

Inhoud

Inleiding xi

1 Eerste hulp verlenen: vijf belangrijke punten 1

- I.1 Let op gevaar 2
- I.2 Ga na wat er is gebeurd en daarna wat iemand mankeert 2
- I.3 Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting 3
- I.4 Zorg voor professionele hulp 4
- I.5 Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt of zit 4
 - De noodvervoersgreep van Rautek 5
 - Ondersteunend verplaatsen 9
- I.6 Emotionele reacties 10
- I.7 Eerste hulp verlenen en de kans op infectie 11

2 Schakels in een keten: de vitale functies 13

- 2.1 Functioneren van de hersenen, ademhaling en bloedsomloop 14
- 2.2 Oorzaken van stoornissen in de vitale functies 16
- 2.3 Gevolgen van stoornissen in de vitale functies 18

3 Stoornissen in het bewustzijn 19

- 3.1 Beoordelen van het bewustzijn 20
 - Benaderen van het slachtoffer 20
 - Een bewusteloos slachtoffer van de buik op de rug draaien 22
- 3.2 Flauwte 26
- 3.3 Overige ziekten bij stoornissen in het bewustzijn 27

4 Stoornissen in de ademhaling 29

- 4.1 Beoordelen van de ademhaling: slachtoffer is bij bewustzijn 32
- 4.2 Verslikken 33
 - Stoten tussen de schouderbladen 34
 - De handgreep van Heimlich (buikcompressies) bij een staand of zittend slachtoffer 35

- 4.3 Beoordelen van de ademhaling: slachtoffer is bewusteloos 38
 - Controle van de ademhaling bij een bewusteloos slachtoffer 38
 - Vanuit rugligging in stabiele zijligging draaien 41
 - Controle van de ademhaling bij een slachtoffer in stabiele zijligging 48
 - Vanuit stabiele zijligging naar rugligging draaien 49
- 4.4 Overige ziekten en letsels bij stoornissen in de ademhaling 52

5 Stoornissen in het bewustzijn én de ademhaling 55

- Borstcompressie 57
- Mond-op-mondbeademing 61
- Combineer borstcompressies en beademingen, reanimatie 65
- Mondinspectie en leegmaken van de mond 68
- Mond-op-neusbeademing 69
- Overname reanimatie door tweede hulpverlener 71
- Snelle kantelmethode 74
- Borstcompressies zonder beademingen 75

6 Ernstige bloedingen 77

- 6.1 Ernstig uitwendig bloedverlies 78
 - Druk uitoefenen op de plaats van de bloeding 79
 - Een snelverband aanleggen 80
 - Een wondsnelverband aanleggen 83
 - Een wonddrukverband aanleggen 86
- 6.2 Shock 90

7 Plaatselijk letsel 93

- 7.1 Wonden 94
 - Rust en steun aan een gewond lichaamsdeel geven 96
 - Een mitella aanleggen 97
- 7.2 Kneuzing en verstuiking 102
- 7.3 Botbreuk en ontwrichting 103
 - Onbeweeglijk (laten) houden / geven van rust en steun 105
 - Een brede das aanleggen 107
 - Afdekken van een open botbreuk 109

- 7.4 Oogletsel 112
 - Verwijderen van een vuiltje 114
 - Spoelen van het oog 115

8 Warmteletsels 117

- 8.1 Brandwonden 118
 - Doven van de vlammen 122
 - Koelen 124
- 8.2 Oververhitting 126

9 Koudeletsels 129

- 9.1 Bevriezing 130
- 9.2 Onderkoeling 132
 - Beschermen tegen verdere afkoeling 134

10 Vergiftigingen 135

- Braken opwekken 140

11 Elektriciteitsletsels 141

- Uitschakelen van de stroombron 143
- Isoleren 144

12 Verband- en hulpmiddelen 145

- 12.1 Verbandmiddelen 146
- 12.2 Hulpmiddelen 152
- 12.3 Verbanddozen 156

13 Het menselijk lichaam 157

- 13.1 Cellen, weefsels en organen 158
- 13.2 Orgaanstelsels 159

Register 171
Benaderingsschema 178