

OPLOSSINGEN VAN DE OEFENINGEN

Opdracht 1 (pagina 10)

Deze oefening peilt naar de voorkennis van de cursist.

Opdracht 2 (pagina 14)

Deze oefening peilt naar de voorkennis van de cursist.

Opdracht 3 (pagina 16)

Er is geen pasklaar antwoord op deze vraag. Je moet met verschillende zaken tegelijk rekening houden, dus een strikte volgorde bepalen is meestal niet mogelijk. Hier zie je hoe wij het zouden doen:

1 Schat de gevaren in en probeer ze weg te nemen.

Voor je naar op het slachtoffer gaat, kijk je best eerst of je zelf geen gevaar loopt. Probeer de situatie zo goed mogelijk in te schatten.

2 Zeg tegen de man met de paarse trui dat hij het aankomend verkeer verwittigt.

Door omstaanders in te schakelen in het hulpverleningsproces kan je de veiligheid aanzienlijk verhogen. Omstaanders mogen het verkeer niet regelen of tegenhouden, maar ze kunnen wel verwittigen dat er een ongeval gebeurd is.

3 Zeg tegen de man met de sigaret dat hij die moet doven.

Als de lekkende vloeistof benzine is, kan de brandende sigaret een ontploffing en brand veroorzaken. Vraag aan de man zich onmiddellijk te verwijderen om zijn sigaret verder weg te doven.

4 Zet het contact van de auto's af.

Om brandgevaar te vermijden zet je best het contact af.

5 Beoordeel de toestand van het slachtoffer.

Ga na hoe ernstig het slachtoffer eraan toe is. Een slachtoffer dat niet reageert of niet meer normaal ademt, is steeds in een levensbedreigende situatie.

6 Evacueer het slachtoffer uit de auto.

Als er reëel brandgevaar is of als het slachtoffer niet reageert en niet meer normaal ademt, moet het geëvacueerd worden naar de dichtstbijzijnde veilige plaats. Laat in andere gevallen een slachtoffer in de wagen zitten tot de hulpdiensten het van je overnemen.

7 Laat iemand anders de hulpdiensten verwittigen.

Laat bij voorkeur omstaanders alarmeren, zodat jij je kan concentreren op het slachtoffer en de situatie. Controleer toch steeds of dit daadwerkelijk gebeurd is.

8 Verleen verdere eerste hulp aan het slachtoffer.

In afwachting van de komst van de hulpdiensten kan je heel wat doen om het slachtoffer te helpen. Stelp een bloeding, bescherm het slachtoffer tegen koude of warmte, vertel dat de hulpdiensten verwittigd zijn, enz.

9 Haal zand om over de vloeistof op de weg te strooien.

Als je vermoedt dat de lekkende vloeistof benzine is, kan je een omstaander vragen om hiervoor te zorgen. Doe dit enkel als het in veilige omstandigheden kan gebeuren, anders moet je wachten op de komst van de hulpdiensten.

X Vraag aan het kind om te helpen bij de evacuatie.

Schakel bij voorkeur eerst volwassenen in bij de hulpverlening. Kinderen die rustig zijn of reeds een opleiding eerste hulp gevolgd hebben, kan je zo nodig wel eenvoudige hulp laten bieden.

X Ga naar het dichtstbijzijnde huis om de hulpdiensten te alarmeren.

Laat zo veel mogelijk een omstaander alarmeren. De kans dat iemand een gsm bij zich heeft is groot. Als er geen gsm of omstaanders zijn, dan moet je zelf hulp gaan zoeken in de buurt.

Welke vier grote stappen zou jij dus ondernemen bij dit verkeersongeval?

1. Zorgen voor veiligheid
2. De toestand van het slachtoffer beoordelen
3. De hulpdiensten verwittigen
4. Verdere eerste hulp verlenen

Opdracht 4 (pagina 19)

Er lekt een vloeistof uit de wagens, maar we weten niet met zekerheid of het om brandstof gaat of niet. We gaan er daarom vanuit dat er brandgevaar is. De man die een sigaret opsteekt, betekent een groot gevaar voor ontploffing. Misschien draaien ook de motoren van de auto's nog. Door het contact uit te zetten, vermijd je dat die eventueel brand kunnen uitlokken.

Het ongeval is gebeurd op de weg. Dat betekent dat de kans bestaat dat een andere auto op het ongeval inrijdt. Door het naderende verkeer te verwittigen, verminder je de kans op een bijkomend ongeval.

Vind je het nodig om het slachtoffer uit de auto te halen? Waarom wel/niet?

Wel: er is reëel brandgevaar (je ziet rook of vlammen of je ruikt brandlucht) of het slachtoffer reageert niet en ademt niet normaal. In deze situaties moet je evacueren.

Niet: als je zeker bent dat de vloeistof geen brandstof is, maar bijvoorbeeld koelvloeistof, is het beter om het slachtoffer niet te evacueren. De brandweer kan dan met speciale technieken het slachtoffer uit de wagen halen. Met andere woorden, als er geen onmiddellijk gevaar dreigt, laat je het slachtoffer ter plaatse.

Opdracht 5 (pagina 23)

Dit is een doe-opdracht.

Opdracht 6 (pagina 31)

(WIE BEN JIJ)

Je spreekt met Sophie Dhont.

(WAT IS ER GEBEURD)

Er is een auto tegen een muur gereden

(WAAR)

in Ronse in de Olifantstraat ter hoogte van nummer 54.

(WIE IS HET SLACHTOFFER)

Er is één slachtoffer maar hij zit niet gekneld. Hij is bewusteloos en ademt nog.

(ANTWOORD OP VRAGEN)

...

Neen, er is geen verkeershinder. De wagen staat van de weg.

Opdracht 7a (pagina 32)

Ook hier zijn meerdere oplossingen mogelijk. Op basis van de vaststellingen die je doet, moet je beslissen hoe je gaat ingrijpen. Hieronder geven we een voorbeeld van een mogelijke oplossing.

Zorg voor de veiligheid

- Wat is er volgens jou gebeurd?

Er zijn verschillende mogelijkheden. Het slachtoffer kan van de trap gevallen zijn, of flauwgevallen zijn in de kelder. Het kan dat in de kelder de verwarmingsketel staat en er een hoge concentratie koolstofmonoxide (CO) is. De kans op een CO-intoxicatie is dan groot. De man kan ook zijn hoofd gestoten hebben, waardoor hij het bewustzijn heeft verloren.

- Wat zijn de gevaren?

Als je CO vermoedt, is het gevaar vooral dat jij ook een CO-intoxicatie oploopt. Als de man van de trap gevallen is, bestaat de mogelijkheid dat hij een hoofd- of wervelletsel heeft.

- Evacueren of niet?

Een bewusteloos slachtoffer langs de trap naar boven evacueren kan je niet op enkele seconden zonder te ademen. Het gevaar voor jezelf is veel te groot. Alarmeer bij vermoeden van CO of andere giftige dampen de hulpdiensten.

- Hoe verhoog je de veiligheid?

Als je CO vermoedt, probeer dan zo goed mogelijk te verluchten door bijvoorbeeld een kelderraam open te zetten. Doe dit snel om je eigen veiligheid niet in gevaar te brengen.

- Welke instructies geef je aan omstaanders?

Omstaanders kunnen helpen door het verwittigen van de hulpdiensten. Omstaanders kunnen je ook dikwijls nuttige informatie geven over de plaatselijke situatie: staat er een verwarmingsketel in de kelder, is er een kelderraam dat open kan, wie is dat slachtoffer, ...

Beoordeel de toestand van het slachtoffer

- Hoe erg is het slachtoffer eraan toe?

Als de situatie veilig is, kan je de toestand van het slachtoffer beoordelen. Het is belangrijk te weten of het bewusteloos is en nog normaal ademt. Zo nodig moet je het slachtoffer daarvoor op de rug draaien.

Alarmeer de hulpdiensten

- Is het nodig om te alarmeren?

Bij een bewusteloos slachtoffer moet je altijd professionele hulp alarmeren.

- Welke professionele hulp alarmeer je?

In dit geval bel je 112. De kans is groot dat de 112 bij een bewusteloos slachtoffer ook een MUG-team meestuurt. Als je aangeeft dat het slachtoffer in een kelder ligt met mogelijk gevaarlijke dampen, dan komt ook de brandweer ter plaatse.

Verleen verdere eerste hulp

- Wat zou er aan de hand kunnen zijn met het slachtoffer?

Niet alleen een CO-intoxicatie is mogelijk, maar ook een hoofd- of wervelletsel kan het geval zijn. Of een beroerte, of een tekort aan bloedsuiker. Het slachtoffer is in ieder geval bewusteloos.

- Wat zou je verder nog doen?

In geval van CO: ga enkel in de kelder als je die goed kan verluchten. Als je geen CO vermoedt, ga je regelmatig na of het reageert en nog normaal ademt.

Controleer of er bloedingen zijn.

Opdracht 7b (pagina 34)

Ook hier zijn meerdere oplossingen mogelijk. Op basis van de vaststellingen die je doet, moet je beslissen hoe je gaat ingrijpen. Hieronder geven we een voorbeeld van een mogelijke oplossing.

Zorg voor de veiligheid

- Wat is er volgens jou gebeurd?

De man is met zijn fiets tegen het openstaand portier gereden.

- Wat zijn de gevaren?

Hij bevindt zich op de rijweg en kan dus aangereiden worden door een andere auto. Manipulatie van het slachtoffer kan het letsel verergeren.

- Evacueren of niet?

Er is een onmiddellijk gevaar omdat de man op de rijweg zit. Echter, evacueren is niet nodig omdat het aankomend verkeer makkelijk kan worden verwittigd dat er een ongeval is gebeurd. Met andere woorden, je kan het gevaar wegnemen.

- Hoe verhoog je de veiligheid?

Het aankomend verkeer verwittigen: alarmknipperlichten, fluo-vestje, gevarendriehoek, armbewegingen.

De deur van de auto sluiten.

De fiets van de weg halen.

- Welke instructies geef je aan omstaanders?

Je vraagt omstaanders om de hulpdiensten te bellen.

Je vraagt omstaanders om de deur van de auto te sluiten en de fiets van de rijweg te verwijderen. Zo kan jij je vooral met het slachtoffer bezig houden.

Beoordeel de toestand van het slachtoffer

- Hoe erg is het slachtoffer eraan toe?

Het slachtoffer is bij bewustzijn maar heeft een letsel aan zijn been.

Alarmeer de hulpdiensten

- Is het nodig om te alarmeren?

Misschien wel. Als het een ernstig letsel aan de onderste ledematen is, kan het slachtoffer niet op eigen kracht naar het ziekenhuis en vervoer je best ook niet zelf.

- Welke professionele hulp is nodig?

Professionele hulp bel je op 112. Zij kunnen zo nodig het been spalken en het slachtoffer liggend vervoeren, zodat het letsel niet ernstiger wordt .

Verleen verdere eerste hulp

- Wat zou er aan de hand kunnen zijn met het slachtoffer?

We zien dat het slachtoffer naar zijn been grijpt. Maar hij kan ook een hersenschudding of andere letsels hebben opgelopen door de botsing. Bekijk dus niet alleen het meest in het oog springende letsel.

- Wat zou je verder nog doen?

Als er een ernstige bloeding mee gemoeid is, moet die eerst gestelpt worden. Een letsel aan botten, spieren of gewrichten moet je afkoelen. Vraag een omstaander om een koelzakje te halen.

Opdracht 8 (pagina 41)

Deze oefening peilt naar de voorkennis van de cursist.

Opdracht 9 (pagina 44)

Zorg voor veiligheid.

- Laat een omstaander het aankomend verkeer verwittigen dat er een ongeval gebeurd is: alarmknipperlichten, fluo-vestje, gevarendriehoek, armgebaren.

Beoordeel de toestand van het slachtoffer.

Controleer bewustzijn en ademhaling.

- Als hij bewusteloos is maar wel normaal ademt, leg je hem in stabiele zijligging.
- Als hij bewusteloos is en niet normaal ademt start je de reanimatie.
- Als hij bewust is en ademt kan je vragen wat er gebeurd is.

Alarmeer de hulpdiensten.

- Als het slachtoffer bewusteloos is, laat je een omstaander de hulpdiensten alarmeren.
- Ook wanneer je ernstige letsels vermoedt, alarmeer je de hulpdiensten.

Verleen verdere eerste hulp.

- Vraag of het slachtoffer ergens pijn heeft en kijk of er nog andere verwondingen zijn.
- Bescherm het slachtoffer tegen koude of warmte.

- Vertel dat de hulpdiensten gealarmeerd zijn.

Opdracht 10 (pagina 46)

Deze oefening peilt naar de voorkennis van de cursist.

Opdracht 11 (pagina 51)

Als Kokusai nog kan hoesten of huilen, moedig je hem aan om te blijven hoesten. Je blijft bij hem tot hij terug normaal ademt.

Als Kokusai niet meer kan hoesten of ademen, gaat het om een ernstige verslikking. Je slaat vijf keer op de rug en je kijkt na iedere slag of Kokusai al terug normaal kan ademen. Als het probleem nog niet is opgelost geef je Kokusai vijf borststoten. Na iedere stoot controleer je of Kokusai al terug normaal kan ademen. Wanneer dit ook niet helpt blijf je afwisselend vijf rugslagen en vijf borststoten geven.

Wanneer Kokusai het bewustzijn verliest moet je hem behandelen als een bewusteloos slachtoffer dat niet normaal ademt. Je alarmeert de hulpdiensten en start met de reanimatie.

Opdracht 12 (pagina 62)

De oplossing hieronder is maar één mogelijke oplossing, meerdere juiste oplossingen zijn dus mogelijk.

1. Zorg voor de veiligheid. Laat een omstaander het aankomend verkeer verwittigen dat er een ongeval gebeurd is: alarmknipperlichten, fluo-vestje, gevarendriehoek, armgebaren. Schakel de motor van de auto uit. Zorg dat niemand rookt in de buurt van het ongeval.
2. Controleer bewustzijn en ademhaling.
3. Laat een omstaander de hulpdiensten alarmeren.
4. Evacueer het slachtoffer als hij niet reageert en niet normaal ademt. Start reanimatie.
5. Evacueer het slachtoffer bij dreigend ernstig gevaar. Leg het slachtoffer in stabiele zijligging.

Het belangrijkste is dat je de volgende vier grote stappen volgt:

1. Zorg voor veiligheid.
2. Beoordeel de toestand van het slachtoffer.
3. Verwittig de hulpdiensten.
4. Verleen verdere eerste hulp.

Technieken die je hierbij kan oefenen:

- Noodevacuatie bij een zittend slachtoffer
- Slachtoffer in stabiele zijligging leggen
- Hoofd kantelen en kinlift uitvoeren
- Reanimatie

Opdracht 13 (pagina 63)

Er kan heel wat gebeurd zijn. Op basis van je vaststellingen help je het slachtoffer waar mogelijk. Het probleem kan bijvoorbeeld zijn:

- Hartaanval
- Beroerte
- Flauwte
- Diabetescoma
- Deze persoon heeft te veel gedronken en doet een dutje

Wat kan je doen?

- Zorg voor je eigen veiligheid.
- Evacueer het slachtoffer als je CO vermoedt en dit geen gevaar voor jezelf inhoudt.
- Controleer bewustzijn en ademhaling.
- Als het slachtoffer bewusteloos is, alarmeer je de hulpdiensten.
- Als hij nog normaal ademt, leg je hem in stabiele zijligging.
- Als hij niet meer normaal ademt, start je de reanimatie.

Opdracht 14 (pagina 64)

Hier kan je een verstikking vermoeden (door de appel). Controleer of het slachtoffer nog reageert en normaal ademt. Als het slachtoffer bewusteloos is, moeten de hulpdiensten verwittigd worden. Als het slachtoffer niet meer normaal ademt, start Kaat de reanimatie. Als het slachtoffer niet reageert maar nog wel normaal ademt, leg je hem in stabiele zijligging.

Opdracht 15 (pagina 65)

- Controleer of de hulpdiensten wel degelijk gealarmeerd zijn.
- Blijf buiten. Loop zeker niet het brandende gebouw binnen.
- Probeer te weten te komen waar de man en het zoontje zich bevinden en verwittig de brandweer hiervan onmiddellijk bij aankomst.
- Laat een ladder halen om hen zo nodig de kans te geven uit het gebouw te ontsnappen. Ga zelf de woning niet binnen!
- Verleen eerste hulp aan de slachtoffers die buiten komen. Probeer hen te kalmeren.
- Installeer de slachtoffers in een zone met frisse lucht, weg van de rook.
- Verzorg eventuele brandwonden door ze af te koelen met water. Laat slachtoffers geen extra inspanningen doen.

Opdracht 16 (pagina 66)

Welke stappen moet je ondernemen?

- Zorg voor de veiligheid. De kans is groot dat het een elektrocutie is omdat het slachtoffer na de val de boormachine nog in de hand klemt.
- Trek de stekker uit het stopcontact.
- Controleer ademhaling en bewustzijn.

- Alarmeer de hulpdiensten als het slachtoffer bewusteloos is.
- Leg het slachtoffer in stabiele zijligging als hij nog normaal ademt. Verzorg eventuele brandwonden door ze af te koelen.
- Start reanimatie als hij niet reageert en niet meer normaal ademt.

Opdracht 17 (pagina 70)

Deze oefening peilt naar de voorkennis.

Opdracht 18 (pagina 73)

Dit is een doe-oefening.

Opdracht 19 (pagina 75)

Wat kan je doen?

- Leg Pieter voorzichtig op de grond. Op die manier kan hij zich niet meer verwonden als hij het bewustzijn zou verliezen.
- Vraag Pieter om in de wonde te drukken met zijn vingers.
- Was je handen en doe wegwerphandschoenen aan.
- Controleer of er geen stuk glas meer in de wonde steekt.
- Druk op de wonde om de bloeding te stelpen. Blijf op de wonde drukken tot de hulpdiensten het van je overnemen of leg een drukkend verband aan. Gebruik daarvoor een drukverband of een propere doek.
- Laat ondertussen iemand de hulpdiensten verwittigen.
- Was nadien je handen.

Opdracht 20 (pagina 76)

Bloedende huidwonde	Druk uitoefenen
Schaafwonde reinigen	Stromend water
Voorwerp in de wonde	Onbeweeglijk houden
Vuil in de wonde	Spoelen
Handen wassen	Voor en na het verlenen van de eerste hulp
Schaafwonde groter dan de helft van de handpalm	Doorverwijzen naar een dokter
Besmetting vermijden	Handschoenen
Wonde afdekken	Steriel kompres
Huidwonde	Schaafwonde, snijwonde, bijtwonde

--	--

Opdracht 21 (pagina 80)

Luna heeft bij de val een schaafwonde opgelopen. De wonde is bevuild met zand. Ze moet goed gespoeld worden maar dat kan daar op die veldweg niet. Als Luna geen andere letsels heeft, kan je haar begeleiden tot het dichtstbijzijnde huis of tot haar eigen woning. Spoel de wonde goed met kraantjeswater. Dek de wonde daarna steriel af met een kompres. Als je het vuil niet kan verwijderen, verwijs je haar door naar een arts.

Informeer ook of ze elders geen pijn heeft. Luna kan ook haar pols verstuikt hebben bij de val. Letsels aan botten, spieren of gewrichten moet je afkoelen met ijs of een coldpack. Als je dat niet bij de hand hebt, kan je ook koelen met koud kraantjeswater. Controleer ook of Luna geen hoofdpijn heeft. Ze zou een hersenschudding kunnen opgelopen hebben.

Opdracht 22 (pagina 81)

Verwijder het voorwerp niet zelf, maar hou het stabiel met de juiste techniek. Ga met Kris naar de huisarts of de spoedgevallendienst om het voorwerp te laten verwijderen. Laat wel eerst iemand zorgen voor de veiligheid van de brandende bbq en de kleine kindjes.

Opdracht 23 (pagina 82)

- 1: brandwonde
- 2: veiligheid
- 3: kraantjeswater
- 4: wondverband
- 5: blaren
- 6: zenuwen
- 7: juwelen
- 8: arts
- 9: later

Opdracht 24 (pagina 86)

- Ze zet de rest van de spaghetti op een veilige plaats.
- Ze verwijdert de spaghetti direct van Jokes voet en houdt die onder de koele kraan gedurende 15 tot 20 minuten. Ze gebruikt geen ijskoud water!
- Ze legt een nat wondverband aan.
- Ze gaat met Joke naar de huisarts, want Joke is jonger dan vijf jaar en in die leeftijdscategorie moet je altijd een arts raadplegen. Bovendien is het een brandwonde aan de voet, ook dit is een belangrijk aspect om verdere hulp te zoeken.

Opdracht 25 (pagina 88)

Het enige dat hier kan doen, is koelen. Hou de vingers onder een koude kraan of gebruik een koelzakje. Koel telkens maximaal 20 minuten of tot de pijn over is. Als de pijn niet overgaat, raadpleeg je best een arts.

Opdracht 26 (pagina 91)

GEVAAR	OPLOSSING
Man ligt op de rijweg, hij kan worden aangereden.	Het aankomende verkeer verwittigen.
Het slachtoffer manipuleren kan het letsel verergeren.	Vraag aan het slachtoffer om het lidmaat onbeweeglijk te houden. Help om te immobiliseren als het slachtoffer dat toelaat.

Opdracht 27 (pagina 92)

Deze oefening peilt naar de voorkennis.

Opdracht 28 (pagina 95)

De buurvrouw moet Anke proberen te overtuigen om nog even te blijven liggen en zo weinig mogelijk te bewegen. Doordat Anke veel pijn heeft aan de nek, neemt ze best het zekere voor het onzekere. Ze laat iemand de hulpdiensten alarmeren (of doet dit zelf als er niemand in de buurt is) en probeert Anke zo veel mogelijk gerust te stellen. Als Anke geen bezwaar maakt, kan de buurvrouw Ankes hoofd immobiliseren.

Opdracht 29 (pagina 97)

Stelling 1 is juist en stelling 2 is fout.
Stellingen 3 en 4 zijn beide juist.

Opdracht 30 (pagina 98)

Bij deze opdracht is er eigenlijk geen juist antwoord. Het is de bedoeling dat de cursisten nadenken en hierover met elkaar discussiëren.

Of iets giftig is, hangt niet alleen af van de aard van het product, maar ook van de hoeveelheid die ervan is ingenomen. Zo is alcohol dodelijk als je er heel veel in één keer van inneemt, terwijl bijv. shampoo niet zo giftig is als je er maar een heel klein beetje van inslikt.

Opdracht 31 (pagina 100)

- Het kind kan een verpakking openen en een gevaarlijk product op de huid krijgen, het inslikken of dampen inademen.
- Alarmeer onmiddellijk de hulpdiensten als het slachtoffer bewusteloos is.
- Bel het Antigifcentrum op 070 245 245 en geef hen volgende informatie:
 - de leeftijd en het gewicht van het kind
 - de naam van het product dat werd ingenomen
 - de hoeveel die vermoedelijk werd ingenomen
 - hoe de vergiftiging gebeurde
 - de toestand van het slachtoffer
- Volg de instructies van het Antigifcentrum op.

Opdracht 32 (pagina 104)

Dirk heeft plots **stekende hoofdpijn** en kan moeilijk **praten**, het lijkt wel of de omstaanders hem **niet** willen begrijpen. Dirk grijpt naar zijn tas koffie maar **stoot** deze om. Het is alsof zijn rechterbeen **gevoelloos** wordt en zijn rechterarm **tintelt**. Dirk zakt van zijn stoel en kan zich **niet** tegenhouden.

Opdracht 33 (pagina 110)

Een mogelijkheid is dat Jesse over de draad struikelt en met zijn hoofd tegen de hoek van de kast botst. Het doet niet veel pijn, maar als hij het bloed ziet, begint hij te huilen.

Zorgen voor veiligheid

- Papa zorgt dat Jesse niet in de put kan vallen.
- Hij roept iemand om de put af te dekken en de draad te verwijderen.

Beoordeel de toestand van het slachtoffer

- Papa vraagt aan Jesse waar hij pijn heeft. Jesse heeft niet echt veel pijn.

Verwittig de hulpdiensten

- Er moeten geen hulpdiensten gealarmeerd worden, het gaat om een kleine huidwonde. Als de wonde hevig bloedt of gaapt, is het best om een arts te raadplegen. Misschien moet de wonde dan gehecht worden.

Verleen verdere eerste hulp

- Papa wast zijn handen en spoelt de wonde uit.
- Als de wonde nog steeds bloedt, dan drukt hij erop om deze te stelpen. Daarna dekt hij de wonde af met een steriel kompres.

Opdracht 34 (pagina 111)

De man maakt zich klaar om in bad te gaan maar voelt zich niet lekker en zakt in elkaar. De partner hoort een slag in de badkamer en treft haar man op de grond aan. Ze opent onmiddellijk het raam. Ze zet de waterkraan dicht en draait de gasgeiser uit. Mevrouw controleert of haar man nog reageert en nog normaal ademt. Hij reageert versuft en prevelt dat hij hoofdpijn heeft. Omdat er niemand

anders thuis is, alarmeert mevrouw zelf de hulpdiensten. Als ze de ziekenwagen hoort naderen, loopt ze naar beneden om de deur te openen.

Opdracht 35 (pagina 112)

- Parkeer je wagen voorbij het ongeval aan de zijkant van de weg.
- Vraag de omstaanders om je te helpen.
- Zorg dat iemand het aankomend verkeer verwittigt dat er een ongeval is gebeurd en dat aan beide uiteinden van de bocht een gevarendriehoek wordt geplaatst.
- Controleer of de wagen of de bromfiets geen benzine lekken. Laat niet toe dat iemand rookt in de buurt. Laat een omstaander de gelekte benzine bedekken met zand.

Opdracht 36 (pagina 113)

We geven je twee voorbeelden.

Papa controleert of Tom reageert en nog normaal ademt. Omdat Tom niet reageert maar nog wel ademt, roept hij de hulp van de buurvrouw in die net in de tuin de was komt ophangen. Hij vraagt haar de hulpdiensten te bellen. Ondertussen legt papa Tom in stabiele zijligging. Omdat het redelijk fris is en vrij veel wind, vraagt hij aan Jeroen om in de woonkamer een dekentje te halen.

Papa controleert of Tom reageert en nog normaal ademt. Tom reageert eerst even niet maar opent dan traag zijn ogen en zegt zachtjes dat hij hoofdpijn heeft. Papa vraagt hem om stil te blijven liggen. Hij neemt zijn gsm en belt de hulpdiensten. Omdat het redelijk fris is en vrij veel wind, vraagt hij aan Jeroen om in de woonkamer een dekentje te halen. Papa zegt aan Tom dat ze samen met een ambulance naar het ziekenhuis gaan en dat hij ondertussen zijn hoofd wat zal steunen. Het laat Tom allemaal wat onverschillig en hij doet terug zijn ogen dicht. Papa blijft tegen hem praten om hem wakker te houden.

Als papa toekomt, is Tom ondertussen al recht komen zitten. Papa vraagt waar hij pijn heeft. Tom wijst wenend naar zijn rechterwang. Neen, hij heeft nergens anders pijn en hij is niet duizelig. Papa helpt hem recht en zet hem in de keuken op een stoel. Papa legt uit dat hij de wonde op de wang gaat verzorgen. Hij wast eerst zijn handen en spoelt het vuil uit de wonde. Papa dekt de wonde af met een steriele kompres. Nadien belt hij de huisarts omdat het een grote wonde in het gelaat is.

Opdracht 37 (pagina 114)

- Controleer bewustzijn en ademhaling
- Alarmeer de hulpdiensten
- Leg het slachtoffer op de grond in stabiele zijligging als hij niet reageert maar nog normaal ademt

- Start de reanimatie als hij niet meer ademt
- Bel het Antigifcentrum en geef de nodige informatie (namen geneesmiddelen, hoeveel alcohol uit de fles, toestand van het slachtoffer)
- Volg de instructies van het Antigifcentrum op

Opdracht 38 (pagina 115)

Voor de inhoud van een eerstehulpkoffer is eigenlijk geen modeloplossing. De inhoud is immers afhankelijk van de situatie waarin de koffer gebruikt wordt, de competenties van degene die ermee werkt, enz.. Hieronder vind je dan ook een opsomming van al het materiaal waaruit je kan kiezen voor je eerstehulpkoffer.

Verbandmateriaal

- kleefpleisters, bij voorkeur in hypoallergische uitvoering
- wondpleisters, bij voorkeur individueel verpakt
- kompressen: steriele individueel verpakte kompressen
- tweedehuidverband
- drukverbanden
- vetverbanden: steriel en individueel verpakt
- watten
- hechtingsstrips
- zwachtels
 - gaaszwachtels
 - crêpezwachtels
 - elastische zwachtels
- elastisch netverband
- kousverband
- driehoeksverbanden

Ontsmettingsmiddel

- ontsmettingsmiddel voor open wonden - klaar voor gebruik (op advies van de huisarts)
- ontsmettingsmiddel voor materiaal (pincet, schaar, naald): ontsmettingsalcohol 70%
- ontsmettingsmiddel voor eigen handen: ontsmettingsalcohol 70% of alcoholgel

Eerstehulpmateriaal

- wegwerphandschoenen
- pompje met vloeibare zeep en zacht handborsteltje
- koortstermometer
- tekentang
- splinterpincet
- koelzakje in de diepvriezer
- zakmasker voor reanimatie
- isolatiedeken
- roestvrije schaar met fijne punten
- verbandschaar
- steriele naalden

- doosje veiligheidsspelden
- plastic zakjes

Specifiek materiaal (als iemand van het gezin dit nodig heeft)

- glucometer
- bloeddrukmeter

Geneesmiddelen

- specifieke geneesmiddelen die bepaalde gezinsleden moeten gebruiken
- door de huisarts aangeraden of voorgeschreven middelen tegen:
 - obstipatie
 - diarree
 - maagklachten
 - pijn
 - hoest
 - keelpijn
- door de huisarts voorgeschreven of door de apotheker aangeraden middelen tegen:
 - insectensteken
 - spierpijn, verstuikingen, blauwe vlekken
 - zonnebrand

Lijst met nuttige telefoonnummers

Handleiding eerste hulp