

BEDRIJFSHULPVERLENER

Wat te doen bij ...

Een ongeval

- **Bel 112**

Vermeld wie u bent,
wat het letsel is,
waar het is, afdeling verdieping



Een brand

- **Bel 112**

Vermeld wie u bent,
waar het is, afdeling, verdieping
waarschuw het overige personeel
tracht de brand te blussen, zonder zelf
gevaar te lopen



Het ontruimingsalarm afgaat

Verlaat het gebouw via de
dichtstbijzijnde (nood-)uitgang
Verzamel u op de opgegeven plaats
(afhankelijk van de windrichting)



ALARM 112

Bedrijfs hulpverlening (BHV)

- Voldoen aan de Arbo-wetgeving
- Voorkomen van rechtelijke aanspraken
- Bedrijfs hulpverlening is verplicht voor alle bedrijven en instellingen
- Snelle en deskundige hulp kan persoonlijk leed beperken en in gevallen schade voorkomen
- Risico- Inventarisatie en -Evaluatie (RI&E en plan van aanpak)
- BHV invulling op basis van risico's
- Zorgen voor ontruimingsplan

De voornaamste taken van bedrijfs hulpverlening:

- Het beperken en het bestrijden van een beginnende brand
- Het verlenen van eerste hulp bij ongevallen
- Het alarmeren van en samenwerken met de gemeentelijke of brandweer en andere hulpverleningsorganisaties bij brand, ongeval of andere calamiteiten
- Het in noodsituaties alarmeren en evacueren van alle werknemers en andere mensen in het gebouw
- De bedrijfs hulpverlening is de voorpostfunctie van brandweer en andere hulpverleningsorganisaties: Hij is verantwoordelijk voor melding van een brand
- De bedrijfs hulpverleners handelen na ongeval of brand, tot het moment waarop de professionele hulpverlening deze taken over kan nemen

Verplichtingen werkgever

- Voldoen aan Voorlichting en Zorgplicht
- BHV-taak moet deskundig en met voldoende middelen worden uitgevoerd
- Werkgever doet BHV zelf of delegeert BHV-taken
- De hulpverleningsdiensten bijstaan

Alarmeren: - Ambulancedienst, - Brandweer, - Politie (112)

Ambulancedienst

- Verleent eerste medische hulp
- Zorgt voor vervoer van slachtoffer naar ziekenhuis
- Melding maakt snel handelen mogelijk
- BHV als voorlichter van ambulance
- BHV'er stabiliseert de slachtoffers en verstekt informatie aan ambulancepersoneel
- Ambulancepersoneel geeft BHV'er aanwijzingen.

Politie

- Bescherming en handhaving van de rechtsorde
- Zorgt voor hulpverlening

Brandweer

- Het voorkomen van uitbreiding van brand en het bestrijden van brand. Redden mensenlevens
- Arriveert zo spoedig mogelijk

EEN BRAND

Brand melden

- De bedrijfshulpverleners alarmeert op grond van de meldinformatie via 112

Alarmering na melding

- De bedrijfshulpverleners is binnen minuten na alarmering op plaats calamiteit

Alarmeringsprocedures

- een calamiteit/ongeval/brand moet worden gemeld
- Bedrijfshulpverleners moeten worden opgeroepen
- Personeel/derden worden gealarmeerd
- hulpdiensten en overheidsinstanties worden gealarmeerd en geïnformeerd

Alarmeringsmiddelen

- een installatie
- Liefst de inzet van het communicatiemiddel dat u dagelijks gebruikt
- Slow-whoop (luid alarm) voor het waarschuwen van mensen

Informereren hulpverleners via 112

- wie heeft gemeld?
- wat is er gebeurd en waar?
- is er actie ondernomen? wat houdt die actie in?
- zijn er slachtoffers? hoeveel?
- zijn er mensen in gevaar?
- zijn er gevaren voor de hulpverleners?
- is er een bedrijfsdeskundige aanwezig/onderweg?
- is er een plattegrond?

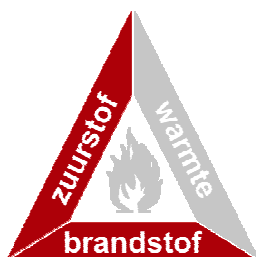
Branddriehoek



Brandstof wegnemen; afdekken of afsluiten. Bij brandende benzine op het wegdek kan bijvoorbeeld schuim gelegd worden, de schuimlaag drijft op de benzine en zo wordt de brandstof afgedekt. Bij een gasbrand kan de gaskraan worden dicht gedraaid. De gastoevoer wordt gestopt en de gasbrand dooft.



Zuurstof wegnemen; verstikken. Door een zuurstofverdrijvende blusstof te gebruiken wordt de brand verstikt. Geen zuurstof geen reactie ergo; geen verbranding.



Temperatuur wegnemen; afkoelen. Een blusstof met een goede warmteopnamecapaciteit kan de temperatuur van een brand snel verlagen. Als de temperatuur onder de zelfontbrandingstemperatuur komt kan de brand zichzelf moeilijk in stand houden. Komt de temperatuur onder het vlampunt is het snel gedaan met het vuur.

Wat een bedrijfshulpverlener kan doen

- inschatten van de situatie
- beginnende brandjes blussen
- eigen veiligheid **altijd** eerst!

Rook

- het grootste gevaar is inademen van hete rook
- de rook is giftig

Koolmonoxide

- ontstaat bij begin van de brand
- kan tot verstikking leiden
- onzichtbaar, reukloos en smaakloos

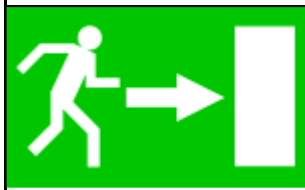
Hitte

- ophoping van hitte
- daalt als deken neer
- kan leiden tot brandwonden en in brand zetten van personen en materialen
- uitbreiding brand

Gevaarlijke stoffen

- waarschuw deskundige hulp
- neem veiligheidsinformatieblad mee naar deskundige hulp.

ORIËNTATIE & EVACUATIE



Weet waar de uitgangen zijn

Kijk niet alleen naar hoe u binnen bent gekomen. Kijk ook naar aangegeven vluchtroutes en zorg dat u weet waar alle (nood)uitgangen zijn.



Ken het gebouw waarin u zich bevindt

Weet waar u zit en hoe u weg kunt komen. Kijk goed naar een plattegrond, oriënteer uzelf en stippel uw kortste en/of veiligste vluchtroutes uit.

Plattegronden hangen er niet voor niets!



Weet waar de verzamelplaats is

Ga bij een ontruiming ook daar naar toe! *Meld* u daar en *wacht* daar op verdere instructies. Zo weet iedereen dat u veilig buiten bent en hoeven ze niet onnodig naar u te blijven zoeken.

Controleer of personen die in uw directe omgeving bevonden voor de ontruiming, op de verzamelplaats kunt terug vinden. Meldt een eventuele vermissing.

Op een plattegrond staat meestal de verzamelplaats aangegeven. Bij een ontruiming wordt altijd de verzamelplaats aangegeven.



Houdt rekening met minder validen en gewonden

Het is heel goed mogelijk dat er personen met een handicap of gewonden aanwezig zijn. Houdt rekening met die mensen en geef ze, indien gewenst, de benodigde hulp.

Dit kan heel simpel zijn, enkel hun afschermen zodat ze niet omver worden gelopen kan bijvoorbeeld al voldoende zijn.



Maak nooit gebruik van een lift

Een lift werkt op elektriciteit, stroom kan bij brand uitvallen. De kans om in een lift vast te zitten ten tijde van brand is dus heel groot.

Een liftschacht kan ook als een schoorsteen werken. Met de wetenschap dat rook giftig is, laat ik de verdere invulling van dit gevaar aan uw eigen fantasie over.

BESTRIJDING & STABILISATIE



Sluit ramen en deuren

Zorg dat alle ramen en deuren gesloten worden. Dit blokkeert niet alleen de zuurstoftoevoer naar de brand, maar houdt ook de rook tegen. Hierdoor blijft het zicht goed en de lucht schoon in de veilige ruimte(s)!



Probeer de brand zelf te blussen

Iedere brand begint klein. Als men de brand op tijd ontdekt is deze te blussen met een klein blustoestel. Mocht u een beginnende brand ontdekken, handel dan en ga blussen!

Mocht u het toestel hebben leeg gespoten en het vuur brandt nog steeds... **WEG WEZEN!!!**



Ken het blustoestel

Een blustoestel kan niet zomaar alle branden bestrijden. Ook werkt niet ieder blustoestel hetzelfde. Neem nu de moeite en tijd, want dat heeft u nu, om een blustoestel te bestuderen.

Op het etiket staat een korte gebruiksaanwijzing om het toestel te activeren en te bedienen. Ook heeft het toestel één of meerdere pictogrammen. Deze pictogrammen vertellen je voor welke soort branden de blusstof geschikt is.



- A = brandklasse A; vaste stof brand (houtblokken)
- B = brandklasse B; vloeistofbrand (jerrycan)
- C = brandklasse C; gasbrand (gasbrander)
- D = brandklasse D; metaalbrand (tandwiel)
- F = brandklasse F; vet- en oliebrand (olie)



Gebruik geen toestel waarvoor de blusstof ongeschikt is voor de soort brand die u voornemens bent te gaan blussen. De blusstof kan de brand aanwakkeren, of de brand wordt onvoldoende geblust waardoor er een herontsteking kan plaats vinden.



Blussen

- benader een brand altijd met twee Bedrijfshulpverleners
- neem blusmiddel mee
- beoordeel of er sprake is van een beginnende brand
- kijk wat er brandt
- controleer of u het juiste blusmiddel heeft voor de brand die u wilt blussen
- schat in of u de brand met het aanwezige blusmiddel kunt blussen
- test het blusmiddel voor het gebruik
- als deuren van een ruimte waar de brand is, naar u toe of af draait, moet u zich knielend achter de deur bevinden.



Brandslanghaspel en draagbare blustoestellen

- brandslanghaspel
- blusdeken
- draagbare blustoestellen
 - poederblussers
 - CO2-blussers (koolzuursneeuw)
 - schuimblussers

Brandslanghaspel

	<p>Een brandhaspel zit aangesloten op het <i>leidingwaternet</i>. Daardoor beschikt u over een onbeperkte hoeveelheid blusstof.</p>
	<p>Rol de haspel helemaal uit voordat u naar de brandhaard gaat.</p>
	 <p>Let wel!</p> <ul style="list-style-type: none">• Water is <i>enkel</i> geschikt voor vaste stof branden.• En <i>ongeschikt</i> voor elektriciteit!

Blusdeken

	<p>Een blusdeken is te gebruiken voor kleine brandjes zoals een prullenbakbrand of een vlam in de pan.</p>
	<p>Ook is de deken zeer geschikt voor het blussen van personen met vlam gevatte kleding.</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Sla de blusdeken als een poncho over de schouders van het slachtoffer<input type="checkbox"/> Werk het slachtoffer voorzichtig naar de grond<input type="checkbox"/> Wrijf over de deken de vlammen uit<input type="checkbox"/> Til de deken voorzichtig op om te controleren of het vuur gedoofd is
	

BLUSSEN VAN IN BRAND STAANDE PERSONEN MET EEN BLUSDEKEN

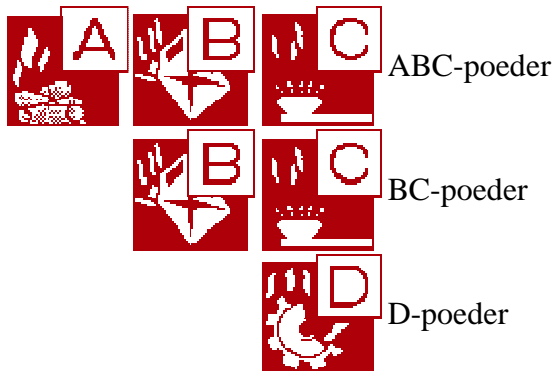
- laat het slachtoffer bij voorkeur liggen
- wikkel het slachtoffer van boven naar beneden in de deken
- begin met wikkelen onder het hoofd zodat er geen warmte en rook langs het gezicht van het slachtoffer gaan
- koel het slachtoffer met water als de vlammen gedoofd zijn

Draagbare blustoestellen

Poederblusser

De blusstof poeder is de meest veelzijdige blusstof die we kennen. Poeder kan voor vele soorten branden worden ingezet. Er is echter een addertje onder het gras. Er bestaat geen poeder dat alle brandklassen kan blussen. We kennen drie soorten bluspoeders:

- ABC-poeder;
- BC-poeder;
- D-poeder.



ABC-poeder is geschikt voor vaste stof, vloeistof- en gasbranden.

BC-poeder is geschikt voor vloeistof- en gasbranden.

D-poeder is geschikt voor metaalbranden.

De blussende werking van poeder is een negatieve katalytische werking. Het poeder beïnvloedt de verbrandingsreactie zonder er zelf aan deel te nemen.

Blussen met poederblusser

- verwijder verzegeling / borgpen
- test de blusser
- breng de volledige brandhaard in de blusstof
- houd 5 tot 10 meter afstand van de brandhaard
- richt zorgvuldig op de onderkant van het vuur
- gevaar van herontsteking → houd blusmiddel paraat
- blus bij een brand altijd met de wind mee

Blussen vaste stoffen brand

- spuit een aantal keer stootsgewijs

Blussen van branden met vloeistoffen en metalen

- richt een onafgebroken straal op de onderkant van de vlammen
- richt nooit een poederstraal **in** een vloeistof

Branden met gassen

- blussen pas zinvol, als gastoevoer kan worden afgesloten
- explosiegevaar, soms eerst blussen om gastoevoer te kunnen afsluiten



Voordelen van poeder	Nadelen van poeder
<ul style="list-style-type: none"> • grote worplengte • niet elektrisch geleidend • zowel binnen als buiten te gebruiken • niet schadelijk voor mens en dier • ongevoelig voor vorst 	<ul style="list-style-type: none"> • ongeschikt voor ruimte met fijne instrumenten en elektronica • ongeschikt in ruimte met levensmiddelenopslag • geen koelende werking, kans op herontsteking • vermindert het zicht • veel nevenschade

CO₂-blussers

- De koolzuursneeuwblusser heeft als blusstof kooldioxide (CO₂). De blussende werking berust op verstikking; zuurstof verdrijvend. Daar waar CO₂ is kan geen zuurstof (O₂) zijn.
- voor klasse B en C branden
- blussende werking = verdringing van zuurstof

Blussen CO₂-blusser

- ga redelijk dicht bij de brand staan
- richt de straalpijp vanaf ongeveer 1,5 meter op de vlammen
- blus met continue straal op de onderkant van de vlammen
- blus nooit stootsgewijs!
- spuit bij blussen van vloeibare brandstoffen nooit van te korte afstand recht in de vloeistof → vloeistof spat weg en verspreidt de brand
- ga door met blussen tot de brand volledig uit is
- let op herontsteking, voer een nacontrole uit

Voordelen van CO ₂	Nadelen van CO ₂
<ul style="list-style-type: none"> • niet elektrisch geleidend • niet vorst gevoelig • weinig tot geen nevenschade • niet agressief 	<ul style="list-style-type: none"> • maar 1½ keer zwaarder dan lucht zodat het snel verwaait • bij grote hoeveelheden verstikkend voor mens en dier • geen indringend vermogen; daarom ongeschikt voor brandklasse A • opslag in zware cilinders; moeilijk hanteerbaar voor kleinere per

Schuimblusser

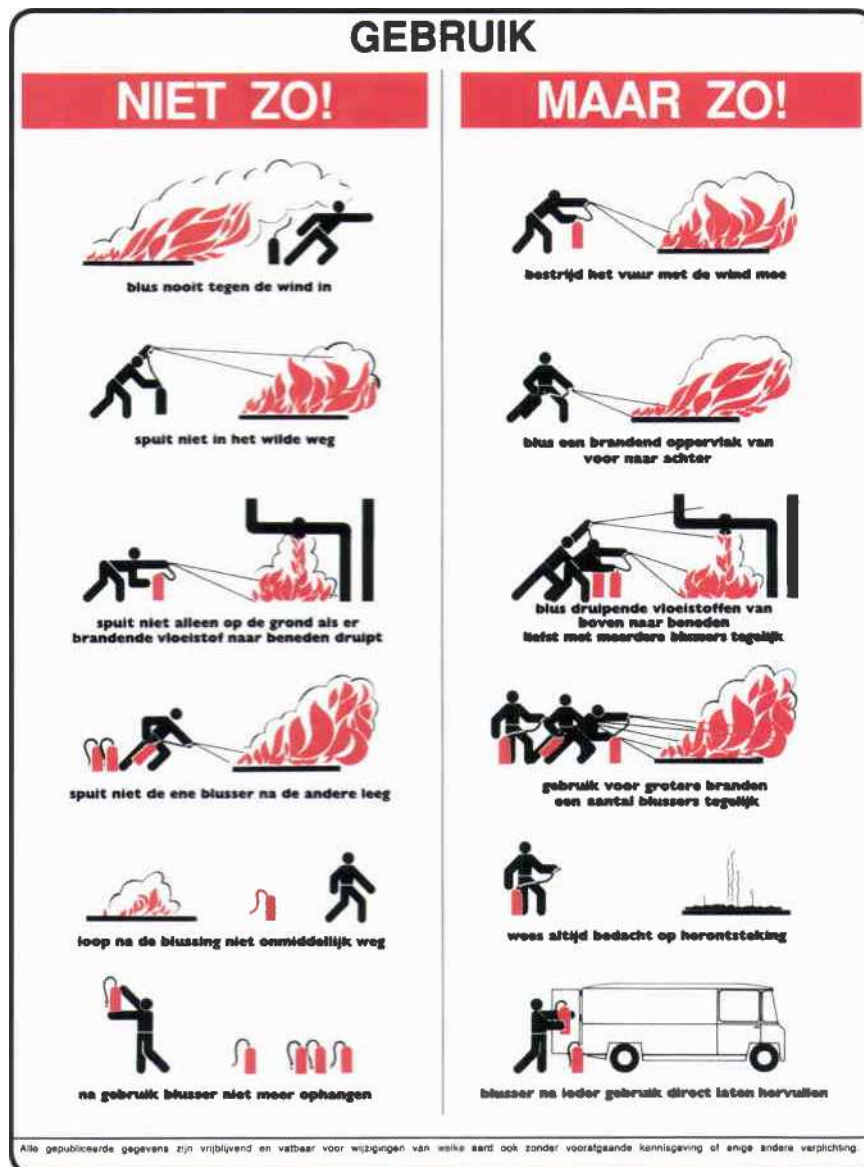
- gevuld met water en schuimvormend middel
- brandende vaste stoffen (klasse A-branden)
- ook bruikbaar bij vloeistofbranden (klasse B)
- NIET voor branden met elektriciteit!
- blussende werking = afdekking (wegnemen zuurstof)

Blussen Schuimblusser

- ga op veilige afstand van de brand staan
- bereik sproeischuimstraal is in begin 3 tot 5 meter
- spuit niet direct op de vlammen, maar zo laag mogelijk
- spuit onafgebroken
- ga door met blussen totdat de brand volledig uit is

De straalpijp van een schuimblusser bevat een sproeikop. In die sproeikop zitten schoepen. Deze gaan draaien zodra de blusstof er langs stroomt. Door die draaiende schoepen krijgt de blusstof een werveling zodat het zich met de buitenlucht kan mengen en schuimvorming mogelijk wordt.. Schuimblustoestellen hebben een inhoud van 6 en 9 liter.

Voordelen van Schuim	Nadelen van Schuim
<ul style="list-style-type: none"> • Geschikt voor vloeistofbranden • Geeft het water een beter doordringend vermogen • Bij een kleine hoeveelheid water kan betrekkelijk veel schuim worden verkregen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gevaar voor elektrische geleiding • Niet vorstbestendig • Nevenschade, schuim is corrosie bevorderend



Ontruiming

- A. ontruimingsprocedure
- B. bedrijfshulpverlener bij ontruimen
- C. voorzieningen

A. Ontruimingsprocedure

- ontruimingsprocedure verplicht op grond van Arbo-wet voor iedere werkgever
- Arbo-wet verplicht bedrijven ontruimingsprocedure regelmatig te oefenen
- ontruimingsinstallatie geëist → ontruimingsplan verplicht
- oefenen om zo nodig het ontruimingsplan bij te stellen
- controleer het ontruimingsplan regelmatig en houd het 'up to date'

Ontruimingsplan

- plan waarin stap voor stap staat beschreven hoe een gebouw op een veilige wijze moet worden ontruimd en welke voorzieningen er aanwezig zijn
- ontruimingsplan moet aansluiten bij bedrijfshulpverlener-plan
- wijze van informeren en instrueren personeel
- wie opdracht geeft tot ontruimen
- wijze van waarschuwen Bedrijfshulpverleners
- procedure veilig achterlaten werkplek
- meenemen persoonlijke eigendommen
- wie controleert of iedereen de werkplek heeft verlaten
- registreert of iedereen aanwezig is op de verzamelplek
- hoe de ontruiming per afdeling/etage geregeld is
- wie eventueel met een bepaalde taak op de werkplek achterblijft
- waar de mensen van elke afdeling/etage zich verzamelen
- hoe er voor de eigendommen van deze mensen wordt gezorgd

Ontruimingsprocedures in grote lijnen

- na het alarm gaat de leider van de ontruiming naar een vaste plek
- leider van de ontruiming zet de ontruiming in gang volgens de procedures
- iedereen verlaat in normaal tempo het gebouw
- Bedrijfshulpverleners starten en begeleiden de ontruiming per afdeling
- Bedrijfshulpverleners controleren de ontruimde afdeling op achterblijvers

B. Bedrijfshulpverlener bij een ontruimen

- bedrijfshulpverlener stelt eerst zijn eigen werkplek veilig
- maakt zich herkenbaar als bedrijfshulpverlener
- handelt volgens de bedrijfsspecifieke procedures, krijgt instructies over de door hem te ontruimen afdeling en voert daar controles
- na de controle meldt hij zich bij de ontruimingsleider en wacht op nadere instructies
- hebben collega's zich volgens interne instructies gedragen?
- zijn ramen en deuren gesloten?
- zijn er geen mensen achtergebleven in toiletten, werkruimten, kasten en technische ruimten?
- het begeleiden van bezoekers
- bij gebouwen met meer dan één bouwlaag → vaste afspraken met Bedrijfshulpverleners om zeker te zijn dat de etages ook echt leeg zijn

C. Voorzieningen

1. vluchtwegen
2. deurvergrendelingen
3. noodverlichting
4. brandweerlift

1. Vluchtwegen

- bedrijfshulpverleners kent de vluchtroutes
- houd vluchtwegen en deuren altijd vrij
- vluchtdeur naar buiten = nooduitgang
- nooduitgang altijd zonder losse hulpmiddelen te openen
- aan buitenzijde gebouw moet nooddeur of nooduitgang opschrift 'nooddeur vrijhouden' of 'nooduitgang' en verlichting hebben
- vluchtdeuren alleen gebruiken als nooduitgang!

2. Deurvergrendelen

- voorkomen onbevoegd gebruik van (nood)uitgangen
- belemmeren de ontruiming
- brandweer kan deze deuren vanaf de buitenzijde moeilijk openen
- aanleg in overleg met en goedgekeurd door plaatselijke brandweer

3. Noodverlichting

- bedoeld om een ontruiming soepeler te laten verlopen bij elektriciteitsstoring
- gaat automatisch branden als de stroom uitvalt

4. Brandweerlift

- bedoeld voor de brandweer

EEN ONGEVAL

Hopelijk raak je nooit bij een ongeval betrokken. Want naast persoonlijk leed, bezorgt het je veel ongemak en kost het je een hoop tijd.

Wat moet je doen?

Een ongeluk is in een paar seconden gebeurd. De schrik is meestal groot en zowel de slachtoffers als goedwillende omstanders handelen vaak in paniek. Begrijpelijk, want een verkeersongeval maak je niet dagelijks mee

De handelingen die je als persoon bij een ongeval moet toepassen is het beste te onthouden met het ezelsbruggetje **PAMAN**

- P** = Persoonlijke veiligheid
- A** = Andermans veiligheid
- M** = Markeren
- A** = Alarmeren
- N** = Noodzakelijke maatregelen nemen

Natuurlijk is elk ongeval weer anders en zijn ook de omstandigheden verschillend. Hier volgen de algemene richtlijnen:

1. Hulp verlenen aan slachtoffers.

Overzie de situatie en blijf kalm. Denk allereerst om je eigen veiligheid. Zijn er gewonden, kijk dan wat je voor ze kunt doen. Doe dat snel (!) en bel het landelijke alarmnummer 112. Het verslepen van slachtoffers mag alleen in uiterste noodzaak.

2. Medewerkers waarschuwen.

Kortom zorg ervoor dat er niet nog meer ongelukken gebeuren.

3. Politie waarschuwen.

(Tenminste als de situatie ernstig is, anders kan het ook in een later stadium) Geef duidelijk de plaats op waar het gebeurd is. Vertel erbij hoeveel gewonden er zijn en met welk letsel en als er slachtoffers bekneld zitten, moet de brandweer er ook bijkomen.

Eerste hulp bij ongelukken.

Eerste hulp = de hulp, die in afwachting van deskundige hulp, op verantwoorde wijze door een leek kan worden verleend bij een plotseling optredende stoornis in de gezondheidstoestand van een medemens. Eerste hulp, direct na een ongeval, kan levensreddend zijn

Daarom is het belangrijk te weten wat je wel en niet moet doen. We hebben de belangrijkste maatregelen op een rijtje gezet. **Ze worden ook wel de 7 gouden regels genoemd,**

1. Let op gevaar. Denk aan je eigen veiligheid en die van anderen.
2. Ga na wat het slachtoffer mankeert. Probeer er achter te komen wat er is gebeurd Kijk of het slachtoffer bij kennis is. Vraag of hij pijn heeft en of hij alles kan bewegen. Als het slachtoffer niet reageert op aanspreken en schudden. Dan is uw eerstvolgende handeling het roepen om hulp (112).
3. Zorg dat het slachtoffer blijft ademen. Maak eventuele kledingstukken los die de ademhaling kunnen belemmeren. Indien nodig, moet er worden beademd.
4. Stelp ernstige bloedingen De eerste hulp bestaat hierbij uit het dichtdrukken van de wond, het omhoog brengen van het betreffende lichaamsdeel en het dichtdrukken van de slagader. Verplaats het slachtoffer niet. Help het slachtoffer op de plaats waar hij of zij ligt of zit. Alleen in uiterste noodzaak mag een slachtoffer op een andere plaats worden gelegd. De beste manier om een slachtoffer te verplaatsen is door middel van de zogenaamde Rautek- of noodgreep
5. Stel het slachtoffer gerust. Meestal is een slachtoffer erg geschrokken of voelt zich angstig. Luister naar en praat met het slachtoffer. Vertel hem dat er deskundige hulp in aantocht is.
6. Zorg voor deskundige hulp. Blijf bij voorkeur zelf bij het slachtoffer. Waarschuw de politie, ambulance en/of brandweer.
7. In de praktijk is gebleken dat bij een ongeval veel handelingen worden verricht, die later overbodig blijken te zijn. In de regel is het zo dat hoe minder we met het slachtoffer 'in de weer zijn', hoe beter het voor hem is.

Kijk eerst of er al een deskundige aanwezig is. Leef je in, in de rol van het slachtoffer en behandel hem of haar ook zoals je zelf behandeld wilt worden. Alleen maar aanwezig zijn en het slachtoffer geruststellen c.q. bemoedigen is soms al voldoende.

Natuurlijk zijn er ook een aantal situaties waarin we direct handelend moeten optreden. Dat is vooral het geval bij:

- **Ernstige bloedingen**
- **Ademnood**
- **Bewusteloosheid**
- **Brandwonden**
- **Bijtende stoffen in Oog**
- **Bothbreuken**

Ernstige bloedingen

Bloed is belangrijk voor het transport van zuurstof van de longen naar de lichaamscellen. Krijgen die cellen - door teveel bloedverlies - geen zuurstof meer, dan zou het slachtoffer een shock kunnen krijgen en kunnen overlijden. Daarom moeten vooral ernstige bloedingen, zoals bij een slagader (stootsgewijs uit de wond) die geraakt is, snel worden gestopt. Bij veel bloed verlies of hartinfarct kan er een shock ontstaan. Een aderlijke bloeding kan men herkennen aan sijpelend bloed uit de wond.

Dat kan als volgt:

- Leg het slachtoffer neer. Breng, indien mogelijk, het bloeden de lichaamsdeel omhoog en oefen druk uit op de wond.

1. De bloeding stopt; leg dan een snel verband of wondsnelverband aan
2. De bloeding stopt niet; leg dan een wonddrukverband aan.

Als u geen verbandmateriaal bij de hand heeft kunt u ook druk uitoefenen met een handdoek, theedoek, een kledingstuk of zelfs met de blote hand

- Laat het gewonde lichaamsdeel rusten; Wacht tot een arts of een verpleger het van je overneemt

Waarschuwing! Raak de wond nooit met de handen aan en gebruik geen jodium of iets dergelijks (dat is alleen voor schaafwonden). Bij scherpe delen in de wond, moet men met een snelverband zoveel mogelijk druk uit oefenen.

Verbanddoos



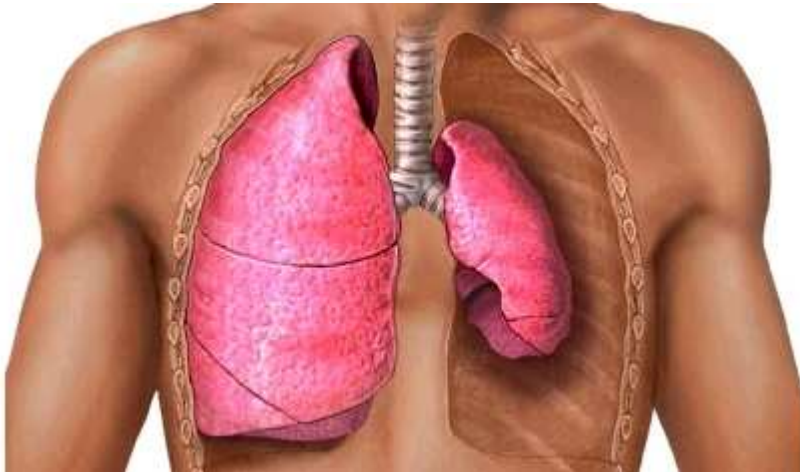
- Snelverband. Dit is een kant-en-klaar verband, bestaande uit een soort zakje van hydrofiele gaas, met daarin witte watten of een ander sterk vochtopnemend materiaal. Aan beide zijden van het zakje zitten zwachtels om het geheel vast te zetten. Je hoeft dus niet met je vingers aan het verband te komen
- Witte watten Deze zijn vetvrij en kunnen veel vocht, bijvoorbeeld bloed, opnemen.

- Vette watten Deze zijn veerkrachtig en worden gebruikt in combinatie met een drukverband. Ze nemen geen vocht op
- Steriel gaas Dit is een opgevouwen stukje 'kiemvrij' gaas. Het is ook hydrofiel, dat wil zeggen vochtopnemend.
- Zwachtels. Er zijn twee soorten zwachtels: hydrofiele zwachtels (voor een wond- of drukverband) en de wat stevigere cambric zwachtels (voor drukverbanden). Een zwachtel is ongeveer 4 meter lang en tussen de 4 en 12 cm breed. Aanbrengen dakpangewijs.
- Kleefpleister. Ook wel hechtpleister genoemd. Een kleefpleister dient om het verband op de (droge) huid vast te plakken.
- Driekante doek Kan worden gebruikt om een verband af te dekken of om steun te geven. Wordt ook wel 'mitella' genoemd.

Bijvullen verbanddoos. Zorg dat na gebruik de verbanddoos wordt aangevuld. .

Hierdoor voorkom je dat als je iets nodig hebt niet misgrijpt

Ademnood



De ademhaling kan op verschillende manieren gestoord zijn: het slachtoffer ademt hoorbaar (piepend, gierend, rochelend), hij ademt niet (of nauwelijks hoorbaar) of hij is grauw/blauw. In alle gevallen moeten we zorgen dat er lucht (zuurstof) in de longen komt. Als er geen zuurstofapparaat voorhanden is, dan moet er mond-op-mond beademing worden toegepast.

Dat gaat als volgt:

Maak de ademweg vrij:

Leg slachtoffer op de rug en breng het hoofd achterover met uw ene hand; Pas de kinlift toe (zie foto onder). Knijp de neus van het slachtoffer dicht met de hand die op het voorhoofd rust;

Haal diep adem, plaats uw mond over de mond van het slachtoffer en blaas uw adem gedurende 2 seconden in de mond van het slachtoffer; Kijk of de borst omhoog komt. Is dat niet het geval, dan moet het hoofd nog verder naar achteren;

Laat de mond en de neus los. Kijk of de borst terugzakt, want dan ademt het slachtoffer uit;



Adem opnieuw verse lucht in en herhaal de procedure. Net zolang tot het slachtoffer zelf begint te ademen, of tot er medische hulp is. Er moet ongeveer 12 x per minuut worden ingeblazen. Dat komt neer op 3 tellen inblazen en 3 tellen uitademen. Lukt het niet, ga dan over op mond-op-neus beademing. Bij kinderen moet minder lucht worden ingeblazen en ook met minder kracht.

Bewusteloosheid

Een slachtoffer is bewusteloos als hij niet meer reageert op vragen, aanstoten of pijnprikkels. Hij ademt wel, maar opent de ogen niet als dat gevraagd wordt

De oorzaken van bewusteloosheid kunnen zijn: een storing van de bloedsomloop, schrik, klap of schok, Maar heel vaak wordt iemand die bewusteloos is, bedreigd door een storing van de ademhaling, met als gevolg een zuurstoftekort. De oorzaken van een ademhalingsstoornis kunnen zijn:

- een naar achteren gezakte tong (waardoor het strotklepje wordt dichtgedrukt);
bloed, slijm, braaksel of een vreemd voorwerp in de luchtwegen

De stoornis moet zo gauw mogelijk worden verholpen.

En om te voorkomen dat het slachtoffer in ademnood komt, moet jij in een stabiele zijligging worden gelegd. Er moet ongeveer 12x per minuut worden ingeblazen. Dat komt neer op 3 tellen inblazen en 3 tellen uitademen. Lukt het niet, ga dan over op mond-op-neus beademing. Bij kinderen moet minder lucht worden ingeblazen en ook met minder kracht

Stabiele zijligging

- Draai eerst het hoofd voorzichtig opzij.
- Kijk in de mond of er iets inzit (bijv. kauwgom) en verwijder dat.

Kniel aan de linkerkant van het slachtoffer.

- Leg de linkerarm bijna haaks op het lichaam.
- Buig het rechterbeen in de knieholte en plaats de rechtervoet in de knieholte van het linkerbeen. Leg de rechterarm met de handrug naar boven op de dichtstbijzijnde schouder.



Trek aan de rechterknie en rechterschouder en leg het slachtoffer in de zijligging, ondersteun hierbij het hoofd. Leg de rechterhand op de grond ter hoogte van de slaap, de rechterelleboog moet boven de gestrekte arm op de grond rusten.

Leg indien mogelijk iets onder het achterhoofd, bijvoorbeeld een doek of een opgevouwen jas.

De reanimatie bestaat uit een reeks van 30 hartmassages en 2 beademingen.

Techniek :

Reanimatie is een techniek om een slachtoffer met hartstilstand te voorzien van de nodige zuurstof om de meest vitale processen op gang te houden. Die zuurstof moet door beademing in de longen worden geblazen en vervolgens via uitwendige hartmassage, het lichaam worden rondgepompt.

wanneer je een ademhalingsstilstand vaststelt, stuur je een omstander weg om de hulpdiensten te alarmeren en beadem je het slachtoffer tweemaal. Controleer vervolgens de bloedsomloop.



Indien je bij de controle van de bloedsomloop een hartstilstand vaststelt, dien je de hartmassage te starten. Hieronder verstaat men het uitvoeren van ritmische bewegingen ter hoogte van de onderste helft van het borstbeen. Een borstcompressie zal de bloedsomloop hopelijk weer tot stand brengen.

Handel verder als volgt:

1. Zorg ervoor dat het slachtoffer plat op de rug ligt, op een harde ondergrond. Indien nodig, moet je het slachtoffer daarvoor verdraaien. Indien je in zo 'n geval ook een wervelfractuur vermoedt, laat dan het hoofd van het slachtoffer vasthouden door een omstander en draai het slachtoffer "en bloc" (logroll)
2. Zwangere vrouwen worden het beste in rugligging gelegd, met de linkerzijde iets hoger dan de rechter knie naast het slachtoffer;
Maak de borstkas vrij, zelfs indien de weersomstandigheden slecht zijn;
3. Knie naast het slachtoffer ter hoogte van de bovenarm
4. plaats de hiel van één hand op het midden van de borstkas
5. plaats de hiel van uw andere hand bovenop de eerste
6. haak de vingers van beide handen in elkaar. Zorg ervoor dat u geen directe druk uitoefent op de ribben, de onderste punt van het borstbeen of de bovenbuik
7. positioneer uzelf loodrecht op de borstkas, en duw deze met gestrekte armen tenminste 5 centimeter in, maar niet meer dan 6 centimeter
8. laat na elke borstcompressie de borstkas geheel omhoog komen zonder het contact er mee te verliezen. Herhaal de handeling met een frequentie van tenminste 100 per minuut, maar niet meer dan 120 per minuut
9. het indrukken en omhoog laten komen van de borstkas moet evenlang duren
10. maak na 30 borstcompressies de luchtweg vrij met de hoofdkantelkinlift methode
11. knijp de neus van het slachtoffer dicht met twee vingers van de hand die op zijn voorhoofd rust
12. houd de kin omhoog en zorg dat de mond iets open blijft;
13. neem zelf een normale ademdeug, plaats uw lippen om de mond van het slachtoffer en zorg voor een luchtdichte afsluiting
14. blaas rustig in gedurende 1 seconde als bij een normale ademhaling
15. Als u ziet dat de borstkas omhoog komt, dan heeft u een effectieve beademing gegeven
16. haal uw mond van die van het slachtoffer en kijk of de borstkas weer naar beneden gaat
17. geef op dezelfde wijze de tweede beademing
18. de twee beademingen mogen in totaal niet meer dan 5 seconden duren
19. plaats direct uw handen weer in het midden van de borstkas en geef 30 borstcompressies

20. ga door met borstcompressies en beademingen in de verhouding 30:2
21. onderbreek de reanimatie niet, behalve als het slachtoffer (goed) bij bewustzijn komt: hij beweegt, opent zijn ogen en begint normaal te ademen.

De efficiëntie van de hartmassage kan eventueel door een tweede helper worden gecontroleerd

De technieken dienen zo correct mogelijk te worden uitgevoerd, aangezien bij een reanimatie een aantal complicaties kunnen voorkomen.

Men dient zo snel mogelijk een automatische defibrillator aan te leggen om het hartritme te detecteren. In geval van een ventriculaire fibrillatie is een snelle defibrillatie immers een noodzaak.

Brandwonden.

Als er iemand in brand staat, moet het vuur zo snel mogelijk worden gedoofd door het slachtoffer in een deken te wikkelen en/of hem over de grond te rollen,

We onderscheiden 3 soorten brandwonden:

- Eerstegraads verbranding Daarbij is de huid rood, licht gezwollen en pijnlijk.
- Tweedegraads verbranding De huid is eveneens rood, gezwollen en pijnlijk maar vertoont ook blaren.
- Derdegraads verbranding. De huid is grijs-wit (gekookt) of zwart (verkoold).



De huid zelf is pijnloos en bovendien niet meer soepel

Voor de eerste hulp bij alle brandwonden geldt maar één advies: langdurig koelen met water, minstens 10 minuten tot 1 uur! Bij chemische stoffen minstens 30 minuten.

Daarnaast moeten 2e- en 3e-graads brandwonden steriel worden afgedekt. Wanneer een slachtoffer een bepaald lichaamsdeel niet kan bewegen of hij klaagt over pijn, dan is de kans groot dat we te maken hebben met een botbreuk Soms is er sprake van een abnormale stand en soms steken er botsplinters door de huid In het laatste geval spreken we van een open botbreuk.

Bijtende stoffen in Oog

- brandende pijn aan het oog
- tranenvloed
- het oog verdraagt geen licht

Door ongevallen kunnen bijtende en irriterende stoffen in het oog terechtkomen. Denk aan allerlei middelen die in het huishouden (loog, ontstoppingsmiddelen, etc).

Dat kan bijvoorbeeld gebeuren als u met vuile handen in de ogen wrijft, maar ook als er door onoordeelkundig gebruik een chemische reactie ontstaat waarbij de vloeistof gaat spatten.

Voorloop is een voor levende weefsels uiterst agressieve stof.

Hebt u een irriterende of bijtende stof in het oog gekregen, spoel het oog dan onmiddellijk goed met stromend lauw water. Houd het aangedane oog open en laat het water naar opzij wegstromen. Houd dat 10 minuten vol. Neem daarna pas contact op met de arts. Neem zo mogelijk de verpakking mee van de stof die u in het oog hebt gekregen.

Botbreuken

Bij botbreuken mag een slachtoffer niet worden verplaatst. Laat hem gewoon in de aangetroffen houding liggen en probeer het lichaamsdeel zo onbeweeglijk mogelijk te houden. Bij open botbreuken moet de wond steriel worden afgedekt. Dat kan bijvoorbeeld door een snelverband losjes op de wond aan te brengen.