

**Eindtermen Certificaat Eerste Hulp aan
Kinderen
van
Het Oranje Kruis**



© 2013

Eindtermen Certificaat/de Registratie Eerste Hulp aan Kinderen volgens de 3e druk

Vastgesteld d.d. 30 september 2011

Overal waar "hij", "hem", of "zijn" staat, kan ook "zij" of "haar" worden gelezen.

1. Doelgroep

Bezitters van het diploma Eerste Hulp en belangstellenden die (nog) niet in het bezit zijn van het diploma Eerste Hulp. De laatste groep ontvangt het certificaat Eerste Hulp aan kinderen

2. Definities

Wat is eerste hulp?

Eerste hulp is de noodzakelijke hulp die – al of niet in afwachting van de georganiseerde professionele hulp – naar het oordeel van de eerstehulpverlener aan een slachtoffer moet worden verleend op een wijze die aansluit bij de professionele hulpverlening.

Wat is een eerstehulpverlener?

Een eerstehulpverlener is diegene die in staat en bereid is met zijn beschikbare kennis, vaardigheden en ervaring een slachtoffer de noodzakelijke eerste hulp te verlenen.

Hierbij moet vanzelfsprekend rekening worden gehouden met zijn mogelijkheden en de omstandigheden waarin hij zich bevindt.

Wat is een slachtoffer?

Een slachtoffer is iemand die een acuut optredende, al of niet levensbedreigende stoornis in zijn lichamelijke en/of geestelijke gezondheidstoestand heeft en naar zijn oordeel of dat van zijn omgeving hulp nodig (een hulpvraag) heeft.

3. Algemene doelstellingen

De eerstehulpverlener krijgt inzicht in de verschillen tussen zuigelingen (kinderen van 0 tot 1 jaar), kinderen (vanaf 1 jaar tot in de puberteit) en volwassenen, die van belang zijn voor de eerstehulpverlening, zoals lichaamsbouw en gedrag van kinderen bij ongeval/ziekte en de wijze waarop hier het beste op gereageerd/mee omgegaan kan worden.

De eerstehulpverlener leert hulp te verlenen aan zuigelingen en kinderen bij stoornissen in de vitale functies en bij letsels, die bij veel kinderen voorkomen

De eerstehulpverlener krijgt inzicht in de gevaren die in het bijzonder zuigelingen en kinderen bedreigen en de wijze waarop deze kunnen worden bestreden.

De eerstehulpverlener krijgt kennis over de manier waarop ongevallen bij zuigelingen en kinderen kunnen worden voorkomen.

4. Wat moet de eerstehulpverlener kunnen en kennen?

De eerstehulpverlener is de eerste schakel in de hulpverleningsketen. Hij zorgt ervoor dat een slachtoffer in zo goed mogelijke conditie aan de zorg van professionele hulpverleners wordt overgedragen. Dit doet hij door verergering en uitbreiding van stoornissen en letsels te voorkomen en de kans op complicaties te verkleinen. Hij onderneemt geen acties die de behandeling door de professionele hulpverleners bemoeilijken. De in dit boekje beschreven handelingen zijn ook hierop beoordeeld door het College van Deskundigen.

De eerstehulpverlener verzorgt eenvoudige letsels en klachten zelf en draagt de verdere zorg over aan het slachtoffer zelf of aan diens omgeving.

De eerstehulpverlener weet dat de eerste hulp, zoals voorgeschreven door Het Oranje Kruis, in overeenstemming is met wat onder de beroepsbeoefenaren te doen gebruikelijk is en niet verder gaat dan de hulp die een leek, gezien vanuit geneeskundig oogpunt verantwoord kan geven. De eerstehulpverlener weet dat het verlenen van eerste hulp soms tot psychische nood kan leiden, zowel bij slachtoffers als bij hulpverleners, en dat dan opvang en begeleiding noodzakelijk zijn. De eerstehulpverlener weet dat hij zelf verantwoordelijk is voor de kwaliteit van de door hem verleende eerste hulp.

5. Eindtermen voor het certificaat/de registratie Eerste Hulp aan kinderen

Bij het examen en geschiktheidstesten moet de eerstehulpverlener aan de volgende eisen voldoen om in het bezit te komen en te blijven van het certificaat/de registratie Eerste Hulp aan kinderen.

I Algemeen

De vijf belangrijke punten zijn onderdeel van alle eindtermen van vitale functies en letsels.
Kennis (K), HerkenningsVaardigheid (HV), UitvoeringsVaardigheid (UV)

Eindterm	Kenmerken		uitwerking in beoordelingslijst
Het kind en zijn omgeving			
De zuigeling			
De eerstehulpverlener is bekend met de verschillende stadia van ontwikkeling van het kind.	- is bekend met de motorische ontwikkeling, taalontwikkeling, lichaamsbouw, psychische ontwikkeling van zuigelingen - weet welke ademhaling zuigelingen hebben en hoe de circulatie verloopt - is bekend met de ongevallen waar zuigelingen over het algemeen mee te maken krijgen	K	
Het kind (1 – 5 jaar)			
De eerstehulpverlener is bekend met de verschillende stadia van ontwikkeling van het kind.	- is bekend met de motorische ontwikkeling, taalontwikkeling, lichaamsbouw, psychische ontwikkeling van kinderen van 1-5 jaar - weet welke ademhaling kinderen van 1-5 jaar hebben en hoe de circulatie verloopt - is bekend met de ongevallen waar kinderen van 1-5 jaar over het algemeen mee te maken krijgen	K	
Het kind (vanaf 5 jaar)			
De eerstehulpverlener is bekend met de verschillende stadia van ontwikkeling van het kind.	- is bekend met de motorische ontwikkeling, taalontwikkeling, lichaamsbouw, psychische ontwikkeling van kinderen vanaf 5 jaar - weet welke ademhaling kinderen vanaf 5 jaar hebben en hoe de circulatie verloopt - is bekend met de ongevallen waar kinderen vanaf 5 jaar over het algemeen mee te maken krijgen	K	
Preventieve maatregelen			
De eerstehulpverlener is bekend met het nemen van	- is bekend met preventieve maatregelen welke algemeen	K	

welke preventieve maatregelen op verschillende locaties, ter voorkoming van ongevallen met kinderen.	<p>genomen moeten worden (kleding, speelgoed, vervoer)</p> <p>- is bekend met preventieve maatregelen welke in huis genomen moeten worden (bed en box, kinderkamer, huiskamer, badkamer en toilet, keuken, gang en trap)</p> <p>- is bekend met preventieve maatregelen welke buitenshuis genomen moeten worden</p> <p>- is bekend met preventieve maatregelen welke bij kinderopvang en school genomen moeten worden</p>		
Vijf belangrijke punten			
Let op gevaar			
- De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om altijd eerst voor de veiligheid van zichzelf, medehulpverlener(s), omstander(s) en slachtoffer(s) te zorgen om daarmee te voorkomen dat er nog meer slachtoffers vallen.	- weet dat door gevaar het niet altijd mogelijk is om hulp te verlenen	K	
	- herkent gevaren	HV	
	- neemt maatregelen om gevaar weg te nemen	UV	verkeer omleiden, beginnende brandjes blussen, elektriciteit uitschakelen
Ga na wat er is gebeurd en daarna wat iemand mankeert			
- De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om een slachtoffer te benaderen en in de juiste volgorde gegevens te verzamelen op grond waarvan kan worden geconcludeerd wat er is gebeurd en wat het slachtoffer mankeert.		K	
	- herkent wat er gebeurd is - zoekt in de juiste volgorde uit wat het slachtoffer mankeert	HV	
	- beoordeelt het letsel door te kijken, te luisteren, te voelen en te vragen	UV	- kijkt naar het ongeval (ongevalsmechanisme) en slachtoffer - vraagt aan slachtoffer en/of omstanders wat er is gebeurd - beoordeelt eerst het bewustzijn/ABC, ernstig bloedverlies en daarna overig letsel
Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting			
- De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden het slachtoffer gerust te stellen en te beschermen tegen weersinvloeden.		K	
	- herkent gevaren van weersinvloeden	HV	
	- stelt het slachtoffer gerust - beschermt tegen weersinvloeden	UV	- benadert slachtoffer, omstanders en andere hulpverleners met respect en is zorgzaam voor het slachtoffer

			(hulpverlenersattitude) - gebruikt dekens - beschermt tegen de warme zon
Zorg voor professionele hulp			
- De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om zo van toepassing professionele hulp in te schakelen.	- waarschuwt op het juiste moment professionele hulp	K HV	- waarschuwt zelf of laat waarschuwen wanneer daar geen tijd voor is
	- verzorgt wanneer professionele hulp nodig is: het waarschuwen, de opvang en de overdracht	UV	- geeft bij melding aan 112 door wat er aan de hand is, hoeveel slachtoffers er zijn en waar de hulp nodig is
Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt of zit			
- De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om het slachtoffer op de plaats zelf te helpen of zo nodig te verplaatsen.	- weet wanneer wel en wanneer niet te verplaatsen	K	
	- verplaatst het kind	HV UV	- tilt zo horizontaal mogelijk en met ondersteuning van het hoofd - voert de Rautek uit vanaf de grond
<i>Kinderziekten en verschijnselen</i>			
Kinderziekten			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om het slachtoffer zonodig door te verwijzen naar de huisarts.	weet welke kinderziekten er bestaan en kan de belangrijkste kenmerken ervan opnoemen	K	
	weet bij welke verschijnselen de huisarts ingeschakeld moet worden	HV	
Ziekteverschijnselen: koorts			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om juist te handelen bij kinderen met koorts.	- kan benoemen wanneer er bij kinderen sprake is van koorts	K	
	- herkent een kind met koorts	UV	- legt in een comfortabele positie - legt een koude, natte washand op het voorhoofd - zorgt voor voldoende drinken
Ziekteverschijnselen: misselijkheid, braken			
De eerstehulpverlener weet hoe te handelen bij een kind dat misselijk is en dat mogelijk ook moet braken.	kan benoemen wanneer de huisarts ingeschakeld moet worden bij een kind dat moet braken	UV	- legt in een comfortabele houding - houdt een baby licht voorover als hij moet braken - laat in een makkelijke positie bukken/knielen - laat na het braken vieze

			<p>smaak wegspoelen met koud water</p> <ul style="list-style-type: none"> - waarschuwt de huisarts bij een aanval langer dan 2 uur - belt 112 bij bloed of zwart korrelig braaksel
Ziekteverschijnselen: kiespijn			
De eerstehulpverlener weet wat de verschijnselen zijn bij kiespijn bij baby's en weet hoe te handelen bij kiespijn bij kinderen.	kan benoemen wanneer een kind met kiespijn naar de tandarts moet	UV	<ul style="list-style-type: none"> - verzacht pijn met koud kompres, gekoelde bijtring of druppeltjes - stuurt bij hevige kiespijn door naar de tandarts - verlicht kiespijn door kinderpijnstillers of koud kompres
Ziekteverschijnselen: hoofdpijn			
De eerstehulpverlener weet hoe te handelen bij kinderen met hoofdpijn.		UV	<ul style="list-style-type: none"> - leidt bij hoofdpijn het kind af en troost het - laat bij aanhoudende hoofdpijn op een rustig donker plekje liggen zonder afleiding (van bijvoorbeeld tv, computerspelletjes)
Ziekteverschijnselen: oorpijn			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om oorpijn te herkennen en de juiste maatregelen te nemen.	kan benoemen wanneer voor een kind met oorpijn de huisarts geraadpleegd moet worden	UV	<ul style="list-style-type: none"> - legt in een comfortabele positie - geeft een kinderpijnstiller - laat met het aangedane oor op een warm kussen liggen - raadpleegt de huisarts bij langdurige of regelmatige terugkerende oorpijn
Ziekteverschijnselen: buikpijn			
De eerstehulpverlener weet hoe te handelen bij kinderen met buikpijn.	<ul style="list-style-type: none"> - weet in welke positie een kind met buikpijn gelegd moet worden - weet wanneer de huisarts geraadpleegd moet worden 	HV	
Ziekteverschijnselen: diarree			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om juist te handelen bij diarree en weet wanneer professionele hulp ingeschakeld moet worden.	weet wat diarree is	K	
	<ul style="list-style-type: none"> - herkent uitdroging bij kinderen als gevolg van diarree - weet wat het kind wel en niet kan drinken 	UV	<ul style="list-style-type: none"> - geeft rust - laat veel drinken en in kleine hoeveelheden per keer - raadpleegt de huisarts bij langdurige diarree
Ziekteverschijnselen: allergieën			
De eerstehulpverlener weet	- herkent verschijnselen van	HV	

hoe te handelen bij kinderen met een (ernstige) allergie.	allergie - weet wanneer er bij allergieverschijnselen contact met de huisarts opgenomen moet worden		
Kindermishandeling			
De eerstehulpverlener kent de vormen en signalen van kindermishandeling en weet hoe te handelen in voorkomende gevallen.	kan de vijf vormen van kindermishandeling benoemen	K	
	herkent de signalen van kindermishandeling	HV	

II Vitale functies

Kennis (K), HerkenningsVaardigheid (HV), UitvoeringsVaardigheid (UV)

Eindterm	Kenmerken		uitwerking in beoordelingslijst
Stoornissen in het bewustzijn			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij stoornissen in het bewustzijn.	- benoemt werking en belang van de vitale organen	K	
	- herkent stoornissen in het bewustzijn - herkent bewusteloosheid (geen reactie)	HV	
	- beoordeelt het bewustzijn - voorkomt / beperkt bewustzijnsverlies - voorkomt / beperkt letsels	UV	- controleert het bewustzijn bij liggende slachtoffers met schudden aan de schouders en tegelijkertijd aanspreken - draait bij niet reageren op de rug - laat een staand of zittend slachtoffer liggen - zorgt voor frisse lucht - laat een slachtoffer dat liggend snel bijkomt toch 10 minuten liggen - geeft geen eten of drinken bij stoornissen in het bewustzijn - geeft ruimte aan trekkingen/ gaat geen bewegingen tegen - verwijdert gevaarlijke voorwerpen - belt altijd 112 bij stoornissen in het bewustzijn
Stoornissen in de ademhaling			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij stoornissen in de ademhaling.	- benoemt werking en belang van de vitale organen - noemt een aantal oorzaken van stoornissen in de ademhaling	K	
	Niet bewusteloos - herkent een vrije, en geheel of gedeeltelijk afgesloten luchtweg - herkent bewustzijnsverlies bij luchtwegbelemmering	HV	
	Bewusteloos - herkent een normale		

	ademhaling		
	<p>Niet bewusteloos</p> <ul style="list-style-type: none"> - beoordeelt de ademhaling - maakt de luchtweg vrij bij een niet effectieve hoest <p>Bewusteloos</p> <ul style="list-style-type: none"> - beoordeelt de ademhaling - houdt de luchtweg vrij bij een normale ademhaling - houdt rekening met wervelletsels 	UV	<p>Niet bewusteloos</p> <ul style="list-style-type: none"> - kijkt en luistert bij de beoordeling van de ademhaling bij een niet bewusteloos slachtoffer - geeft 5 slagen tussen de schouderbladen - geeft 5 buikstoten (de handgreep van Heimlich) - geeft i.p.v. buikstoten borstcompressies bij zuigelingen - laat 112 bellen - wisselt slagen en buikstoten (borstcompressies) af <p>Bewusteloos</p> <ul style="list-style-type: none"> - hanteert de kinlift en kijkt, luistert en voelt om de ademhaling te beoordelen - legt op de juiste manier in stabiele zijligging, controleert elke minuut de ademhaling en draait zo nodig terug naar rugligging <p>Mogelijk wervelletsel</p> <ul style="list-style-type: none"> - draait vanaf de rug op de zij bij braken, bloedverlies in de mond en bij alleen laten
Letsel van de luchtwegen			
		K	
	- herkent ribbreuk en doordringende borstwond	HV	
	- ondersteunt het slachtoffer - verzorgt letsels	UV	<ul style="list-style-type: none"> - helpt bij het vinden van een zo comfortabel mogelijke houding - legt het slachtoffer niet plat neer - plakt een borstwond aan 3 zijden luchtdicht af
Ziekte van de luchtwegen			
		K	
	- herkent ziekte aan de luchtwegen	HV	
	- ondersteunt het slachtoffer	UV	- helpt bij het vinden van een zo comfortabel

			mogelijke houding - legt het slachtoffer niet plat neer - helpt bij het innemen van de eigen medicijnen
Stoornis in het bewustzijn en de ademhaling			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om bij een bewusteloos slachtoffer zonder (normale) ademhaling een kunstmatige circulatie en ademhaling op gang te brengen en te houden.	- geeft verschillen aan tussen het geven van borstcompressies bij volwassenen, kinderen en zuigelingen - geeft verschillen aan tussen het beademen van volwassenen, kinderen en zuigelingen - benoemt wanneer met de reanimatie gestopt kan worden	K	
	herkent circulatiestilstand aan de hand van het bewustzijn en de ademhaling - herkent een bewusteloos slachtoffer zonder (normale) ademhaling	HV	
	- reanimeert een bewusteloos slachtoffer zonder (normale) ademhaling - wisselt elke 2 minuten af bij aanwezigheid van een tweede hulpverlener	UV	- geeft kwalitatief goede borstcompressies - geeft effectieve mond-op-mond beademing - past mond-op-mond- of mond-op-neusbeademing toe bij een zuigeling - geeft het juiste aantal borstcompressies en beademingen - onderbreekt zo min mogelijk de borstcompressies, wisselt vlot tussen borstcompressies en beademing - geeft/neemt op het juiste moment over bij een tweede hulpverlener (start met borstcompressies)
AED			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om bij een bewusteloos slachtoffer zonder (normale) ademhaling de AED te hanteren.	- benoemt dat bij één hulpverlener de AED slechts gehaald wordt wanneer deze daadwerkelijk binnen handbereik is - benoemt dat de borstkas	K	

	droog moet zijn en, er niet op een tepel of, pacemaker geplakt mag worden		
		HV	
	- gebruikt de AED - onderbreekt de borstcompressies zo min mogelijk	UV	- geeft opdracht om de AED te halen - zet bij aankomst onmiddellijk de AED aan en plakt de elektroden - gaat zo mogelijk door met de borstcompressies tijdens het aansluiten van de AED - plakt de elektroden op de juiste plaats: rechtsboven en linksonder - plakt bij kleine kinderen de elektroden voor achter - aandrukken plakkers - zorgt dat er geen contact is met het slachtoffer tijdens analyse door de AED - gaat op aangeven van de AED tijdens het opladen door met de borstcompressies - drukt onmiddellijk op de schokknop, wanneer de AED dit aangeeft - zorgt dat er geen contact met het slachtoffer is tijdens de schok - hervat onmiddellijk de borstcompressies na de schok of op aangeven van de AED
<i>Niet effectieve beademing</i>			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij een niet effectieve beademing.		K	
	- herkent een niet effectieve beademing	HV	
	- onderneemt actie bij een niet effectieve beademing	UV	- maakt de luchtweg vrij door het openen van de mond en zo nodig verwijderen van zichtbare voorwerpen - controleert de kinlift - maakt knellende kleding los - geeft eerst maximaal 5 beademingen en vervolgt

			met steeds niet meer dan 2 beademingen
Ernstige bloedingen			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij actieve bloedingen.	- vertelt wat het gevaar is van ernstig bloedverlies en welke verschijnselen daarbij kunnen optreden - legt uit waarom een actieve bloeding snel moet worden gestopt	K	
	- herkent een actieve bloeding mede aan de hand van de ongevalsituatie	HV	
	- stopt / beperkt een actieve bloeding	UV	- brengt het getroffen lichaamsdeel omhoog - geeft druk rechtstreeks op de wond - legt een wonddrukverband aan bestaande uit een dekverband, synthetische watten met een zwachtel
Shock			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om ontstaan en/of verergering van shock te voorkomen.	- benoemt de meest voorkomende oorzaken van shock voor zover relevant voor de te verlenen eerste hulp	K	
	- herkent (dreigende) shock	HV	
	- voorkomt / beperkt shock	UV	- laat plat liggen - beschermt tegen afkoelen; warmt niet actief op - bestrijdt uitwendig bloedverlies - geeft geen drinken

III Letsels

Kennis (K), HerkenningsVaardigheid (HV), UitvoeringsVaardigheid (UV)

Eindterm	Kenmerken		
<i>Uitwendige wonden</i>			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden eerste hulp te verlenen bij een uitwendige (open) wond.	- vertelt wat de gevaren van een uitwendige (open) wond zijn - legt uit wat besmetting, ontsteking en infectie zijn	K	
	- herkent een uitwendige (open) wond aan de hand van de ongevalsituatie en de verschijnselen - bepaalt op grond van plaats, oorzaak, grootte en diepte van de wond en de kans op infectie en tetanus of het verantwoord is zelf de definitieve hulp te verlenen	HV	
	- beperkt verontreiniging/besmetting van wonden - beperkt bloedverlies - geeft rust en steun bij grotere wonden	UV	- reinigt eenvoudige wonden en dekt deze steriel af - bedekt steriel grote of diepe wonden, verwondingen aan het gelaat en wonden als gevolg van een dieren- of mensenbeet - spoelt oppervlakkig zittende voorwerpen weg met water of verwijdert deze met een pincet - gebruikt de juiste materialen wondpleister; steriel (niet verklevend) gaas en kleefpleister/ elastische zwachtel / zelfklevende zwachtel, (wond)snelverband, hechtstrips - gebruikt splinterpincet - geeft een mitella bij grotere wonden aan de arm
<i>Brandwonden</i>			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij brandwonden.	- benoemt welke brandwonden professionele hulp behoeven - benoemt gevaar brandwonden	K	

	- herkent eerste, tweede of derdegraads brandwonden	HV	
	- voorkomt of beperkt brandwonden - beperkt verontreiniging / besmetting van wonden	UV	- dooft vlammen - verwijdert altijd schoenen en kleding bij chemische stoffen - verwijdert bij andere brandwonden de vastzittende kleding niet - koelt bij brandwonden minstens 10 minuten met lauw schoon water - spoelt langdurig (minimaal 30 minuten) bij chemische stoffen - dekt brandwonden(losjes) steriel of zo schoon mogelijk af - laat blaren heel - beschermt tegen afkoelen
Elektriciteitsletsel			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij elektriciteitsletsel.	- benoemt de gevaren van elektriciteit - benoemt dat schade groter kan zijn dan in eerste instantie lijkt	K	
	- reageert op stoornissen in de vitale functies	HV	
	- voorkomt of beperkt letsel door elektriciteit	UV	- schakelt de stroombron uit - behandelt door elektriciteit ontstane letsels volgens desbetreffende richtlijn
Kneuzing en verstuiking			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij kneuzing en verstuiking.		K	
	- herkent kneuzing of verstuiking	HV	
	- voorkomt verergering van het letsel - beperkt de pijn: geeft rust en steun, laat het gewonde lichaamsdeel niet of zo min mogelijk bewegen	UV	- houdt het gewonde lichaamsdeel hoog - koelt gedurende 10 minuten - legt een drukverband aan
Botbreuken en ontwrichtingen			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij botbreuken en ontwrichtingen.	- benoemt gevaren botbreuk of ontwrichting - benoemt gevaar open botbreuk	K	

	<ul style="list-style-type: none"> - herkent botbreuk of ontwrichting - herkent open botbreuk 	HV	
	<ul style="list-style-type: none"> - voorkomt verergering van het letsel - beperkt de pijn: geeft rust en steun, laat het gewonde lichaamsdeel niet of zo min mogelijk bewegen 	UV	<ul style="list-style-type: none"> - dekt de wond (losjes) steriel af - houdt het gewonde lichaamsdeel onbeweeglijk - legt een mitella aan bij letsel aan de onderarm - legt een smalle of brede das aan bij letsel van de bovenarm - gebruikt een dekenrol of vergelijkbaar
Wervelletfels			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij wervelletfels.	- noemt gevaren wervelletfel	K	
	- herkent wervelletfel ook door rekening te houden met het ongeval	HV	
	- voorkomt verergering van het letsel: laat het slachtoffer niet bewegen	UV	<ul style="list-style-type: none"> - benadert aan de kant van het gezicht - voorkomt bewegen - stabiliseert het hoofd - draait alleen van de rug in zijligging bij braken en/of bloedverlies in de mond en bij alleen laten - beweegt het slachtoffer alleen bij gevaar
Oogletsels			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij oogletsels.		K	
	- herkent ernstig oogletsel	HV	
	<ul style="list-style-type: none"> - helpt bij een vuiltje in het oog - beperkt schade bij verbranding of een chemische stof 	UV	<ul style="list-style-type: none"> - verwijdert een loszittend vuiltje van het oogwit - laat niet in het oog wrijven - spoelt het oog bij verbranding of een chemische stof
Neus/oorletsels			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij neus- oorletsels.		K	
	<ul style="list-style-type: none"> - herkent een bloedneus - herkent een voorwerp in de neus/oor 	HV	
	<ul style="list-style-type: none"> - beperkt het inslikken van bloed - stelt de neusbloeding - helpt bij een voorwerp in neus of oor 	UV	<ul style="list-style-type: none"> - brengt in schrijvershouding - laat de neus zo mogelijk 1 keer snuiten, maar niet bij schedelletsel - drukt 10 minuten dicht - herhaalt eventueel het

			dichtdrukken - laat snuiten bij een voorwerp in de neus - druppelt bij een insect in het oor
Tandletsels			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij tandletsels.		K	
	- herkent tandletsel: loszittend, afgebroken of uitgeslagen tanden	HV	
	- verzorgt en bewaart de tand - plaatst uitgeslagen tanden terug	UV	- raakt de tandwortel niet aan - spoelt met melk schoon - bewaart de tand in melk of speeksel - plaatst de tand terug (geen melktanden)
Oververhitting			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij oververhitting.	- benoemt gevaar oververhitting	K	
	- herkent letsel door oververhitting	HV	
	- normaliseert de lichaamstemperatuur - reageert op stoornissen vitale functies	UV	- laat onbedekt in de schaduw liggen - dept met lauw water - neemt regelmatig temperatuur op - geeft koele dranken: sportdranken - laat iets zout eten - geeft geen drinken bij stoornissen in het bewustzijn
Onderkoeling			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij onderkoeling.	- benoemt gevaren van actief opwarmen en bewegen	K	
	- herkent lichte en ernstige onderkoeling	HV	
	- beschermt tegen verdere afkoeling - warmt actief op bij lichte onderkoeling - reageert op stoornissen vitale functies	UV	- brengt in droge, warme beschutte omgeving - verwijdert natte kleding bij ernstige onderkoeling zonder te bewegen - warmt actief op bij lichte onderkoeling: warme douche, kruiken, dekens, warme dranken (met veel suikers) - neemt regelmatig temperatuur op - geeft geen drinken bij

			stoornissen in het bewustzijn - vermijdt beweging bij ernstige onderkoeling - wikkelt in dekens: laat alleen het gezicht vrij, en pakt armen en benen afzonderlijk in; warmt niet verder actief op - belt 112
Bevriezing			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij bevriezing.	- benoemt kenmerken van eerste-, tweede- en derdegraads bevriezing	K	
	- herkent bevriezing	HV	
	- beschermt tegen verdere bevriezing - beperkt verontreiniging / besmetting van wonden	UV	- warmt op met water van maximaal 40 graden (controle met binnenkant pols of elleboog) - warmt eventueel met lichaamswarmte op - wrijft niet warm - laat blaren heel - dekt wonden steriel af
Vergiftiging			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij vergiftiging.		K	
	- herkent vergiftiging: via het spijsverteringskanaal, de luchtwegen /longen of de huid	HV	
	- beperkt de inwerking van het gif - schakelt altijd professionele hulp in	UV	- onderneemt pas actie na contact met meldkamercentralist - geeft verpakking mee naar het ziekenhuis - spoelt langdurig bij giftige stoffen op de huid, trekt kleding en schoenen uit, ook al zitten ze vast
Steken en beten			
De eerstehulpverlener heeft de kennis en vaardigheden om eerste hulp te verlenen bij steken en beten.	- benoemt de gevolgen van een tekenbeet	K	
	- herkent een steek of beet - herkent ernstige overgevoelighedsreactie	HV	
	- beperkt de inwerking van het gif / besmetting - reageert op stoornissen vitale functies: Bewustzijn ABC	UV	- strijkt een angel uit met nagel of pincet zonder daarbij in het gifblaasje te duwen - reageert snel op een steek in de keel - verwijdert een teek zo

		snel mogelijk - koelt de pijnlijke plek - dompelt onder in heet water of spoelt met zeewater bij pijnlijke kwallensteken
--	--	--