|  |
| --- |
| **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 cm20 Pleisterstrips diverse maten3 Wondsnelverband steriel 6 x 8 cm4 Snelverband steriel 10 x 12 cm4 Kompres steriel 5 Kompres steriel 10 x 10 cm5 Niet verklevend kompres steriel 10 x 10 cm2 Elastisch Hydrofiele zwachtels 4 m x 6 cm3 Ideaal zwachtels 5 m x 8 cm met verbandklemmen2 Zelfhechtend windsel 4 m x 8 cm1 Reddingsdeken zilver / goud 2.10 x 1.60 m3 Rol synthetische watten 3 m x 10 cm1 Hechtpleister 5 m x 2.5 cm10 Hechtstrips1 Beademingsmasker1 Desinfectie vloeistof 30 ml2 Paar vinylhandschoenen2 Driekante doek1 Verbandschaar1 Pincet1 Tekentangset1 Stroomdiagram Oranje Kruis80% van de handelingen moet aangetoond zijn. |  |  |
|
| **Instructie film:** <http://www.ehbo.nl/ehbo/Eerstehulp_bij_basis-gevaar.htm#filmpje>  |