

“Reanimatie & defibrillatie kunnen een leven redden”



TERVUREN

Jaarlijks krijgen in België 15.000 mensen een hartinfarct waarvan 7.000 fataal aflopen. Vaak denkt men dat dit alleen een aandoening is die oudere mensen treft, maar niets is minder waar.

Slechte voedingsgewoontes en gebrek aan beweging doen het risico op hartproblemen ook bij jonge mensen stijgen. Maar ook roken, diabetes, een te hoge bloeddruk en een genetische aanleg verhogen het risico op hart- en vaatziekten.

Voorkomen is daarom beter dan genezen. Wat kan ik doen, vraag je dan. Wel preventief aandacht besteden aan de risicofactoren dwz een gezonde evenwichtige voeding, matig alcoholgebruik, voldoende en regelmatig bewegen en stoppen met roken. Als er een familiaal verhoogd risico is, ga je best eens een bezoekje brengen aan je huisarts voor verdere controle en tips.

Maar wat als er zich nu toch een hartstilstand of ernstige hartritmestoornis voordoet? Dan kan je maar hopen dat iemand aanwezig is met de nodige kennis. We weten immers dat de

overlevingskansen sterk stijgen indien er kan gestart worden met reanimatie en defibrillatie vooraleer de hulpdiensten ter plekke zijn.

Iedereen kan dit leren en zoals het spreekwoord zegt: “jong geleerd is oud gedaan”. Rode Kruis-Tervuren organiseert in mei 2 keer de opleiding “Reanimatie & Defibrillatie”. Deze omvat 3 lessen en u kunt kiezen of u deelneemt op 10 of op 31 mei.

Data: woensdag 10 mei OF woensdag 31 mei van 19 tot 22 uur.

Plaats: Rode Kruis lokaal: Panquin Kazerne blok F, Warande 3, 3080 Tervuren (gps Kasteelstraat).

Deze opleiding kost 5 euro (ter plaatse te betalen). Indien u een officieel brevet wenst te behalen wordt er aan het einde van de les een test afgenomen.

Ben je geïnteresseerd, schrijf je dan online in op onze website : <http://www.rodekruis.be/afdeling/tervuren/>

Voor verdere inlichtingen: 0478/70 64 41 of via email vorming@tervuren.rodekruis.be

Want zeg nu zelf: wat zijn 3u in ruil voor het redden van een mensenleven!▪

