

Samenvatting les 3 dinsdag 15 maart 2016

3 kandidaten ziek, opening Sip, Chiel en Jettie kort door de samenvatting van de vorige les met de lotussen heen.

Sip: als je afwezig bent zorg ervoor dat je dan de stof thuis goed doorneemt, goed de filmpjes bekijkt en OEFENEN! Oefenen oefenen oefenen, oefenen is hier echt het sleutelwoord als je het examen straks wilt behalen.

Vorige week hebben we het volgende behandeld: bewustzijn, ademhaling controle, verslepen/verplaatsen, stabiele zijligging, van buik naar rug.

- Onthoud: een ongevalslachtoffer, waarbij je zwaar traumatisch letsel kunt verwachten: daar doe je niks mee, tenzij er gereanimeerd moet worden of er acuut gevaar dreigt (brand, instorting gebouw, etc.)

Vandaag behandelen we: Kneuzingen, verstuiking/verzwikking, ontwrichting, verbandleer.

- 1) als het om voetletsels gaat; vraag het slachtoffer zelf de schoen(en) uit te trekken, mocht het gebroken zijn dan zal het slachtoffer de schoen of laars nooit zelf uit willen trekken.
- 2) BLS/AED formulier die de kandidaten van Sip hebben gekregen is een controle lijstje met stappen die men moet volgen, het deel pediatric/kind/baby mogen jullie overslaan/vergeten.
- 3) Kneuzing: is niet altijd zichtbaar en kan overal op het lichaam voorkomen, afhankelijk van de locatie kan zeker ook levensgevaarlijk zijn, denk hierbij aan een hersenkneuzing.
Soms zie je ook een blauwe plek verschijnen bij een kneuzing, dan is er bloedvat geknapt.
Omschrijving kneuzing: weefsel dat beschadigd is tussen het bot en de huid.
'als iemand aangeeft gekneusde ribben te hebben, is niet het bot gekneusd maar het botvlies. Botten zelf kunnen niet kneuzen, alleen het weefsel erom heen'.
- 4) Schade aan een gewricht:
We kennen een normaal gewricht, een verstuiking/verzwikking van een gewricht en een ontwrichting.
 - bij een verstuiking/verzwikking; zijn de banden intact maar opgerekt of deels ingescheurd.
 - Bij een ontwrichting: staat de kop van de kom af, ernaast en kunnen de banden geheel stuk zijn.
 - Zie het filmpje voor uitleg op de website.
 - Een verstuiking/verzwikking is alleen mogelijk op plekken waar gewrichten zitten.
- 5) Verstuiking/verzwikking; rust adviseren, verband s'avonds verwijderen; zodat de bloedtoevoer en evt. zwelling de ruimte krijgen, aanzien 24-48 uur bij aanhoudende klachten controle huisarts.
- 6) ICE => koelen 10-15 minuten
I = Immobilisatie

C = Compressie => synthetische watten, ideaalzwachtel of cohesiefverband (zelfklevend verband).

E = Elevatie; rust en hoog leggen (niet te hoog, hou de hoogte van de heup aan van slachtoffer)

*koelen nooit langer dan 20 minuten, anders komt de zwelling weer terug en heeft koelen geen zin meer.

Ga je een drukverband aanleggen: gebruik dan een driekante doek om een 'teugel' om de voet aan te brengen zodat de voet in een ontspannen stand/90 graden hoek blijft staan tijdens het zwachtelen. Niet accepteren dat de teugel slapjes is of verdwijnt omdat het irritant is, want anders komt het slachtoffer binnen de kortste keren terug met de klacht dat het verband niet goed zit/knelt/slapjes is, etc.

Van de driekante doek kun je het volgende maken: Mitella, brede en smalle das en teugel.

Koelen van vingers en tenen: **NOOIT LANGER DAN 5 minuten!!**

En geen coolspray gebruiken => is troep en wordt afgeraden.

7) Botbreuken/fracturen:

- open botbreuk; de huid is open/beschadigd en het bot steekt uit
- gesloten breuk; de huid is intact maar het bot niet
- greenstick; een twijgbreuk
- dwars breuk
- diagonale/schuine breuk
- verbrijzeld; als een ledemaat te maken heeft met een verbrijzeld bot is er een risico dat het slachtoffer die ledemaat kwijt kan raken.

* bekijk het filmpje met uitleg over botbreuken; zie website.

8) Behandeling van breuken; lichaamsdeel onbeweeglijk houden, of tegen het lichaam houden, zoals bijv. een arm.

- ➔ brede das; voor letsels aan elleboog – schouder
- ➔ mitella; voor letsels aan elleboog – hand

Bij het aanbrengen van de driekante doek: laat het slachtoffer naar voren buigen zodat er ruimte ontstaat tussen lichaam en arm en je zonder te veel gedoe de eerste punt aan de gezonde zijde kunt klemmen in de kleding, dan pak je de andere lange punt en deze gaat via de aangedane zijde naar de gezonde zijde en bevestig je samen doormiddel van een platte knoop.

Volgende week: gaan we verder met verbandleer, allemaal de verbandtasjes meenemen S.V.P.