

RICHTLIJNEN EHBO

BLOEDNEUS

- Houd het hoofd lichtjes voorovergebogen
- Laat het slachtoffer de neus een keer goed snuiten
- Snuit niet bij mogelijke breuk van de neus (harde stomp/bal of mogelijk schedelletsel)
- Knijp de neus 5 minuten dicht en controleer of de bloeding is gestopt
- Bloeding niet gestopt? Knijp de neus nog eens 5 minuten dicht
- Bloeding nog niet gestopt? Houd de neus dichtgeknepen en neem contact op met huisarts of huisartsenpost
- Neem contact op met de huisarts als de bloedneus langer dan 10 minuten duurt of als het SO bloedverdunnende medicijnen gebruikt of regelmatig een bloedneus heeft

TANDLETSEL

- Zoek de tand, maar raak de wortel van de tand niet aan
- Plaats, na kort schoonspoelen met melk, een losgeraakte zo snel mogelijk terug
- Plaats een uitgevallen melktand van een kind nooit terug
- Wanneer terugplaatsen niet lukt: bewaar de tand in volle melk of kokoswater of groene thee
- Laat een slachtoffer met een afgebroken tand op een kompres bijten ter bescherming van de mond
- Neem contact op met de huisarts of tandarts

SCHAAFWOND

- Spoel de wond goed schoon met lauw stromend water van de kraan of ander drinkbaar water. Als er geen water bij de hand is, mag je ook een niet-kleurend, waterig ontsmettingsmiddel gebruiken
- Droog de omgeving van de wond met een schone doek
- Kleine schaafwonden kan je aan de lucht laten drogen
- Dek grote schaafwonden af met een niet-verklevend steriel verband
- Neem contact op met de huisarts bij twijfel over de grootte van de wond of als de wond niet goed schoongemaakt kan worden

BRANDWOND

- Koel zo snel mogelijk minimaal 10 tot 20 minuten met lauw leidingwater
- Verwijder kleding/sieraden als ze niet aan de huid vastkleven. Laat deze anders zitten
- Laat iemand 1-1-2 bellen bij ernstige brandwonden
- Als je alleen bent, bel je zelf 1-1-2. Zet de telefoon op luidspreker zodat je de aanwijzingen van de centralist kunt horen, terwijl je handen vrij hebt
- Dek brandwonden zo schoon mogelijk af met niet-verklevende verbanden/metalline lakens of plastic huishoudfolie of schone plastic zak
- Na het aanleggen van een dekverband kan evt. verder gegaan worden met koelen
- Bij tweedegraads brandwonden huisarts of huisartsenpost bellen
- Voorkom onderkoeling

HUIDWOND

- Bij een actieve bloeding: oefen druk uit op de wond en bel of laat 1-1-2 bellen
- Laat grote voorwerpen in een wond zitten. Als er weinig risico is bijvoorbeeld een splinter mag je voorwerpen wel verwijderen
- Spoel de wond schoon met lauw stromend (drink)water
- Als er niet direct schoon water voorhanden is, mag er ook een niet kleurend ontsmettingsmiddel gebruikt worden
- Droog de omgeving van de wond af met een schone doek
- Dek de wond af met een steriel kompres, snelverband of schone doek
- Dek grote wonden direct af, zonder te spoelen met water
- **Ga naar de huisarts als er wonden zijn in het gezicht, aan ogen of geslachtsdelen**