

Competentielijsten

van

Het Oranje Kruis



© 2013

Inhoudsopgave

Inleiding.....	7
1.1 Vijf belangrijke punten.....	10
Op gevaar letten.....	10
Nagaan wat er is gebeurd en wat slachtoffer mankeert.....	10
Slachtoffer geruststellen en voor beschutting zorgen.....	10
Voor professionele hulp zorgen.....	10
Iemand helpen op de plaats waar hij ligt / zit.....	10
1.1.1 Vervoer over korte afstand.....	11
Verslepen met de noodvervoersgreep van Rautek vanaf de grond.....	11
Verslepen met de noodvervoersgreep van Rautek vanaf de (auto)stoel.....	11
Ondersteunend vervoer.....	11
2.1 Bewusteloosheid, vrije luchtweg, bedreigde ademhaling.....	13
Vaststellen bewustzijnsniveau.....	13
Op de rug draaien van het slachtoffer.....	13
Kinlift.....	13
Beoordeling ademhaling.....	13
Stabiele zijligging.....	13
Zorgzaamheid, betrokkenheid.....	13
2.2 Flauwte.....	15
Benadering.....	15
Eerste Hulp.....	15
2.3 Epilepsie.....	17
Benadering.....	17
Eerste Hulp.....	17
2.4 Koortsstuip.....	19
Benadering.....	19
Eerste Hulp.....	19
2.5 Beroerte.....	21
Benadering.....	21
Eerste Hulp.....	21
3.1 Verslikking.....	23
Benadering.....	23
Eerste Hulp.....	23
Handgreep van Heimlich bij een staand of zittend slachtoffer.....	23
3.2 Letsel van de luchtwegen en/of longen: (doordringende) wond.....	25
Benadering.....	25
Eerste Hulp.....	25
Stabiele zijligging.....	25

3.3	Letsel van de luchtwegen en/of longen: ribkneuzing of -breuk	27
	Benadering.....	27
	Eerste Hulp	27
	Stabiele zijligging	27
3.4	Ziekte van de luchtwegen en/of longen	29
	Benadering.....	29
	Eerste Hulp	29
4.1	Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling	31
	Benadering.....	31
	Eerste Hulp	31
	Borstcompressies.....	31
	Beademing.....	31
	Reanimatie.....	31
	AED	31
4.1.1	Niet effectieve beademing	34
	Benadering.....	34
	Eerste Hulp	34
4.1.2	Mond inspectie en leegmaken van de mond	36
	Benadering.....	36
	Eerste Hulp	36
4.1.3	Snelle kantelmethode.....	38
	Benadering.....	38
	Eerste Hulp	38
4.1.4	Noodvervoersgreep van Rautek vanaf bed of bank	40
	Verslepen met de noodvervoersgreep van Rautek vanaf bed of bank	40
5.1	Actieve bloedingen	42
	Benadering.....	42
	Eerste Hulp	42
	(Wond)drukverband	42
5.2	Actieve bloedingen met veel bloedverlies.....	44
	Benadering.....	44
	Eerste Hulp	44
	(Wond)drukverband	44
	Traumazwachtel	44
5.2.1	Zwachtelen	46
	Benadering.....	46
	Zwachtelen	46
5.2.2	Zwachtelen gewrichten	48
	Zwachtelen gewrichten	48
6.1	Shock.....	50

Benadering.....	50
Eerste Hulp	50
7.1 Wonden – kleine wondjes.....	52
Benadering.....	52
Eerste Hulp	52
7.1.1 Hoofdwond	54
Benadering.....	54
Eerste Hulp	54
7.1.2 Schaafwond.....	56
Benadering.....	56
Eerste Hulp	56
7.1.3 Snijwond.....	58
Benadering.....	58
Eerste Hulp	58
Aanleggen hechtstrips	58
7.1.4 Splinterverwonding.....	60
Benadering.....	60
Eerste Hulp	60
7.1.5 Bijt-, scheur en krabwonden	62
Benadering.....	62
Eerste Hulp	62
7.2 Wonden – grote wonden	64
Benadering.....	64
Eerste Hulp	64
7.3 Brandwonden.....	66
Benadering.....	66
Eerste hulp.....	66
Doven van vlammen	66
7.4 Aanleggen steriel kompres.....	68
Benadering.....	68
Aanleggen kompres	68
8.1 Electriciteitsletsels	70
Benadering.....	70
Eerste Hulp	70
9.1 Kneuzing en verstuiking	72
Benadering.....	72
Eerste Hulp	72
10.1 (Open) botbreuk.....	74
Benadering.....	74
Eerste Hulp	74

Afdekken wond.....	74
Rust en steun	74
10.2 Wervelletsel	76
Benadering.....	76
Eerste Hulp	76
10.2.1 Handgreep van Zäch.....	78
Benadering.....	78
Eerste Hulp	78
10.3 Ontwrichting	80
Benadering.....	80
Eerste Hulp	80
10.4 Aanleggen mitella.....	82
Benadering.....	82
Eerste Hulp	82
10.5 Aanleggen brede das.....	84
Benadering.....	84
Eerste Hulp	84
10.6 Zwachtelen hand en pols	86
Benadering.....	86
Eerste Hulp	86
10.7 Zwachtelen voet en enkel	88
Benadering.....	88
Eerste Hulp	88
11.1 Oogletsels.....	91
Benadering.....	91
11.1.1 Vuiltje in oog.....	91
11.1.2 Doordringend voorwerp in oog	91
11.1.3 Bijtende stof in oog.....	91
11.1.4 Verbrand oog.....	91
11.1.5 Lasogen, stomp oogletsel	92
11.2 Bloedneus.....	94
Benadering.....	94
Dichtdrukken neus.....	94
11.3 Voorwerp in neus of oor	96
Benadering.....	96
Voorwerp in neus	96
Voorwerp in oor.....	96
12.1 Tandletsel en tand door de lip	98
Benadering.....	98
Tand door de lip.....	98

Uitgeslagen tand	98
13.1 Hittekramp	100
Benadering.....	100
Hittekramp.....	100
13.2 Hitte-uitputting of hittestuwing	102
Benadering.....	102
Hitte-uitputting of hittestuwing	102
13.3 Hitteberoerte	104
Benadering.....	104
Hitteberoerte	104
14.1 Lichte onderkoeling	106
Benadering.....	106
Lichte onderkoeling	106
14.2 Ernstige onderkoeling	108
Benadering.....	108
Ernstige onderkoeling	108
15.1 Bevriezing.....	110
Benadering.....	110
Eerste Hulp	110
16.1 Vergiftiging	113
Benadering.....	113
Professionele hulp	113
16.1.1 Vergiftiging van het spijsverteringskanaal	113
16.1.2 Vergiftiging via de luchtweg of de longen	113
16.1.3 Vergiftiging via de huid	113
17 Algemeen	116
Benadering.....	116
17.1 Insectenbeten	116
17.2 tekenbeten	116
17.3 Kwallensteken.....	116
17.4 Slangenbeten	116
Casus	118

Inleiding

Een competente eerstehulpverlener weet wat hij moet doen en laat dat zien door de handelingen uit te voeren op een manier die ervoor zorgt dat het doel van de eerste hulp bereikt wordt. Hij is gemotiveerd om dit te doen, durft hulp te verlenen in situaties waarin dat nodig of gewenst is.

Om zijn competentie vast te stellen tijdens de opleidingen (dat kan zijn trainingen, cursussen, oefeningen en dergelijke) is het belangrijk dat de instructeur beschikt over de juiste instrumenten om de competentie vast te stellen. Een voorbeeld van een dergelijk instrument zijn deze competentie formuleren.

De competentielijsten in dit boekje kunnen gebruikt worden voor het beoordelen van de kennis, vaardigheden, attitude en gedrag die de eerstehulpverlener dient te vertonen nadat alle stof uit het Oranje Kruis boekje is doorlopen, zowel tijdens het examen als tijdens de nascholing.

In deel 1 worden de beoordelingslijsten en hun interpretatie weergegeven. In deel 2 vindt u een voorbeeld van de wijze waarop deze beoordelingslijsten gebruikt kunnen worden.

Wij wensen u veel succes tijdens uw instructie of opleiding,

Het team Onderzoek en Ontwikkeling van

Het Oranje Kruis

Deel 1

Beoordelingslijsten en hun interpretatie

Deel I: Algemeen

Hoofdstuk 1: Eerste Hulp verlenen: vijf belangrijke punten

1.1 Vijf belangrijke punten

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
op gevaar letten, zorgen voor de veiligheid		
nagaan wat er is gebeurd		
nagaan wat slachtoffer mankeert		
slachtoffer geruststellen		
zorgen voor beschutting		
zorgen voor professionele hulp		
slachtoffer helpen op plaats waar hij ligt / zit		
noodvervoersgreep van Rautek		
ondersteunend verplaatsen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel I: Algemeen

Hoofdstuk 1: Eerste Hulp verlenen: vijf belangrijke punten

1.1 Vijf belangrijke punten

Op gevaar letten

Competent is de kandidaat/cursist, die

- op gevaar let
- zorgt voor de veiligheid van zichzelf, omstanders en slachtoffer(s)
- gevaren opheft al dan niet door inschakeling van omstanders en/of deskundigen

Nagaan wat er is gebeurd en wat slachtoffer mankeert

Competent is de kandidaat/cursist, die

- de situatie bekijkt en aanwijzingen zoekt voor de mogelijke aard van de letsels
- aan slachtoffer of omstanders vraagt wat er is gebeurd
- eerst het bewustzijn/ABC beoordeelt
- na ABC ernstig actief bloedverlies en daarna overig letsel beoordeelt

Slachtoffer geruistellen en voor beschutting zorgen

Competent is de kandidaat/cursist, die

- zorgzaam is en kordaat optreedt
- aan het slachtoffer duidelijk maakt dat hij bij hem in goede handen is
- met het slachtoffer praat en hem vertelt wat er gaat gebeuren
- zorgt dat het slachtoffer beschermd is tegen weersinvloeden (koude, warmte)

Voor professionele hulp zorgen

Competent is de kandidaat/cursist, die

- op de juiste wijze en het juiste tijdstip professionele hulp (laat) waarschuwen
- in ieder geval de noodzakelijke gegevens doorgeeft
- aan de melder vraagt terug te komen
- professionele hulpverleners opvangt en zorgt voor juiste overdracht

Iemand helpen op de plaats waar hij ligt / zit

Competent is de kandidaat/cursist, die

- het slachtoffer niet verplaatst en kan uitleggen waarom hij dit niet doet
- kan aangeven wanneer hij een slachtoffer wél moet verplaatsen en hoe
- een slachtoffer met behulp van de noodvervoersgreep van Rautek kan verslepen
- een slachtoffer ondersteunend kan vervoeren

Deel I: Algemeen

Hoofdstuk 1: Eerste Hulp verlenen: vijf belangrijke punten

1.1.1 Vervoer over korte afstand

Verslepen met de noodvervoersgreep van Rautek vanaf de grond

Competent is de kandidaat / cursist, die

- op de juiste plaats bij het slachtoffer knielt
- voorzichtig is met het hoofd van het slachtoffer
- de onderarm vastpakt met aaneengesloten duimen en vingers
- hem optilt door de benen te strekken (de eigen rug zo min mogelijk belast)
- hem over een zo klein mogelijke afstand versleept

Verslepen met de noodvervoersgreep van Rautek vanaf de (auto)stoel

Competent is de kandidaat / cursist, die

- op de juiste manier naast het slachtoffer gaat staan
- voorzichtig is met het hoofd van het slachtoffer
- de onderarm vastpakt met aaneengesloten duimen en vingers
- het slachtoffer tegen de eigen borst aan trekt
- hem optilt door de benen te strekken (de eigen rug zo min mogelijk belast)
- hem over een zo klein mogelijke afstand versleept

Ondersteunend vervoer

Competent is de kandidaat / cursist, die

- aan de gezonde kant van het slachtoffer gaat staan
- hem op de juiste wijze vastpakt
- hem voorzichtig over een zo klein mogelijke afstand verplaatst

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.1 Bewusteloosheid, vrije luchtweg, bedreigde ademhaling

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
benader slachtoffer aan de kant van het gezicht		
vaststellen bewustzijnsniveau: schudden		
vaststellen bewustzijnsniveau: aanspreken		
vaststellen bedreiging ABC		
hulp omstanders inroepen		
op rug draaien		
vaststellen aan- / afwezigheid ademhaling (met kinlift)		
vaststellen aan- / afwezigheid ademhaling (zonder kinlift)		
vaststellen probleem		
luchtweg vrijhouden: stabiele zijligging		
elke minuut ademhaling controleren		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen, geen overbodige handelingen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.1 Bewusteloosheid, vrije luchtweg, bedreigde ademhaling

Vaststellen bewustzijnsniveau

Competent is de kandidaat/cursist, die

- het slachtoffer luid en duidelijk aanspreekt en gerichte opdrachten geeft
- hem voorzichtig aan de schouders schudt
- het bewustzijnsniveau vaststelt

Op de rug draaien van het slachtoffer

Competent is de kandidaat/cursist, die

- het slachtoffer voorzichtig en op de juiste manier op de rug draait
- er daarbij voor zorgt dat het hoofd wordt gesteund

Kinlift

Competent is de kandidaat/cursist, die bij de uitvoering van de kinlift

- denkt aan mogelijk nekletsel
- niet met de vingers op de weke delen drukt

Beoordeling ademhaling

Competent is de kandidaat/cursist, die

- de kinlift uitvoert en hoogstens 10 seconden
 - kijkt naar de bewegingen van borst en buik
 - luistert bij de mond en neus van het slachtoffer naar ademhalingsgeluiden
 - voelt met de wang of er verplaatsing van lucht is
- als hij de kinlift niet uitvoert, hoogstens 10 seconden voelt en kijkt of borst en buik op en neer gaan
- daarbij de hand met gespreide vingers richting hoofd op de overgang van borst en buik legt

Stabiele zijligging

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de stabiele zijligging op een juiste manier uitvoert
- onnodige bewegingen van het slachtoffer voorkómt
- bij het draaien ervoor zorgt dat hoofd, nek en wervelkolom zo min mogelijk bewegen
- ervoor zorgt dat neus en mond van het slachtoffer naar de grond gericht zijn
- ervoor zorgt dat de bloedsomloop, de zenuwen en de ademhaling niet belemmerd worden

Zorgzaamheid, betrokkenheid

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zich ervan bewust is dat een bewusteloos slachtoffer volledig van hem afhankelijk is
- erop let dat hij het slachtoffer geen pijn doet

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.2 Flauwte

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
neerleggen		
knellende kleding losmaken		
frisse lucht		
nat washandje op voorhoofd leggen		
10 minuten laten liggen		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
bij bewustzijnsverlies: handelen als bij bewusteloosheid [2.1]		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.2 Flauwte

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer laat liggen
- knellende kleding losmaakt
- zorgt voor frisse lucht
- een nat washandje (of iets dergelijks) op het voorhoofd legt
- hem zegt ten minste 10 minuten te blijven liggen en uitlegt waarom
- bij bewustzijnsverlies handelt als bij bewusteloosheid

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.3 Epilepsie

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
verwijderen gevaarlijke voorwerpen rondom		
slachtoffer zoveel mogelijk bewegingsruimte geven		
knellende kleding losmaken		
bewegingen niet tegenhouden		
het hoofd beschermen		
professionele hulp inschakelen (112)		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
bij bewustzijnsverlies: handelen als bij bewusteloosheid [2.1]		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.3 Epilepsie

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- gevaarlijke voorwerpen rondom het slachtoffer verwijdert
- het slachtoffer bewegingsvrijheid geeft

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer laat liggen
- knellende kleding losmaakt
- het hoofd beschermt met een dun opgevouwen handdoek of iets dergelijks (desnoods met de handen)
- professionele hulp inschakelt (112 bellen)
- bij bewustzijnsverlies handelt als bij bewusteloosheid

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.4 Koortsstuijp

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
verwijderen gevaarlijke voorwerpen rondom		
slachtoffertje zoveel mogelijk bewegingsruimte geven		
zorgt dat slachtoffertje warmte kwijt kan		
eventueel nat washandje op voorhoofd leggen		
observeer ademhaling		
professionele hulp inschakelen		
slachtoffertje in stabiele zijligging leggen na de stuijp		
bij bewustzijnsverlies: handelen als bij bewusteloosheid [2.1]		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.4 Koortsstuip

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- gevaarlijke voorwerpen rondom het slachtoffer verwijdert
- het slachtoffer bewegingsvrijheid geeft

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer laat liggen
- knellende kleding losmaakt
- het hoofd eventueel beschermt met een kussen
- slachtoffer zijn warmte kwijt kan
- professionele hulp inschakelt (112 bellen)
- het slachtoffer na de koortsstuip in de stabiele zijligging legt
- bij bewustzijnsverlies handelt als bij bewusteloosheid

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.5 Beroerte

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
FAST-test uitvoeren		
112 alarmeren		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
bij bewustzijnsverlies slachtoffer in stabiele zijligging leggen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 1: Stoornissen in het bewustzijn

2.5 Beroerte

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- de FAST-test correct uitvoert
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- onmiddellijk 112 alarmeert
- bij bewustzijnsverlies: handelt als bij bewusteloosheid
- het slachtoffer in de stabiele zijligging legt (dit ivm kans op braken)

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.1 Verslikking

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
aanzetten tot effectief hoesten		
stoten tussen schouderbladen		
handgreep van Heimlich: zittend, staand		
professionele hulp inschakelen (112 bellen)		
snelheid van handelen		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
bij bewustzijnsverlies: start reanimatie [4.1]		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.1 Verslikking

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem snel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer aanzet tot effectief hoesten
- met één hand zijn borstkas steunt
- hem 5 maal beheerst tussen de schouderbladen stoot met de hiel van de hand
- als dit geen resultaat heeft de handgreep van Heimlich toepast
- bij bewustzijnsverlies start met reanimatie

Handgreep van Heimlich bij een staand of zittend slachtoffer

Competent is de kandidaat / cursist, die

- op de juiste wijze achter het slachtoffer staat
- een vuist met de duim in de hand op het bovenste deel van de buik, iets onder het borstbeen plaatst
- zorgt dat het slachtoffer licht voorover buigt
- de vuist met de andere hand omvat
- beheerst de handen schuin omhoog trekt en er daarbij op let niet op de ribben of het borstbeeld van het slachtoffer drukt
- dit maximaal 5 keer herhaalt

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.2 Letsel van de luchtwegen en/of longen: (doordringende) wond

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen bewustzijnsniveau [2.1]		
vaststellen afwezige / onvoldoende ademhaling		
professionele hulp - 112		
slachtoffer in zo comfortabele mogelijke positie plaatsen		
legt slachtoffer niet neer		
knellende kleding rond hals of buik/borst los maken		
verwijdert geen voorwerpen uit wond		
verbindt eventueel uitstekend voorwerp ondersteunend		
legt steriel kompres op wond aan		
bij stabiele zijligging: legt slachtoffer op juiste zijde		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.2 Letsel van de luchtwegen en/of longen: (doordringende) wond

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- bewusteloosheid herkent / vaststelt
- afwezige of onvoldoende ademhaling herkent / vaststelt
- om hulp roept
- snel professionele hulp / 112 (laat) waarschuwen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer helpt een zo comfortabele mogelijke houding te vinden
- het slachtoffer niet neer legt
- knellende kleding rond hals of buik/borst losmaakt
- geen uitstekende voorwerpen uit de wond verwijdert
- eventuele uitstekende voorwerpen ondersteunend verbindt
- een steriel kompres op de juiste wijze aanbrengt
- het steriele kompres aan 3 zijden afplakt met niet-luchtdoorlatend materiaal

Stabiele zijligging

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer op de aangedane zijde legt, tenzij hier een voorwerp uitsteekt
- handelt volgens 2.1

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.3 Letsel van de luchtwegen en/of longen: ribkneuzing of -breuk

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen bewustzijnsniveau [2.1]		
vaststellen afwezige / onvoldoende ademhaling		
professionele hulp - 112		
slachtoffer in zo comfortabele mogelijke positie plaatsen		
legt slachtoffer niet neer		
knellende kleding rond hals of buik/borst los maken		
bij stabiele zijligging: legt slachtoffer op juiste zijde		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.3 Letsel van de luchtwegen en/of longen: ribkneuzing of -breuk

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- bewusteloosheid herkent / vaststelt
- afwezige of onvoldoende ademhaling herkent / vaststelt
- om hulp roept
- professionele hulp / 112 (laat) waarschuwen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer helpt een zo comfortabele mogelijke houding te vinden
- het slachtoffer niet neer legt
- knellende kleding rond hals of buik/borst losmaakt

Stabiele zijligging

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer op de aangedane zijde legt, tenzij hier een voorwerp uitsteekt
- handelt volgens 2.1

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.4 Ziekte van de luchtwegen en/of longen

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen bewustzijnsniveau [2.1]		
vaststellen afwezige / onvoldoende ademhaling		
knellende kleding rond hals of buik/borst los maken		
slachtoffer in zo comfortabele mogelijke positie plaatsen		
legt slachtoffer niet neer		
slachtoffer helpen met innemen eigen medicijnen		
kom niet met de vingers in de mond		
geen borstcompressies/buikstoten geven		
controle ademhaling		
bij ernstige benauwdheid: bel professionele hulp		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 2: Stoornissen in de ademhaling

3.4 Ziekte van de luchtwegen en/of longen

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- bewusteloosheid herkent / vaststelt
- afwezige of onvoldoende ademhaling herkent / vaststelt
- om hulp roept
- professionele hulp / 112 (laat) waarschuwen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- knellende kleding rond hals of buik/borst losmaakt
- het slachtoffer helpt een zo comfortabele mogelijke houding te vinden
- het slachtoffer niet neer legt
- het slachtoffer eventueel helpt de eigen medicijnen in te nemen
- niet met de vingers in de mond van het slachtoffer komt
- geen borstcompressies of buikstoten geeft
- controleert of het slachtoffer blijft ademen

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1 Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen bewustzijnsniveau [2.1]		
om hulp vragen / roepen		
vaststellen afwezige / onvoldoende ademhaling [2.1]		
professionele hulp / 112 alarmeren		
AED (laten) halen		
starten met 30 borstcompressies		
2 beademingen geven		
afwisselen 30 borstcompressies met 2 beademingen		
AED aansluiten zodra deze aanwezig is		
aanwijzingen AED opvolgen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1 Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- bewusteloosheid herkent / vaststelt
- onvoldoende of afwezige ademhaling vaststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- snel professionele hulp (112) waarschuwt/laat waarschuwen en meldt dat het om een reanimatie gaat
- een kunstmatige circulatie en ademhaling in stand houdt tot overname door professionele hulpverleners

Borstcompressies

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer op een harde onderlaag legt
- de plaats voor het uitvoeren van de borstcompressies op de juiste wijze bepaalt
- rechtop zit en de armen gestrekt houdt
- het borstbeen ongeveer 5 – 6 cm indrukt
- een tempo ongeveer 100 - 120 borstcompressies per minuut uitvoert

Beademing

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het hoofd van het slachtoffer in de juiste positie legt, zodat de luchtweg vrij is
- gedurende 1 seconde rustig lucht inblaast
- naar de borstkas kijkt bij het inblazen
- kijkt of de borstkas weer inzakt na het inblazen
- maximaal 2 keer beademt

Reanimatie

Competent is de kandidaat / cursist, die

- 30 borstcompressies afwisselt met 2 beademingen

AED

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de AED aanzet zodra deze aanwezig is
- de elektroden volgens de afbeeldingen op de AED plakt
- de gesproken opdrachten / aanwijzingen op het scherm onmiddellijk opvolgt
- er voor zorgt dat niemand het slachtoffer aanraakt tijdens de analyse van de AED en de schok
- onmiddellijk op de schokknop drukt als de AED dit aangeeft

- meteen de borstcompressies afgewisseld met de beademingen hervat na de schok of als de AED dit aangeeft

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.1 Niet effectieve beademing

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
herkent niet effectieve beademing		
inspecteert de mond [4.1.2]		
controleert of hoofd voldoende gekanteld is		
controleert kinlift		
maakt eventueel knellende kleding rond hals en bovenlichaam los		
verwijdert eventueel gelaatsmasker/beademingsmasker		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.1 Niet effectieve beademing

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- een niet effectieve beademing herkent

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de luchtweg vrij maakt door de mond van het slachtoffer te openen en eventueel zichtbare voorwerpen te verwijderen
- de stand van het hoofd en de kinlift controleert
- knellende kleding rond hals en bovenlichaam losmaakt
- een eventueel gelaatsdoekje / beademingsmasker verwijdert

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.2 Mondinspectie en leegmaken van de mond

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen niet-vrije luchtweg		
hoofd naar achteren kantelen		
kin optillen om luchtweg vrij te maken		
mond slachtoffer openen		
wang slachtoffer tussen kiezen duwen		
met lepelende beweging mondholte leeg maken		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.2 Mond inspectie en leegmaken van de mond

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- vrije / niet-vrije luchtweg herkent

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het hoofd van het slachtoffer in de juiste positie plaatst
- de kin van het slachtoffer in juiste positie houdt om de luchtweg vrij te maken
- de mond van het slachtoffer op de juiste manier opent
- bij het zien van een loszittend voorwerp de wang van het slachtoffer tussen de kiezen duwt
- voorzichtig met de hand langs de binnenkant van de ene wang een lepelende beweging maakt langs de binnenkant van de andere wang om zo de mond leeg te maken
- dit maar één keer doet en anders het voorwerp laat zitten

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.3 Snelle kantelmethode

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
het slachtoffer onmiddellijk op zijn zij legt		
de mond van het slachtoffer leeg maakt		
het slachtoffer weer op zijn rug legt		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.3 Snelle kantelmethode

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- herkent dat de maaginhoud van het slachtoffer naar de mond stroomt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer op de juiste manier op zijn zij legt
- het hoofd van het slachtoffer iets naar achteren legt
- de mondholte van het slachtoffer met een lepelende beweging leeg maakt
- het slachtoffer daarna weer voorzichtig op zijn rug draait

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.4 Noodvervoersgreep van Rautek vanaf bed of bank

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
noodvervoersgreep van Rautek vanaf bed of bank		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 3: Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling

4.1.4 Noodvervoersgreep van Rautek vanaf bed of bank

Verslepen met de noodvervoersgreep van Rautek vanaf bed of bank

Competent is de kandidaat / cursist, die

- een op het bed liggend slachtoffer eerst naar de rand van het bed/ de bank trekt
- naast het bed/de bank hurkt
- beide armen op de juiste manier in de oksels van het slachtoffer plaatst
- het slachtoffer in een vloeiende beweging in een zittende houding brengt
- het eigen lichaam achter dat van het slachtoffer brengt en beide voeten op de grond laat staan
- de armen onder de oksels van het slachtoffer door schuift
- de onderarm vastpakt met aaneengesloten duimen en vingers
- het slachtoffer optilt door de eigen benen te strekken
- (de eigen rug zo min mogelijk belast)
- Het slachtoffer versleept naar een plek waar goed gereanimeerd kan worden

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.1 Actieve bloedingen

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
gewonde lichaamsdeel omhoog brengen		
druk op wond (10 minuten)		
zo nodig sieraden verwijderen		
kompres of (wond)snelverband aanleggen		
eventueel wonddrukverband aanleggen		
rust en steun aan gewonde lichaamsdeel		
eventueel professionele hulp		
letten op shock		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.1 Actieve bloedingen

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat liggen of zitten met het gewonde lichaamsdeel hoog
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- onmiddellijk 10 minuten druk op de plaats van de wond uitoefent
- zo nodig en mogelijk een wonddrukverband aanlegt
- eventueel professionele hulp laat waarschuwen
- het gewonde lichaamsdeel rust en steun geeft
- beoordeelt of er kans is op shock

(Wond)drukverband

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de juiste materialen gebruikt
- de synthetische watten gelijkmatig verdeeld rondom het letsel aanbrengt
- er voor zorgt dat de watten aan beide zijden tot ruim voorbij het letsel liggen
- op een juiste manier de zwachtel aanlegt [5.2.1 en 5.2.2]

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.2 Actieve bloedingen met veel bloedverlies

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
laten liggen/neerleggen		
gewonde lichaamsdeel omhoog brengen		
druk op wond (10 minuten)		
zo nodig sieraden verwijderen		
kompres of (wond)snelverband of traumazwachtel aanleggen		
eventueel wonddrukverband aanleggen		
rust en steun aan gewonde lichaamsdeel		
belt 112		
letten op shock		
beschermen tegen afkoelen		
geen drinken geven		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.2 Actieve bloedingen met veel bloedverlies

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat liggen of zitten met het gewonde lichaamsdeel hoog
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- onmiddellijk 10 minuten druk op de plaats van de wond uitoefent
- een wonddrukverband of traumazwachtel aanlegt
- professionele hulp (112) laat waarschuwen
- het gewonde lichaamsdeel rust en steun geeft
- beoordeelt of er kans is op shock
- het slachtoffer beschermt tegen afkoelen
- hem geen drinken geeft

(Wond)drukverband

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de juiste materialen gebruikt
- de synthetische watten gelijkmatig verdeeld rondom het letsel aanbrengt
- er voor zorgt dat de watten aan beide zijden tot ruim voorbij het letsel liggen
- op een juiste manier de zwachtel aanlegt [5.2.1 en 5.2.2]

Traumazwachtel

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het wondkompres van de zwachtel op de wond legt en ervoor zorgt dat dit niet verschuift
- na de eerste slag om het lichaam de zwachtel door de drukklem schuift
- de zwachtel aantrekt en vervolgens in tegengestelde richting strak verder zwachtelt
- de slagen kruiselings aanlegt
- ervoor zorgt dat de wondkompres volledig bedekt is
- de zwachtel vastzet met de sluitklem aan het einde van de zwachtel

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.2.1 Zwachtelen

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
plakt bij wondsnelverband eerst hechtpleister op huid		
gebruikt bij (wond)drukverband synthetische watten		
houdt zwachtel op juiste wijze vast		
overlapt elke slag de vorige slag met twee derde		
gebruikt indien nodige een tweede zwachtel		
zet einde van zwachtel vast		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.2.1 Zwachtelen

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- weet wanneer een wond gezwachteld moet worden
- de juiste materialen voor het zwachtelen gebruikt

Zwachtelen

Competent is de kandidaat / cursist, die

- bij een wondsnelverband eerst de hechtpleisters op de huid plakt
- de zwachtel zo vast houdt dat hij in de rol kan kijken
- bij elke vorige slag de vorige slag met twee derde overlapt
- indien nodig een tweede zwachtel gebruikt
- als hij een deel van de zwachtel overhoudt dit afknipt
- het uiteinde van de zwachtel vastzet met een stukje kleefpleister of een verbandklemmetje

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.2.2 Zwachtelen gewrichten

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vraagt slachtoffer gewricht in prettigste stand te brengen		
begint met zwachtelen op enige afstand van gewricht (knie of elleboog)		
legt zwachtel aan [5.2.1]		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 4: Actieve bloedingen

5.2.2 Zwachtelen gewrichten

Zwachtelen gewrichten

Competent is de kandidaat / cursist, die

- aan het slachtoffer vraagt het gewricht in de prettigste stand te brengen
- weet dat dit betekent dat over het algemeen
 - de pols recht gehouden wordt
 - de knie licht gebogen is
 - de voet en de elleboog in een hoek van 90°C gehouden worden
- het gewricht zwachtelt [5.2.1]

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 5: Shock

6.1 Shock

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
laten liggen		
geruststellen		
112 alarmeren		
beschermen tegen afkoelen		
niet actief opwarmen		
niet laten drinken		
de luchtweg vrij houd		
slachtoffer op ander letsel controleert/laat controleren		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel II: Vitale functies

Hoofdstuk 5: Shock

6.1 Shock

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de stoornis herkent / vaststelt
- laat blijken dat hij zich bewust is van de ernst van de situatie

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer laat liggen
- hem geruststelt
- 112 alarmeert
- zorgt dat het slachtoffer niet afkoelt
- het slachtoffer niet actief opwarmt
- het slachtoffer niet laat drinken
- de luchtweg vrij houdt
- het slachtoffer op ander letsel controleert of dit laat controleren

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1 Wonden – kleine wondjes

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst letsel		
zo nodig sieraden verwijderen		
wond schoonspoelen		
wond steriel afdekken		
zo nodig rust en steun		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1 Wonden – kleine wondjes

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt
- beoordeelt of hij zelf de definitieve hulp kan verlenen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zo nodig sieraden verwijdert
- de wond schoon afdekt met een wondpleister of steriel kompres met kleefpleister
- zo hygiënisch mogelijk werkt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.1 Hoofdwond

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst letsel: niet tussen bloed aaneengesloten haren zoeken		
wond schoonspoelen		
wond steriel afdekken		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.1 Hoofdwond

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- hem geruststelt
- beoordeelt of hij zelf de definitieve hulp kan verlenen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- niet tussen de door bloed aangeplakte haren naar de wond zoekt
- op de plek van de (vermoedelijke) wond een kompres aanlegt en dit vastzet met een cohesieve zwachtel
- zo hygiënisch mogelijk werkt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.2 Schaafwond

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst letsel		
wond schoonspoelen		
eventueel steriel afdekken met niet verklevend verband		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.2 Schaafwond

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- hem geruststelt
- beoordeelt of hij zelf de definitieve hulp kan verlenen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de wond met spoelt met schoon water
- indien nodig de wond afdekt met niet verklevend verband
- zo hygiënisch mogelijk werkt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.3 Snijwonden

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst letsel		
wond behandelen [7.1]		
snijwond groter dan 1 cm: hechtstrip of zwaluwstaartje gebruiken		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.3 Snijwond

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- hem geruststelt
- beoordeelt of hij zelf de definitieve hulp kan verlenen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zo nodig sieraden verwijdert
- de wond schoon afdekt met een wondpleister of steriel kompres met kleefpleister
- een grotere snijwond (meer dan 1 cm) afdekt met hechtstrips of zwaluwstaartjes
- zo hygiënisch mogelijk werkt

Aanleggen hechtstrips

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de hechtstrip aan één zijde van de wond plakt en deze met de duim of wijsvinger daar op zijn plaats houdt
- licht aan de strip trekt, zodat de wondranden tegen elkaar aan komen
- de strip aan de andere zijde van de wond vastplakt
- zo nodig op dezelfde manier meerdere strips plakt
- de huid reinigt en de wond verder afdekt met een steriel verband

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.4 Splinterverwonding

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst		
de splinter alleen uit de huid trekt als er een grijpbare punt uit de wond steekt		
de splinter op de juiste manier uit de huid trekt		
de wond verder behandelt [zie 7.1]		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.4 Splinterverwonding

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- hem geruststelt
- beoordeelt of hij zelf de definitieve hulp kan verlenen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de splinter (of iets dergelijks) alleen uit de huid trekt als er een grijpbare punt uit de huid steekt
- de splinter in de lengterichting uit de huid trekt
- de splinter zo dicht mogelijk tegen de huid aan met behulp van een pincet vastpakt
- als het niet lukt de splinter te verwijderen deze door de (huis)arts laat verwijderen
- zo hygiënisch mogelijk werkt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.5 Bijt-, scheur- en krabwonden

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst letsel		
wond ruim schoonspelen met water		
bij bijtwonden de huisarts raadplegen		
de wond verder behandelt [zie 7.1]		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.1.5 Bijt-, scheur en krabwonden

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- hem geruststelt
- beoordeelt of hij zelf de definitieve hulp kan verlenen

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de wond ruim schoonspoelt met water
- bij bijtwonden altijd de huisarts raadpleegt
- zo hygiënisch mogelijk werkt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.2 Wonden – grote wonden

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
wond niet aanraken		
wond niet schoonmaken		
geen voorwerpen uit de wond halen		
wond steriel afdekken		
rust en steun		
uitpuilende organen niet terugduwen		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.2 Wonden – grote wonden

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de wond niet aanraakt en schoonmaakt
- de wond steriel afdekt
- rust en steun geeft aan het gewonde lichaamsdeel
- zorgt voor professionele hulp
- zich bewust is van de ernst van de situatie
- aangeeft dat vreemde voorwerpen niet uit de wond mogen worden verwijderd
- aangeeft dat uitpuilende organen niet teruggeduwd mogen worden
- eventueel uitpuilende organen losjes afdekt met niet-verklevend verband of katoenen driekante doek
- het verband of doek met schoon water nat maakt om uitdroging van de organen te voorkomen

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.3 Brandwonden

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
eventuele bron of oorzaak uitschakelen		
beoordelen ernst brandwond		
zo nodig sieraden verwijderen		
vastzittende kleding niet verwijderen		
koelen, tenminste 10 minuten		
gewond lichaamsdeel zo mogelijk hooghouden		
blaren intact laten		
brandwond steriel afdekken		
beschermen tegen afkoelen		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.3 Brandwonden

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de situatie overziet en zorgt voor zijn eigen veiligheid, die van omstanders en slachtoffer(s)
- de hittebron uitschakelt en/of verwijdert
- de graad van de verbranding herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Eerste hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zo nodig sieraden verwijdert
- vastzittende kleding laat zitten
- de brandwond(en) koelt met zacht stromend lauw water
- dit gedurende ten minste 10 minuten doet
- ervoor zorgt dat de straal niet rechtstreeks op de wond(en) komt
- bepaalt of professionele hulp nodig is en deze dan ook inschakelt
- de brandwond niet insmeert met (brand)zalf
- blaren intact laat
- tweede- en derdegraads brandwonden losjes afdekt met gemetaliseerd verband
- het slachtoffer beschermt tegen afkoelen

Doven van vlammen

Competent is de kandidaat / cursist, die

- kleding blust met leidingwater of
- het slachtoffer in een blusdeken wikkelt
- het hoofd van het slachtoffer hierbij vrij houdt
- er voor zorgt dat de deken goed aan de hals sluit
- het slachtoffer op de grond legt en het vuur dooft door op de blusdeken te kloppen

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.4 Aanleggen steriel kompres

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
kiest juiste grootte van kompres		
scheurt verpakking op juiste wijze		
legt kompres op de juiste wijze aan		
raakt steriele deel van kompres niet aan		
plakt kompres op juiste manier vast met kleefpleister		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 1: Wonden

7.4 Aanleggen steriel kompres

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de wond beoordeelt en de juiste maat kompres kiest
- alvast wat strookjes kleefpleister knipt voor aanleggen van het kompres

Aanleggen kompres

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de verpakking van het steriele kompres op de juiste manier verwijdert (afhankelijk van de soort verpakking die het kompres heeft)
- het steriele kompres op de juiste manier op de wond legt
- het steriele deel van het kompres en de wond niet aanraakt
- het kompres met het kleefpleister aan vier zijden (bij doordringende borstwond aan drie zijden) vastplakt
- bij het vastplakken van het kompres niet over een buigplooi heen plakt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 2: Electriciteitsletsels

8.1 Electriciteitsletsels

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
zorgen voor veiligheid		
(laten) opheffen elektrische spanning		
vaststellen probleem		
vitale functies beoordelen [2.1, 3.1, 4.1]		
controleren overig letsel		
juiste eerste hulp overig letsel verlenen		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 2: Electriciteitsletsels

8.1 Electriciteitsletsels

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- eerst zorgt voor de veiligheid
- de elektrische spanning (laat) opheffen
- het probleem vaststelt
- het slachtoffer geruststelt
- zich bewust is van de ernst van de situatie

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de vitale functies beoordeelt en veiligstelt volgens het bewustzijn/ABC [2.1]
- controleert op overig letsel
- benodigde eerste hulp verleent
- zorgt voor professionele hulp

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 3: Kneuzing en verstuiking

9.1 Kneuzing en verstuiking

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
zo nodig sieraden verwijderen		
geruststellen		
ICE		
zo nodig professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 3: Kneuzing en verstuiking

9.1 Kneuzing en verstuiking

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zo nodig sieraden verwijdert
- ICE kan toepassen:
 - koelen (ice) 10-15 minuten
 - Immobilisatie = geeft rust en steun
 - Compressie = geeft steun aan en oefent m.b.v. drukverband druk uit op getroffen lichaamsdeel
 - Elevatie = legt getroffen lichaamsdeel (been) hoog
- beoordeelt of professionele hulp moet worden ingeschakeld

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.1 (Open) botbreuk

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
laten liggen of zitten		
geruststellen		
lichaamsdeel onbeweeglijk (laten) houden		
zo nodig sieraden verwijderen		
rust en steun		
zonodig: wond afdekken		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.1 (Open) botbreuk

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten of liggen
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het getroffen lichaamsdeel onbeweeglijk houdt of dit door een ander laat doen
- zo nodig sieraden verwijdert
- een wond zonodig afdekt
- rust en steun geeft
- zorgt voor professionele hulp

Afdekken wond

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de wond alleen afdekt als deze zichtbaar is en vrij van kleding
- het getroffen lichaamsdeel onbeweeglijk houdt, zo mogelijk met inschakeling van het slachtoffer zelf of anderen
- de wond losjes afdekt met een kompres en kleefpleister
- ervoor zorgt dat het wondkussen aan alle zijden is afgesloten
- bij een actief bloedverlies lichte druk uitoefent op het verband, aan weerszijde van eventueel uitstekend bot

Rust en steun

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer zelf de arm laat ondersteunen of, als dit niet mogelijk is een mitella of brede das zo aanlegt dat de gebroken arm niet wordt bewogen
- zo mogelijk een omstander inschakelt om de arm onbeweeglijk te houden
- een gebroken been over de gehele lengte ondersteunt zonder het been te bewegen

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.2 Wervelletsel

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
slachtoffer laten liggen zoals aangetroffen		
bel 112		
benaderen aan kant van het gezicht		
geruststellen		
aangeven dat slachtoffer zich niet moet bewegen		
hoofd vasthouden in positie waarin het al ligt		
bij braken het slachtoffer op de zij laat draaien		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.2 Wervelletsel

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat liggen in de positie zoals hij wordt aangetroffen
- het slachtoffer aan de kant van het gezicht benadert
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- 112 (laat) bellen
- iedere beweging van de wervelkolom van het slachtoffer voorkomt
- het slachtoffer vertelt dat hij zich niet moet bewegen
- het hoofd van het slachtoffer vasthoudt in de gevonden positie
- het slachtoffer alleen op de zij draait als hij gaat braken
- de hulp van een omstander inroept bij het draaien op de zij
- bij het draaien op de zij het hoofd in dezelfde positie houdt ten opzichte van de romp

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.2.1 Handgreep van Zäch

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
eigen sieraden verwijderen		
stabiel zitten/liggen achter hoofd slachtoffer		
beweeg hoofd niet		
plaats handen in juiste positie		
klem het hoofd van het slachtoffer op de juiste manier		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.2.1 Handgreep van Zäch

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer onbeweeglijk laat liggen
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de eigen sieraden afdoet
- stabiel achter het slachtoffer gaat zitten of liggen
- de ene hand met de vingers onder het achterhoofd en de duim langs de onderkaak plaatst
- het hoofd vast zet met de andere hand, met de vingers op het schouderblad en de duimtop tegen het sleutelbeen, waarbij de onderarm langs de nek ligt
- met de onderarm het hoofd klemt
- deze positie volhoudt tot professionele hulpverlening het overneemt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.3 Ontwrichting

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
laten liggen of zitten		
geruststellen		
lichaamsdeel onbeweeglijk (laten) houden		
zo nodig sieraden verwijderen		
rust en steun		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.3 Ontwrichting

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten of liggen
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het getroffen lichaamsdeel onbeweeglijk houdt of dit door een ander laat doen
- zo nodig sieraden verwijdert
- rust en steun geeft
- zorgt voor professionele hulp

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.4 Aanleggen mitella

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
schuin voor slachtoffer staan		
driekante doek juist vastpakken		
slachtoffer iets voorover laten buigen		
mitella op juiste manier aanleggen		
vingertoppen juist buiten de mitella steken		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.4 Aanleggen mitella

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- schuin voor het slachtoffer gaat staan
- de driekante doek bij punt en slip vastpakt
- het slachtoffer iets voorover laat buigen
- de uitgespreide doek met de punt bij de elleboog van de gewonde arm van het slachtoffer houdt
- de bovenste slip tussen romp en arm tot op de gezonde schouder van het slachtoffer brengt
- de andere slip voor de gewonde arm over de schouder aan de zelfde zijde om zijn nek tot aan de schouder op aan de gezonde zijde brengt
- de doek op spanning houdt door beide slippyen vast te houden
- het slachtoffer zijn ondersteunende arm weer in de doek lasten glijden, waarbij de doek de ondersteuning overneemt
- de slippyen aan elkaar knoopt met een platte knoop aan de gezonde zijde
- de punt naar voren vouwt en vast zet
- de vingertoppen juist buiten de mitella laat steken

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.5 Aanleggen brede das

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
slachtoffer arm laten vasthouden		
driekante doek toe brede / smalle das vouwen		
slachtoffer iets voorover laten buigen		
brede das op juiste manier aanleggen		
pols en middenhand in das laten rusten		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.5 Aanleggen brede das

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer de hand van de gewonde arm laat vasthouden met de hand, hoger dan de elleboog
- de driekante doek in vieren (brede das) of zessen (smalle das) vouwt
- het slachtoffer iets voorover laat buigen
- een slip tussen romp en arm tot op de gezonde schouder van het slachtoffer brengt
- de andere slip voor de gewonde arm over de schouder aan de zelfde zijde om zijn nek tot aan de schouder op aan de gezonde zijde brengt
- de slippy aan elkaar knoopt met een platte knoop onder het oor aan de gezonde zijde
- ervoor zorgt dat de pols en middenhand in de das rusten

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.6 Zwachtelen van hand en pols

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
aanleggen steriel kompres of dekverband [7.4]		
zwachtel hand/pols op juiste manier		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.6 Zwachtelen hand en pols

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- op de juiste manier een steriel kompres of ander dekverband aanlegt [7.4]
- de watten van een (wond)drukverband aan beide zijden iets uit laat steken
- de eerste slag met de zwachtel rondom de pols aanlegt
- de zwachtel bij een (wond)drukverband onder licht aantrekken aanlegt
- vervolgens de zwachtel schuin over de handrug voert op zo'n manier dat de uiteinden van de vingers en de duim zichtbaar blijven
- vervolgens met twee of drie slagen geleidelijk richting de pols gaat, waarbij de vorige slag met twee derde bedekt wordt
- de slagen laat kruisen afwisselend boven en onder de duim en er hierbij op let dat de duimmuis geheel in het verband is opgenomen
- eindigt met enkele slagen rondom de pols
- het einde van de zwachtel zo nodig vastzet met een kleefpleister of verbandklemmetje

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.7 Zwachtelen van voet en enkel

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
aanleggen steriel kompres of dekverband [7.4]		
zwachtel voet/enkel op juiste manier		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 4: Botbreuken en ontwrichting

10.7 Zwachtelen voet en enkel

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten
- het slachtoffer geruststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- op de juiste manier een steriel kompres of ander dekverband aanlegt [7.4]
- bij een (wond)drukverband de watten gelijkmatig verdeelt om de voet en een deel van het onderbeen
- er op let dat de hiel in de watten is opgenomen
- de watten van een (wond)drukverband aan beide zijden iets uit laat steken
- de eerste slag met de zwachtel rondom de voorvoet, direct achter de tenen aanlegt
- er op let dat de tenen zichtbaar blijven
- de zwachtel bij een (wond)drukverband onder ligt aantrekken aanlegt
- vervolgens met twee of drie slagen geleidelijk richting de enkel gaat, waarbij de vorige slag met twee derde bedekt wordt
- één slag midden over de hiel legt
- vervolgens een slag onder en een slag boven de hiel aanlegt
- deze handeling nog een keer uitvoert
- er op let dat de hiel geheel in het verband is opgenomen
- eindigt met enkele slagen rondom het onderbeen
- het einde van de zwachtel zo nodig vastzet met een kleefpleister of verbandklemmetje

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 5: Letsels van ogen, neus en oor

11.1 Oogletsels

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
laten zitten of liggen		
geruststellen		
niet in oog laten wrijven, contactlenzen laten zitten		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

11.1.1 Vuiltje in oog

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
verwijderen als het op wit oog zit en los zit		
naar (oog)arts als het op hoornvlies zit of vast zit		

11.1.2 Doordringend voorwerp in oog

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
niet verwijderen		
zo mogelijk afdekken (oogkapje)		
liggen of halfzittende houding		
professionele hulp		

11.1.3 Bijtende stof in het oog

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
laten liggen		
gedurende 30 minuten spoelen met zacht stromend water		
professionele hulp		

11.1.4 Verbranding van het oog

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
laten liggen		
gedurende 10 minuten spoelen met zacht stromend water		
professionele hulp		

11.1.5 Lasogen en stomp oogletsel

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
professionele hulp		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 5: Letsels van oog, neus en oor

11.1 Oogletsels

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer laat zitten of liggen
- zich ervan bewust is dat het slachtoffer bang is zijn gezichtsvermogen te verliezen
- het slachtoffer geruststelt
- het slachtoffer uitlegt dat hij niet in het oog moet wrijven
- contactlenzen laat zitten
- zorgt voor professionele hulp

11.1.1 Vuiltje in oog

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het vuiltje laat zitten als dit vastzit of op het hoornvlies zit
- een loszittend vuiltje met behulp van een puntje van een kompres/schone zakdoek uit het oog te pikken of naar de dichtstbijzijnde ooghoek te vegen
- hierbij niet over de gekleurde deel van het oog veegt
- bij een onzichtbaar vuiltje de oogleden van het slachtoffer op de juiste manier omhoog en naar beneden trekt
- het vuiltje verwijdert zodra dit zichtbaar is

11.1.2 Doordringend voorwerp in oog

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het voorwerp niet uit het oog verwijdert
- zorgt dat het slachtoffer niet in het oog wrijft
- het slachtoffer laat liggen of in halfzittende houding brengt
- het oog zo mogelijk afdekt met een oogkapje
- zorgt voor professionele hulp

11.1.3 Bijtende stof in oog

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de bijtende stof uit het oog spoelt met zacht stromend lauw water
- ervoor zorgt dat het spoelwater niet in het andere oog komt
- gedurende ten minste 30 minuten blijft spoelen
- zorgt voor professionele hulp

11.1.4 Verbrand oog

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het oog spoelt met zacht stromend lauw water
- gedurende ten minste 10 minuten blijft spoelen
- zorgt voor professionele hulp

11.1.5 Lasogen, stomp oogletsel

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zorgt voor professionele hulp (oogarts)

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 5: Letsels van ogen, neus en oor

11.2 Bloedneus

Naam:

Datum:

competenties	competent	(nog) niet competent
vaststellen probleem		
laten zitten		
geruststellen		
neusvleugels 10 minuten op juiste manier dichtdrukken		
eventueel professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 5: Letsels van oog, neus en oor

11.2 Bloedneus

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer iets voorover laat zitten
- het slachtoffer geruststelt
- eventueel zorgt voor professionele hulp

Dichtdrukken neus

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer de neus eenmaal laat snuiten
- het slachtoffer de neusvleugels tegen het neustussenschot vlak onder het neusbeen laat dichtdrukken of dit zelf doet
- het dichtdrukken van de neusvleugels 10 minuten vol houdt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 5: Letsels van ogen, neus en oor

11.3 Voorwerp in neus of oor

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
indien mogelijk voorwerp uit neus/oor verwijderen		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 5: Letsels van oog, neus en oor

11.3 Voorwerp in neus of oor

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Voorwerp in neus

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer één keer laat snuiten en hierbij het niet verstopte neusgat dicht drukt
- als het voorwerp er niet uitkomt naar de huisarts gaat

Voorwerp in oor

Competent is de kandidaat / cursist, die

- lauw water in het oor druppelt als er een insect in het oor zit
- als het insect er niet uit komt en bij alle andere voorwerpen naar de huisarts gaat

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 6: Tandletsels en tand door lip

12.1 Tandletsel en tand door lip

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
verzorgen eventuele lipwond		
mond zo nodig spoelen met water		
reinigen uitgeslagen tand op juiste manier		
bewaren uitgeslagen tand op juiste manier		
contact opnemen met tandarts		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 6: Tandletsel en tand door de lip

12.1 Tandletsel en tand door de lip

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt

Tand door de lip

Competent is de kandidaat / cursist, die

- gedurende enige minuten het wondje met duim en wijsvinger met een steriel kompres dichtdrukt
- controleert of de tand nog compleet is en goed in de kaak staat
- nagaat of er niet een stuk tand of ander voorwerp in de lipwond zit
- zo nodig (huis)arts en/of tandarts inschakelt

Uitgeslagen tand

Competent is de kandidaat / cursist, die

- een uitgeslagen tand vastpakt bij de kroon
- de tand alleen bij zichtbare vervuiling gedurende maximaal 10 seconden vluchtig schoonspoelt met melk of koud water
- de tand terugplaatst indien duidelijk is waar deze hoort en hoe deze geplaatst moet worden
- de tand anders in melk of een fysiologische zoutoplossing (eventueel op de juiste manier in de mond van het slachtoffer of de ouders van het slachtoffer) bewaart om te voorkomen dat de tand uitdroogt
- de mond spoelt bij een bloeding
- een kompres of dubbelgevouwen tissue op de wond legt en het slachtoffer de tanden op elkaar laat klemmen
- zo snel mogelijk contact opneemt met de tandarts

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 7: Oververhitting

13.1 Hittekramp

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
slachtoffer op koele plaats brengen		
geruststellen		
zout en vocht aanvullen		
zo mogelijk spieren stretchen, koelen, masseren		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 7: Oververhitting

13.1 Hittekramp

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- het slachtoffer op een koele plaats brengt
- hem geruststelt

Hittekramp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer zich minder laat inspannen
- het slachtoffer te drinken geeft
- hem iets zouts laat eten
- zo mogelijk de spier stretcht, koelt of masseert

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 7: Oververhitting

13.2 Hitte-uitputting of hittestuwing

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
slachtoffer op koele plaats brengen		
geruststellen		
geef iets koels (bij voorkeur sportdrink) te drinken		
verwijder overbodige kleding		
beoordelen en veiligstellen vitale functies		
zo nodig professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 7: Oververhitting

13.2 Hitte-uitputting of hittestuwing

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- het slachtoffer op een koele plaats brengt
- hem geruststelt

Hitte-uitputting of hittestuwing

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer iets koels, bij voorkeur sportdrink laat drinken
- overbodige kleding verwijdert
- het slachtoffer bij duizeligheid laat liggen
- onmiddellijk reageert bij stoornissen in de vitale functies [2.1]
- zorgt voor professionele hulp

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 7: Oververhitting

13.3 Hitteberoerte

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
slachtoffer op koele plaats brengen		
actief afkoelen		
niet laten drinken		
beoordelen en veiligstellen vitale functies [2.1]		
professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 7: Oververhitting

13.3 Hitteberoerte

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- het slachtoffer op een koele plaats brengt
- hem geruststelt

Hitteberoerte

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer naar een koele plaats brengt
- het slachtoffer afkoelt met een ventilator, natte sponzen, een nat laken enzovoort
- hem niet laat drinken bij stoornissen in het bewustzijn
- de vitale functies beoordeelt en veiligstelt [2.1]
- zorgt voor professionele hulp

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 8: Onderkoeling

14.1 Lichte onderkoeling

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
slachtoffer op warme, beschutte plaats brengen		
geruststellen		
zo nodig natte kleding verwijderen		
opwarmen met warme douche, kruiken, dekens		
warme dranken/voedsel geven (geen alcohol)		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 8: Onderkoeling

14.1 Lichte onderkoeling

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt
- zo nodig en mogelijk natte kleding verwijdert

Lichte onderkoeling

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer in een warme, beschutte omgeving brengt
- het slachtoffer opwarmt met een warme douche, kruiken, dekens enzovoort
- hem warme dranken en / of warm voedsel geeft (geen alcohol)

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 8: Onderkoeling

14.2 Ernstige onderkoeling

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
slachtoffer op warme, beschutte plaats brengen		
geruststellen		
zo nodig natte kleding verwijderen		
beschermen tegen verdere afkoeling		
niet actief opwarmen		
beoordelen en veiligstellen vitale functies [2.1]		
professionele hulp		
zorgzaamheid en betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 8: Onderkoeling

14.2 Ernstige onderkoeling

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt
- zo nodig en mogelijk natte kleding verwijdert

Ernstige onderkoeling

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer in een warme, beschutte omgeving brengt
- het slachtoffer beschermt tegen verdere afkoeling
- hem niet actief opwarmt
- de vitale functies beoordeelt en veiligstelt [2.1]
- zorgt voor professionele hulp

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 9: Bevriezing

15.1 Bevriezing

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
geruststellen		
beoordelen ernst bevrozing		
zo nodig sieraden verwijderen		
opwarmen met warm water (evt. met eigen lichaamswarmte)		
eventuele blaren intact laten		
steriel afdekken (vingers apart)		
zo nodig professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 9: Bevriezing

15.1 Bevriezing

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het letsel herkent / vaststelt
- het slachtoffer geruststelt
- de graad van de bevriezing vaststelt

Eerste Hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- eventuele sieraden verwijdert
- de bevroren lichaamsdelen 20 – 30 minuten opwarmt met warm water (eventueel met lichaamswarmte)
- tweede- en derdegraads bevroeringswonden afdekt en hierbij de vingers apart verbind
- de bevroren lichaamsdelen niet "warm" wrijft
- bepaalt of professionele hulp nodig is en deze dan ook inschakelt

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 10: vergiftiging

16.1 Vergiftiging

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
zorgen voor veiligheid		
beoordelen vitale functies [2.1]		
112 bellen		
nagaan om welke stof het gaat		
zorgzaamheid, betrokkenheid		
tempo, snelheid van handelen		

16.1.1 Vergiftiging via het spijsverteringskanaal

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
melden om welke stof het gaat		
aanwijzingen centralist opvolgen		

16.1.2 Vergiftiging via de luchtweg of longen

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
zorgen voor frisse lucht		
slachtoffer niet plat neerleggen		

16.1.3 Bijtende stof in het oog

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
chemische poeders van huid verwijderen		
veiligheidsmaatregelen nemen		
met stof doordrenkte kleding verwijderen		
schoenen slachtoffer verwijderen		
langdurig (minstens 30 minuten) spoelen		
brandwonden verzorgen [7.3]		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 10: Vergiftiging

16.1 Vergiftiging

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- zorgt voor de veiligheid
- de vitale functies beoordeelt en veiligstelt
- het slachtoffer geruststelt

Professionele hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- meteen 112 belt
- daarbij zo mogelijk aangeeft om welke giftige stof het gaat
- een restant van het gif of de verpakking meegeeft

16.1.1 Vergiftiging van het spijsverteringskanaal

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de centralist meldt om welke stof het gaat
- de aanwijzingen van de centralist opvolgt

16.1.2 Vergiftiging via de luchtweg of de longen

Competent is de kandidaat / cursist, die

- zorgt voor frisse lucht
- de gaskraan van de gasboiler, geiser of cv-ketel zo mogelijk dichtdraait
- het slachtoffer niet plat laat liggen

16.1.3 Vergiftiging via de huid

Competent is de kandidaat / cursist, die

- chemische poeder van de huid veegt en de poeder daarbij niet aanraakt
- veiligheidsmaatregelen neemt (veiligheidsbril, werkhandschoenen, géén latexhandschoenen)
- met gif doordrenkte kleding verwijdert
- de schoenen van het slachtoffer verwijdert
- de getroffen huid gedurende tenminste 30 minuten spoelt met lauw water
- zorgt dat de giftige stof zich niet verder over het lichaam verspreidt
- chemische brandwonden als gewone brandwonden verzorgt [7.3]

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 11: Steken en beten

17.1 Insectenbeet

Naam:

Datum:

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
zorgen voor veiligheid		
eventueel angel verwijderen		
nat/koud kompres op steekplaats leggen		
eventueel (huis)arts		
bij steek in mond/keelholte: 112 of direct naar ziekenhuis		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

17.2 tekenbeet

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
teek met tekenverwijderaar verwijderen		
wondje ontsmetten		
eventueel naar (huis)arts		
Zorgzaamheid, betrokkenheid		

17.3 Kwallensteken

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		

onderdompeling/douchen in zo heet mogelijk water		
vastzittende netelcellen wegschrappen		
eventueel professionele hulp		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

17.4 Slangenbeet

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
vaststellen probleem		
met spoed naar ziekenhuis		
getroffen lichaamsdeel zo onbeweeglijk mogelijk		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar:

Deel III: Letsels

Hoofdstuk 11: Steken en beten

17 Algemeen

Benadering

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het probleem herkent / vaststelt
- zorgt voor de veiligheid
- de vitale functies beoordeelt en veiligstelt
- het slachtoffer geruststelt

17.1 Insectenbeten

Eerste hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de achtergebleven angel met de nagel uit de huis strijkt
- een nat/koud kompres/coldpack op de steekplaats legt
- naar de (huis)arts doorverwijst als de steekplaats erg dik wordt
- iemand met een wespen steek in de mond/keel onmiddellijk naar het ziekenhuis brengt of 112 belt

17.2 tekenbeten

Eerste hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de teek met een tekenverwijderaar volgens de gebruiksaanwijzing verwijdert
- het wondje daarna ontsmet
- eventueel doorverwijst naar professionele hulp

17.3 Kwallensteken

Eerste hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- de getroffen plek onderdompelt in /het slachtoffer laat douchen in zo heet mogelijk water (max. 45°C)
- er op let dat het slachtoffer de hitte van het water wel kan verdragen
- vastzittende netelcellen afschraapt met een hard plastic voorwerp of duikmes
- eventueel professionele hulp inschakelt

17.4 Slangenbeten

Eerste hulp

Competent is de kandidaat / cursist, die

- het slachtoffer met spoed naar het ziekenhuis brengt
- het getroffen lichaamsdeel zo min mogelijk laat bewegen

Deel 2

Voorbeeld van het gebruik van beoordelingslijsten

Casus

Door een moment van onachtzaamheid rijdt een 44 jarige bestuurder van een personenauto tijdens de regen een 36 jarige mevrouw aan. Deze mevrouw komt daardoor ongelukkig te vallen. Ze slaat met haar hoofd tegen het wegdek.

Bij verdere inspectie blijkt ze een forse schaafwond op haar knie te hebben en een bloedende wond op haar elleboog. Bovendien heeft ze haar pols verstuikt. Vanwege de pijn wil ze minimaal bewegen.

Deze casus heeft betrekking op de onderdelen 1.1, 7.1, 5.2.2, 7.1.2, 9.1 (eventueel 10.4) en mogelijk 14.1

De daaruit de afgeleide beoordelingslijst vindt u op de volgende bladzijden. U vindt hier geen interpretatie omdat deze niet afwijkt van de interpretatie zoals die bij de basisstructuur van de afzonderlijke onderdelen is weergegeven.

<i>competenties</i>	<i>competent</i>	<i>(nog) niet competent</i>
op gevaar letten, zorgen voor de veiligheid		
nagaan wat er is gebeurd		
nagaan wat slachtoffer mankeert		
slachtoffer geruststellen		
zorgen voor beschutting		
zorgen voor professionele hulp		
slachtoffer helpen op plaats waar hij ligt / zit		
zo nodig sieraden verwijderen		
wond schoonspoelen		
wond steriel afdekken		
zo nodig rust en steun		
plakt bij wondsnelverband eerst hechtpleister op huid		
gebruikt bij (wond)drukverband synthetische watten		
houdt zwachtel op juiste wijze vast		
overlapt elke slag de vorige slag met twee derde		
gebruikt indien nodige een tweede zwachtel		
zet einde van zwachtel vast		
wond schoonspoelen		
eventueel steriel afdekken met niet verklevend verband		
ICE		
zo nodig professionele hulp		
schuin voor slachtoffer staan		
driekante doek juist vastpakken		
slachtoffer iets voorover laten buigen		
mitella op juiste manier aanleggen		
vingertoppen juist buiten de mitella steken		
slachtoffer op warme, beschutte plaats brengen		

geruststellen		
zo nodig natte kleding verwijderen		
opwarmen met warme douche, kruiken, dekens		
warme dranken/voedsel geven (geen alcohol)		
zorgzaamheid, betrokkenheid		

Opmerkingen

COMPETENT / (NOG) NIET COMPETENT

Naam en handtekening beoordelaar: