



EERSTE HULP

Verslikking / verstikking volwassenen en kind



Stap 1:

- Let op gevaar.
- Kijk of het slachtoffer nog kan hoesten?

Zo ja:

- Moedig aan tot hoesten.
- Controleer of het slachtoffer een normale ademhaling terug krijgt.

Als het slachtoffer je paniekerig aankijkt, en je ziet het slachtoffer blauw worden, ga door naar stap 2.



Stap 2:

- Laat 112 bellen, als je met meerdere personen bent.



Stap 3:

- Ga aan de zijkant, iets achter het slachtoffer staan.
- Ondersteun de borstkas met één hand en laat het slachtoffer voorover buigen.
- Geef met de hiel van je hand 5 forse slagen tussen de schouderbladen.
- Controleer of de luchtweg vrij is.



Stap 4:

- Ga achter het slachtoffer staan en druk je heup tegen het slachtoffer aan en sla je armen om het bovenste deel van de buik.
- Laat het slachtoffer voorover buigen.
- Maak een vuist en plaats deze op het bovenste deel van de buik.
- Pak de vuist met je andere hand en trek met een snelle beweging naar je toe en iets omhoog.
- Doe dit 5 keer.
- Ben je alleen, dan is dit het moment om 112 te bellen.
- Herhaal eventueel 5 rugslagen en 5 buikstoten.

Betreft het een kind: pas je lengte aan de hoogte van het kind.



EERSTE HULP

Verslikking / verstikking baby



Stap 1:

- Let op gevaar.
- De baby huift niet, kan niet goed ademen.
- Roep zo nodig om hulp!

Stap 2:

- Laat 112 bellen, als je met meerdere personen bent.



Stap 3:

- Leg de baby op jouw arm op de buik met het hoofd naar beneden.
- Zit of kniel je als hulpverlener? Dan kun je het kind veilig op je schoot leggen!
- Ondersteun het hoofd met je hand, door je duim en wijsvinger de kaaklijn beet te pakken.
- Geef met de hiel van je andere hand 5 slagen tussen de schouderbladen.

Lukt het niet, ga naar stap 4.



Stap 4:

- Controleer de mond. Zie je iets zitten, haal het er uit als dat veilig kan.
- Leg je hand op het achterhoofd van de baby en draai hem naar de andere been.
- Laat je arm rusten op je been. Het hoofdje van de baby naar beneden gericht.
- Plaats 2 vingertoppen midden op het borstbeen.
- Geef 5 borststoten, die krachtiger zijn dan borstcompressies.
- Geef 1 stoot per seconde.
- Bent u alleen, bel nu 112!

Wissel de rugslagen en borststoten af, totdat het eruit is.