

Inhoud

Elke dag gebeuren er ongevallen. Soms heel kleine, maar soms ook grotere. Als er iets gebeurt, is het handig dat je weet wat je moet doen om te helpen. Eerste hulp is niet zo moeilijk. Je hebt het vast snel onder de knie!

Wat je moet doen, hangt af van vele dingen: wat is er aan de hand? Waar is het ongeval gebeurd? Er zijn altijd dingen die jij kan doen om te helpen. En dat leer je in dit boekje *Ai ai ama!*

1	Ongeval	1
2	Huidwonde	11
3	Brandwonde	18
4	Bloedneus	21
5	Bloeding	24



Oefening



Om te onthouden!



Combineer en vul aan

Combineer de juiste stap met de juiste foto.
Vul de stappen daarna verder aan op de lijntjes.

P Verlenen van
verdere eerste hulp



L Verwittigen van
de hulpdiensten



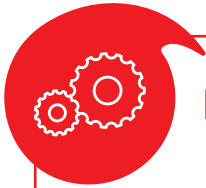
H Veiligheid



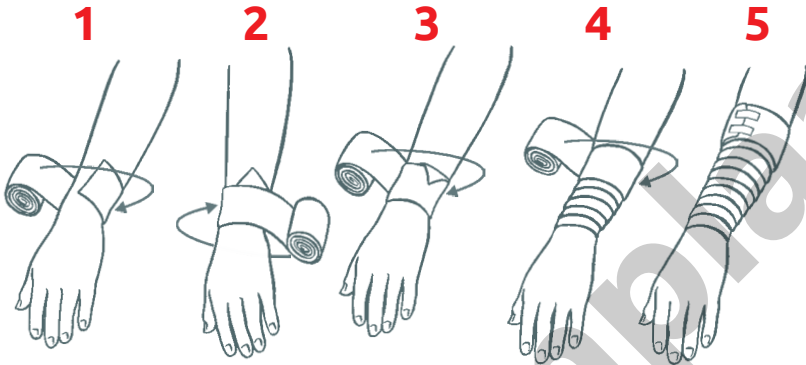
Vaststellen van het
bewustzijn en de
ademhaling



1	2	3	4



Een spiraalverband aanleggen



Je kan een spiraalverband gebruiken om een huidwonde af te dekken.

- 1** Leg het begin van de eerste winding een beetje schuin.
- 2** Plooi na de eerste winding een tipje van de zwachtel om.
- 3** Bedek dit tipje bij de volgende windingen zodat het verband niet kan verschuiven.
- 4** Maak de windingen in de richting van het hart. Zo kan het bloed gemakkelijk terugvloeien naar het hart.
- 5** Eindig met een rechte winding. Maak het spiraalverband vast met een kleefpleister.

3

Brandwonde



Een brandwonde is een beschadiging van de huid. Bij een brandwonde denk je meestal meteen aan vuur of aan iets anders dat heel warm is. Maar de huid kan ook beschadigd worden door elektriciteit of door chemische producten.



Wat zie je?

Bij een lichte brandwonde is de huid rood en gezwollen. De huid doet ook pijn. Als de wonde erger is, zie je ook blaren. Dat zijn kleine blaasjes die gevuld zijn met vocht. Bij heel ernstige brandwonden is de huid droog, en ziet ze er zwart, perkamentachtig of wit uit.





Wat doe je?

- 1** Zorg voor veiligheid van jezelf, van het slachtoffer en van de omstaanders.
- 2** Laat het slachtoffer zitten. Vraag wat er gebeurd is. Vraag of ze nog ergens pijn heeft.
- 3** Haal een volwassene. Die kan beslissen of het slachtoffer naar de dokter moet of niet, en of de ziekenwagen gebeld moet worden.
- 4** Was je handen en trek wegwerphandschoenen aan als dat kan.
- 5** Eerst water, de rest komt later! Koel de brandwonde af met lauw water van de kraan. Doe dat minstens 10 minuten. Doet de brandwonde na 10 minuten nog evenveel pijn? Koel de brandwonde dan verder af tot het minder pijn doet.
- 6** Als de volwassene beslist dat het slachtoffer naar de dokter moet, maak dan een kompres of propeere handdoek nat. Doe dat nat verband rond de wonde. Je kan ook plastic huishoudfolie gebruiken om de wonde voorlopig mee af te dekken.
- 7** Trek je handschoenen uit en was je handen als je klaar bent.



Zeg het slachtoffer dat hij naar een dokter moet gaan als:

- ze een erge brandwonde heeft;
- ze niet is gevaccineerd tegen tetanus of als ze dit niet zeker weet;
- ze ouder is dan 60 jaar, of als het een kind is dat jonger is dan 5 jaar;
- ze brandwonden heeft aan het gezicht, de handen of de voeten;
- ze brandwonden heeft in de mond of keel;
- ze brandwonden heeft door elektriciteit of chemische producten.

5

Bloeding



Bij een uitwendige bloeding zijn de huid en een bloedvat beschadigd. Het bloed spuit of gutst uit de wonde. In dat geval gaat het om een ernstige uitwendige bloeding.

Ook bij een huidwonde kan er een bloeding zijn. Dat is dan een lichte bloeding. Kijk daarvoor bij het hoofdstuk 'Huidwonde' op bladzijde 11.




Wat zie je?

Het slachtoffer heeft een ernstig bloedende open wonde. Er is veel bloedverlies.




Goed of fout?


x Jij hebt nu geleerd hoe je het best eerste hulp verleent in verschillende situaties. Hieronder vind je tips voor het verlenen van eerste hulp. Teken de duim omhoog als je dit een goed advies vindt en een duim naar beneden als je dit geen goed of juist advies vindt.




Bij een brandwonde moet je altijd naar de dokter.



De eerste stap bij het verlenen van eerste hulp is het controleren van het bewustzijn.



Trek wegwerphandschoenen aan als je een wonde wil verzorgen.



Koel een brandwonde met ijskoud water.

Moeilijke woorden

Bacteriën

zijn microben die zo klein zijn dat je ze enkel door een microscoop kan zien. Ze kunnen je ziek maken als ze binnendringen in je lichaam.

Bewustzijn

is het kunnen voelen, horen, ruiken en zien van prikkels uit de omgeving. De zenuwen seinen deze prikkels door naar de hersenen. De hersenen zorgen er op hun beurt voor dat je gepast kan reageren.

Blaar

is een blaasje op de huid waaronder vocht zit.

Herkenningpunt

is een plaats die goed herkenbaar is in de omgeving. Een herkenningpunt is heel groot, bekend of erg opvallend, bijvoorbeeld een kerk, een winkel of een standbeeld. Het kan de hulpdiensten helpen om snel de juiste plaats te bereiken.

Hulpdienst

is een dienst die zeer snel hulp kan verlenen als dat nodig is. Dat wordt ook wel dringende hulp genoemd. De brandweer, de politie en de ziekenwagen zijn voorbeelden van hulpdiensten.

Letsel

is de verzamelnaam voor verwondingen, bijvoorbeeld een brandwonde, een bloeding.

Lichaamsvloeistoffen

zijn vloeistoffen die in je lichaam zitten, zoals speeksel, bloed en urine.

Kompres

is een gaasdoekje dat je kan gebruiken bij het afdekken van wonden.

Kleefpleister

is een speciaal plaklint waarmee je een verband of een kompres kan vastmaken.

Reanimatie

is een techniek die je gebruikt als iemand bewusteloos is en niet meer normaal ademt.