



nummer '21-09

**"Dondersteentje-weetje!"**

Tilburg, 15-05-2021

Hallo allemaal.

Daar gaan we dan en nu over: GERUSTSTELLEN en ALARMEREN.



Het slachtoffer geruststellen doe je op de eerste plaats door je houding. Als iemand op de grond ligt en jij blijft daar boven staan dan voelt dat dominant. Vandaar ga op je knieën zitten naast het slachtoffer, zodat je gezicht wordt gezien.

Bij een zittend slachtoffer kom je zo op ooghoogte zodat het slachtoffer niet omhoog hoeft te kijken en jij niet op hem/haar neer kijkt.

Door je voor te stellen met je naam en te zeggen dat je hulpverlener bent stel je het slachtoffer gerust. Het slachtoffer krijgt vertrouwen in je.

Door er voor het slachtoffer te zijn en te zorgen dat er hulp komt, geef je ook rust.

Vele slachtoffers willen graag meteen vertellen wat er is gebeurd, en in sommige gevallen zelfs blijven herhalen. Goed luisteren, kan je hier zelfs helpen met je diagnose en toon belangstelling.

Doe geen beloftes je weet niet of je ze waar kunt maken. Doe ook geen uitspraken over andere slachtoffers dat maakt juist onrustig.

Ga niet in zakken of tas van het slachtoffer zoeken naar informatie of medicatie. Als het slachtoffer dit zelf niet kan door leeftijd of beperking, mag je in overleg met het slachtoffer evt. naar een telefoonnummer zoeken om contact met thuis te maken.

Mogelijk heeft het slachtoffer een SOS-ketting, maak die niet open! Maar geef dat wel door aan de professionele hulp die je hebt gebeld of laten bellen. Vaak is het slachtoffer angstig, geschrokken of hulpeloos, vraag of je iemand kunt waarschuwen. Bij voorbeeld een familielid, bij een evenement van jongeren of op school een vriend of vriendin.

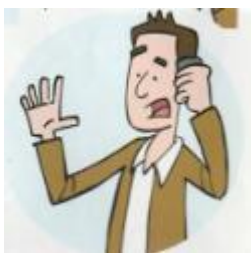
Door uit te spreken welke dingen je voor hem/haar kun doen b.v. ik dek je wel even toe, dan krijg je het niet zo koud. Denk aan de isolatiedeken in je EHBO koffer een jas, trui, vest, of grote sjaal. Bij warmte zoeken we schaduw op, liefst ter plaatse b.v. met parasol of paraplu of met behulp van een isolatiedeken een scherm creëren.

Als je een dekenrol tegen het been gaat leggen en zeg dat het dan minder pijn zal doen. Omdat het dan niet meer kan bewegen. Dat kan natuurlijk ook met een jas, steen of tas tegen de voet.

Bij brandwonden vertel je met koelen heb je minder pijn zo ook bij kneuzingen en verstuikingen.

Je kunt het slachtoffer ook een positieve opdracht geven b.v. "houd je hoofd maar stil" en dan houd ik het vast. Als iemand zich niet goed voelt, "kom maar even op de grond liggen", dan voel je waarschijnlijk wat beter en "ik zal je wel even helpen". Indien nodig gebruik je dan de Rautekgreep.

Bij een ernstige wond, "drukt u het maar dicht" en dan zal ik het gaan verbinden. Afdekken en druk geven dus.



**Alarmeren: 112 – Huisarts – Huisartsenpost**

**Wanneer?**

Bij kleine letsels kan overdag naar de huisarts van het slachtoffer gebeld en zo mogelijk er heen.

Na 17:00uur bel je de huisartsenpost.

Die stellen een aantal vragen en beslissen daar mee of het SLACHTOFFER mag komen of morgen naar de huisarts gaat.

Bij ernstige of levensbedreigende situaties 112 bellen.

Als er een omstander is, kun je die laten bellen. Zo houd jij de handen vrij voor het slachtoffer.

Nu heb je deskundige ter plaatse nodig. Dat kan de politie zijn bij een verkeersongeval om het verkeer te regelen of bij vechtpartijen eerst zij dan jij.

De brandweer om vuur te blussen, om slachtoffer te bevrijden bij beknelling en natuurlijk wanneer iemand

met zijn auto te water is geraakt om slachtoffer(s) uit het water te halen.

Bij ernstig letsel met levensgevaar blijft 112 met de lijn open tot de hulpdiensten bij je ter plaatse zijn.

Bij niet levensbedreigende letsels wordt weer opgehangen om de lijn weer vrij te maken voor nieuwe oproepen. Mocht het wat langer duren, bedenk dan dat er een levensbedreigend slachtoffer tussen kan zijn gekomen. Als je twijfelt bel dan gerust opnieuw.

### **Bel 112**

- Zeg wie je bent en dat je hulpverlener bent.
- Zeg waar je bent met mogelijk herkenningspunt, dat helpt de ambulance sneller bij je te zijn. b.v. voor de kerk of links van (naam) benzinepomp, de rijrichting op wegen met een tussenberm, van Den Bosch naar Tilburg of van Tilburg naar Den Bosch liefst met kilometerpaaltje.
- Zeg hoeveel slachtoffer(s) er zijn en of het kinderen of volwassenen.
- Zeg de ernst van de letsels.
- Zeg wat jij al kunt doen b.v. b.v. stabiele zijligging – reanimatie – wond dicht drukken – hoofd stilhouden enz.
- Zet je telefoon op luid.
- Ook al is je beltegoed op kun je nog steeds 112 bellen. Gelukkig kun je zo altijd de hulpdiensten bereiken.



Dat was het weer, voor deze keer  
Mogelijk tot ziens maar weer.

Groetjes  
Corrie Verdonk  
Instructeur.