|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1a.**  **Toepassen van algemene regels voor 1e hulp verlenen in onvoorziene situaties** | | |
| **Je verleent 1e hulp na een ongeval of in een andere acute situatie.** | | |
| **Vaardigheid: Aangetoond:** | **Wel** | **Niet** |
| ***1. Let op gevaar.***  - Voor jezelf/ slachtoffer.  - Verplaats indien nodig mbv. Rautek greep.  ***2. Ga na wat er is gebeurt/ wat iemand mankeert.***  - Vraag na bij slachtoffer/ omstanders.  - Controleer vitale functies, gelaatskleur, stand van ledematen,  pijnklachten.  - Verbeter zn. houding van slachtoffer.  - Maak knellende kleding los.  ***3. Stel slachtoffer gerust.***  - Blijf bij het slachtoffer.  - Vertel wat je gaat doen.  - Vertel dat er deskundige hulp komt.  - Blijf zelf rustig en reageer adequaat.  ***4. Zorg voor deskundige hulp.***  - Geef opdracht aan een omstander om dokter of ambulance te bellen.  ***5. Help iemand op de plaats waar hij ligt of zit.***  - *bij arteriële bloeding:*  Evt. handschoenen aan, afdrukken met gaasje, hoofd lager houden  dan bloeding, slachtoffer laten liggen, drukverband aanleggen.  - *bij veneuze bloeding:*  Evt. handschoenen aan, wond dichtdrukken met gaasje, wond hoger  leggen.  - *bij bloeding uit oor / mond:*  Afdekken met verband, stabiele zijligging, bloedend oor boven ivm  vuil.  - *bij bloeding borstholte/ longbloeding:*  Slachtoffer in een (half) zittende houding laten zitten, mag niet praten.  - *bij bloeding buikholte:*  Slachtoffer plat laten liggen, niets drinken,  - *bij botbreuken:*  Evt. handschoenen aan, bedek open wonden,  ondersteun lichaamsdeel, verander nooit de  stand van fractuur.  80% van de handelingen moet aangetoond zijn. |  |  |
|
| **Instructie film:** <http://www.ehbo.nl/ehbo/Eerstehulp_bij_basis-gevaar.htm#filmpje> | | |
| **1b.**  **Inhoud EHBO koffer.** | | |
| **Je verleent 1e hulp na een ongeval of in een andere acute situatie.** | | |
| **Vaardigheid: Aangetoond:** | **Wel** | **Niet** |
| 10 Wondpleisters steriel 10 x 6 cm 20 Pleisterstrips diverse maten 3 Wondsnelverband steriel 6 x 8 cm 4 Snelverband steriel 10 x 12 cm 4 Kompres steriel  5 Kompres steriel 10 x 10 cm 5 Niet verklevend kompres steriel 10 x 10 cm 2 Elastisch Hydrofiele zwachtels 4 m x 6 cm 3 Ideaal zwachtels 5 m x 8 cm met verbandklemmen 2 Zelfhechtend windsel 4 m x 8 cm 1 Reddingsdeken zilver / goud 2.10 x 1.60 m 3 Rol synthetische watten 3 m x 10 cm 1 Hechtpleister 5 m x 2.5 cm 10 Hechtstrips 1 Beademingsmasker 1 Desinfectie vloeistof 30 ml 2 Paar vinylhandschoenen 2 Driekante doek 1 Verbandschaar 1 Pincet 1 Tekentangset 1 Stroomdiagram Oranje Kruis  80% van de handelingen moet aangetoond zijn. |  |  |
|
| **Instructie film:** <http://www.ehbo.nl/ehbo/Eerstehulp_bij_basis-gevaar.htm#filmpje> | | |