

# 13 TIPS VOOR EERSTE HULP BIJ KINDERONGELUKKEN



Vertel alles wat je gaat doen en laat het kind als dat kan meekijken. Leid het kind af als hij het eng vindt of laat het meehelpen zodat hij voelt dat hij serieus genomen wordt. Wees eerlijk over pijn richting het kind.

## 1 VERSLIKKING KIND

Kan het kind nog hoesten, moedig het dan aan door te hoesten. Grijpt het kind naar de keel, kan het niet meer hoesten of praten, stoot dan met de hiel van de hand 5 keer tussen de schouderbladen. Als het voorwerp er niet uit komt pas dan 5 maal de handgreep van Heimlich toe. Laat altijd een arts het kind nakijken als deze greep is toegepast. Reageert het kind niet meer, bel 112 en start de reanimatie.

## 2 VINGER TUSSEN DE DEUR

Spoel met lauw stromend water of koel, niet langer dan 20 minuten, tegen de pijn met een cold pack of ijs in een zakje wat omwikkeld is met een doek. Vermoed je een botbreuk of twijfel je tussen een kneuzing en een breuk: beweeg de vinger niet en schakel een arts in.

## 3 SCHAAFWONDEN

Spoel het eventuele vuil, grind, zand etc., uit de wond. Dep de omgeving van de wond droog met een schone doek. Kleine schaafwonden kun je aan de lucht laten drogen, grotere dek je af met een pleister of gaasje dat niet aan de wond plakt. Ga naar een arts met grote of hele vuile schaafwonden of wonden in het gezicht.

## 4 BLOEDNEUS

Laat het kind 1 keer de neus goed snuiten en zet hem in een 'schrijfhouding'. Knijp de neus net boven de neusvleugels 10 minuten dicht. Laat voorzichtig los en zeg het kind even de neus niet te snuiten. Komt er bloed uit de neus door een slag of stoot op de neus, laat dan een arts nakijken of de neus gebroken is.

## 5 INSECTENSTEЕК OF -BEET

Als er nog een angel in de huid zit schraap deze er voorzichtig met een vingernagel uit. Zit er een gifzakje aan de angel, let erop dat deze niet kapot gaat. De steekplaats mag je 10 minuten koelen met een cold pack tegen de pijn en eventuele zwelling. Is het kind in de mond of keel gestoken: schakel zo snel mogelijk een arts in.

## 6 TAND DOOR DE LIP

Laat het kind als er bloed in de mond is dit uitspugen. Leg daarna een steriel gaasje over de wond op de lip en druk hier 10 minuten lang op. Als het kind dit kan, laat hem dit zelf doen.

## 7 HIK

Laat het kind stil zitten en vraag het zolang als hij kan de adem in te houden. Daarna langzaam laten ademen. Eventueel dit herhalen tot de hik ophoudt.

## 8 BLAREN

Als de blaar ontstaan is door druk op de huid, reinig hem met schoon water en zeep. Droog de blaar en de huid er omheen, laat de blaar heel. Dek de blaar af met een blarenpleister of gewone pleister. Prik blaren alleen open als ze heel erg hinderen. Ontsmet de blaar en de huid er omheen voordat je een paar keer een klein gaatje aan de zijkant in de blaar prikt. Druk voorzichtig het vocht uit de blaar en denk hem daarna steriel af.

## 9 SPLINTER

Was de wond voorzichtig met warm water en zeep. Pak met een zo schoon mogelijke pincet de splinter beet en trek hem uit de huid in de richting waarin hij erin is gegaan. Ontsmet de wond en plak er een pleister op.

## 10 EEN VOORWERP IN DE NEUS

Kan het kind de neus snuiten, duw het vrije neusgat dicht en laat hem snuiten. Komt het voorwerp er niet uit, schakel dan de arts in.

## 11 BRANDWOND

Koel de brandwond minimaal 10 minuten door er lauw water zacht overheen te laten stromen. Gebruik geen brandzalf om infecties te voorkomen. Is de brandwond erg groot, zit het in het gezicht of raakt het kind bewusteloos: bel 112.

## 12 VUILTJE OF VliegJE IN HET OOG

Vraag of het kind het hoofd ietsje achterover wil doen. Ga achter het kind staan en spreid met je schone handen de oogleden van het kind. Spoel het oog voorzichtig met lauw water vanaf de neus. Je kunt als dit niet lukt, ook proberen met de punt van een zo schoon mogelijke zakdoek het vuiltje eruit te krijgen. Lukt ook dit niet, schakel dan een arts in.

## 13 VAL UIT SPEELTOESTEL

Reageert het kind niet, kijk of het nog ademt. Bel altijd als het kind bewusteloos is, of is geweest, 112. Als het kind ook niet ademt, start de reanimatie. Is het kind bij, en is het van een hoogte gevallen, beweeg het kind niet en bel 112.