|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **20.**  **Oververhitting.** | | |
| Pijn in de spieren van armen en benen (hittekramp).  Roodgestuwde of bleke huid, hevig transpireren, hoofdpijn, misselijkheid (warmtestuwing, warmteuitputting). | | |
| **Vaardigheid: Aangetoond:** | **Wel** | **Niet** |
| Benodigdheden: water, drinken, natte doeken, ventilator, thermometer.   1. Breng het slachtoffer in een koele omgeving. 2. Geef hem te drinken (liefst sportdrank). 3. Bij een hitteberoerte is de lichaamstemperatuur boven de 40,5˚C. 4. Het slachtoffer heeft bewustzijnsveranderingen. 5. Direct koelen. 6. Verwijder onnodige kleding. 7. Koel met (lauw) water, of inwikkelen in natte doeken, gebruik ventilator. 8. Niet laten drinken bij bewustzijnstoornissen. 9. Bel 112.   80 % van de handeling moet aangetoond zijn. |  |  |