

Les 8 – 19 April 2016

Opening

- 1) Sip herhaald nog een paar handelingen van de vorige keer: Bloedingen, bewusteloos slachtoffer, etc.
- 2) Uitleg over het proefexamen les 10 – 3 mei 2016: iedereen aanwezig!
- 3) Vergif: blz 109

- Geen mond op mond beademing bij vergiftigingen met Cyanide, zwavelwaterstof of fosforzuur!
- Laat het slachtoffer op de grond zitten in een halfzittende houding.
- Vergif kan via 3 mogelijkheden in het lichaam terecht komen: spijsvertering, luchtweg of via de huid.
- Via de spijsvertering/Luchtwegen;
- Halfzittende houding
- Ontdek welke stof of substantie het was
- Bel 112
- Huid;
- Is het poeder: eerst afstoffen, denk om je eigen veiligheid: handschoenen aan
- 30 minuten onder de douche laten spoelen: luier/schoenen als eerste uit!
- Zit er kleding in een wond: trek dit eraf, tenzij het om een brandwond gaat dan niet!!

*Schilders, Schoonmakers, en boeren die met bepaalde stoffen bezig zijn geweest, altijd controle arts!

- Vergif van buitenlandse slangen en spinnen: laat het slachtoffer zo rustig en stil mogelijk laten zitten en bel direct 112. Probeer wel van het slachtoffer te weten te komen of die weet welk soort dier het was.

CHEMISCH	BIOLOGISCH	RADIOLOGISCH	NUCLEAIR
<ul style="list-style-type: none">• Strijdmiddelen• Blaartrekkers• Zenuwgassen• Verstikkende• Cel vergiftigende• Incapacitantia• Toxic Industrial Chemicals (TIC)• Vluchtige longgiften• Niet vluchtige corrosieven• Bedwelmende pesticides	<ul style="list-style-type: none">• Strijdmiddelen• Bacterien• Virussen• Toxines• Toxic Industrial Biological	<ul style="list-style-type: none">• Strijdmiddel/TIR• Alfa straler• Beta straler• Gamma straler• Neutronen	<ul style="list-style-type: none">• Strijdmiddel• Nucleaire bom• Kerncentrale/ reactor

	irriterend	giftig	licht ontvlambaar	corrosief	milieu gevaarlijk	explosief	radioactief
oud							
nieuw							

4) Elektriciteit Slachtoffer: blz 81

- Apparatuur, Draad of door de bliksem.
- Schade hangt af van: spanning over het lichaam, weerstand van het lichaam, weg van de stroom door het lichaam, tijd van stroomdoorgang.
- Denk erom dat een elektriciteits wond altijd een in- en uitgang heeft!
- Het valt onder een brandwond => 10 min. Spoelen met lauw warm water
- Letsel is uitwendig niet te beoordelen.

- ⇒ Denk om geleidende stoffen zoals water
- ⇒ Trek eerst de stekker eruit via de stekker zelf
- ⇒ Hoofdschakelaar omzetten -> aardlek uit
- ⇒ Denk om het eerst water de rest komt later, zorg voor de brandwond.

Bij hoogspanningsmasten => 6 meter afstand houden en 112 bellen!!



Gevaren van elektriciteit



- schok (stroomdoorgang door het lichaam)
- verbranding en explosie (kortsluiting, vlamboog)
- brand
- bijkomende ongevallen

Stroomdoorgang door het menselijk lichaam



- de weg door het lichaam
- de stroomsterkte
- tijd van stroomdoorgang
- het spanningsniveau
- de lichamelijke conditie
- de stroomsoort
- het aanrakingsoppervlak
- kledingmateriaal
- werking van beveiligingsketens

Stroomsterkte (ampère)

STROOMSTERKTE	DUUR	INVLOED OP HET LICHAAM
0 – 1 mA	onbeperkt	geen invloed
1 – 15 mA	onbeperkt	verkramping van de spieren
15 – 30 mA	minuten	spiersamentrekking moeilijke ademhaling stijgende bloeddruk
30 – 50 mA	seconden	sterk stijgende bloeddruk
	minuten	bewusteloosheid
50 – 500 mA	seconden	shocktoestand bewusteloosheid hartfibrilatie dood

Handelen bij ongevallen

Stap 1

- Denk om zelfbescherming.
- Alarmeer arts en ambulance.
- Alarmeer zo nodig brandweer.

Stap 2

- Meld plaats, soort letsel, soort ongeval en het aantal slachtoffers.

Stap 3

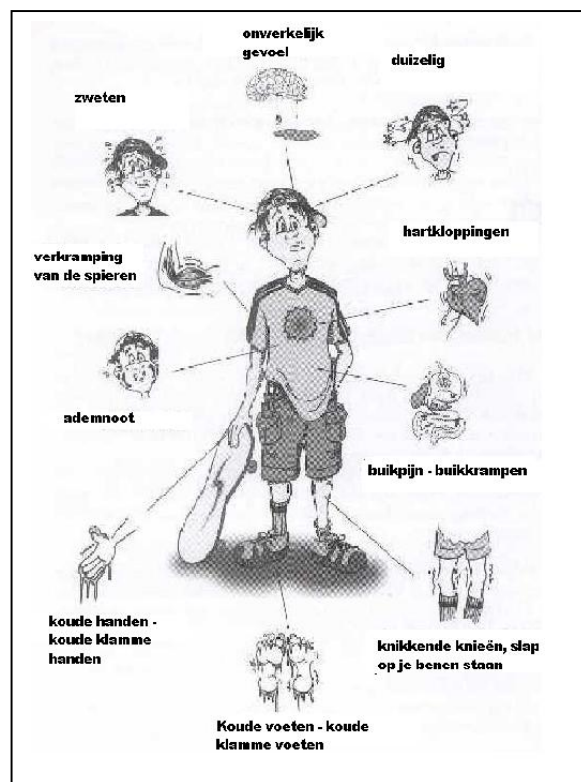
- Controleer ademhaling, evt. beademen.
- Controleer bloedsomloop, evt. reanimatie.
- Controleer bewustzijn, evt. zijligging.



- 6) Oefen de handelingen van een bewusteloos slachtoffer -> 16 seconde
- Let op gevaar
 - Ga na wat er gebeurd is
 - Aanspreken/schudden: Gaat het?
 - Roep iemand erbij: hey jij daar, ik heb je hulp nodig, kun je hierheen komen!
 - controleer de ademhaling: denk om de 10 seconde!
 - Laat 112 bellen, zeg dat het om een reanimatie gaat en neem een AED mee mocht je deze tegenkomen.
- 7) Zuurstof: 1 minuut zonder is geen probleem, dan is er nog genoeg circulerend zuurstof in het lichaam.
- ⇒ Langer dan 1 minuut:
- De hersenen reageren er dan als eerste op, concentratie en perceptie veranderen
 - Blauw verkleuring van de lippen/huid
 - Uiteindelijk circulatie stilstand -> reanimeren!
- 8) Hyperventilatie => snelle ademhaling
- Koolzuurgehalte is dan te laag, zuurstof gehalte te hoog!
 - *voorover laten zitten, motiveren om rustig te laten ademen.

Zie ook de samenvatting van les 4 – 22 maart 2016

*Het verschil tussen een hartinfarct en Hyperventilatie is klein: Maar bij een **hyperventilatie** heeft iemand **last van tintelingen in de arm en mond/rondom de lippen**. En bij een hartinfarct gaat het echt om pijn!



9) Verstikking - Verslikking

A Airway = ademweg

B Breathing = ademhaling

C Circulation = circulatie

- Uitwendige belemmering:
 - Zand begraven => borstkas zo snel mogelijk vrij zien te krijgen
 - Zak/tas over het hoofd
 - Wurging
- Verslikking: 1) Hoesten, 2) 5x slaan tussen de schouderbladen, 5x buikstoten
Herhaal 2+3 tot het voorwerp eruit is, gaat het slachtoffer bewusteloos vallen, begeleid hem/haar met de rautekgreep naar de grond: Denk om je duimen!

Noodhulp: verstikking

Verstikking: een gedeeltelijke of een gehele luchtweg versperring. De versperring moet zo spoedig mogelijk verwijderd zien te worden.



1) Moedig persoon aan om te hoesten, als er nog geluid geproduceert kan worden.



2) Als de persoon niet kan hoesten, of het komt niet los dan ga je stap 2 en 3 uitvoeren. 2 => ga achter de persoon staan, 1 hand op de borst plaatsen als tegendruk, 5x slaan tussen de schouderbladen.

Is de versperring weg?

NEE...

3 => Blijf achter de persoon staan, leg uw armen op de heupen, plaats uw vuist ter hoogte van de navel, andere hand erover heen, en geef 5x een buikstoot in een omhoog gaande beweging.

Luchtweg vrij?

NEE.. ga door met stap 2 en 3 tot persoon bewusteloos is.

!! LET OP !!

Bij **zwangeren** en **zwaarlijvigen** wordt de buikstoot vervangen voor de borstcompressie!!



3) Persoon bewusteloos?

=> start beademing en borstcompressies.

!! Laat bij stap 2) 112 alvast waarschuwen !!

10) Ter voorbereiding op volgende week: REANIMEREN! SHOCK!

Huiswerk: vragenlijst ingevuld meenemen naar de les, probeer deze dan zonder je boekje te maken.

Verschillen in klachten bij een hartinfarct		
klacht	vrouwen	mannen
drukkend en snoerend gevoel op de borst, knijpend gevoel boven in de borst/keel, linker of rechter bovenarmen	♥	♥♥♥
pijn vooral achter in de rug, de linkerkaakhoek, oksels, nek, schouders, bovenbuik	♥♥♥	♥
kortademig	♥♥♥	♥
"griep"-achtige klachten, misselijkheid, braken, koude zweet	♥♥♥	♥♥
transpireren, misselijk	♥♥	♥♥♥
vermoeidheid, zwakte	♥♥♥	♥
angst, onbehagen	♥♥♥	♥
geen eetlust	♥♥	♥
onbegrepen vermoeidheid weken voorafgaand aan infarct	♥♥♥	♥

bron: Handboek Gynaecardiologie, vrouwspecifieke cardiologie in de praktijk.



ABCDE

	CPR	EHBO (Zonder hulpmiddelen)	VPK/AGP (Met hulpmiddelen)
A irway	Vrij? Kinlift?	Obstructie? Heimlich	Aspireren?
B reathing	Voelen kijken horen (beademen)	Moeilijke AH? Rechtzittende houding	Zuurstoftoediening? Sat O ² -meting? Ambu? Copt? Medicatie IN?
C irculation	"tekens van circulatie" Borstcompressies	Bloeding stelpen Pijn op borstkast	Verbandmateriaal Bloeddruk? (AED) / (infuus)
D isability	Bewustzijn?	WAPA Veiligheidshouding? Ruggemergletsel?	GCS? Glycemie meten
E xposure/Enviroment	Omgeving bekijken? Veiligheid?	Omgeving bekijken Koud/warm? Toedekken/afkoelen	Koude/warmte letsels Omgeving? Welke medicatie neemt patient? Intox?

10 EHBO-tips op een rij

Hieronder vindt u de belangrijkste tips bij veel voorkomende ongelukken op een rij. Deze tips zijn door iedereen te gebruiken, maar met een EHBO-diploma bent u beter voorbereid. Bekijk op www.112bvh.nl de mogelijkheden voor EHBO cursussen.



DE BASISREGELS

Als eerste hulpverlener is het belangrijk dat u kalm en rustig blijft. Beoordeel de situatie die u aantreft zo snel mogelijk. Zorg ervoor dat de toestand van het slachtoffer niet verslechtert.

- Bij het verlenen van eerste hulp gelden vijf basisregels:
- Let op gevaar
- Ga na wat is er gebeurd en wat iemand mankeert
- Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting
- Zorg voor professionele hulp
- Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt of zit



REANIMATIE

Als het slachtoffer bewusteloos is, niet ademt en grauw/bleek ziet, moet u direct reanimeren.

- U laat 1-1-2 ballen
- Laat de AED halen
- Start met 30 borstcompressies en vervolgt met 2 beademingen. Wissel dit af.



BLOEDING

Bij actieve bloedingen handelt u als volgt:

- Breng het getroffen lichaamsdeel omhoog en steip de wond.
- Geef 10 minuten rechtstreeks druk op de wond. Gebruik hiervoor handschoenen of verbandmateriaal of ieder ander hulpmiddel dat voorhanden is.
- Afhankelijk van de grootte van de wond of infectiegevaar gaat u naar de (huis)arts.



KNEUZING EN VERSTUIKING

Symptomen:

- Blauwe plek
- Zwelling
- Beweging is pijnlijk, maar wel mogelijk

Handel als volgt:

- Koel 10 tot 15 minuten met koud water, gebruik eventueel ijs of een coldpack. Leg bij koeling met ijs altijd een doek tussen het lichaam en het ijs om bevriezing te voorkomen.
- Houd het lichaamsdeel stil en laat het gewonde lichaamsdeel zo min mogelijk bewegen.
- Is er sprake van een forse zwelling, denkt u aan een breuk of blijft de pijn ondanks rust, neem dan contact op met de huisarts.



VOLG EEN EHBO-CURSUS

U heeft de tips bij een aantal veel voorkomende ongelukken kunnen lezen. Deze tips zijn door iedereen te gebruiken, maar wilt u alle eerste hulp handelingen in de praktijk toepassen? Volg dan een EHBO cursus of BHV cursus. Er is ook een EHBO cursus speciaal gericht op kinderen.



BEWUSTELOOSHEID

Als het slachtoffer bewusteloos is, reageert hij niet als u hem aanspreekt of aan de schouders schudt. Hij voelt slap aan en heeft nauwelijks spierspanning. Om verstikking te voorkomen:

- Draait u het slachtoffer op de zij (bij braken, bloed in zijn keel of als u hem alleen moet laten).
- Draai het slachtoffer onmiddellijk weer op zijn rug wanneer hij problemen krijgt met zijn ademhaling.



VERSLIKKING

- Ga schuin achter het slachtoffer staan en steun met uw ene hand op zijn borstkas. Laat het slachtoffer licht voorover buigen.
- Sla met de hiel van uw hand tussen de schouderbladen. Doe dit snel en maximaal 5 keer.
- Helpt dit niet, gebruik dan de Heimlich greep. In de video ziet u hoe u de Heimlich greep toepast.
- Wissel Heimlich greep af met de 5 slagen.
- Als dit niet helpt, laat 1-1-2 bellen.



BOTBREUK

Symptomen:

- Slachtoffer heeft veel pijn
- Hij kan het lichaamsdeel minder of helemaal niet gebruiken
- Zwelling
- Soms een abnormale stand

Gebroken arm:

- Ga naar het ziekenhuis.
- Laat het slachtoffer zelf de arm vasthouden

Gebroken been:

- Beweeg het been niet
- Leg een dekenrol/jassen langs een gebroken been en bel 1-1-2



VERGIFTIGING

- Bel 1-1-2 bij vergiftigingen.
- Geef door om welke vergiftiging het gaat.
- Neem of geef de verpakking of resten mee.



BRANDWOND

- Direct koelen met water
- Gebruik zacht stromend, lauw water
- Smeer niets op de wond
- Dek brandwonden steriel of zo schoon mogelijk af.

Ga naar een arts bij:

- Blaren
- Ernstige brandwonden
- Brandwonden op het gezicht, gewrichten, handen, voeten en geslachtsorganen
- Brandwonden door elektriciteit of chemische stoffen
- Bij inademing van rook/hete gassen



1. nadat de AED een schok heeft toegediend, wacht u dan verder de instructies af.
Neen u begint direct met borstcompressies
2. wat is koorts
koorts is een natuurlijke reactie van het lichaam op een infectie ziekte
3. een slachtoffer heeft een bleke/ grauwe gelaatskleur en maakt een zieke indruk
wat zou dit slachtoffer kunnen hebben.
Shock
4. wat is shock
een tekort aan circulerend volume
5. Wat is een ernstig oogwond
Alles wat meer is in het oog als een vuiltje
6. wat zijn dekverbanden
pleisters, gaas met kleefpleisters, gerolde snelverbanden, wondsnelverbanden, traumazwachtel. Enz...
7. noem de stapjes bij een Actieve bloeding
op gevaar letten
de wond afdrukken of laten afdrukken 10 min lang
arm hoog houden
laat slachtoffer liggen
plaats een dekverband
plaats een arm in een mitella

komt het bloed door het dek verband dan:
synthetische watten aanleggen (begin en eindigen met drie circulaire slagen
dan ideaal of cohesieve verband aanleggen
8. als een wond groter is dan 2 cm wat doet u dan
hechtstrips of zwaluwstaartjes.
9. wat is een ontwrichting en hoe wordt deze behandeld
de kop is uit het gewricht, gelijk als een botbreuk
10. hoe kan men rust en steun geven aan een gewond lichaamsdeel
aanleggen van mitella of brede das of elevatie

11. wat is een tandletsel

tanden zitten los, tand is eruit, tand door de lip, afgebroken tand

12. welke onderdellen zitten in een oververhitting

hitte kramp

hitte stuwing /hitte uitputting

hitte beroerte

13. wat moet u laten bij een ernstig onderkoeld slachtoffer

niet actief opwarmen

niet te veel bewegen (heeft prikkelbaar hart)

niet warm wrijven

14. waar gaat u met een kind naar toe die gestoken is in mond of keel

naar de huisarts of ziekenhuis

15. waar gebruikt u benzine of alcohol voor bij een tekenbeet

desinfecteren van het wondje

16. wat doet u bij een slachtoffer met een actieve bloeding

grote wond dan slachtoffer op de grond.

17 wat moet u bij een brandwond als eerste doen.

Water water de rest komt later