EHBO checklist

By Checklist Wizard

- [ ] Basis
  - [ ] Let op eigen veiligheid - denk aan verkeer, gevaarlijke stoffen, elec-triciteit
  - [ ] Beweeg of verplaats een (mogelijk) ernstig gewond slachtoffer niet. Be-halve bij gevaar.
  - [ ] Bescherm een slachtoffer tegen oververhitting of onderkoeling
- [ ] Eerste Hulp bij vergiftiging
  - [ ] Bel 112 bij vergiftigingen
  - [ ] Geef door om welke vergiftiging het gaat
  - [ ] Neem of geef de verpakking of resten mee
- [ ] Eerste Hulp bij bloeding, grote wonden
  - [ ] Geef bij actieve bloedingen directe druk op de wond
  - [ ] Gedurende 10 minuten
  - [ ] Gebruik hierbij een verband of schone doek
  - [ ] Afhankelijk van de grootte van de wond of infectiegevaar gaat u naar de (huis)arts.
- [ ] Eerste Hulp bij bewusteloosheid
  - [ ] Om verstikking te voorkomen - draai een op de rug liggend bewusteloos slachtoffer op de zij
  - [ ] Bij braken
  - [ ] Bij bloedverlies in de mond
  - [ ] Als u hem alleen moet laten
- [ ] Eerste Hulp bij brandwonden
  - [ ] Koel brandwonden tenminste 10 minuten met bij voorkeur lauw stromend water
  - [ ] Koel alleen de brandwonden
  - [ ] Bescherm het slachtoffer verder tegen afkoeling
  - [ ] Smeer niets op de wond
  - [ ] Dek brandwonden steriel of zo schoon mogelijk af
  - [ ] Ga naar een arts bij
  - [ ] Blaren
  - [ ] Ernstige brandwonden

Customize, print, share & USE this list at: nl.checklist.com/ehbo-checklist

- [ ] Brandwonden op het gezicht, gewrichten, handen, voeten en geslachtsorganen
- [ ] Brandwonden door electriciteit of chemische stoffen
- [ ] Bij inademing van rook/hete gassen

- [ ] Eerste Hulp bij verslikken/ verstikking
  - [ ] Stoot bij ernstige verslikking met de onderkant van uw hand tussen de schouderbladen, ondersteun de borstkas hierbij
  - [ ] Heeft dit niet het gewenste effect doe dan het volgende
  - [ ] Ga achter het slachtoffer staan
  - [ ] Sla uw armen rond de borstkas
  - [ ] Plaats uw vuist met de duim in de hand tussen navel en onderkant borstbeen.
  - [ ] Omvat deze vuist met de andere hand en trek beide handen met een ruk schuin omhoog naar u toe
  - [ ] Wissel deze handelingen af
  - [ ] Laat 112 bellen wanneer dit niet helpt.
  - [ ] Ga na deze handelingen met kinderen altijd naar de (huis)arts.
- [ ] Eerste Hulp bij kneuzing of verstuiking
  - [ ] Koel om de pijn te bestrijden minstens 10 minuten met water, gebruik eventueel ijs of een coldpack
  - [ ] Leg een doek tussen coldpack/ijs om bevriezing tegen te gaan.
  - [ ] Geef rust aan het getroffen lichaamsdeel.
  - [ ] Is er sprake van een forse zwelling, denkt u aan een breuk of blijft de pijn ondanks rust, neem dan contact op met uw (huis)arts.
- [ ] Eerste Hulp bij gebroken arm of been
  - [ ] Gebroken arm
  - [ ] Ga naar het ziekenhuis
  - [ ] Laat het slachtoffer zelf de arm vasthouden
  - [ ] Gebroken been
  - [ ] Beweeg het been niet
  - [ ] Leg een dekenrol/jassen langs een gebroken been en bel 112
- [ ] Symptomen botbreuk
  - [ ] Pijn
  - [ ] Onvermogen op het betreffende lichaamsdeel te bewegen

- ☐ Zwelling
- ☐ Soms een abnormale stand