



CARE FOR LIFE AND BUSINESS



Infobrochure

EHBO

1. Eerste Hulp	4
1.1 Controle van de vitale functies	4
1.2 Reanimatie	6
1.3 Ernstige bloedingen	7
1.4 Brandwonden	7
1.5 Luchtwegbelemmering	8
1.6 Kleine wondzorg	9
1.7 Hoofd-, nek- of rugletsel	9
1.8 Letsel aan spieren en beenderen	9
2. EHBO-middelen en voorzieningen	10
2.1 De verbanddoos	10
2.2 Het EHBO-lokaal	10
3. Opleidingen	11



Hulpverlening kan opgedeeld worden in 4 belangrijke stappen:

1

Let op dat er geen gevaar is voor uzelf, de omstaanders of het slachtoffer.

2

Beoordeel de toestand van het slachtoffer.

- bewustzijn
- ademhaling

3

Bel 112 of indien voorhanden, het intern noodnummer.

4

Verleen verdere eerste hulp.

In de functie van slachtoffer en hulpverlener wordt in deze brochure
steeds gebruik gemaakt van de mannelijke vorm.

1 Eerste hulp

1.1 Controle van de vitale functies

» Indien de situatie veilig is, benader het slachtoffer.

Is het slachtoffer bij bewustzijn? Spreek hem aan of raak hem voorzichtig aan.

» Krijgt u hierop reactie?

JA

Wat is er aan de hand?

Bewustzijnscontrole op basis van duidelijke vragen.

NEEN

Controleer de ademhaling van het slachtoffer



Vraag omstaanders voor assistentie en ga verder met hulp verlenen.

» Luchtweg vrijmaken via de kinliftmethode:

De luchtweg kan vrijgemaakt worden door het hoofd naar achteren te kantelen en de kin op te tillen.

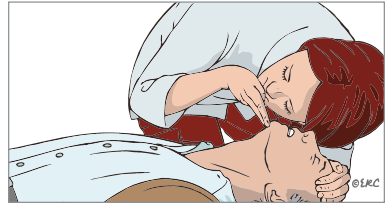
- Plaats 1 hand op het voorhoofd en kantel het hoofd voorzichtig naar achter
- Til de kin op door 2 vingers van de andere hand onder de punt van de kin te plaatsen





» **Controleer de ademhaling:**

- kijk naar de bewegingen van de borstkas;
- luister aan de mond naar ademgeluiden;
- voel aan de wang of er een luchtstroom is.



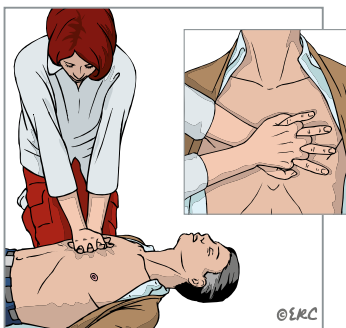
"EHBO kan levens redden!
Wie na een ongeval snel
kan optreden,
voorkomt vaak erger."



1.2 Reanimatie

Er wordt enkel met reanimatie gestart als het slachtoffer bewusteloos is en niet ademt.
Bel 112 of laat iemand bellen.

» 30 borstcompressies



- » Plaats de hiel van de hand op het midden van de borstkas.
- » Plaats de hiel van de andere hand bovenop de eerste hand en haak de vingers in elkaar.
- » Breng met gestrekte ellebogen de schouders loodrecht boven het slachtoffer.
- » Druk het borstbeen 5-6 cm in.
- » Laat dan de borstkas terugplooiën en dit zonder contact te verliezen.

» 2x beademen



- » Hou de luchtweg open (kinlift en hoofdkanteling), knijp de neus dicht.
- » Neem normaal adem, plaats de lippen rond de mond van het slachtoffer en sluit goed af zodat er geen lucht kan ontsnappen.
- » Gelijkmatisch uitademen gedurende 1 seconde. Kijk naar de borstkas van het slachtoffer om te zien of deze omhoog komt tijdens elke beademing.



- » Wanneer er een AED-toestel (Automatisch Externe Defibrillator) voorhanden is: Activeer de AED en volg de gesproken instructies.



1.3 Ernstige bloedingen

- » Bewustzijn controleren.
- » **Bel 112** of laat iemand bellen.
- denk steeds eerst aan uw eigen veiligheid en vermijd contact met het bloed van het slachtoffer. Draag liefst handschoenen of was de handen;
- plaatselijke druk (slachtoffer eventueel zelf laten drukken);
- plaatsen van een drukverband.



1.4 Brandwonden

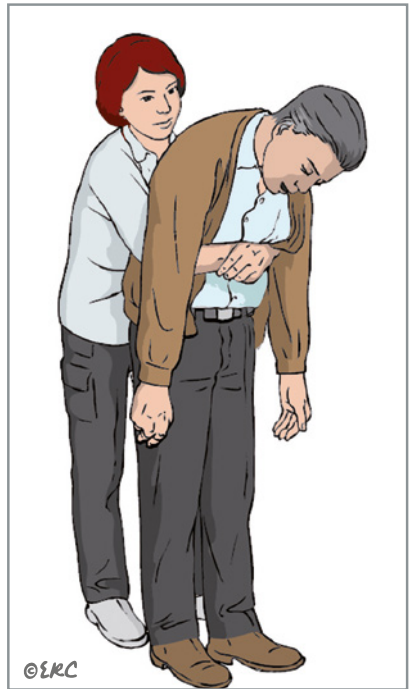
- » Bewustzijn controleren.
- » **Bel 112** of laat iemand bellen.
- langdurig koelen / spoelen met water, tot de pijn vermindert;
- verwijder loszittende kledij / sieraden;
- geschikte afdekmiddelen voor brandwonden gebruiken;
- intacte blaren niet openen.



1.5 Luchtwegbelemmering

» Beoordeel de ernst:

- Milde luchtwegbelemmering (effectieve hoest)
 - Moedig aan tot hoesten en controleer regelmatig:
 - > of de belemmering opgeheven is
 - > of de belemmering ernstig wordt
- Ernstige luchtwegbelemmering (niet-effectieve hoest)
 - Bij bewustzijn > geef het slachtoffer 5 slagen op de rug tussen de schouderbladen, afwisselen met 5 buikstoten.
 - Bewusteloos > **Bel 112** of laat iemand bellen.
Start reanimatie.





1.6 Kleine wondzorg

- » De wonde spoelen met zuiver en koud water.
- » Laat het water direct op de wonde stromen om het vuil te verwijderen.
- » Droog de plaats van de wonde.
- » Bedek de wonde met een steriel kompres.
- » Adviseer het slachtoffer om langs te gaan bij de huisarts (nazicht tetanusvaccinatie).
- » Na het verzorgen van de wonde, handen wassen.

1.7 Hoofd-, nek- of rugletsel

De signalen die een hulpverlener kunnen helpen bij het beoordelen van een hoofd-, nek- of rugletsel:

- slachtoffer valt in slaap, niet bij bewustzijn, reageert geïrriteerd;
- geheugenverlies;
- hoofdpijn, moet braken;
- letsels aan het hoofd;
- geen gevoel meer;
- pijnlijk gevoel aan de nek of aan de rug.

Bij het vermoeden van een ernstig letsel volgende stappen volgen:

- » Kalmeer het slachtoffer en overtuig hem niet te bewegen.
- » Bewustzijn blijven controleren.
- » **Bel 112** of laat iemand bellen
- » Stabiliseer het slachtoffer enkel als hij het zelf wil (niet stabiliseren tegen de wil van het slachtoffer).

1.8 Letsels aan spieren en beenderen

- » Probeer ontwrichte ledematen niet terug te plaatsen.
- » **Bel 112** of laat iemand bellen.
- » Koel het letsel af. Vermijd, bij het gebruik van ijs, rechtstreeks contact met de huid.
- » Laat het slachtoffer niet steunen op gekwetste ledematen.

2 EHBO-middelen en voorzieningen

2.1 De verbanddoos

De verbanddoos bevat basismateriaal en wordt aangevuld in functie van de resultaten van de risicoanalyse. Bij de verbanddoos dient een register aanwezig te zijn. Dit om een beeld te krijgen van de EHBO-gevallen en om preventieve maatregelen te kunnen treffen.

Dit register bevat:

- naam van de hulpverlener;
- naam van het slachtoffer;
- plaats, datum, uur en beschrijving van de omstandigheden van het ongeval of het onwel worden;
- datum, uur en aard van de interventie;
- identiteit van eventuele getuigen.

CLB Externe Preventie stelt een modelregister ter beschikking: vraag ernaar.

2.2 Het EHBO-lokaal

Een EHBO-lokaal is een ruimte in een bedrijf waar eerste hulp kan toegediend worden. Dit wordt aangeduid door een groen pictogram.



Een goed lokaal:

- is een lokaal dat zich op de arbeidsplaats/ de onmiddellijke omgeving ervan bevindt;
- is gemakkelijk bereikbaar en heeft toegangswegen die worden vrijgehouden;
- is enkel bestemd voor EHBO en is voldoende ruim;
- bevat/of wordt uitgerust met middelen zoals verbanddoos, aangepast meubilair en aangepast sanitair;
- bevat een lijst met nuttige telefoonnummers;
- bevat een interventieregister eerste hulp;
- ...



3 Opleidingen

In deze brochure komen lang niet alle aspecten van EHBO aan bod. De opleiding "Hulpverlener" brengt de werknemer de basiskennis en -vaardigheden bij. In de jaarlijkse opleiding "Bijscholing Hulpverlener" worden de nieuwe inzichten aangebracht en de vaardigheden herhaald.

Tevens is het mogelijk het gebruik van een AED toestel in te oefenen of aangepaste opleidingen te voorzien, zoals de opleiding "Levensreddend Handelen bij Kinderen".

Data van de opleidingen kan u terugvinden op onze website:

www.clbgroup.be/externe-preventie/opleidingen Voor inschrijvingen of inlichtingen kan u contact opnemen via opleidingen@clbggroup.be



De informatie uit deze brochure is afkomstig van CLB Externe Preventie.

U kunt deze brochure downloaden op onze website www.clbgroup.be/externe-preventie/brochures-nieuwsbrieven-info of aanvragen per e-mail via edpb@clbgroup.be. Voor al uw vragen over preventie en welzijn op het werk, kunt u steeds bij ons terecht.

Illustraties: © Provinciaal Veiligheidsinstituut Antwerpen



Download deze brochure (en alle andere) op
www.clbgroup.be/externe-preventie/brochures-nieuwsbrieven-info

CLB EDPB vzw
Industrieterrein Kolmen 1085
3570 Alken - T 011 59 83 50 - edpb@clbgroup.be
www.clbgroup.be/externe-preventie

