende soorten bloedvaten en hun kenmerken noemen; slagaders, aders, haarvaten
- aan de hand van de ongevalssituatie en de verschijnselen een (ernstige) uitwendige bloeding herkennen
- uitleggen waarom een (ernstige) uitwendige bloeding snel moet worden gestopt
- een bloeding stoppen door zo mogelijk het getroffen lichaamsdeel omhoog te brengen en druk op de wond uit te (laten)oefenen (wonddrukverband)
- globaal beschrijven wat er bij shock gebeurt.