

Samenvatting les 6 – 05 April 2016

Opening: vragenlijsten

Onderwerpen van vandaag:

- korte samenvatting/herhaling vorige week
- Brandwonden
- Oververhitting
- Onderkoeling
- Bevriezing

1) Samenvatting herhaling vorige week:

- Schouderletsel -> brede das, benader het slachtoffer aan de niet aangedane zijde om uit te zoeken wat er aan de hand is. Denk hierbij aan sleutelbeen, schouder uit de kom, boven arm gebroken. Zit het aan de achterzijde van het schouderblad over het algemeen gaat het dan om spier/pees letsel (kneuzing/gecsheurd), een enkele keer komt het voor de schouder uit de kom is naar de achterzijde (dan zit er een rare bult ter hoogte van het schouderblad, kom hier verder niet aan, geef alleen ondersteuning als slachtoffer dat wil, en dan professionele hulp.
- Flauwte -> Kortstondig gebrek aan zuurstof in de hersenen.
Aanspreken, schudden -> komt slachtoffer bij -> 10 min laten liggen, dan zitten -> 10 min en wat te eten en drinken(lemonade) aanbieden.
Vraag na of iemand hier bekend mee is? Of dat ze eventueel een aandoening hebben waar dit uit voort kan vloeien?
*kinderen onder de 6 jaar zullen nooit last hebben van een flauwte!

2) Stofwisseling; Anabolisme – de ene stof omzetten naar de andere stof en afbreken/uitgifte.



Onderverdeling stofwisseling

- Assimilatie (gelijkmaking)
 - Omzetting van lichaamsvreemde voedingsstoffen tot lichaamseigenstoffen, dienend als opbouw materiaal voor cellen
 - Vindt plaats in darmen en lever
- Dissimilatie (ontleding)
 - Verbranden van stoffen, waardoor warmte en energie ontstaat
 - Vindt plaats in de cellen

3) Oververhitting

- HitteKramp; te kort aan vocht + zouten/zoetstoffen => A-drank, boullion en eten: chips, brood.
- Uitputting/HitteStuwing; alleen drinken aanbieden als het slachtoffer het zelf kan aanpakken en nuttigen.
- HitteBeroerte: GEEN eten of drinken, professionele hulp/112 -> infuus, actief koelen, wees verdacht op shock!

*Een zonnesteek is niet hetzelfde!! => afkoelen, en actief laten drinken/eten -> volwassenen ouder dan 60 en kinderen onder de 5 jaar, altijd controle huisarts.



4) Brandpreventie + Brandwonden:

- *Kleding blussen met leidingwater vanaf een afstand van 10 meter
- *hydrogelverband op wond => alleen door professional te gebruiken
- *Blusdeken
- *Slachtoffer op de grond laten rollen, of in het zand laten rollen, of in een sloot/zee laten springen.

*Schuimblusser mag je ook gebruiken vanaf een afstand van 5 meter.
GEEN poederblusser gebruiken => maakt de verbranding erger voor het slachtoffer.
GEEN CO2 blusser gebruiken => mag niet op mensen gebruikt worden i.v.m -180 graden Celsius.

Brandwonden:

We kennen verschillende types brandwonden;

1e graads: Rood, bijv. Een zonverbranding.

2e graads: Blaarvorming, afdekken en naar de huisarts

3e graads: zwart verkleuring/doodweefsel => is een diepe wond, in de vetlaag kan de verbranding nog even nasmeulen.

- Zie het filmpje Brandwonden uitleg.

Chemische verbranding: 30 min spoelen: op kleding dan kleding uit, schoenen uit, luier uit.

*Voor allen telt: eerst water de rest komt later, we spoelen met lauwarm water van max 38 graden 10 minuten of wanneer de pijn eruit is.

*De waterstraal niet direct op de wond laten stromen maar ergens langs begeleiden.

*Geen cremes of iets dergelijks erop smeren => dit kan een vertekend beeld geven als slachtoffer bij de professionele hulp komt!

*Als kleding in de huid gebrand is, deze dan NOOIT verwijderen of lostrekken, laat dit aan de professional over.

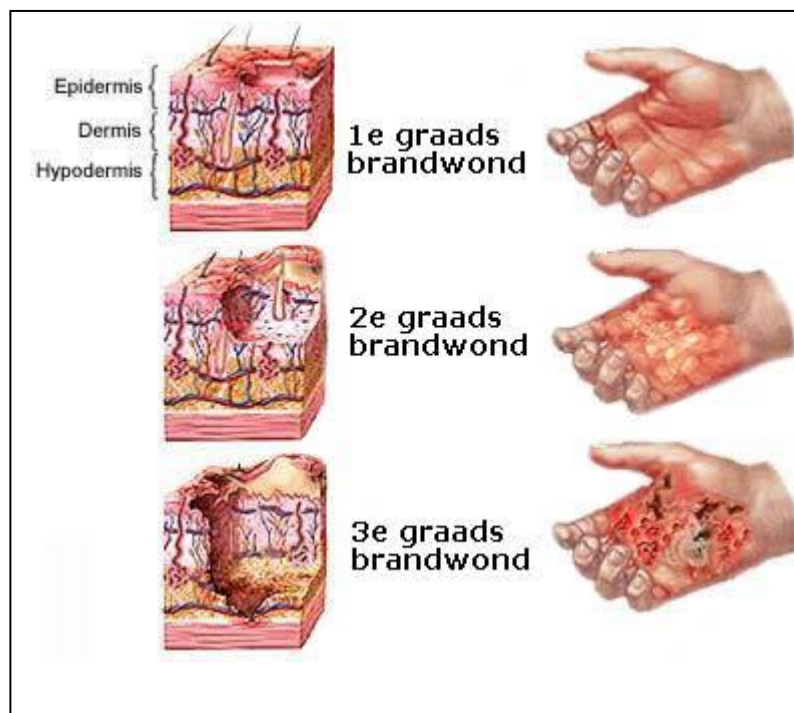
*Blaren heel laten, afdekken met een metaline gaas en een driekante doek erover of erom heen vouwen.

*tot 1 uur na het ontstaan van de brandwond/chemische verbranding heeft het nut om te koelen.

Blusdeken:

Zie het filmpje hoe slachtoffer te benaderen met een blusdeken op de website.

Bijzonderheden: denk om je handen, blijf achter de deken, denk echt nadrukkelijk om je eigen veiligheid, werk altijd van de borst af naar beneden en stop de deken goed om het lichaam heen.



5) **Onderkoeling: Hypothermia**

Bij het Oranje Kruis kennen we maar twee vormen: de lichte en de ernstige onderkoeling.

*Bijzonderheden:

- Baby's trillen niet!
- bij ernstige onderkoeling: prikkelend hart => altijd professionele hulp inschakelen – 112
- geen alcohol toedienen!
- bij lichte onderkoeling mag je het slachtoffer onder een douche van 38 graden zetten.

*als er geen ademhaling of hartritme meer aanwezig is => altijd reanimatie starten!

*nooit het slachtoffer warm wrijven=> je kunt de huid beschadigen!

Algehele onderkoeling (=hypothermie):

Een te lage inwendige temperatuur van het lichaam, ook wel de centrale lichaamstemperatuur of kerntemperatuur genoemd.

Plaatselijke onderkoeling/bevriezing:

Letsels die betrekking hebben op de temperatuur dicht aan het oppervlak en/of van bepaalde ledematen.

Algehele onderkoeling

Algehele onderkoeling begint als de centrale lichaamstemperatuur onder de 35° Celsius komt. Meestal treedt bij 24° Celsius de dood in.

De mate van onderkoeling is afhankelijk van een aantal factoren:

- de duur van de blootstelling aan de kou
- de omgevingstemperatuur (+ de windsnelheid)

Fase 1:

Toename van lichamelijke en psychische activiteiten. Inwendige lichaamstemperatuur < 35° Celsius.

Situatie

Verschijnselen:

- Bleek
- Rillen
- Uitputting
- Coördinatieverlies
- Snelle hartfrequentie
- Snelle diepe ademhaling
- Verward, suf tot agressief

Fase 2:

Afname van lichamelijke en psychische activiteiten. Inwendige lichaamstemperatuur tussen 34 en 30° Celsius.

Situatie

Verschijnselen:

- Geen pijn
- Zwakke pols
- Langzame en onregelmatige ..hartslag
- Slaperig, maar nog wel te wekken
- Star gezicht en spierstijfheid
- Onregelmatige ademhaling
- Rillen stopt

Fase 3:

Optreden van verlamming. Inwendige lichaamstemperatuur tussen 30 en 27° Celsius.

Situatie

Verschijnselen:

- Bewusteloos (niet te wekken)
- Wijde doch reagerende pupillen
- Nauwelijks te voelen pols
- Lange adempauzes
- Ernstige hartritmestoornissen ..kunnen optreden

Fase 4:

Schijndood/dood. Inwendige lichaamstemperatuur tussen 27 en 24° Celsius.

Situatie

Verschijnselen:

- Geen pupilreflex
- Geen merkbare pols
- Ademstilstand

Wat te doen bij algehele onderkoeling?

Actie

Breng het slachtoffer naar een beschutte plaats

Wees voorzichtig tijdens het transport en voorkom vallen en stoten. Een (diep) onderkoeld slachtoffer is vaak bewusteloos en kan hartritme stoornissen krijgen als hij te ruw wordt behandeld.

Voorkom verdere afkoeling

Als het slachtoffer zich in fase 1 of 2 bevindt, verwijder dan natte kleding en trek het slachtoffer iets droogs aan.

Pak het slachtoffer goed in. Hiervoor kan een (reddings-)deken en/of slaapzak gebruikt worden. Isoleer vooral het hoofd en de nek goed.

Leg de armen niet tegen het lichaam, maar pak ze apart in.

Zorg voor deskundige hulp/transport naar een ziekenhuis

Indien de mogelijkheid bestaat deskundige hulp naar een slachtoffer te laten kijken wordt dit sterk aanbevolen.

Indien dit niet mogelijk is en het slachtoffer duidelijk onderkoeld en/of bewusteloos is, zal transport naar een ziekenhuis zo snel mogelijk moeten gebeuren. Daar beschikt men over speciale mogelijkheden om een slachtoffer weer voorzichtig op te warmen (met behulp van het zogenaamde patiënten verwarm systeem).

Warm het slachtoffer voorzichtig actief op (indien mogelijk)

Hoewel het beter is slachtoffers zo snel mogelijk af te voeren naar een ziekenhuis, dit is aan boord van een schip vaak niet (meteen) mogelijk. In dat geval kunnen slachtoffers die bij kennis zijn voorzichtig worden opgewarmd.

Het is altijd goed om een niet bewusteloos onderkoeld slachtoffer te drinken te geven.

Doe dit bij voorkeur met warme, zoete dranken (thee met suiker, kwast of chocolademelk).

Geen alcohol!

Warm een onderkoeld slachtoffer nooit actief op door wrijfbewegingen!

Lichaams temperatuur	Klinische tekens
37	Normale temperatuur
36	Verhoging metabolisme om warmteverlies te compenseren
35	Rillen
34	Rilt maximaal, is bewust en reageert normaal
33	Grens voor ernstige onderkoeling
33 - 31	Slaperige toestand, bloeddruk is moeilijk te nemen, pupillen zijn gedilateerd maar reageren op licht, stop van rillingen

Lichaams temperatuur	Klinische tekens
30 - 29	Progressief bewustzijnsverlies, verstijving van de spieren, pols en bloeddruk zijn moeilijk te nemen, ademhalingsfrequentie daalt
28	Mogelijke ventriculaire fibrillaties, met verhoogde prikkelbaarheid van de hartspier
27	Stop van vrijwillige bewegingen, verlamming, spierstijfheid, geen peesreflex meer, pupillen reageren niet meer op licht
26	Slachtoffer in diepe bewustzijnsdaling

Lichaams temperatuur	Klinische tekens
25 - 21	Ventriculaire fibrillaties, longoedeem
20	Hartstilstand
17	Stop hersenwerking

6) Bevriezing:

Ook hier kennen we de 1e, 2e en 3e graads bevriezing => niet warm wrijven, 40 graden water spoelen 20-30min, als er kans is op her-bevriezing dan niet aan de slag gaan met water!

C
Letnels

Koudeletsels

Drie graden

Net als bij brandwonden zijn er drie gradaties van bevriezing.

Eerstegraads bevriezing

De huid is bleekgrijs en pijnlijk. Na ontdooien kleurt de huid rood tot violet.

C
Letnels

Koudeletsels

Tweedegraads bevriezing

De huid vertoont blaren gevuld met helder of bloederig vocht. Het is zeer pijnlijk.

Derdegraads bevriezing

De huid is spierwit en gevoelloos.

C
Letnels

Koudeletsels

Als eerste hulpverlener mag je alleen een eerstegraads bevriezing zelf behandelen. De Eerste Hulp bestaat uit het helpen opwarmen van het slachtoffer. Gebruik daarvoor bij voorkeur warm water. Dat is doeltreffender dan de eigen lichaamswarmte. Als er geen warm water voor handen is, is de eigen lichaamswarmte ook goed.

C
Letnels

Koudeletsels

Bij tweede- en derdegraads bevriezing moet je altijd *professionele hulp* inschakelen.

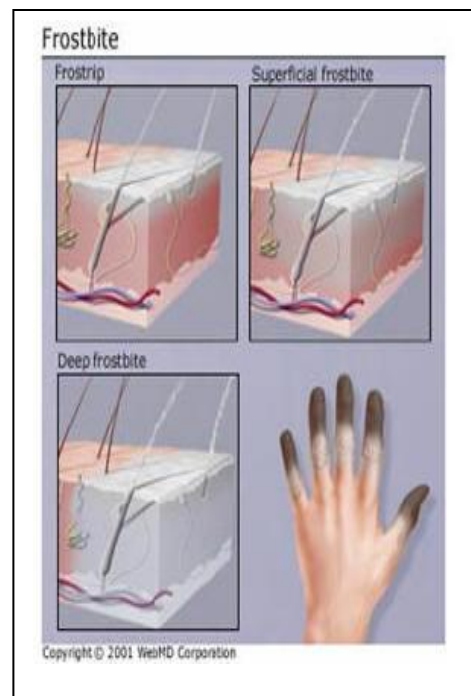
Probeer het slachtoffer ondertussen warm te houden door bijvoorbeeld een deken om hem heen te slaan. Warm het bevroren lichaamsdeel bij voorkeur met warm water op. Probeer de blaren intact te houden. Dek de wonden steriel af. Verbind vingers en tenen gescheiden van elkaar.

C
Letnels

Koudeletsels

Doen!

- Stel het slachtoffer gerust;
- Beoordeel de bevriezing en beslis of er professionele hulp nodig is of niet;
- warm de bevroren lichaamsdelen met warm water op;
- Leg niet-klevend verband, zoals metallineverband, of een schone, natte theedoek over de wonden heen. Pak de vingers gescheiden van elkaar in;
- Breng een slachtoffer zo snel mogelijk naar het ziekenhuis.



7) Ongevalsslachtoffer:

*Tref je het slachtoffer aan in de buik, zij of rugligging en deze ademt regelmatig => NIET AANKOMEN => bel 112

*Wanneer wel in de stabiele zijligging:

- braken
- bloed in de mond/keel
- als je het slachtoffer alleen moet laten.