

## Nieuwsbrief najaar 2018

---

### **ATTENTIE**

#### **Locatie Nieuwe Veste**

Zoals een ieder wel al gehoord had, gaan we met ingang van het voorjaar naar het hoofdgebouw van de Nieuwe Veste. Reden is, dat het gebouw waarin wij zaten, zal verdwijnen aan het einde van 2018.

In het vervolg gaat men via de hoofdingang naar binnen om dan links aan te houden bij de kluisjes langs naar lokaal 32 en 33. **Wel is het een vereiste is om op tijd te zijn, aangezien om 19.30 uur de deuren dicht gaan.** Dit moet wel zo om vreemde personen, die er niets te zoeken hebben, buiten de deur te houden. We hopen, dat u hier rekening mee houdt.

De auto kan nog wel op de parkeerplaats gezet, net als voorgaande jaren. Men moet alleen iets verder lopen.

---

### **Rooster herhalingslessen Voorjaar 2019** **Lestijd 19.30/21.30 uur**

#### **Les 1. Eerste Hulp, Let op gevaar!, Hulpverlener let op!**

Maandag	4	februari
Dinsdag	5	februari
Maandag	25	februari
Dinsdag	26	februari

#### **Les 2. Het menselijk lichaam en verband en hulpmiddelen**

Maandag	4	februari
Dinsdag	5	februari
Maandag	11	februari
Dinsdag	12	februari

#### **Les 3. Reanimatie en AED**

Maandag	11	februari
Dinsdag	12	februari
Maandag	25	februari
Dinsdag	26	februari
Maandag	4	maart
Maandag	4	maart

Opgave voor herhalingslessen/ reanimatie en AED via de website: [www.ehbocoevorden.nl](http://www.ehbocoevorden.nl)

16 t/m 24 februari 2019: voorjaarsvakantie  
**Maandag 11 maart 2019: jaarvergadering**

---

## **Handen Wassen/ hygiëne bij Eerste Hulp**

Iets waar we in Nederland niet echt bij stilstaan, omdat handen wassen voor ons heel normaal is. En wat we dan ook allemaal van jongs af aan leren om regelmatig te doen. Maar dat is helaas niet overal zo vanzelfsprekend. Handen wassen is in principe een basis-onderdeel van Eerste Hulp. Het voorkomt infecties, bacteriën en andere nareigheid. En Eerste Hulp is niet alleen handelen nádat een ongeval heeft plaatsgevonden, dankzij goede kennis van Eerste Hulp zijn ook veel ongevallen te voorkomen. En de kennis van handen wassen hebben we in ons land (bijna) allemaal. We hebben ook de mogelijkheden om altijd onze handen, met zeep, te wassen. Iets wat in veel landen helaas nog niet tot de mogelijkheden behoort. Overal ter wereld worden er - vooral in ontwikkelingslanden - door overheden en NGO's initiatieven ontplooid om handen wassen onder kinderen te vergroten.

(bron: [www.ehbo.nl](http://www.ehbo.nl))

---

## **Veel Nederlanders weten AED niet te vinden**

Meer dan een derde (34 %) van de Nederlanders weet niet, waar de dichtstbijzijnde AED (reanimatieapparaat) in hun directe omgeving hangt. En als ze het wel weten, is het nog maar de vraag of die AED bereikbaar is en niet achter een gesloten (kantoor)deur of winkelpand hangt, meldt de Hartstichting. "De kennis en de beschikbaarheid van AED's is nog steeds onvoldoende", aldus de organisatie. De Hartstichting wil, dat er in iedere buurt zo'n AED (automatische externe defibrillator) komt. Vaak hangen de AED's ook binnen en zijn ze daarom niet te vinden. Daar moet verandering in komen. In Coevorden hangen een redelijk aantal AED's. Echter ook in gebouwen, welke na 17.00 uur gesloten zijn.

(bron: [www.ehbo.nl](http://www.ehbo.nl))

---

## **Jonge ouders meer kans op woningbrand**

Uit brandrisicoprofielen blijkt dat jonge ouders een grotere kans op een woningbrand hebben dan gemiddeld. Tegelijkertijd lijkt deze groep zich minder bewust van dit risico, Jonge ouders gebruiken bijvoorbeeld vaker elektrische apparaten met een hoog brandrisico, zoals een wasdroger. Daarnaast is er in een druk gezin vaak minder tijd om na te denken over de risico's op brand. 40% van de jonge ouders maakt bijvoorbeeld het filter van de wasdroger niet na iedere droogbeurt schoon. Dit terwijl dit een – simpel te voorkomen - top 3 veroorzaker is van woningbrand. Daarnaast is het verontrustend dat 50% van de jonge ouders vooraf niet bespreekt wie bij brand welke kinderen in veiligheid brengt. Je durft er écht niet over na te denken wat er zal gebeuren als je tijdens een brand samen buiten staat en je kind blijkt nog binnen te zijn. Steeds meer jonge kinderen lopen brandwonden op. Weet u wat te doen? Het aantal jonge kinderen met brandwonden is in de afgelopen vijf jaar namelijk flink gestegen. Jonge kinderen hebben, vergeleken met de rest van de bevolking, drie keer zoveel kans om met een brandwond in de huisartsenpraktijk te komen. Met 'uitschieters' in de zomermaanden en rond de jaarwisseling. Vooral kinderen tussen de twaalf en achttien maanden hebben een grote kans om brandwonden op te lopen. Dit omdat ze in deze leeftijd leren staan en grijpen.

## EERSTE HULP BIJ BRANDWONDEN

Bel 112 bij:

- \* inademing van rook/hete gassen ook al heeft het slachtoffer geen klachten
- \* grote verbrandingen met blaren en/of een zwarte of grauwwitte huid

### Bel de huisarts of huisartsenpost:

- \* bij kleine verbrandingen met blaren en/of een zwarte of grauwwitte huid
- \* als een groot deel van de huid rood en gezwollen is
- \* bij ziekteklachten, zoals koude rillingen, koorts, misselijkheid, braken, hoofdpijn of hartkloppingen

Koel brandwonden tenminste 10 minuten met bij voorkeur lauw stromend water.

Koel alleen de brandwonden.

Zorg dat het slachtoffer verder zo min mogelijk afkoelt.

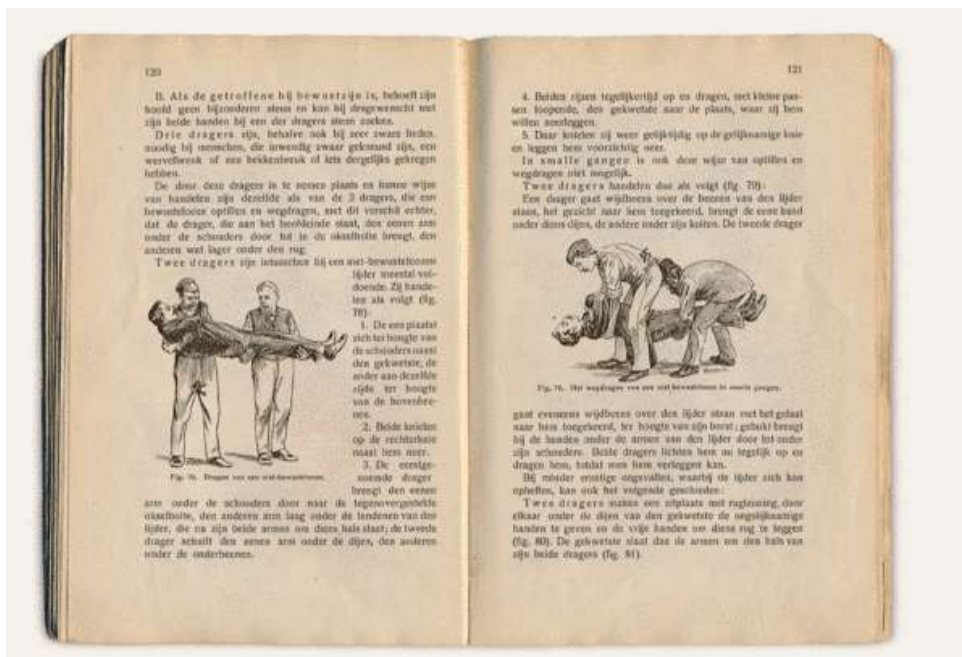
Smeer niets op blaren en/of op een zwarte of grauwwitte huid.

Dek brandwonden steriel of zo schoon mogelijk af, bijvoorbeeld met plastic huishoudfolie.

(bron: [www.ehbo.nl](http://www.ehbo.nl))

## Uit de oude doos: Vervoeren

Het lijkt allemaal zo logisch, maar het verplaatsen van een slachtoffer kan vrij ingewikkeld zijn. In veel gevallen hoef je een slachtoffer niet te verplaatsen en is het zelfs beter om dat niet te doen. Maar soms zal je wel moeten. Hoe deden ze dat vroeger en hoe gebeurt het nu?



Het blijft fascinerend om de allereerste uitgave van het Oranje Kruis boekje (1913) open te slaan. In deze uitgave wordt uitgebreid stilgestaan bij het onderwerp 'vervoer'. Diverse methodes worden hier besproken. Van het dragen van het slachtoffer door drie personen tot het gebruik van draagbaren. De diverse afbeeldingen laten zien op welke manieren slachtoffers vervoerd kunnen worden.

### Verplaatsen slachtoffers

Hoe leg je een slachtoffer op een draagbaar? Daar waren diverse methodes voor, waaronder de lift- en zweefmethode. Bij de zweefmethode (zijdellingse verplaatsing) waren drie personen nodig en bij de liftmethode (verticale verplaatsing) zelfs vier. Was er geen draagbaar in de buurt, dan was het mogelijk om een deken te gebruiken. Dit moest dan wel met totaal 6 personen gedaan worden en in nood met minimaal vier personen. Bij het vervoeren van een slachtoffer door meerdere personen is het handig dat je het een en ander afstemt.

## Rautekgreep

Het was de Oostenrijkse Jiu-Jitsu leraar Franz Rautek die de Rautekgreep, oftewel de noodvervoersgreep, halverwege de vorige eeuw bedacht. Deze greep is niet meer weg te denken uit de EHBO-cursussen. We gebruiken de Rautekgreep bij het verplaatsen van een slachtoffer dat niet lopen of hinkelen kan. Wanneer de Rautekgreep niet mogelijk is, mag je op een andere manier het slachtoffer weg te slepen. In principe verplaats je bij ernstig letsel iemand dus alleen in geval van gevaar. Gevaar kan ook de hete zon of een te koude plek zijn. Maar ook als iemand in de auto een hartstilstand heeft gehad en je deze uit de auto moet halen om te reanimeren. In die gevallen is de Rautekgreep erg handig.

## Ondersteunend verplaatsen

Eén methode is redelijk constant gebleven tijdens het bestaan van Het Oranje Kruis, namelijk het zogenaamde 'ondersteunend verplaatsen'. In plaats van je arm om iemand heen te doen, laat je nu het slachtoffer zelf hinkelen. Je loopt mee aan de gewonde zijde van het slachtoffer en laat het slachtoffer op je schouder steunen.

(bron: [www.ehbo.nl](http://www.ehbo.nl))

---

## De e-bike is immens populair, maar zorgt ook voor veel ongevallen

E-bikers zijn dit jaar maar liefst 25% meer betrokken geraakt bij een verkeersongeval dan in dezelfde periode vorig jaar. Dat blijkt uit onderzoek van het Algemeen Dagblad.



De e-bike is populair. Maar helaas brengt dat ook negatieve kanten met zich mee. Het aantal ongevallen alleen in de maand mei van dit jaar is toegenomen met maar liefst 70% vergeleken met mei 2017. 75 ongevallen vorig jaar tegenover 128 ongevallen in diezelfde maand dit jaar. Voor mede weggebruikers is het vaak lastig om de snelheid van de elektrische fietsen in te schatten, waardoor ze vaak van de zijkant worden aangereden. Een automobilist die een bocht wil maken denkt vaak nog voor de fietser langs te kunnen. Maar de e-bikes gaan sneller dan men denkt. (bron: [www.ehbo.nl](http://www.ehbo.nl))

**De gouden tip in het verkeer is dus ook met e-bikers van hoge waarde:**

***Leg oogcontact met degene die jou voorrang moet verlenen!***