

## 3.2: EHBO bij hoofdletsel

<b>HOE LANG DUURT DE OEFENING?</b>	15 minuten
<b>WAT HEB JE NODIG?</b>	- iets om te koelen, zoals een coldpack of een koude, natte doek. - schone droge doek of verband - schone theedoek
<b>DIT MOET JE KUNNEN:</b>	Deze skills heb je nodig. Kijk op je Skilltree. Heb je ze al? Kruis het hokje aan: <b>1.1:</b> Wat is er gebeurd? <b>1.4:</b> 112 bellen <b>3.1:</b> EHBO bij letsel aan botten en gewrichten <i>Heb je deze al? Zet een vinkje. Heb je ze nog niet? Doe ze dan hierna.</i>



1.

### Dit moet je weten:

Je hebt verschillende soorten hoofdwonden. Je kunt een bult of blauwe plek hebben op je hoofd. Soms is er ook een huidwond. Bij een hoofdwond moet je erg voorzichtig zijn. In je hoofd zitten de hersenen. De schedel is meestal sterk genoeg om het hoofd tegen een val, stoot of klap te beschermen. Toch is het mogelijk dat de schedel zelf of de hersenen beschadigd raken. Dat kan gevaarlijk zijn.

Daarnaast kan iemand een hersenschudding hebben. Omdat je een hersenschudding niet kunt zien, moet je altijd voorzichtig zijn als iemand een hoofdwond heeft. Iemand met een hersenschudding heeft vaak last van hoofdpijn, hij kan verward zijn, misselijk of duizelig, hij ziet dubbel of slecht. Bij een hersenschudding moet je de huisarts bellen. Soms krijgen mensen met een hersenschudding pas later klachten. Houd het slachtoffer met een hoofdwond dus langer in de gaten.

2.

### Zo doe je dat:

- Is de situatie veilig?
- Controleer of het slachtoffer nog reageert.
- Controleer of het slachtoffer nog ademt.
- Stel het slachtoffer gerust.
- Het slachtoffer moet stil blijven liggen.
- Koel de zwelling (de bult). Dit kan met een nat washandje, een coldpack of een zak diepvrieserwten in een schone (thee-)doek.
- Als er een huidwond is, dan moet je de wond afdekken. Dit kan met een pleister, steriel kompres, of snelverband.

3.

## Oefenen:

Bij een hoofdwond kan iemand ook een hersenschudding hebben. Waar kun je een hersenschudding aan herkennen? Schrijf op waar mensen met een hersenschudding last van kunnen hebben:

.....

.....

.....

.....

In tweetallen gaan jullie de EHBO-skills oefenen bij een hoofdwond. Een van jullie speelt het slachtoffer en de ander moet hulp geven. Doe de oefening nog een keer en draai de rollen om.

## Opletten!

Is het slachtoffer gevallen op het hoofd? Let dan heel goed op. Soms zijn er wonden die je niet meteen kunt zien. Bijvoorbeeld een botbreuk, of iets aan de nek. Het is heel belangrijk dat iemand dan zo stil mogelijk blijft liggen. Dus laat het slachtoffer niet het hoofd draaien of overeind komen.

4.



### CHECK JE SKILLS!

Zet een vinkje voor alles wat je nu weet en kunt. Je leerkracht kan het testen.

Ik weet wat een hoofdwond is.

Ik weet wat ik moet doen bij een blauwe plek of bult op het hoofd.

Ik weet wat ik moet doen bij een hersenschudding.

