

# EHBO 'Eigen veiligheid eerst'

(Algemene regels)

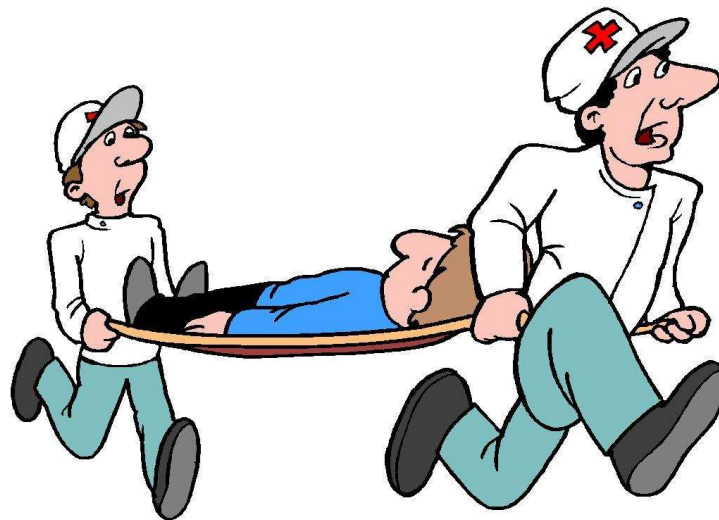


Samen Da Vinci



# Inhoud

1. Eerste hulp verlenen
2. De vijf basisregels van de EHBO
3. Verplaatsingen





## 1. Eerste hulp verlenen

Levensreddend handelen in een onvoorziene situatie

**Iedereen kan Eerste Hulp leren!**

Soms bent u de enige aanwezige persoon bij een ongeluk; is het geen geruststellend idee als u dan weet hoe te handelen?

➤ Op straat

➤ Thuis

➤ In een instelling

The image shows a woman with blonde hair, wearing a red long-sleeved shirt and blue pants, kneeling on one knee. She is looking at an open first aid kit on the floor. The kit contains various items like bottles, bandages, and a roll of gauze. The background is a blurred image of a person's face. The text 'Iedereen kan Eerste Hulp leren!' is written in large, bold letters. Below it, a smaller line of text asks a question about being the only person present in an accident. To the right, there are three bullet points with arrows pointing to the right, listing different settings: 'Op straat', 'Thuis', and 'In een instelling'. The bottom right corner of the image has a decorative graphic of overlapping teal and green shapes.



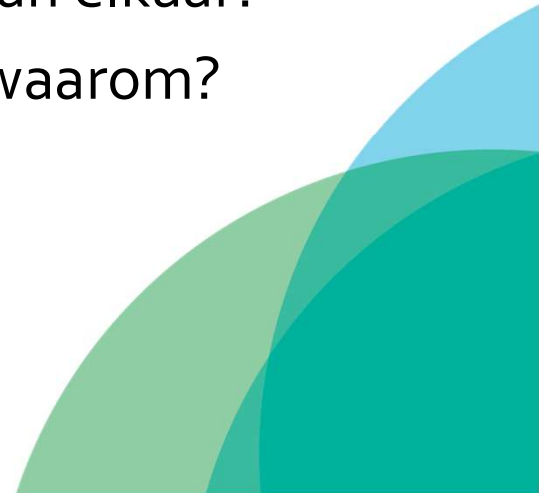
## Opdracht



Zoek op internet de schema's op van het Rode Kruis en van het Oranje Kruis: 'EHBO in vier stappen' en 'de vijf van EHBO'. (10 minuten, aan het eind van de les verder).

Geef antwoord op de volgende vragen:

1. Op welke punten komen deze stappen overeen?
2. Op welke punten verschillen deze stappen van elkaar?
3. Welke basisregels spreken jou meer aan en waarom?





## 2. De vijf basis regels van de EHBO

1. Let op **gevaar** voor jezelf, het slachtoffer en eventuele omstanders. Vraag omstanders om bij je te blijven om hulp te verlenen.
2. Ga na wat er is gebeurd en daarna wat het slachtoffer mankeert.
3. Stel het slachtoffer gerust, blijf rustig en voorkom dat er paniek uitbreekt. Zorg voor beschutting.
4. Zorg ervoor dat professionele hulp gealarmeerd en geïnformeerd wordt.
5. Help en verzorg het slachtoffer op de plaats waar hij ligt of zit.





## De hulp van een arts inroepen

In de volgende eerste hulp situaties roep je de hulp van een arts in:

- In levensbedreigende situaties;
- Als er kans is op blijvende invaliditeit;
- Wanneer bij snel ingrijpen het genezingsproces bevorderd kan worden;
- Bij brandwonden;
- Bij pijnklachten;
- Bij bloedverlies.





## Oefening met de 5 EHBO stappen

- Elke foto verbeeld 1 scene.
- Beantwoord de vragen





## Stap 1- Let op gevaar!

- Zorg eerst voor je eigen veiligheid
- Zorg dan voor de veiligheid van het slachtoffer
  
- Basisregel: verplaats het slachtoffer niet!
- Uitzondering: bij direct gevaar moet je het slachtoffer wel verplaatsen.







## Stap 2- Ga na wat er gebeurd is



1. Spreek het slachtoffer aan
2. Bij geen reactie: ademhaling controle: maximaal tien seconden, door te kijken, luisteren en voelen.
3. Let op mogelijke uitwendige verwondingen en op de aanwezigheid van bloed.
4. Vraag het slachtoffer of en waar hij pijn heeft.
5. Vraag of het slachtoffer de ledematen goed kan bewegen.

De **circulatiestilstand** wordt uitsluitend vastgesteld aan de hand van twee criteria:

Het slachtoffer reageert niet; én het slachtoffer ademt niet normaal of de ademhaling is afwezig.



## Stap 3- Stel het slachtoffer gerust

Als het slachtoffer zich buiten bevindt, zorg je ervoor dat je hem tegen kou, regen, wind en/ of fel zonlicht beschermt.



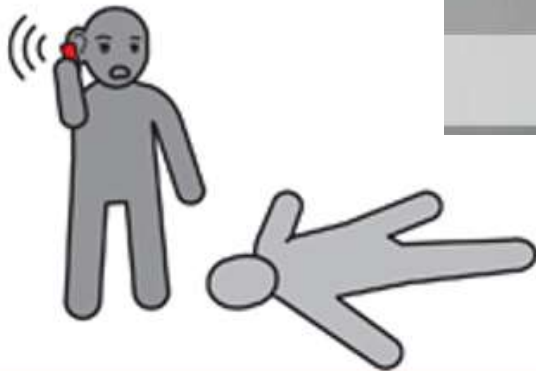


## Stap 4- Alarmeer professionele hulp



**Wat zeg je als je 112 belt?**

**Hoe alarmeer je de hulpdiensten?**



**Alarmeer  
de hulpdiensten**



## Welke informatie moet je geven?

De naam van de beller

De plaats van het ongeval

De aard en oorzaak van de situatie

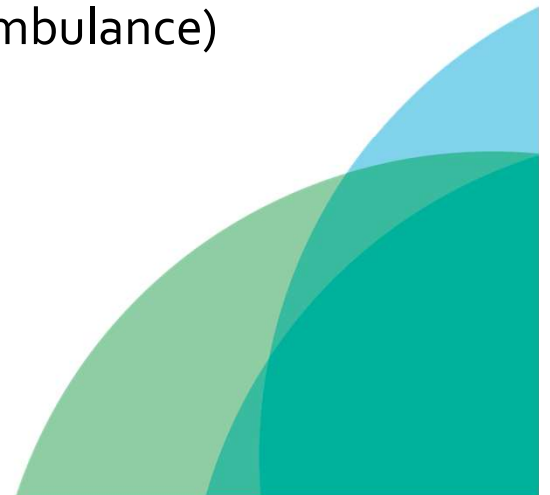
Het aantal slachtoffers

De toestand van het slachtoffer of de slachtoffers (kleur, wel of geen ademhaling, zichtbare verwonding)

De aard van het letsel (niet in detail)

Welke hulpdienst gewenst is (politie, brandweer of ambulance)

**i**nformatie





## Stap 5- Help en verzorg het slachtoffer op de plaatst waar hij ligt







## Betrokkenen en omstanders





### 3. Verplaatsingen

- Ondersteunend verplaatsten



- Noodvervoersgreep via Rautek





## Oefenen ondersteunend verplaatsen

- Maak drietallen
- Bespreek de stappen van ondersteunen verplaatsen
- Voer één voor één de handeling uit
- Beoordeel elkaar op de aftekenlijst EHBO vaardigheden
- Geef tops (wat ging goed)
- Geef tips (wat kan beter)







# Noodevacuatie van het slachtoffer Rautek

## Noodevacuatie van slachtoffer





## Oefenen Rautek

- Maak drietallen
- Bespreek de noodvervoersgreep van Rautek met elkaar door, wat zijn ook al weer de stappen.
- Voer één voor één de noodvervoergreep uit
- Beoordeel elkaar op de aftekenlijst EHBO vaardigheden
- Geef tops (wat ging goed)
- Geef tips (wat kan beter)





## Wat heb je geleerd??

Vul de evaluatie in op it's learning

