


Stappenplan Eerste Hulp

| | | |
|---|--|--|
|  <p>Het Oranje Kruis</p> | <p>Belangrijke regels bij Eerste Hulp</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Let op gevaar 2. Ga na wat er is gebeurd en daarna wat iemand mankeert 3. Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting 4. Zorg voor professionele hulp 5. Help het slachtoffer op de plaats waar hij of zij ligt | <p>➔ Alarmeren (112)</p> <p>Vermeld bij het alarmeren (na uw naam):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. welke hulpdienst u wilt hebben 2. wat er is gebeurd 3. waar het is gebeurd 4. hoeveel slachtoffers er zijn 5. wat de slachtoffers mankeren |
| <p>Als u een eerstehulpopleiding heeft gehad ➔</p> | <p>Werk volgens de richtlijnen van Het Oranje Kruis</p> | <p>Gebruik het materiaal zoals dat is geleerd</p> |
| <p>Als u geen eerstehulpopleiding heeft gehad ➔</p> | <p>Handel als volgt</p> | |
| <p>Probleem ➔</p> | <p>Doen</p> | <p>Hoe / tips</p> |
| <p>Iemand <i>verslikt</i> zich</p> | <p>Sla 5 x tussen de schouderbladen</p> | <p>Met vlakke hand Ondersteun de borstkas met de andere hand</p> |
| <p>Er zijn <i>brandwonden</i></p> | <p>Koel de brandwonden</p> | <p>Gedurende minstens 10 minuten Laat rustig lauw water over de verbrande plek lopen</p> |
| <p>Er stroomt <i>veel bloed</i> uit een wond</p> | <p>Stop het bloeden</p> | <p>Druk de wond dicht Leg zo mogelijk eerst een verband of schone handdoek op de wond</p> |
| <p>Er is een wond (<i>weinig bloed</i>)</p> | <p>Spoel de wond schoon met lauw water Dek de wond af</p> | <p>Gebruik wondpleister, steriel gaasje en kleefpleister of een wondsnelverband</p> |
| <p>Er is een <i>schaafwond</i></p> | <p>Spoel de wond met schoon water Dek de wond alleen af als dit nodig is, bijv. i.v.m. kleding</p> | <p>Gebruik wondpleister of gaas, bij voorkeur niet verklevend</p> |
| <p>Lichaamsdeel doet pijn en kan niet bewegen worden (<i>ontwrichting/botbreuk</i>)</p> | <p>Laat niet bewegen</p> | <p>Slachtoffer zelf arm laten vasthouden Been over de hele lengte steunen</p> |
| <p>Lichaamsdeel doet pijn maar kan nog wel bewegen worden (<i>kneuzing/verstuiking</i>)</p> | <p>Koel 10 tot 15 minuten Geef steun en leg het getroffen lichaamsdeel hoog</p> | <p>Liefst met een zak met water en ijs, de koude kraan, een nat washandje of een coldpack</p> |
| <p>U hebt gebruik gemaakt van deze verbandtrommel</p> | <p>Vul de materialen snel aan</p> | <p>Ga naar drogist of apotheek</p> |
| <p>U hebt nog geen eerstehulpopleiding gevolgd?</p> | <p>Volg zo snel mogelijk een eerstehulpopleiding. Daar leert u de volledige EHBO-handleidingen.</p> | <p>Zie de website www.ehbo.nl</p> |