



## Hulptips

### Wat doen in elke noodsituatie?

Print

Elke noodsituatie vraagt om dezelfde aanpak, die volgens vier stappen verloopt.

#### De vier stappen in eerste hulp

- Stap 1: Zorg voor veiligheid
- Stap 2: Beoordeel de toestand van het slachtoffer
- Stap 3: Alarmeer de hulpdiensten
- Stap 4: Verleen verdere eerste hulp

#### 1. Zorg voor veiligheid

Dode helden zijn slechte helpers. Daarom is veiligheid bij de hulpverlening de eerste prioriteit voor een eerstehulpverlener. Handel in deze volgorde om de veiligheid te verzekeren:

- Ga na wat er gebeurd is en wat de gevaren zijn voor jezelf, het slachtoffer en de omstaanders.
- Zorg voor de veiligheid: plaats een gevarendriehoek, zorg voor verluchting in een gesloten ruimte...
- Als je alleen bent met het slachtoffer, roep dan onmiddellijk luid om hulp.

#### 2. Beoordeel de toestand van het slachtoffer

##### Controleer het bewustzijn

- Ga na of het slachtoffer bij bewustzijn is: spreek het slachtoffer luid toe ("Gaat het?") en schud voorzichtig aan de schouders van het slachtoffer.
- Reageert het slachtoffer niet op die prikkels, dan mag je besluiten dat het bewusteloos is.
- Maak de luchtweg vrij
- Kantel het hoofd achterover en til de kin omhoog.

##### Controleer de ademhaling

- Controleer de ademhaling door gedurende maximaal 10 seconden te kijken, te luisteren en te voelen of het slachtoffer nog normaal ademt. Kijk of de borstkas op en neer gaat. Luister aan de mond en de neus naar ademhalingsgeluiden. Voel met je wang of er luchtstroom is.

#### 3. Alarmeer de hulpdiensten

- Verwittig de hulpcentrale 112.
- Stuur liefst iemand anders weg om te alarmeren en – indien beschikbaar – een automatische externe defibrillator (AED) te halen. Blijf zelf bij het slachtoffer.
- Als het niet anders kan, ga dan zelf alarmeren.
- Vermeld bij de alarmering steeds:
  - Wat er is gebeurd en wat de gevaren zijn.
  - Waar de hulpdiensten juist worden verwacht.
  - Wie de slachtoffers zijn en in welke toestand ze zich bevinden.

[Meer info over alarmeren.](#)

#### 4. Verleen verdere eerste hulp

- Verleen na de alarmering gepaste eerste hulp tot aan de komst van gespecialiseerde hulp.
- Controleer geregeld bewustzijn en ademhaling.
- Vermeld jouw bevindingen bij de komst van gespecialiseerde hulp.
- Handel steeds volgens de basisprincipes van eerste hulp :
  - Blijf rustig in een noodsituatie.
  - Vermijd besmetting: trek indien mogelijk wegwerphandschoenen aan.
  - Handel als eerstehulpverlener
  - Zorg voor het comfort van het slachtoffer: bescherm het bijvoorbeeld tegen koude of warmte.
  - Verleen psychosociale eerste hulp.
  - Houd rekening met emotionele reacties nadien.

#### Rode Kruis-Vlaanderen

Motstraat 40  
2800 Mechelen  
Tel: 015 44 33 22  
Fax: 015 44 33 11  
E-mail: [info@rodekruis.be](mailto:info@rodekruis.be)  
IBAN: BE28 0960 0000 9620  
BIC: GKCCBEBB

© 2012 Rode Kruis-Vlaanderen | [disclaimer](#) -

Part

6