



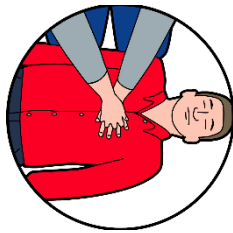
EERSTE HULP

Reanimatie volwassenen



Stap 5:

- Wanneer een AED aanwezig is, zet deze dan zo snel mogelijk in!
- Plaats de hiel van één hand op het midden van de borstkas.
- Plaats je andere hand boven op de eerder geplaatste hand.
- Haak de vingers in elkaar en zorg dat de vingers de borst niet raken.
- Plaats je bovenlichaam recht boven het slachtoffer.



Stap 6:

- Geef **30 borstcompressies** met een tempo van **100-120 keer per minuut**, met een diepte van **5 á 6 cm**.
- Na **30 borstcompressies** ga je door met stap 7.



Stap 7:

- Open de luchtweg door middel van de kinlift.
- Beadem het slachtoffer **2 maal**, door middel van het plaatsen van je lippen rond om de mond van het slachtoffer.
- Kijk daarbij of de borstkas omhoog komt.



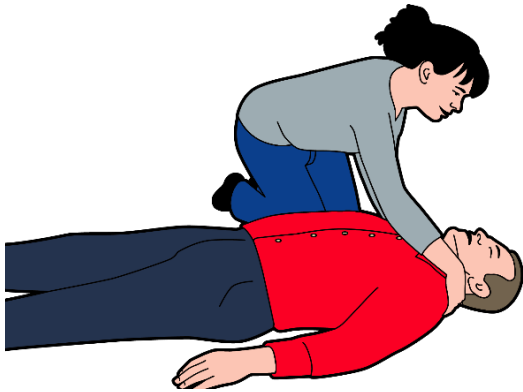
Stap 8:

- Herhaal de stappen tot het slachtoffer een normale ademhaling heeft of de professionele hulpverlening het overneemt.



EERSTE HULP

Benadering volwassenen



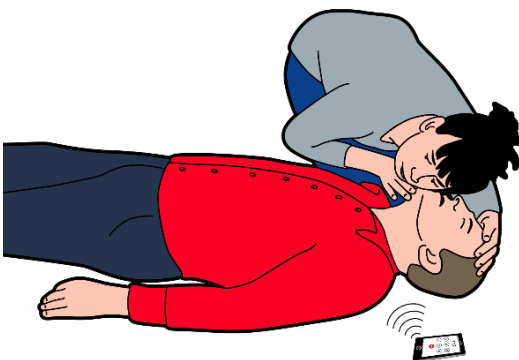
Stap 1:

- Let op gevaar.
- Benader het slachtoffer aan de kant van het gezicht.
- Schud het slachtoffer voorzichtig bij beide schouders, spreek het slachtoffer tegelijkertijd luid en duidelijk aan en vraag: "Gaat het?".
- Als het kind niet adequaat reageert ga je verder met stap 2.



Stap 2:

- Bel of laat 112 bellen en laat een AED halen!
- Open de luchtweg door één hand op het voorhoofd te plaatsen en het hoofd voorzichtig naar achteren te kantelen.
- Plaats de wijs- en middelvinger van je andere hand onder de punt van zijn kin.
- Til de kin op om de luchtweg vrij te maken.



Stap 3:

- Controleer de ademhaling door je oor en wang boven de mond van het slachtoffer te plaatsen.
- Beoordeel zijn ademhaling door 10 seconden te kijken, te luisteren en te voelen.
- We willen minimaal 2 ademhalingen zien!

Stap 4:

- Bij geen of geen normale ademhaling start je direct met de reanimatie.