



# EHBO BASKET

## Neusbloeding

- Slachtoffer eerst laten zitten
- Hoofd lichtjes voorovergebogen houden
- Neusvleugels dicht knijpen gedurende 10 minuten en terwijl door de mond ademen
- Niets in de neus steken, ook geen watten of kompressen
- Nadien de neus en mond indien nodig voorzichtig reinigen met water
- Tenslotte vraag je het slachtoffer om het daarna rustig aan te doen en de eerste uren de neus niet te snuiten



## Bewusteloos

- Het slachtoffer is bewusteloos maar ademt normaal
- Leg hem/haar in stabiele zijligging: op de rechterzijde met het hoofd lichtjes naar achter gebogen en de mond naar de grond gericht (maakt de luchtwegen vrij). De rechterarm in een hoek van 90° geplooid voor het gezicht, de linkerarm ook in een hoek van 90° maar met de hand onder de mond/kaak. Het rechterbeen ligt zijdelings, languit op de grond; het linkerbeen ervoor met de knie geplooid in een hoek van 90°
- Vooraleer je het slachtoffer in een stabiele zijligging brengt zorg je er voor dat eventuele bril verwijderd wordt
- Kniel rechts van het slachtoffer (die plat op de rug ligt) en strek zijn/haar beide benen
- Breng de dichtste arm (rechtse dus) met de handpalm omhoog in een rechte hoek naast het lichaam, de elleboog 90° gebogen
- De andere arm kruis je over de borstkas heen en je drukt de rug van de hand tegen het slachtoffer zijn/haar rechterwang. Houd de hand ter plaatse
- Jouw rechterhand plaats je achter de linkerknie van het slachtoffer. Trek het been op, maar laat de voet op de grond staan.
- Trek het opgetrokken been naar jouw toe zonder je linkerhand los te laten. Zo draai je je slachtoffer op de rechterzijde. Leg het bovenste been zo dat zowel de heup als de knie een hoek van 90° vormen.
- Kantel het hoofd naar achter, richt de mond naar de grond. Om het hoofd gekanteld te houden, verschuif je eventueel nog de hand onder de wang.
- Blijf de ademhaling controleren



### Open, ernstig bloedende wonde

- Stelpen moet onmiddellijk gebeuren
- Vermijd zelf rechtstreeks contact met het bloed en vraag daarom het slachtoffer om zelf op de wonde te drukken
- Leg het slachtoffer voorzichtig op de grond en laat ondertussen een omstaander de hulpdiensten alarmeren indien de ernst van de wonde dit vereist
- Voor je eigen veiligheid doe je wegwerphandschoenen aan. Zo kan je ook zelf op wonde drukken
- Neem een zuivere (hand)doek en druk daarmee op de wonde. Indien de wonde blijft bloeden, druk dan steviger op de plaats van de bloeding. Blijf druk uitoefenen op de wonde tot het bloeden stopt of tot de komst van de hulpdiensten
- Indien minder erg kan je zelf een steriel drukverband aanleggen om de bloeding te stelpen
- Open de verpakking van het drukverband met een draaiende beweging
- Neem met je beide handen de uiteinden van het verband en leg het kompres op de wonde.
- Het korte uiteinde van de zwachtel hou je vast, terwijl je het andere (langere) uiteinde stevig rond de wonde rolt.
- Leg een extra prop op de wonde (bv zwachtelrol, propere zakdoek of desnoods een hard voorwerp) om meer druk uit te oefenen op de bloedende wonde
- Rol verder de uiteinden van de zwachtel rond kompres en de extra prop en bind beide uiteinden stevig vast ter hoogte van de extra prop
- Zorg ervoor dat je strak genoeg vastbindt om de bloeding te stelpen, doch let er op dat je niet de volledige bloedcirculatie afknelt
- Wordt het deel van de huid onder het verband blauw of gevoelloos, los dan het verband een beetje, zonder het echter volledig te verwijderen
- Denk er aan dat bij een levensbedreigende bloeding elk verband dat drukt kan gebruikt worden: een handdoek, stopdas of stuk linnen zijn maar een paar mogelijkheden. Druk het verband stevig op de wonde, trek het stevig aan en steek tussen het verband (op de bloeding) een hard voorwerp om de druk op de wonde te vergroten.
- Wordt de bloeding niet gestelpt door een eerste verband, neem dan een tweede en breng dit op dezelfde wijze aan bovenop het eerste verband. Verwijder nooit het eerste verband.



### Belangrijk !

- **Vermijd zelf elk rechtstreeks contact met bloed van het slachtoffer**
- **Was steeds je handen grondig na elke EHBO interventie**