

4.3: EHBO bij bewusteloosheid

HOE LANG DUURT DE OEFENING?	15 minuten
DIT MOET JE KUNNEN:	Deze skills heb je nodig. Kijk op je Skilltree. Heb je ze al? Kruis het hokje aan: 1.4: 112 bellen 3.2: EHBO bij een hoofdwond 4.2: EHBO bij een verslikking <i>Heb je deze al? Zet een vinkje. Heb je ze nog niet? Doe ze dan hierna.</i>



1.

Dit moet je weten:

Je kunt bewusteloos raken door een harde klap tegen je hoofd, bijvoorbeeld door een val van je fiets. Of doordat je je zo erg verslikt dat je geen adem meer kunt halen.

Wat is bewusteloos zijn?

Dat is wanneer iemand niet meer reageert als je hem aanspreekt of als je hem zachtjes aan de schouders schudt. Hij wordt niet wakker. Het belangrijkste dat je kunt doen bij een bewusteloos persoon, is snel controleren of hij ademt.

2.

Zo doe je dat - is er reanimatie nodig?

Er zijn drie mogelijkheden.

1. Het slachtoffer is bewusteloos en ademt niet.
Bel 112 en laat iemand een AED halen.
2. Het slachtoffer is bewusteloos, en ademt normaal. Leg het slachtoffer in de stabiele zijligging (dit leer je in de gastles).
3. Het slachtoffer is bewusteloos en ademt niet normaal.
Bel 112 en laat iemand een AED halen.



2. Zo doe je dat - de ademhaling checken:

Wanneer de bewusteloze persoon op de buik ligt, kun je de ademhaling niet goed checken. Draai iemand daarom eerst op zijn rug. Check dan de adem.

Controleer de ademhaling van het slachtoffer. Hier zijn 6 stappen voor:

1. Leg een hand op het voorhoofd van het slachtoffer en kantel het hoofd naar achteren. Nu gaat de luchtweg open.
2. Til de kin omhoog.
3. Kijk of de borstkas regelmatig op en neer gaat.
4. Luister of je regelmatige ademhalingsgeluiden hoort. De geluiden komen uit de mond en de neus van het slachtoffer.
5. Voel met je wang of er luchtstroming is.
6. Kijken, luisteren en voelen doe je 10 seconden.



Bekijk het filmpje [‘Leraar valt flauw! Hoe reageren de leerlingen?’](#)

3. Oefenen

1. In het filmpje zie je dat leerlingen niet weten wat ze moeten doen als de leraar flauwvalt. **Wat is het eerste dat je moet doen?**

.....

.....

.....

Wat doe je daarna?

.....

.....

2. Je ziet dat veel leerlingen schrikken. Het is ook best heftig als je meemaakt dat iemand bewusteloos raakt. **Hoe kun je kalm blijven in zo’n situatie?** Praat er samen over en bedenk 3 tips.

1.

.....

2.

.....

3.

.....

4.



CHECK JE SKILLS!

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

Wij weten hoe we kunnen zien of iemand reanimatie nodig heeft.

Wij weten hoe we kunnen controleren of iemand nog ademt.

Wij weten wat we moeten doen als iemand bewusteloos raakt.