
Kinder EHBO

Dat doe je zo!!

	CdB	Docent EHBO
Carla de Boer Lange Jordensmarke 12 8016 AD Zwolle		
e.mail: c.deboer.lange@home.nl		

www.cdbehbo.nl

Omgang met kinderen

Om een gewond kind te kunnen helpen moet het kind meewerken, om dit te bereiken zijn de volgende tips erg handig:

Stel het kind op zijn gemak
Vertel wie je bent en wat je gaat doen
Praat zacht, langzaam en met een hoge stem
Vraag de naam en leeftijd
Praat op ooghoogte met korte zinnen
Kijk het kind aan
Alarmeer de ouders
Zorg dat er een bekende in de buurt is.
Luister naar het kind
Gebruik geen moeilijke woorden.

Omgang met kinderen

Soms raakt een kind gewond door een ongeluk.
Helaas gebeurt het heel vaak dat een ongeluk wordt veroorzaakt met de bedoeling het kind iets aan te doen of om zelf aandacht te krijgen.
Het is dus goed om altijd op gedrag te letten en naar het verhaal te luisteren.
Een kind dat wordt mishandeld geeft signalen af, de mishandelaar doet dat ook.

Mogelijke gedragssignalen bij het mishandelde kind:

Agressief gedrag
Zich terugtrekken in sociale situaties
Concentratiestoornissen
Seksueel uitdagend gedrag
Angst voor (bepaalde) volwassenen
Pest gedrag
Depressiefgedrag

Gedragssignalen bij de ouders:

Vreemde verklaringen voor letsels
Nauwelijks belangstelling tonen voor schoolprestaties
Kinderen thuis houden
Zich terug trekken in sociale situaties

Vermoeden kindermishandeling melden bij: de leiding, de onderwijzers of

Advies - en Meldpunt Kindermishandeling

De vijf regels van de EHBO

1. Let op gevaar.

- ~ zorg voor uzelf, omstanders en het slachtoffer
- ~ leid het verkeer om
- ~ schakel de stroom uit

Bedenk goed dat elk letsel ook gevaren meebrengt: bloedverlies, pijn, flauwte, infectie

2. Ga na wat er is gebeurd en daarna wat iemand mankeert.

- ~ neem de ongevalsituatie goed in je op
- ~ vraag wat er is gebeurd aan het slachtoffer of omstanders
- ~ wat gebeurde er met het slachtoffer tijdens het ongeval

3. Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting.

- ~ zorg dat het slachtoffer u kan zien, houd hem zonodig vast en laat hem niet alleen
- ~ vertel wat u gaat doen
- ~ bescherm tegen extreme weersomstandigheden
- ~ laat ouders / verzorgers waarschuwen

4. Zorg voor professionele hulp.

- ~ vraag om hulp en meld het volgende:
de plaats waarheen de hulp moet komen
wat er gebeurd is
het aantal slachtoffers en wat ze mankeren
als het een kind is, de leeftijd van het kind

Laat iemand een AED ophalen

5. Help het slachtoffer waar hij ligt of zit.

- ~ laat een slachtoffer liggen zoals u hem vindt, verplaatsen verergert letsel
- ~ een slachtoffer die niet bewusteloos is mag zijn eigen houding bepalen
- ~ u mag een slachtoffer alleen verplaatsen wanneer hij op die plek gevaar loopt
verplaats het slachtoffer dan met de Rautekgreep

De vitale functies

De drie vitale functies – hersenfunctie, ademhaling en de bloedsomloop zijn nauw met elkaar verbonden, ze beïnvloeden elkaar.

Als één functie verstoord raakt of uitvalt, raken de andere functies ook verstoord.

Het is daarom van levensbelang de vitale functies iedere minuut te controleren, ook als iemand geen stoornissen in de functies vertoont.

Stoornissen van het bewustzijn

Stoornissen van het bewustzijn kunnen veroorzaakt worden door letsels aan het hoofd of door een verstoring van de hersenfunctie door letsels elders in het lichaam. Het is daarom van belang de letsels apart te behandelen.

Verwondingen aan het hoofd

Als er wonden zijn ontstaan door een slag, stoot of val, kan de schedel kapot zijn. De schedel kan open zijn maar ook gesloten. Er kunnen breuken in de schedel zitten. De plaats van die breuken kunnen verschillende verschijnselen met zich mee brengen maar voor alles gelden de volgende regels:

eerste hulp

- zoveel mogelijk onbeweeglijk houden
- wonden afdekken
- vitale functies in de gaten houden
- zorgen voor deskundige hulp

Botbreuken van de schedel

- stoornissen in de hersenwerking
- ernstige hoofdpijn
- deuk in de schedel
- blauwe rand rondom de ogen (brilhematoom)
- vocht of bloed uit oor of neus
- uitval lichaamsfuncties
- hersenen die zichtbaar zijn
- vreemde vorm pupil

eerste hulp

- laat het slachtoffer zelf zijn houding kiezen
- alleen in uiterste noodzaak in de stabiele zijligging leggen
- dek wonden steriel af
- dek hersenweefsel af met natte (steriele) doeken, niet op drukken of aanraken
- bel 112

Als het hoofd snel bewogen wordt zullen de hersenen geschud worden, het evenwichtsorgaan dus ook. De hersenen worden beschermd door hersenvocht maar soms is dat niet genoeg. De schudding zal voor verschijnselen zorgen die vervelend zijn. Als de hersenen tegen de schedel zijn aangetost kunnen er beschadigingen aan het hersenweefsel zijn. Hoe erger de schudding van het evenwichtsorgaan en de hersenen, hoe groter de problemen. Het is mogelijk dat door de schudding er bloedvaten knappen in het hoofd, tussen de schedel en de hersenen. Er ontstaat dan grote druk in de schedel.

hoofdpijn
duizelig
misselijk
weet niet wat er is gebeurd, kan ook niets onthouden
bewustzijnsverlies
onrustig
misvorming pupil
verlies lichaamsfuncties
brilhematoom (blauwe rand rond de ogen)

eerste hulp

bel deskundige hulp, (huisarts)
rust en wekken (om de 1 à 2 uur)

Flauwte

Een flauwte is een kortdurend bewustzijnsverlies als gevolg van een tijdelijk afgenomen bloedtoevoer naar de hersenen.

Een flauwte kan ontstaan door:
uitputting, vermoeidheid, honger, bloedarmoede,
ziekte, lage bloeddruk, pijn, schrik of zien van bloed

bleek
zweten
voelt zich naar / licht in het hoofd (zwarte vlekken zien)
geeuwen
onrustig
bewustzijnsverlies

eerste hulp

laat het slachtoffer op de grond liggen tot het weer kleur krijgt
drinken mag als het slachtoffer het zelf kan
houd de tijd bij, duurt het bewustzijnsverlies langer dan 5 minuten, bel 112
leg het slachtoffer eventueel in de stabiele zijligging, houd de luchtweg vrij

Epilepsie

Epilepsie is een storing in de hersenen die toevallen (insulten) veroorzaakt.
Er is een vergrote activiteit van elektriciteit in een deel van of in de gehele hersenen.
Je kunt de aanvallen in verschillende groepen indelen, echter niet alle aanvallen in die groep zijn als aanvallen bekend.

We zullen de meest voorkomende aanvallen beschrijven.

Grand Mal (grote aanval)

Krampfase: verkramping van alle spieren 1 tot 2 minuten
Schudfase: het hele lichaam begint te schudden
Ontspanningsfase: het slachtoffer komt weer bij of valt in een diepe slaap

eerste hulp

stop niets in de mond, de tongbeet kun je niet voorkomen
zorg dat het slachtoffer zich niet kan verwonden, **nooit vasthouden**
aanval langer dan 5 minuten of meerdere aanvallen achter elkaar, bel dan 112

Absence

knipperen met de ogen, op 1 punt gefocussed
niet aanspreekbaar
weet niets van de absence na de aanval

duurt de aanval langer dan 10 minuten: bel dan 112
eventuele verwondingen door vallen verzorgen
Deze aanval is alleen gevaarlijk in het zwembad of het verkeer. Als het slachtoffer zit tijdens de aanval, blijft hij vaak ook zitten.

Partiële aanvallen, geheel

een verlaagd bewustzijn, kan niet reageren maar hoort je wel
wrijven over de buik, plukken aan de kleding
doelloos rond lopen, ziet of voelt geen gevaar
wordt agressief bij vastpakken

Eerste hulp

praat zacht met het slachtoffer
raak je slachtoffer niet aan
let op gevaar, plaats jezelf tussen eventueel gevaar en slachtoffer
let op de tijd, duurt de aanval langer dan 10 minuten, bel dan 112

Er zijn slachtoffers waarbij stesolid (diazepam) toegedient moet krijgen voor ze weer
bijkomen. Dit spuit je in de anus. Durf je dit niet zelf laat een ander het doen.

Koortsstuip

Kleine kinderen kunnen door koorts een aanval krijgen die lijkt op epilepsie.
Deze aanval gaat normaal binnen 5 minuten over.
Behandel als bij een epilepsieaanval, koel het kinden zorg altijd voor deskundige hulp.

Diabetes

Iedere lichaamscel heeft suiker nodig, suiker kan door het lichaam worden opgenomen als het is verkleind tot glucose. De glucose kan alleen de lichaamscel binnen gaan als het de hulp krijgt van insuline. Dit is een hormoon dat door de alvleesklier wordt gemaakt. Stopt de alvleesklier met het maken van insuline dan moet je het kunstmatig innemen d.m.v. injecties of tabletten. Zonder insuline plassen we alle glucose weer uit en kunnen de lichaamscellen, hersencellen in het bijzonder, niet goed functioneren. We kunnen zelfs sterven. Het lichaam gaat nu vetcellen soms zelfs spiercellen verbranden om aan brandstof te komen voor de spieren. Het slachtoffer gaat erg stinken, eet extreem veel maar wordt slanker. Bij het kunstmatig innemen van de insuline moet je een goede afweging van inspanning, voeding en insuline maken. Je bloedsuiker moet altijd tussen de 3,5 en 8 zitten. Dit is een suikerpercentage in het bloed waarbij de mens goed presteert.

Als je te **weinig** suiker in je bloed hebt spreken we van een **hypo**
Als je te **veel** suiker in je bloed hebt spreken we van een **hyper**

Hypo

wisselend humeur
hoofdpijn en slecht zien
bleek
moe
duizelig en beven
honger

Hyper

moe
stinkt naar aceton
drinkt en plast veel
suf, slecht geconcentreerd
hoofdpijn en slecht zien

eerste hulp

Suiker meten met meetapparatuur, heb je die niet gebruik dan de suiker om te meten.
suiker geven, liefst pure ranja of druivensuiker
knappt het slachtoffer binnen een paar minuten niet op bel 112
voorkom dat het slachtoffer zich kan verwonden

De ABC benadering

Bij ieder slachtoffer moet u direct de vitale functies controleren.
Doe bij bewusteloze slachtoffer de ABC benadering.

spreek het slachtoffer duidelijk aan, roep de naam
leg een hand op het voorhoofd, plaats twee gestrekte vingers onder de kin (kinlift)
controleer 10 sec. de ademhaling (kijk naar buik / borst en luister)
controleer gelijktijdig of er tekenen van leven is: kleur, geluid, beweging

De buik / rugdraai

Een slachtoffer dat op de buik ligt kan niet goed ademen. De spieren zijn slapper en het lijf ligt zwaar op de grond. Hierdoor kunnen ribben en middenrif niet goed bewegen. Het is dus bijna altijd noodzakelijk een slachtoffer om te draaien op de rug, om zo de ademhaling vrij te maken. Bij ernstig letsel alleen de luchtweg vrijmaken. Een kind kun je gemakkelijk even op de rug draaien. Als je te maken krijgt met grotere kinderen is het moeilijk een slap slachtoffer te draaien. Vandaar de speciale draai van de buik op de rug.

1. leg de arm aan gezicht zijde naast het lichaam , leg het been over het andere been
2. leg de arm langs het achterhoofd naar boven, hand op de grond leggen
3. pak de bovenarm en onderarm + heup het slachtoffer vast
rol het slachtoffer op de rug vang het hoofd op
4. voer de kinlift uit.

De stabiele zijligging

benader het slachtoffer aan gezicht zijde
aanschudden bij de schouders, vraag de ogen te openen
controleer de ademhaling d.m.v. kinlift (10 sec.)
controleer of er andere letsels zijn
laat 112 bellen als het slachtoffer bewusteloos is
leg de arm aan gezicht zijde horizontaal en buig de arm (hand naar boven)
leg de andere hand, met de buitenkant tegen de slaap aan. Vasthouden
maak een hefboom van dat het meest van je verwijderd is. Vasthouden
duw op de knie, en trek deze naar je toe, houd de hand tegen de slaap
leg dit been naast het andere been en buig deze
zorg dat de elleboog op de liggende arm komt te liggen
maak de ademweg vrij door de kin naar achteren te duwen
leg het hoofd met de mond naar beneden (schenkhouding)
zorg dat het slachtoffer niet afkoelt

Kinderen met letsel moet je niet in de stabiele zijligging leggen.

Laat ze liggen zoals je ze vindt maar maak de luchtweg vrij.

Kleine kinderen leg je op de zij met iets in de rug als steun.

Terug draaien uit stabiele zijligging

Als een slachtoffer stopt met ademen moet hij terug op de rug gedraaid worden.
Pak de heup vast en leg een hand op het achterhoofd en duw het slachtoffer op de rug.

Stoornissen van de ademhaling

Gasping

Bij gasping zijn er wel adembewegingen maar is er geen ademhaling. (een zucht of een geluid) Het lijkt alsof het slachtoffer een ademhaling heeft terwijl er geen bloedcirculatie meer is. Hulpverleners kunnen hierdoor een verkeerde conclusie trekken. Gasping is een stuip trekking van het ademhalingscentrum in de hersenen en heeft niets met ademen te maken. Bij twijfel start u altijd met reanimeren, bij gasping zal een slachtoffer nooit gaan protesteren bij een reanimatie.

Geluiden bij een ademhaling

Een goede ademhaling hoort men niet, niet bij de inademing en niet bij de uitademing. Het is dus van groot belang om de ademhaling te controleren op afwijkend geluid.

Piepende ademhaling

of gezwollen slijmvliezen van de luchtwegen
oorzaak: allergie – astma, verbranding van de
luchtwegen of zwellings door giftige dampen

Gorgelende ademhaling

slijm of vocht in de luchtwegen
oorzaak: allergie, bronchitis, bloed of braaksel in de longen

Snurkende ademhaling

de luchtweg is afgesloten
oorzaak: een voorwerp sluit de luchtpijp af (tong of spijsbrok)
het slachtoffer heeft de kin op de borst

Verdrinking

Wanneer een slachtoffer in het water valt en water in de luchtpijp krijgt worden de stembanden gesloten. Hierdoor blijven de longen “droog” maar het slachtoffer stikt wel. Als het slachtoffer bewusteloos raakt verslapt het lichaam en verslappen de stembanden ook. Een slachtoffer die gered is van een (bijna) verdrinking

moet daarom altijd voor controle naar het ziekenhuis. Door vuil water of zoutresten in de longen kunnen er alsnog ademhalingsproblemen ontstaan.

De greep van heimlich

Als er iets in je luchtpijp komt wat er niet in hoort zal het lichaam onmiddellijk reageren met een hoestprikkel. Het probeert de luchtpijp weer schoon te maken. Wanneer het voorwerp te groot is helpt een hoestprikkel niet, want er kan geen lucht langs. Je kunt het lichaam helpen lucht door de luchtpijp te duwen zodat het voorwerp of vocht de luchtpijp weer kan verlaten.

Heeft u bij een kind de Heimlichmethode toegepast, ga voor controle altijd bij de huisarts langs. Soms kneuzen de ribben of is de luchtpijp beschadigd.

Heimlich bij baby's

eh
duw 5 x tussen de schouderbladen
kantel de baby op de rug en kijk in de mond
is luchtpijp niet vrij druk dan met twee vingers 5x op het borstbeen
geen resultaat, laat 112 bellen en herhaal de handelingen

Heimlich bij kinderen

eh
leg het kind met de ribben op je been
leg een hand op de schouderbladen
duw recht naar beneden, max. 5 x
kijk in de mond of het voorwerp eruit is
wanneer het niet geholpen heeft:
alles herhalen, helpt het niet
ga door met de behandeling maar laat
112 bellen.

sla 5x tegen de schouderbladen
zet het kind op schoot of
kniel er achter
plaats 1 vuist tegen de buik
leg de andere hand er overheen (bij grote kinderen)
trek 5x zacht aan. (raak geen ribben)
kijk in de mond of het voorwerp eruit is
als het er niet uit is, alles herhalen
geen resultaat: laat 112 bellen, blijf heimlich herhalen

**Als de greep van Heimlich niet helpt en het slachtoffer wordt slap:
start reanimatie!**

Beademen

Beademen (0 - 1 jaar)

leg een hand op het voorhoofd
voer de kinlift uit, leg het hoofdje in de Sniffing position (neus naar het plafond)
plaats je mond over de mond en neus van de baby (bij grotere baby's neus dicht knijpen)
blaas 1 à 1 ½ seconde in, tot de buik / borst beweegt
laat 1 seconde uitademen
Herhaal dit **5x**

Beademen (1 – pubertijd)

inspecteer de mond
voer de kinlift uit
plaats je mond over de mond van het kind
sluit de neus met duim en wijsvinger
blaas 1 à 1 ½ seconde in, tot de buik / borst beweegt
laat 1 seconde uitademen
Herhaal dit **5x**

De reanimatie

Bij kinderen zorgt een ademhalingsstoornis vaak voor een circulatiestoornis

Reanimatie (0 - 1 jaar)

na 5 beademingen start je met borstcompressies
leg de baby op een harde ondergrond
kijk of er tekenen van leven zijn
plaats twee vingers tussen de tepels op het borstbeen
duw de borstkas 1 à 2 cm in
geef 100 borstcompressies per minuut
15 borstcompressies + 2x beademing

Reanimatie (1 – pubertijd)

na 5 beademingen start u met borstcompressies
leg het kind op een harde (onder) grond
kijk of er tekenen van leven zijn
plaats een hand tussen de tepels
zet de muus van de hand op het borstbeen
duw de borstkas 2 à 3 cm in
geef 100 borstcompressies per minuut
15 borstcompressies + 2x beademing

AED

Een automatische externe defibrillator (AED) is een apparaat dat een gecontroleerde elektrische shock toedient aan het hart, met de bedoeling het kamervibrilleren te stoppen en op die manier de normale hartfunctie te herstellen. Bij een hartinfarct treedt er bij 80% van de slachtoffers een fibrillatie van het hart op doordat een deel van de hartcellen hun eigen signaal uitzendt in plaats van de sinusknoop te volgen. Als veel hartcellen dit doen treedt een kamervibrillatie op die zorgt voor een directe stilstand van de circulatie. Bij een fibrillerend hart kan een AED het hart stilzetten zodat de sinusknoop de regie weer kan voeren over de hartcellen.

Een AED werkt niet bij een kloppend hart of een hart dat stilstaat.

Hartproblemen bij kinderen uiten zich vaak in een hartstilstand, het hart stopt na een ademstop. Sluit de AED wel aan, misschien is er wel een fibrillatie van het hart. Elektroden voor kinderen zijn zeer sporadisch aanwezig, plak dan de elektrodes voor volwassenen.

Gebruik de aed nooit bij baby's.

Reanimatie wijkt voor de AED

De AED is de baas, eenmaal aangezet: volg de instructies en wacht niet

1. Plak 1 elektrode op de borst links onder het sleutelbeen, naast de tepel
- 2.. Plak 1 elektrode iets onder de oksel rechts op de rug

Zet de AED aan door op de aan (ON) knop te drukken, volg de instructies.

Reanimatie voor volwassenen

De reanimatie bij volwassenen gaat anders dan bij kinderen.

30 x massages + 2 x beademing

4 cm indrukken met twee handen

De Shock

Een Shock is een levensbedreigende toestand door een tekort aan circulerend bloedvolume

Het lichaam is in staat bloedvaten dicht te knijpen en anderen te openen. Wanneer een slachtoffer in een shock raakt zal het lichaam proberen vocht / bloed te halen uit delen van het lichaam die wel een tijdje zonder bloed kunnen. Dat bloed of vocht brengen we naar de belangrijkste organen.

Er komen steeds meer delen van het lichaam zonder bloed te zitten.

Bij deze neergaande lijn leveren we steeds meer lichaamsfuncties in. Met de dood als einde.

De oorzaken van een shock zijn:

te weinig bloed

vochtverlies door diarree en braken

vochtverlies door brandwonden


vochtverlies door hevige transpiratie

allergische reactie (wespensteek, noten) de bloedvaten worden dan groter

het hart klopt veel te snel of veel te langzaam

verstoorde hersenwerking waardoor het hart niet goed functioneert

de huid

	de spieren	spijsvertering	nieren / lever	hart/longen	hersenen
bleek klam spitse neus ingevallen ogen huid blijft staan	snelle oppervlakkige ademhaling krachtloos spierslapte rillen moe	enorme dorst misselijk braken darukrampen	geen urine suf gele huid verminderd bewustzijn	hartslag wordt snel en zwak stommisen - bewustzijn	

eerste hulp

probeer verder bloedverlies of vochtverlies tegen te gaan

laat het kind liggen en

bescherm tegen afkoeling

zorg voor deskundige hulp

Niet laten drinken.

Bij hart of longproblemen wil het slachtoffer vaak niet liggen.

Laat het zelf de houding kiezen, laat het slachtoffer niet te veel bewegen.

Behandeling wonden.

Je moet een keuze maken tussen de wond zelf behandelen of naar de dokter verwijzen. Iedere wond geeft ziektekiemen de mogelijkheid tot het binnendringen. Een wond geneest dankzij een ontstekingsreactie van het lichaam. Dit gaat gepaard met pijn, roodheid, zwelling en warmte. worden deze verschijnselen na 24 uur al minder. Als de ziektekiemen in de wond de overhand krijgen noemen we dit een infectie. Er zijn heftige ontstekingsverschijnselen, er wordt pus gevormd en er kan koorts optreden. In het ergste geval breiden de ziektekiemen zich door het hele lichaam uit. Iedere wond kan aanleiding geven tot tetanus: dit geldt vooral voor sterk verontreinigde - en bijtwonden. De meeste Nederlanders zijn tegen tetanus ingeënt. Zorg dat dit bekend is want veel mensen besluiten tegenwoordig niet in te enten of zijn hier niet geboren en dus niet ingeënt. De bescherming bestaat maximaal 15 jaar, daarna is opnieuw inenten noodzakelijk. Als je besluit dat een slachtoffer niet voor behandeling van de wond naar de arts gaat moet hij toch zijn eigen huisarts bellen met de vraag of een tetanus injectie noodzakelijk is. Dit moet binnen 24 uur gebeuren.

Behandelen van een ernstige bloeding

laat het kind liggen of zitten
houd het gewonde lichaamsdeel omhoog
bekijk de wond
vraag wat er is gebeurd
druk 10 minuten op de plaats van de wond
als het weinig of niet bloed leg je een dekverband aan
bloed een dekverband door leg er dan een drukverband
overheen en zorg voor deskundige hulp
leg een snelverband op de wond
wikkel naar het midden tot de windsels op zijn en leg een strikje aan de zijkant

Wondsnelverband aanleggen.

leg het wondsnelverband op de wond en maak het met de plakker vast
leg een kant van het gaasje vast met het lange windsel
leg de andere kant van het gaasje vast en plak het verband vast met de plakker

Wonddrukverband aanleggen

leg een snelverband aan zonder knoopje
leg een laag synthetische watten aan begin ruim voor het snelverband
zwachtel naar het hart toe eindig ruim over het snelverband
neem een ideaalzwachtel, kijk in de rol en zwachtel naar het hart toe
laat aan weerszijden de watten uitsteken maak het verband vast

Pas op: voorkom stuwing! Zwachtel alleen naar het hart toe.

Brandwonden

We praten over brandwonden als de huid beschadigd is door inwerking van warmte. De eiwitten in de huidcellen stollen. Hoe dieper de warmte in de huid dringt, hoe ernstiger de brandwond.

1e graad: rood, pijn en gezwollen

2e graad: rood, pijn en blaren

3e graad zwart verkoold of wit gekookt, doet geen pijn.

eerste hulp

eventueel vuur doven

sieraden verwijderen

met lauw, zacht stromend water 10 minuten koelen

kleding niet verwijderen

maak vastzittende kleding nat

dek brandwonden af met metaline gaas

Bezoek deskundige hulp bij:

tweede graad brandwonden groter dan een euro
brandwonden aan handen, gezicht en geslachtsdelen
chemische verbrandingen
derde graad verbrandingen
grote uitgebreide eerste graad verbrandingen

Botbreuk en ontwrichting

Wanneer er teveel kracht op het geraamte komt gaat het kapot. Een bot breekt en een gewricht schiet uit elkaar ofwel is ontwricht.

Ondanks dat het twee verschillende letsels zijn geven ze dezelfde verschijnselen. We kennen verschillende soorten breuken. Bij kinderen komen scheuringen vaker voor en buigen botten soms i.p.v. dat ze breken. Botcellen zijn zacht en het botvlies is heel taai, hierdoor vervormen botten soms. taai, hierdoor vervormen botten soms. We noemen dit twijgetak breuken.

Bij deze letsels krijgen slachtoffers veel pijn, hierdoor worden ze bleek en gaan ze soms braken. Het lichaam is in staat zichzelf te verdoven met endorfine.

verschijnselen botbreuken:

pijn, zwelling, krachtsverlies

of niet meer kunnen bewegen

soms verkorte of scheve stand

een open wond in de buurt van de breuk

verschijnselen ontwrichting:

pijn, zwelling, scheve stand van het lichaam, gewricht uit de kom kun je niet meer bewegen.

eerste hulp

houd het gewonde lichaamsdeel onbeweeglijk, en geef het steun
dek wonden af
zorg voor deskundige hulp

aanleggen van een mitella

eerste hulp

leg de doek onder de gewonde arm langs, op de gezonde schouder
maak een knoop onder het oor
maak de kant bij de elleboog dicht met een veiligheidsspeld

aanleggen van een brede das

Vouw de doek tot een brede das, leg hem op de gezonde schouder en
maak daar ook de knoop.

rust en steun bij beenbreuk

eerste hulp

leg een opgerolde deken tegen het been en de voet aan
laat iemand met de rug tegen het slachtoffer gaan zitten voor steun
als je geen deken hebt leg iets stevigs tegen het been en de voet

afdekken van een openbotbreuk

eerste hulp

leg een snelverband op de wond plak deze vast met kleefpleister
geef het been steun

Kneuzing en verstuiking

Als je je stoot of je valt ergens tegen aan dan komen weefsels klem te zitten tussen een bot en een hard voorwerp. Bv een harde schoen van een voetballer.

Het weefsel gaat kapot, er komen kleine scheurtjes in ofwel het kneust.

Als we een gewricht iets teveel bewegen komen er ook scheurtjes in het weefsel. Het verrekt een beetje, dit noemen we verzwikken of verstuiken.

Kneuzingen en verstuikingen leiden dus tot beschadiging van spieren, bloedvaten, gewrichtsbanden, pezen en soms zelfs zenuwen.

Afhankelijk van de ernst van het letsel zullen ook de verschijnselen in ernst verschillen. Hoe erger de bloeditstorting of blauwe verkleuring en hoe sneller de zwelling ontstaan is, hoe ernstiger het letsel.

De behandeling van kneuzingen en verstuikingen zijn dan ook gelijk.

eerste hulp

laat het slachtoffer zitten

leg het gewonde lichaamsdeel omhoog

ga 10 minuten koelen met water, ijs of coolpack

leg een drukverband aan

indien nodig een arts waarschuwen

Vergiftiging

Als een stof ons lichaam beschadigt noemen we dat vergif. Dit kan acuut gebeuren dat betekent dat je nu vergif krijgt en binnen 24 / 48 uur problemen krijgt.

Je kan je lichaam ook elke dag een beetje gif geven wat pas jaren later problemen oplevert, bv. Roken en het drinken van alcohol.

Je kunt gif binnen krijgen via de huid, de longen of het spijsverteringskanaal.

Let op dat jezelf geen letsel oploopt bij de hulpverlening.

Elke vergiftiging geeft zijn eigen klachten en heeft dus zijn eigen behandeling:

Gif op de huid

Chemische stoffen kunnen ook door de huid trekken en in het lichaam problemen geven: cyaankali, mosterdgas en landbouwvergiften.

ernstige brandwonden

verminderingen van het lichaam

soms problemen met de vitale functies

eerste hulp

laat kleding uittrekken 30 minuten afspoelen met lauw water

steriel afdekken

zorg voor deskundige hulp

Het is erg belangrijk goed te ventileren bij het afspoelen van bijtend gif. De gifstoffen

vermengen zich met de water dampen. De hulpverlener en het slachtoffer krijgen nu de giftige dampen in de longen, de ogen en de huid.

Er zijn stoffen die actief worden door water. Spoel met veel water de stof van het lichaam en blij spoelen.

Beten of prikken in de huid

bijtwond(je)

zwellings door reactie van het lichaam op het gif

jeuk / pijn

soms stoornissen in de vitale functies

eerste hulp

probeer het gif uit te zuigen en maak de wond schoon

controleer de vitale functies eventueel reanimeren of beademen

zorg voor deskundige hulp

Elke beet van mens of dier kan gevaarlijk zijn omdat je vuil en bacteriën onder de huid brengt. Je moet daarom altijd naar een arts voor een tetanusprik.

Ben je gebeten door een dier dat gif spuit, bind dan geen lichaamsdelen af, gif zit binnen enkele seconden in het bloed.

Vergiftiging via de longen

pijn bij het inademen

hoesten

soms bloed bij het hoesten

hoofdpijn

kloppende slapen

suf en erg moe

wil gaan slapen

stoornissen in de vitale functies

eerste hulp

breng het slachtoffer in de frisse lucht

breng het slachtoffer in half zittende houding

controleer de vitale functies, eventueel reanimeren of beademen

zorg voor deskundige hulp

Moet je een slachtoffer beademen doe dit bij voorkeur met een beademingsmasker.

Zorg dat je geen uitademingslucht inademt.

Vergiftiging via het spijsverteringskanaal

zorg voor deskundige hulp

**Breng ieder slachtoffer naar het ziekenhuis,
bel dat je komt en neem altijd het gif of de verpakking mee.
Let op de vitale functies**

Warmte / koude letsels

Warmteletsels

Als kinderen spelen zijn ze veel in beweging en daardoor zweten ze ook, alleen is dit niet zo duidelijk te zien als bij volwassenen. Door te zweten verliezen ze veel zout. Door het afkoelen van zweet op de huid koelt je lichaam af.

Vaak drinken kinderen te weinig en hebben ze minder eetlust als het warm is. Oververhitting kan ook ontstaan doordat kinderen veel te warm aangekleed zijn. Als er niets wordt gedaan aan het verlies van vocht en zout zullen de vitale functies afnemen en kan het kind zelfs sterven door de warmte.

het slachtoffer heeft een warme - rode huid
transpiratie en natte haren
dorst
grieperig gevoel
hoofdpijn

eerste hulp

breng het kind in de schaduw
eventueel koelen met natte doeken (spons)
laat het drinken en eten (soep, chips, drop)
neem regelmatig de temperatuur op
zorg eventueel voor deskundige hulp

Bevriezing van lichaamsdelen

Als het erg koud is, koelt het lichaam af op die plaatsen die niet bedekt zijn. De oren, tenen, vingers en oogleden raken sneller onderkoelt of bevroren. Om te voorkomen dat er schade ontstaat mag je nooit wrijven, hierdoor maak je de huidcellen kapot. Je kunt er lelijke wonden van overhouden.
na ontdooien van de huid: pijn bij 1e en 2e graad bevroeringswonden soms blaren gevuld met bloederig vocht bij 3e graad zwart en gevoelloos weefsel

eerste hulp

natte kleding uittrekken en opwarmen met dekens, lichaamswarmte
eventueel deskundige hulp waarschuwen

Gehele onderkoeling

Een kind kan zelf slecht zijn temperatuur regelen, ze raken snel onderkoelt.

rillen en koud
bleek
bewustzijnsstoornissen, wil graag slapen

eerste hulp

warm het slachtoffer op met je eigen lichaam of warme doeken / dranken
zorg voor deskundige hulp

Kinderen spelen de hele dag en hebben vaak vieze handen, het is dus niet gek dat ze bij het wrijven in de ogen en tijdens het spelen wat vuil in het oog kunnen krijgen. Soms worden ogen beschadigd door voorwerpen of omdat een mens of dier met een scherp nageltje over het hoornvlies heeft gekrast. Kinderen vallen en stoten zich vaak waardoor er nare letsels aan ogen kunnen ontstaan. Als een oog niet te controleren is moet u altijd van het ergste uitgaan. Neem met ogen geen risico, bij twijfel altijd naar de (oog)arts.

Vuiltje in het oog

vuiltje te zien op de oogbol
het oog traant
pijn

eerste hulp

laat het slachtoffer knippen met het oog
verwijder het vuiltje met de punt van de zakdoek , (nooit over de iris wrijven)
eventueel met water spoelen
bij pijn of vast vuiltje (oog)arts raadplegen

Bijtend gif of verbranding van het oog

pijn
brandwonden op de oogbol
geen of slecht zicht

eerste hulp

gewonde oog naar beneden leggen
houd het oog open spoel 30 minuten met lauw water
dek het oog af en zorg voor deskundige hulp.

Blauw oog

pijn
blauwe oogkas en ooglid
zwellling, soms te dik om oog te openen
soms bloeding in het oog
geen of slecht zicht

eerste hulp

koel het oog met koude doek

vraag of het ooglid geopend kan worden
bekijk het oog
indien nodig zorg voor deskundige hulp

Als het hoornvlies beschadigd is geeft dit pijn en een branderig gevoel. Ga naar de arts.

Kleine ongevallen

Insect in het oor

eerste hulp

stel het kind gerust
giet lauw water in het oor
als het beestje niet naar buiten komt ga dan naar de huisarts

Schaafwonden

Bij een schaafwond is de huid door ruw materiaal beschadigd. De bovenlaag van de huid is verwijderd door schuren of schaven. Deze wonden bloeden normaal gesproken niet, hooguit een paar druppels bloed. Ze zijn ook na een paar dagen weer genezen. Als er meer dan alleen de bovenste huidlaag weggeschuurd is, bloedt de wond echt soms hevig. Dit is geen schaafwond meer en moet door een arts behandeld worden.

eerste hulp

goed schoonmaken
laat de wond drogen aan de lucht
eventueel steriel bedekken

Schaafwonden kunnen besmet zijn met tetanus. Het is van belang te weten of het slachtoffer een geldige inenting heeft tegen tetanus anders is het verstandig de eigen huisarts binnen 24 uur te raadplegen. Ga naar een arts bij grote /diepe schaafwonden of wanneer en slachtoffer meerdere schaafwonden heeft.

Voorwerp in de neus

Sommige kinderen stoppen overal voorwerpjes in, dus ook in de neus.
Soms gaat dit per ongeluk en andere kinderen doen dit met regelmaat.
Zorg dat het verwijderd wordt omdat het tot ontstekingen kan leiden.

eerste hulp

laat het kind snuiten, hierbij het niet verstopte neusgat dicht houden
lukt dit niet doe dan wat peper aan de neus, het slachtoffer gaat dan niezen
zorg voor deskundige hulp als je het niet kunt verwijderen of bij twijfel

Tand door de lip

eerste hulp

controleer de tanden, kijken en voelen
controleer de lip hoe groot de wond is
koel de mond
eventueel arts en / of tandarts raadplegen

Pas op: als je met ijs koelt leg dan een doek op de mond. IJs kan vastplakken aan het dunne vel van de lip.
Als je de tanden controleert moet je niet wiebelen met de tanden die loszitten

Tand uit geslagen / gevallen

Wanneer er letsel is aan de tanden is het van belang deze te laten controleren door een tandarts, doe dit zo snel mogelijk. Het melkgebit kan niet gerepareerd worden. Wel moet het slachtoffer door een tandarts bekeken worden op kaakletsel. Pak de tand niet bij de wortel vast om beschadiging van de wortel te voorkomen. Volgens tandartsen is het mogelijk een tand direct terug te plaatsen in de kaak. Zoek het spleetje in het tandvlees op en duw de tand in de goede stand terug. Het is wel nodig zo snel mogelijk naar een tandarts te gaan voor verdere behandeling.

eerste hulp

tand(en) uit de kaak gevallen / geslagen
bloedende kaak en mond
pijn
soms beschadiging kaak
controleer de mond op letsels
leg de tand in melk of speeksel van het slachtoffer
druk een gaasje op de plaats van de tand
koel de mond
als je dat durft: plaats de hele tand terug
zorg voor deskundige hulp

Splinter verwijderen

Kinderen kunnen tijdens het spelen een splinter in de huid krijgen. Wanneer het gaat om kleine splinters mag je ze verwijderen. Wanneer het gaat om grotere voorwerpen moet je het aan een arts overlaten. Het voorwerp kan weefsel beschadigd hebben, het verwijderen kan ook tot een ernstige bloeding leiden.

eerste hulp

trek de splinter met de pincet uit de wond desinfecteer de wond
De huid open maken is opereren en aan artsen voorbestemd

Bloedneus

Kinderen kunnen heel snel een bloedneus krijgen. Spontaan op een warme dag bv. Dit kan een kapot bloedvatje zijn, maar ook gevoelig neusslijmvlies. Ongelukjes kunnen ook tot een bloedneus leiden, even te diep peuteren of een klap of val tegen de neus zijn de meest voorkomende oorzaken van een bloedneus.

eerste hulp

ga na wat er is gebeurd
controleer de neus op breuken
laat het kind zitten met het hoofd naar beneden gericht
laat de neus schoonmaken door hem te laten snuiten
laat het kind de neus bij neusvleugels of met doek eronder dicht drukken
houd dit 5 à 10 minuten vol, kijk op je horloge
laat nu de neus zacht uit snuiten
als de neus nog bloedt herhaal je de procedure
eventueel een koude doek op de neus of in de nek leggen
ga naar de huisarts als: de neus scheef staat, het blijft bloeden,
bij bloedverdunners of hoge bloeddruk.

Teek verwijderen

Teken zijn kleine beestjes die in struiken en bossen leven. Tijdens warme dagen kunnen ze uit bomen en struiken vallen op je lichaam. Ze bijten een gaatje en steken hun kop in de huid. Ze zuigen zich vol met bloed en als ze vol zijn laten ze los. Op zich is dit niet gevaarlijk, tenzij de teek besmet is met de ziekte van Lyme. Deze ziekte zorgt voor een rode verkleuring van de huid, 3 weken tot 5 maanden na de tekenbeet. Als deze huidverkleuring en / of verandering optreedt moet je direct naar een arts. Als je niets doet verdwijnt de rode plek en komt de bacterie in je bloed. Je kunt ziek worden of ontstekingen aan je gewrichten en zenuwen krijgen. De ziekte kan ook problemen veroorzaken bij het hart, hersenen of zenuwen. Van de dokter krijg je antibiotica om de ziekte van Lyme te bestrijden. De schade die het beestje gemaakt heeft is soms blijvend.

eerste hulp

pak een teek met een tekentang, pincet of zakdoek
trek de teek uit de huid
als de kop blijft zitten probeer hem te verwijderen lukt dit niet vraag een arts
na het verwijderen van de teek de huid desinfecteren
noteer de datum en plaats en geef dit aan de ouders
Wanneer er een huidverkleuring komt, arts waarschuwen
Wanneer het slachtoffer na weken ziek wordt, ook de arts waarschuwen

Wespen / muggensteek

Wespen kunnen gemeen steken en een bij laat zijn angel achter in de huid.
Door de pijn en de schrik kan een kind vaak erg overstuurd zijn. Haal de angel eruit.
Het is mogelijk dat een kind meerdere keren wordt gestoken, dit kan erg gevaarlijk zijn. Wordt de huid rood of zwelt het op, gaat het kind raar doen, bel een arts of 112
Het kan om een allergie gaan, ook kan de hoeveelheid van het gif in het bloed bij een klein lijfje teveel zijn. Dit kan ook bij volwassen slachtoffers het geval zijn.

Er zijn ook pompjes om het gif uit te zuigen in de handel. (dit werkt erg goed als u het apparaatje bij de hand hebt)

eerste hulp

zuig de steekplaats uit
koel het plekje met iets kouds
gebruik een middel tegen jeuk en pijn
bij een allergische reactie 112 bellen

Epi- pen

Wanneer een slachtoffer helemaal rood wordt, opzwelt en soms het bewustzijn verliest na een steek van een insect is er sprake van een anafylactische shock.
Dit is levensbedreigend. Het kan ook ontstaan door het eten van kiwi, noten, schelpdieren, penicilline en dragen van latex enz. Slachtoffers die op de hoogte zijn van deze allergie dragen soms een epi-pen bij zich. Je moet deze pen toedienen.
Dit is een pen gevuld met adrenaline ook wel **epinefrine** genaamd. Je hebt na het toedienen van de epi-pen een uur de tijd voor een tegengif van de allergie.

trek de beschermkap achter van de pen af sla de pen tegen een spier (bovenbeen)
wacht tot de pen leeg is
laat 112 bellen