

## Handelingen Eerste Hulp

### Let op gevaar

Gevaar voor de hulpverlener? -> houd afstand en bel 112  
Gevaar voor het slachtoffer? -> verplaats het slachtoffer

### Snel op de zij draaien

Een slachtoffer ligt op de rug en braakt of heeft veel bloed in de mond. Draai hem snel op de zij.

### Hevig bloedende wond

Geef direct druk op de wond. Leg zodra dat kan een wonddrukverband aan. Zwachtel zo strak mogelijk.

### Ernstige verslikking

Iemand verslikt zich en is hevig benauwd. Bel 112. Sla 5 x tussen de schouderbladen. Sla met de vlakke hand. Ondersteun de borstkas met de andere hand. Wissel af met 5 x buikstoten (voorheen: Heimlich). Plaats bij de buikstoten de vuist onder het borstbeen en raak dit niet aan.

### Brandwonden

Koel minstens 10 minuten met water. Laat lauw water rustig over de verbrande plek lopen (onder de douche). Gebruik eventueel hydrogels maar niet als al gekoeld is met water.

### (Vuile) wonden

Spoel vuile wonden schoon met water. Dek wonden steriel of zo schoon mogelijk af. Gebruik bij voorkeur niet-verklevend verband.

Dek schaafwonden alleen af als dit nodig is, bijvoorbeeld als ze onder kleding zitten.

### Ontwrichting/botbreuk

Voorkom beweging. Laat het slachtoffer zelf een gebroken arm ondersteunen.  
Ondersteun een gebroken been over de hele lengte. Ondersteun vooral de voet.

### Kneuzing/verstuiking

Koel minimaal 10 minuten. Gebruik bij voorkeur een zak met water en ijs of koel anders met koud kraanwater, een nat washandje of een coldpack.  
Geef steun met een zwachtel.

Verwijder bij letsels aan armen of benen zo mogelijk sieraden i.v.m. afknellen door zwelling.

U heeft gebruik gemaakt van deze verbanddoos. Vul de materialen daarom aan.  
Ga naar drogist, apotheek of webshop.

Volg zo snel mogelijk een eerstehulpopleiding. Daar leert u alle eerstehulphandelingen, inclusief reanimatie.

Zie de website [www.ehbo.nl](http://www.ehbo.nl).  
© Het Oranje Kruis, 2016