

EERSTE HULP BIJ KINDEREN.

VOOR GASTOUDERS

## INHOUDSOPGAVE

	<i>PAGINA</i>
<b>ADVIEZEN VOOR EEN VEILIG HUIS</b>	<b>1</b>
<b>Advies voor ouders van kinderen 0 tot 6 maanden</b>	<b>2</b>
<b>Advies voor ouders van kinderen 6 tot 12 maanden</b>	<b>3</b>
<b>Advies voor ouders van kinderen 1 en 2 jaar</b>	<b>4</b>
<b>Advies voor ouders van kinderen 2 tot 5 jaar</b>	
<b>Advies voor ouders van kinderen 5 t/m 12 jaar</b>	<b>5</b>
<b>Adviezen naar soort ongeval</b>	<b>6/7</b>
<b>Voorkom wondinfectie</b>	
<b>Tips om insectenbeten te voorkomen</b>	
<b>Veilig uit school</b>	<b>8</b>
<b>Verbanddoos voor privé gebruik</b>	<b>9</b>
<b>Eerst hulp bij ongelukjes</b>	<b>10</b>
<b>Eerste hulp bij vergiftigen</b>	<b>16</b>
<b>Top tien van gevaarlijke stoffen</b>	<b>17</b>
<b>Giftige planten</b>	<b>18</b>
<b>Brandwonden</b>	<b>19</b>
<b>Oorzaken brandwonden, brand blussen, rookmelders etc.</b>	<b>20</b>

## **ADVIEZEN VOOR EEN VEILIG HUIS**

### ***In de gang:***

- Doe de kelderdeur op slot
- Monteer traphekjes (boven en onderaan de trap)
- Gebruik deurspleet beveiligers
- Schermbanden af tot 1.5 m hoogte
- Plaats rookmelders

### ***In de woonkamer:***

- Bewaarkans - en rookwaren buiten bereik van de kinderen
- Monteer beveiligingsplaatjes op stopcontacten
- Gebruik vonkenscherm bij de open haard
- Zet beklimbare kastjes vast aan de muur
- Neem geen giftige planten in huis
- Leg antislipmat of laag onder vloerkleed
- Plaats stoothoekjes op hoeken van bijv. tafels
- Gebruik placemats in plaats van tafelkleed

### ***In de keuken:***

- Monteer kinderslotjes op laden en kastjes met gevaarlijke inhoud
- Berg lucifer en aanstekers op
- Breng fornuisrekje aan
- Schermbanden ovenruit af
- Kort elektriciteit snoeren in en werk ze weg

### ***In de badkamer:***

- Hang medicijnkastje niet in de badkamer
- Leg antislip materiaal op bodem van bad en douche
- Hou cosmetica, zeep, shampoo, scheermesjes en dergelijke buiten bereik van kinderen
- Berg medicijnen buiten het bereik van kinderen op
- Breng thermostaatkranen aan

### ***In de slaap – en of kinderkamer:***

- Voorzie ramen van goede sluiting of raambeveiliger
- Leg alles neer voor het verschonen van de baby binnen handbereik
- Zet het bed niet te dicht bij verwarming of gordijnkoord
- Zorg er voor dat de ruimte tussen de spijlen van het bed niet groter is dan 6 tot 7.5 cm

***Op het balkon:***

Haal beklimbaar materiaal, zoals tafeltjes en krukjes weg  
Zet geen schadelijke planten neer  
Voorkom dat het kind over het balkon - rek kan klimmen

***In de tuin:***

Leg zacht zand of gras onder de schommel of het speeltoestel  
Scherm vijvertjes af met bijvoorbeeld een hekje  
Doe de schuur op slot  
Sluit de tuin goed af

<b><i>ADVIES VOOR OUDERS VAN KINDEREN VAN 0 – 6 MAANDEN</i></b>
---

***Voorkom:******Vallen:***

van commode, tafel of bed  
Blijf bij het kind  
Zet een wipstoeltje altijd op de grond

***Verbranden:***

Aan kruik of badwater  
Controleer eerst temperatuur van badwater

***Verstrikken:***

Verwijder kleine voorwerpen en losse koortje uit de wieg  
Gebruik geen kussen, dekenklem, trappelzak of tuigje in bed  
Laat het kind niet alleen met een flesje  
Zorg er voor dat de speen niet loszit en controleer regelmatig  
of dit niet het geval is  
Geef alleen speelgoed waarvan de doorsnee groter is dan 4 cm.

***Letsel door een botsing:***

Gebruik in de auto een goedgekeurd kinderzitje

***Verdrinking:***

Laat uw kind nooit alleen in bad

## **ADVIES VOOR OUDERS VAN KINDEREN VAN 6 TOT 12 MAANDEN**

### **Voorkom:**

**Vallen:** gebruik een tuigje in kinderstoel en wandelwagen  
Gebruik een anti slipmatje in bad  
Monteer een traphekje boven – en onderaan de trap

### **Verstikken, snijden en beknellen:**

Ruim kleine scherpe voorwerpen op  
Koop geen speelgoed met losse onderdelen  
Breng deurspleet beveiligers aan.

Monteer een goedgekeurd fietsstoeltje en zadelveer beschermers op uw fiets.

### **Verbranden:**

Zet hete dranken buiten bereik van kinderen  
Gebruik een fornuisrekje, breng ovendeur beschermers aan  
Laat uw kind nooit alleen bij open vuur

### **Vergiftiging:**

Zet planten, cosmetica, sigaretten, schoonmaakmiddelen, medicijnen en andere gevaarlijke stoffen buiten het bereik van kinderen

## ADVIES VOOR OUDERS VAN KINDEREN VAN 1 EN 2 JAAR

### **VOORKOM:**

#### **VALLEN**

Bevestig veiligheidssloten op deuren en ramen. Gebruik antislipmateriaal op de trap, onder het vloerkleed en in de badkamer verwijder stoelen en tafeltjes bij raam of balkon

#### ***Snijden, verstikken, beknellen:***

Scherp de onderkant van glazen deuren af  
berg plastic zakken op en gebruik een deurklem

#### ***Vergiftiging:***

Monteer veiligheidslotjes op laden en deurtjes

#### ***Dierenbeten:***

Laat het kind niet alleen met een huisdier

#### ***Verdrinken:***

Scherp open water af ( tuinvijvers, sloten )

#### ***Stroomstoten:***

Beveilig stopcontacten

## **ADVIES VOOR OUDERS EN KINDEREN VAN 2 TOT 5 JAAR**

### **Voorkom**

#### **Vallen:**

Bevestig veiligheidssloten op ramen en deuren  
Gebruik antislip materiaal op de trap, onder het vloerkleed en badkamer  
Verwijder stoelen of tafeltjes bij raam of balkon

#### ***Snijden, verstikken, beknellen:***

Scherm de onderkant van glazen deuren af  
Berg plastic zakken op  
Gebruik deurklem

#### ***Vergiftiging:***

Monteer veiligheidsslotjes op laden en deurtjes

#### ***Dierenbeten:***

Laat kinderen niet alleen met een huisdier

#### ***Verdrinking:***

Scherm open water af ( tuinvijvers, sloten )

#### ***Stroomstoten:***

Beveilig stopcontacten

#### ***Zwemles:***

Vanaf vier jaar kan uw kind naar zwemles  
Let er ook op dat als uw kind op zwemles zit dat het nooit zonder begeleiding gaat zwemmen.

## **ADVIES VOOR OUDERS VAN KINDEREN VAN 5 TOT EN MET 12 JAAR**

### **VOORKOM:**

Kinderen in deze leeftijd spelen veel op straat. Hierbij vallen ze veelvuldig, Veel onnodige verwondingen. Wijs de kinderen op de gevaren en let goed op.

## ADVIEZEN NAAR SOORT ONGEVAL

Bijna een derde van de ongevallen in Nederland vindt plaats in en om het huis.

Dit is behoorlijk verontrustend. U kunt zulke ongevallen helaas niet altijd voorkomen. Maar met de juiste preventie maatregelen bent u een eind op weg.

De volgende tabel informeert u per leeftijd categorie ( 0-6 maanden, 6-12 maanden, 1-2 jaar, 2-5 jaar en 5 tot en met 12 jaar) over dingen die u zelf kunt doen om ongevallen met uw kind in en om het huis te voorkomen.

<b>DE MEEST VOORKOMENDE ONGEVALLEN</b>	0-6 mnd.	6-12 mnd.	1-2 jaar	2-5 jaar	5-12 jaar
<b>BEKNELLEN</b> Breng deurspleet beveiligers aan. Monteer goedgekeurd Fietsstoeltje en jasbeschermer op uw fiets.		+	+	+	
Schermbodem van glazen deuren af en gebruik deurklemmen			+	+	
<b>DIERENBETEN</b> Laat uw kind niet alleen met een huisdier	+	+	+	+	
<b>ELEKTRISCHE SCHOK</b> Beveilig stopcontacten in huis		+	+	+	
<b>LETSEL DOOR EEN BOTSING</b> Zorg voor goedgekeurd kinderzitje in de auto. Vanaf drie jaar kunt u een zitkussen gebruiken	+	+	+	+	+
<b>SNIJDEN</b> Ruim kleine scherpe voorwerpen op		+	+	+	
Pas op met hobbymesses en zagen. Laat kinderen onder begeleiding klusjes doen. Berg gevaarlijk gereedschap goed op.					+
<b>STOTEN</b> Bevestig beschermhoekjes op de scherpe randen en punten in huis		+	+	+	
<b>VALLEN</b> Gebruik een aankleedkussen. Blijf er bij als uw kind op de kommode ligt en zorg dat alle spullen binnen handbereik staan. Zet een wipstoeltje altijd op de grond.	+	+	+		
Gebruik een tuigje in stoel en wandelwagen. Monteer traphekjes boven en onder aan de trap. Gebruik antislip op de trap. Gebruik dit ook onder vloerkleden en in de badkamer. Ruim speelgoed op.		+	+	+	
Gebruik pols – en kniebeschermers bij in-line skaten. Beginnende fietsers: draag een fietshelm.					+
Bevestig veiligheid sloten op ramen en deuren, verwijder beklimbare voorwerpen van het balkon.			+	+	



<b>VERBRANDING</b> Zet hete vloeistoffen buiten bereik van kinderen. Breng rookmelders aan. Controleer altijd de temperatuur van kruik en badwater.	+	+	+	+	
Gebruik een fornuisrekje of draai de stelen van de pannen naar achteren. Breng ovendeur beschermers aan. Laat uw kind nooit alleen met open vuur.		+	+	+	
Spuit geen spiritus, benzine e.d. op open vuur. Pas op met spuitbussen en aanstekers bij open vuur.					+
<b>VERDRINKING</b>	+	+	+	+	+
Laat uw kind nooit alleen in bad of in de buurt van (ondiep) water					
Scherp open water af (bijvoorbeeld tuinvijvers)			+	+	
Vanaf vier jaar kan uw kind op zwembad. Vertel het kind wanneer het door het ijs zakt en onder het ijs terechtkomt, het naar de donkere plek moet zwemmen. Ligt er sneeuw op het ijs, dan moet het naar de lichte plek zwemmen.				+	+
<b>VERGIFTIGING</b> Hou giftige stoffen (zoals cosmetica, sigaretten, geneesmiddelen en schoonmaakmiddelen) buiten bereik van kinderen. Zet veiligheidshaakjes/slotjes op laden en deuren. Waarschuw bij vergiftiging direct een arts en volg de adviezen op van de arts.	+	+	+	+	+
<b>VERSTIKKING</b> Laat uw kind niet alleen met de zuigfles en controleer regelmatig de speen op zwakke plekken. Verwijder kleine voorwerpen en losse koortjes uit de wieg.	+	+			
Geef alleen speelgoed waarvan de doorsnee groter is dan 4 cm. Gebruik geen kussen, dekenklem, trappelzak of tuijge bed.	+	+	+		
Kom niet op zandafgravingen en bouwplaatsen.					+
Ruim kleine scherpe voorwerpen op. Zorg ervoor dat het speelgoed niet uit losse onderdelen bestaat die het kind in zijn mond kan stoppen.	+	+	+		
Berg plastic zakken en ballonnen op.	+	+	+	+	+
<b>VINGER OF VOET TUSSEN DE DEUR, SPAKEN OF ZADELVEER.</b> Maak gebruik van een deurbuffer of een deurklem of leg een handdoek over de deur. Gebruik jasbeschermers, een goedgekeurd kinderstoeltje en een zadelveer beschermer.		+	+		

## ***VOORKOM WONDINFECTIE***

Vuistregels om wondinfectie te voorkomen:

1. Reinig de wond. Spoel de wond voorzichtig schoon met zacht stromen leidingwater.
2. Ontsmet de wond. Gebruik ontsmettingsmiddelen.
3. Dek de wond af. Gebruik hiervoor een droog gaasje en plak op kleine wonden een wondpleister.
4. Koel brandwonden en dek ze steriel af. Gebruik hiervoor een gaasje of een metaline kompres.

## ***WAARSCHUW BIJ TWIJFEL DE HUISARTS.***

**Let op: gebruik Betadine – producten niet op grote huidoppervlakten of bij een overmatige schildklier.**

## **TIPS OM INSECTEBETEN TE VOORKOMEN**

- Dek zoetigheid af
- Graaf niet met blote handen in een hoop aarde
- Laat kinderen altijd met een rietje drinken
- Laat kleine kinderen nooit met blote voeten lopen
- Pas op met drinken van limonade uit een glas of beker
- Sla niet naar wespen, ze komen dan juist op u af!
- Eet niet buiten als er veel bijen of wespen zijn

## **VEILIG UIT SCHOOL**

- LET OP! Haal uw kind veilig uit school
- Wacht niet aan de overkant van de straat
- Uw kind ziet u staan, denkt nergens meer aan en de straat over
- Parkeer uw auto niet voor de school
- Kinderen hebben daardoor geen zicht op het naderende verkeer
- Hou uw kind altijd in de gaten. Ook als u met de juf of meester in gesprek bent
- Meldt het aan de juf of meester als iemand anders het kind uit school komt halen.

## **VERBANDDOOS VOOR PRIVE GEBRUIK**

Voor een verbanddoos voor gebruik in de privé-sfeer wordt de volgende minimuminhoud aanbevolen:

- 2 snelverbanden nr. 1
- 1 snelverband nr. 2
- 1 zakje witte watten à 10 gram
- 6 steriele gaasjes 16/16
- 3 hydrofiele zwachtels, 4m lang en 6 cm breed
- 2 driekante doeken
- 1 rol kleefpleister 2.5 cm breed en 5 m lang
- 1 assortiment pleisterverband met wondkussen
- 1 verbandschaar
- 6 veiligheidsspelden

De verbanddoos kan worden aangevuld met:

- 2 rollen vette watten, 2m lang en 10 cm breed
- 2 cambric zwachtels, 4 m lang en 8 cm breed
- 1 flesje betadine jodium
- 1 koortsthermometer
- 1 splinterpincet ( van metaal)
- 1 tekenpincet

### **Houdbaarheidsdatum verbanddoos:**

Controleer minimaal één keer per jaar de houdbaarheidsdatum van de inhoud van uw verbanddoos.

### **Plaats verbanddoos:**

De verbanddoos niet in de badkamer plaatsen, vocht tast de kwaliteit van de inhoud aan.

## ***EERSTE HULP BIJ ONGELUKJES***

### **Beet van hond of kat:**

- **DOEN:** wond schoonmaken met water en ongeparfumeerde zeep. Desinfecteren met betadine jodium of –zalf. Wond snel afdekken met gaas. Ga altijd naar de huisarts of eerste – hulpafdeling. Gevaar voor infectie. Soms is een antitetanus -injectie noodzakelijk.
- **NIET DOEN:** niet schoonmaken met geparfumeerde zeep.
- Wond niet desinfecteren als u naar de arts gaat i.v.m. wondbeoordeling en twee keer pijnigen van het slachtoffer.

### **Berenklauwondjes:**

- **DOEN:** Spoel de wond minimaal 5 minuten af met lauw stromend water. Waarschuw een arts.
- **NIET DOEN:** prik de blaren niet door. Gebruik geen zalf of iets dergelijks.

### **Bloedende grote wond:**

- **DOEN:** Steriel afdekken met snelverband of wondsnelverband en ga naar een arts. Geen verbandmiddelen in huis? Gebruik dan een maandverband of een schone theedoek.
- **NIET DOEN:** maak de wond niet schoon en ontsmet de wond niet.

### **Bloedende kleine wond:**

- **DOEN:** Schoonsoelen onder de kraan. Desinfecteer met bijvoorbeeld betadine oplossing. Gebruik een betadine – wondpleister als dat nodig is.
- **NIET DOEN:** dep de wond niet met droge watten.

### **Bloedneus:**

- **DOEN:** in schrijfhouding gaan zitten. Knijp met een duim en wijsvinger de neus tien minuten dicht onder het neusbeen tegen het neustussenschot. Door de mond ademen. Houdt de bloeding aan, ga dan naar de huisarts.
- **NIET DOEN:** leg geen ijs in de nek, laat het slachtoffer het bloed niet inslikken, wrijf niet over de neus en hou het hoofd niet achterover.

### **Botbreuk:**

( het lichaamsdeel kan niet bewegen, doet pijn en is soms te herkennen aan de vreemde stand van het lichaamsdeel)

- **DOEN:** Geef het gebroken lichaamsdeel rust en steun zonder dat het beweegt. Bij een gebroken arm mag u het kind wel voorzichtig optillen en vervoeren. Ga daarom bij een gebroken arm naar de eerste hulp- afdeling van het ziekenhuis. Als het kind een gebroken been heeft, bel dan het alarmnummer 112.
- **NIET DOEN:** til het kind niet op als het een gebroken been heeft en verander de houding van het lichaamsdeel waar de breuk in zit niet.

### **Brandwonden/ verbranding:**

- **DOEN:** Laat het kind de kleding aanhouden, VERWIJDER EEN LUIER (hier gaat de hete vloeistof inzitten) en spoel de brandwonden tien tot vijftien minuten af met zacht stromend lauw water. Laat het water niet rechtstreeks op de wond komen. Raadpleeg een arts bij grote diepe verbrandingen ( tweede graads groter dan een euro ) en dek de wond steriel af met een gaasje of een schone theedoek.
- **NIET DOEN:** trek de kleding niet los. Smeer geen zalf of crème op de brandwond, raak de wond niet aan en leg het slachtoffer niet in een koud bad.

### **Elektriciteitsongeval:**

- **DOEN:** verbreek direct het contact tussen het kind en de stroombron. Zet bijvoorbeeld de hoofdschakelaar uit, haal de stop uit de stoppenkast of haal de stekker uit het stopcontact. Let hierbij ook op uw eigen veiligheid. Bel het alarmnummer 112. Pas mond op mond beademing toe als het kind niet meer ademt. Kijk bij brandwonden onder het kopje “ Brandwonden”.
- **NIET DOEN:** raak het kind niet aan voordat u de stroombron hebt uitgeschakeld. Knip het snoer niet door.

### **Glasscherfwond:**

- **DOEN:** raadpleeg een arts.( knip gaasje gedeeltelijk door en leg dit voorzichtig om glas heen, glas zichtbaar houden. Pak vervolgens een rolletje dat groot genoeg is om over het glas te zetten en leg dit m.b.v. een zwachtel vast.
- **NIET DOEN:** haal de glasscherf er zelf niet uit.

### **Hersenschudding:**

- **DOEN:** Laat het kind rusten als het bewusteloos is geweest en raadpleeg de huisarts. Na 30 minuten moet het kind weer de oude zijn. Let op abnormaal gedrag. Laat het kind liggen en verplaats het niet.
- **NIET DOEN:** leg het kind niet plat in een donkere kamer en laat het niet de hele nacht doorslapen.

### **Insectenbeet van wesp, bij of mug:**

- **DOEN:** probeer de angel te verwijderen met een pincet en zuig het gif uit de wond
- Met behulp van een uitzuigzet, niet met de mond.
- Leg een nat kompres op bultjes en jeukende of pijnlijke plekken. Gebruik eventueel een jeuk – of pijnstillend middel.
- **NIET DOEN:** krab de beet niet open.

### **Kneuzingen ( blauwe plekken)**

- **DOEN:** koel de plek gedurende 10 tot 15 minuten onder de kraan af met ijsblokjes die zijn ingepakt in een doek. Laat het gekneusde lichaamsdeel rusten en leg het hoger dan de rest van het lichaam. Als u twijfelt of het om een botbreuk gaat, raadpleeg dan een arts.
- **NIET DOEN:** beweeg het gekneusde lichaamsdeel niet en verwarm het ook niet. Leg ijs niet direct op de huid.

### **Neus ( vreemd voorwerp in de neus gestopt)**

- **DOEN:** laat het kind de neus snuiten en hou daarbij het niet verstopte neusgat dicht. Als het voorwerp in de neus blijft, ga dan naar de huisarts.
- **NIET DOEN:** ga zelf niet peuteren met uw vinger of een scherp voorwerp.

### **Oogletsel:**

- **DOEN:** haal het vuiltje met de punt van een schone zakdoek weg. Als er een vreemd voorwerp in het oog zit, raadpleeg dan een arts. Bijtende stof in het oog? Spoel het geopende oog dan 30 minuten met lauw stromend water uit de handdouche. Raadpleeg een arts.
- **NIET DOEN:** wrijf niet in het oog en verwijder het voorwerp niet zelf. Veeg niet over de iris (het gekleurde gedeelte van het oog).

### **Oor (vreemd voorwerp in het oor gestopt)**

- **DOEN:** ga direct naar de huisarts.
- **NIET DOEN:** peuter zelf niet in het oor met uw vingers of een scherp voorwerp.

### **Schaafwonden:**

- **DOEN:** reinig de wond met water. Desinfecteer de wond met betadine. Dek de wond eventueel af met een steriel gaas.
- **NIET DOEN:** maak de schaafwond niet met watten schoon en plak de wond niet af.

### **Snijwonden groot:**

- **DOEN:** dek de wond steriel af met snelverband of wondsnelverband en ga naar een arts. Geen verbandmiddelen in huis? Gebruik dan maandverband of een schone theedoek.
- **NIET DOEN:** maak de wond niet schoon en ontsmet niet.

### **Snijwonden klein:**

- **DOEN:** spoel de wond schoon onder de kraan. Desinfecteer met bijvoorbeeld betadine- oplossing. Gebruik een betadine wondpleister als dat nodig is.
- **NIET DOEN:** dep de wond niet met droge watten.

### **Splinter:**

- **DOEN:** trek de splinter er in de lengterichting voorzichtig uit met een pincet.
- **NIET DOEN:** bedek de splinter niet met een pleister

### **Tandletsel (uitgeslagen tand)**

- **DOEN:** direct naar de tandarts. Neem de tand mee. Bewaar de tand onder uw tong ( in verband met de zuurgraad van het speeksel, bovendien kan het kind de tand in paniek doorslikken) of in een bekertje met alleen halfvolle of volle melk.
- **NIET DOEN:** zet de tand niet zelf terug in de mond. Bewaar de tand niet in water. Pak de tand niet bij de wortel vast

### **Tekenbeet:**

- **DOEN:** verwijder de teek het liefst met een teektang of anders met een puntige pincet. Maak een draaiende en trekkende beweging tot de teek loslaat. Verwijder de teek zonder het lijf in te drukken. Probeer de teek in het geheel te verwijderen, als dit niet lukt raadpleeg een huisarts. Normaal blijft er een stukje van de zuignuit van de teek achter. Die is niet besmet en zal na enkele dagen vanzelf uit de huid komen. Ontsmet het wondje hierna grondig met betadine – jodium. Als er een allergische reactie optreedt, raadpleeg dan een arts. ( eventueel tot 3 maanden na de beet ). Noteer wanneer en waar het kind is gebeten.
- **NIET DOEN:** probeer de teek niet te verdoven.

### **Vallen op grind:**

- **DOEN:** reinig de wond met water. Desinfecteer met bijvoorbeeld betadine. Dek de wond eventueel af met een steriel gaasje.
- **NIET DOEN:** maak de schaafwond niet met watten schoon en dek de wond niet af.

### **Verslikken of stikken bij kinderen t/m ongeveer 5 jaar**

- **DOEN:** verwijder het voorwerp met twee vinger uit de mond of keel, alleen als u er goed bij kunt, anders drukt u het er verder in. Lukt dit niet, leg het kind dan over de arm of knie en klop met de vlakke hand tussen de schouderbladen. Hou het kind met het hoofd voorover en hou één schouder vast.
- **NIET DOEN:** til het kind niet ondersteboven aan de voeten op om tussen de schouderbladen te slaan. Bij baby's het hoofdje goed ondersteunen.

### **Verslikken of stikken bij kinderen t/m ongeveer 6 jaar**

- **DOEN:** hou het hoofd voorover en geef met de vlakke hand 5 klappen tussen de schouderbladen. Geeft dit geen resultaat, neem het kind dan op schoot en duw krachtig 5 keer op de buik. Wissel dit net zolang af tot het voorwerp is verwijderd. Verwijder als het lukt het voorwerp voorzichtig met de vinger uit de mond of keel.
- **NIET DOEN:** laat het kind niet drinken.



### **Vinger inde fles**

- **DOEN:** hou de fles omhoog. Gaat de vinger niet direct uit de fles laat dan vloeibare zeep langs de vinger in de fles lopen en draai de fles rond. Lukt dit niet ga dan naar een arts.
- **NIET DOEN:** trek niet met geweld aan de fles. Sla de fles niet kapot.

### **Vinger tussen de deur**

- **DOEN:** koel de plek gedurende tien vijftien minuten onder de kraan of met ijsblokjes die zijn ingepakt in een doek. Laat het gekneusde lichaamsdeel rusten en leg het hoger dan de rest van het lichaam. Als u twijfelt of het om een botbreuk gaat, raadpleeg dan een arts.
- **NIET DOEN:** beweeg het gekneusde lichaamsdeel niet en verwarm het ook niet. Leg niet direct ijs op de huid.

### **Zonnebrand**

- **DOEN:** spoel de verbrande plek met enigszins lauw water af. Ga op tijd uit de zon. Laat kinderen een petje dragen en smeer ze in met zonnebrandcrème.
- **NIET DOEN:** verbind de verbrande plek niet. Smeer de plek niet in met vaseline.

## ***EERSTE HULP BIJ VERGIFTIGINGEN***

Voorkom vergiftiging:

- Zorg dat kinderen niet altijd overal bij kunnen
- Meng nooit schoonmaak middelen met chloorbleekmiddelen

### **BIJ VERGIFTIGING:**

- Waarschuw altijd een arts
- Noteer welke verschijnselen het kind heeft en op welk tijdstip
- Neem de verpakking mee of plant en eventueel braaksel mee

### **VERGIFTIGING?**

- Reageer snel
- Eerste hulp
- Schadelijke stof op huid of in oog: spoel langdurig met lauw stromend water
- Gevaarlijke stof in de mond: mond spoelen met water

### **BIJ VERGIFTIGING HEEFT U NODIG**

- Geactiveerde kool ( bijvoorbeeld norit junior)
- Laxermiddel ( bijv. natriumsulfaat, dit werkt snel)

## GIFLIJST

Aceton	2,3,4	Kwastenontharder	2,3,4
Aftershave	2,3	Kwastenreiniger	1,6
Afvoerontstopper	1,2	Lakken	1,6
Afwasmiddel	1,5	Lampolie	1,6
Alcohol	2,3	Luchtverfrisser	2,3,4
Allesreiniger	1,2	Luciferknoppen	2,3,4
Ammonia	1,2	Meubelolie	2,3,4
Aspirine	2,3,4	Mierenlokdoosje	2,3
Benzine	1,6	Muggenolie	1,6
Bleekwater	1,2	Muggenstift	2,3
Bloemen/planten	2,3,4	Nagellak	2,3,4
Chloor	1,2	Nagellakremover	2,3,4
Douchebad	1,5	Ovenreiniger	1,2
Eau de cologne	2,3	Paracetamol	2,3
Eau de toilette	2,3	Parfums	2,3
Glorix	1,2	De pil	2,3
Gootsteenontstopper	1,2	Pokon (vast)	2,3,4
Haarbleekmiddel	1,2	Pokon (vloeibaar)	1,2
Haarlotion	2,3	Ruitenreiniger	1,2
Inkt	2,3,4	Schoonmaakazijn	1,2
Insecticiden	2,3,4	Schuimbad	1,5
Schuurmiddelen	1,2	Tippex	3,4

Shag	2,3,4	Verf	1,6
Shampoo	1,5	Verfverdunner	1,6
Sigaret	2,3,4	Wasverzachter	1,2
Sinaspril	2,3,4	WC reiniger	1,2
Soda	1,2	WC eend	1,2
Spiritus	2,3	WC blokken	2,3
Tabak	2,3,4	Zilverpoets	1,2
Teakolie	1,6	Zoutzuur	1,2
Terpentine	1,6	Zuren	1,2
Thinner	1,6		

1. Niet laten braken
2. Water laten drinken
3. Laten braken
4. Norit toedienen
5. Koffieroom of een klontje boter toedienen
6. Sla- of olijfolie toedienen

**Dien norit, koffieroom, slaolie of olijfolie toe opgelost in limonade.**

**WAARSCHUW BIJ EEN VERGIFTIGING ALTIJD DE HUISARTS**

## GIFTIGE PLANTEN

### Giftige kamerplanten, snijbloemen, bessen en tuinplanten:

Aronskelk ( kamerplant)	Aronskelk, Italiaanse ( tuinplant)
Christoffelkruid	Cotoneaster ook dwergmispel
Dieddenbachia ( div. soorten)	Doornappel
Euphorbiasoorten ook kerstster ( 3 kleuren)	Gatenplant – witbond
Gelderseroos - bessen	Gevlekte scheerling (waterplant) (stengel)
Goudenregen peulen	Heggenrank
Herfsttijloos	Hulstbessen
Kamperfoelie	Kardinaalsmuts
Kerstroos (kamer)	Mahonia bessen
Maretak	Monnikskap
Oleander	Peperboompje
Rhododendron	Sierpeper
Taxus ( zaden in bessen)	Venijnboom ( zaden in bessen)
vingerhoedskruid	Vuilboombessen
Vuurdoornbessen	

## **BRANDWONDEN**

Ernst van brandwonden ----- Genezing van brandwonden

Brandwonden zijn niet alleen erg pijnlijk ze kunnen ook levensbedreigend zijn en blijvende verminking tot gevolg hebben.

Brandwonden genzen doordat het lichaam een nieuwe huid vormt. Die nieuwe huid ziet er anders uit, is minder soepel en voelt stug en strak aan. Dikwijls laten brandwonden littekens achter die niet meer zullen verdwijnen, ook niet door toepassing van plastische chirurgie. Deze littekens zullen een leven lang zichtbaar blijven. De ernst van de verbranding hangt af van de diepte en grootte.

**Diepte van een brandwond.** De diepte van een brandwond is afhankelijk van:

- Hoe lang de warmte heeft ingewerkt
- De temperatuur van de vloeistof
- De aard van de vloeistof, het voorwerp of de vlam. Zo geeft heet water in het algemeen een diepere verbranding dan hete olie. De aanraking van heet metaal brengt meer schade toe dan contact met heter kunststof

De diepte van een verbranding wordt aan de hand van een aantal uiterlijk kenmerken vastgesteld en wordt aangeduid met een cijfer. Hoe erger de brandwond, des te hoger het cijfer. Een eerstegraads brandwond is minder ernstig dan een derdegraads.

**Eerstegraads verbranding:** de huid is nog wel intact, maar rood en pijnlijk. Zonverbranding is in het algemeen een eerstegraads verbranding.

**Tweedegraads verbranding:** er ontstaan blaren en de huid is rood en pijnlijk

**Derdegraads verbranding:** de huid is ( ernstig) aangetast en is bruin of geel, maar kan soms ook wit of zwart zijn. Ook al is derdegraads brandwond altijd ( zeer ) ernstig, toch voelt het slachtoffer nauwelijks pijn. Dit komt doordat de uiteinden van de zenuwen in de huid verbrand zijn

**Grootte van een brandwond:** de grootte van een brandwond wordt uitgedrukt in een percentage (%) van het totale lichaamsoppervlak. Als bijvoorbeeld 10 % of meer van het lichaamsoppervlak verbrand is, spreken we van een uitgebreide verbranding.

U kunt de grootte van de verbranding bepalen met behulp van de handpalm van het slachtoffer. De oppervlakte van de handpalm bedraagt ongeveer 1% van het totale lichaamsoppervlak. Het aantal keren dat de handpalm op de brandwond past, geeft aan hoeveel procent van het lichaam verbrand is.

## ***BELANGRIJKSTE OORZAKEN VAN BRAND IN WOONHUIZEN.***

- Televisie langdurig op stand – bij en stofophoping
- Verkeerd en onhandig gebruik van apparatuur of defect apparaat
- Wasmachines en wasdrogers
- Onoplettendheid, vergeetachtigheid ( sigaretten, kaarsen, aanbranden etc. )
- Fornuis ( vlam in de pan)
- Roken ( in bed, peuk in de prullenmand)
- Spelende kinderen met vuur

## ***BRAND BLUSSEN***

**Een beginnende kleine brand thuis is vaak eenvoudig te blussen. U moet dan wel over de juiste blusmiddelen beschikken. Maar welk blusmiddel is geschikt voor u?**

De drie blusmiddelen waarmee u de meest kleine branden kunt blussen zijn:

- WATER is de doelmatigste blusvloeistof en is bijna altijd aanwezig
- SPROEISCHUIMBLUSSER: deze kunt u voor bijna alle huis – tuin –en keukenbrandjes gebruiken en is gemakkelijk te hanteren
- BLUSDEKEN: een speciale deken van glasvezel die wordt gebruikt om de brand te doven. Als uw eigen kleren of die van iemand anders in brand staan, blijf dan kalm en ga niet rennen: dit wakkert de vlammen aan.

### **Gebruik blusdeken:**

Help met het doven en gebruik een blusdeken. Wikkel de blusdeken rond uw handen en leg deze rustig ( deken van u af houden) op de brandhaard of het brandende lichaamsdeel, of wikkel het slachtoffer in de blusdeken. Trek de bedekking goed dicht bij de hals zodat het vuur niet bij het gezicht kan komen.

### **Nat en droog blussen:**

U kunt nat blussen en droog blussen. Naast de waterslang zijn er ook poederblussers, kooldioxideblusser. Het bluseffect is afhankelijk van de aard, omvang en plaats van de brand, de hoeveelheid blusstof en het gemak waarmee iemand met het blustoestel omgaat.

**Hieronder vindt u een overzicht van brandgevaarlijke situaties en worden tips gegeven die u helpen om een keuze te maken voor het juiste blusmiddel.**

**Brand blussen: van vaste stoffen en vloeistoffen in en om het huis, zoals in uw garage, auto, boot, caravan of zomerhuisje**

De sproeischuimblusser met een minimale inhoud van 2 liter, is universeel geschikt. Deze heeft een schone blusstof, geeft weinig nevenschade bij gebruik, is zeer gebruiksvriendelijk en heeft een lange spuitduur. Sommige sproeischuimblussers zijn beveiligd tot 20 graden onder nul.

**Brand blussen: van deuren, wanden, hout, papier, textiel, karton en dergelijke**

Gebruik een waterslang (tuinslang) die lang genoeg is om iedere plaats in de woning te bereiken en die permanent is aangesloten op de waterleiding.

Brand blussen: van brandbare vloeistoffen, zoals olie en benzine. **NOOIT** water gebruiken bij een brand met olie of vet op een plaats waar elektriciteit is. Gebruik in zulke gevallen een sproeischuimblusser.

**BRAND BLUSSEN: VAN HUIS – TUIN - EN KEUKENBRANDJES**

De bluspoeder werd vroeger gebruikt voor huis – tuin – en keukenbrandjes. Het nadeel was dat het verstuiwen van de poeder veel nevenschade veroorzaakte, o.a. elektrische apparatuur gaat roesten. Het advies is om thuis de sproeischuimblusser te gebruiken.

**BRAND BLUSSEN: VAN ELEKTRICITEITSBRANDEN**

De kooldioxide blusser wordt speciaal gebruikt bij de elektriciteitsbranden.

**BRAND BLUSSEN; VAN EEN RIETEN DAK**

Dit lukt niet met een kleine blusser. Bel direct de brandweer: 112



## **ROOK – EN CO MELDERS**

### **Rook**

Bij brand komt rook vrij: rookontwikkeling is zeer gevaarlijk. Als u slaapt maakt deze rook u niet wakker, u gaat er juist dieper van slapen. De rook is zo zwart dat u zich in uw eigen huis niet meer kunt oriënteren. Het tijdig ontdekken van rook kan daarom ook veel ellende voorkomen.

### **ROOKMELDER:**

Plaats in ieder geval een rookmelder aan het plafond van uw vluchtweg, zoals in de gang en het trapportaal. Plaats ook een rookmelder op de slaapverdieping. Als de rookmelder rook signaleert, laat deze een harde toon horen.

### **KOOLMONOXIDE ( CO – MELDER )**

Koolmonoxide is dodelijk. Het is onzichtbaar, smakeloos en reukloos en kan dus ongemerkt schade aanrichten. De koolmonoxidemelder geeft een harde alarmtoon en waarschuwt u bij vrijkomende koolmonoxide. Het beste kunt u naast de koolmonoxidemelders ook rookmelders plaatsen.

### **PLAATSING VAN ROOKMELDERS EN CO – MELDERS**

Plaats eventueel extra rookmelders in alle kamers. Liefst in het midden van een ruimte en altijd aan het plafond, want rook gaat omhoog. Vergeet niet de rookmelder te plaatsen in slaapkamers. Want als u slaapt, merkt u geen gevaar, uw reuk werkt dan niet. Veel mensen komen om bij een brand terwijl ze slapen.

- Plaats een co – melder op ongeveer 1,5 m hoogte: koolmonoxide stijgt namelijk niet. Wanneer de co – melder tegen het plafond is bevestigd, reageert deze te laat.
- Wist u dat een rookmelder ook reageert op stoom? Plaats daarom geen rookmelder in de keuken en badkamer
- Als u rookmelders aanschaft kies dan melders die voorzien zijn van Goedgekeurd Keurmerk instituut of KOMO – keur.

## BRANDWONDEN

Peuters en kleuters lopen, in verhouding tot andere bevolkingsgroepen, vaak brandwonden op. Ze worden naar verhouding vaker opgenomen in brandwondencentra. Dan gaat het om ernstige verbrandingen. Maar ook minder ernstige verbrandingen treffen vaak jonge kinderen.

Ter illustratie: per jaar worden er 40.000 mensen met verbrandingen door de huisarts behandeld. Zo'n 13.000 slachtoffers hebben bovendien poliklinische hulp nodig en ongeveer 1550 mensen moeten zelfs worden opgenomen in een ziekenhuis. Ongeveer 400 slachtoffers komen terecht in een brandwondencentrum. Zulke aantallen zijn reden genoeg om de risico's van een verbranding serieus te nemen.

### Oorzaken

De meeste brandwonden ontstaan door hete vloeistoffen, vuur en steekvlammen. Daarnaast komen ook chemische en elektriciteitsverbrandingen voor. En natuurlijk niet te vergeten de door de zon verbrande huid.

### Ernst van de brandwond

*Hoe ernstig een brandwond is hangt af van de volgende factoren:*

- De diepte van de brandwond
- De grootte van de brandwond

*De diepte van de brandwond is afhankelijk van:*

- De duur van de warmte in –werking
- De temperatuur van de vloeistof, het voorwerp of de vlam
- De oorzaak van de verbranding (heet voorwerp of b.v. vuur)

*Symptomen:*

- *Eerstegraads brandwond:* pijnlijke, rode droge huid, soms lichte zwelling
- *Tweedegraads brandwond:* rode pijnlijke huid, natte huid vaak met blaren, meestal herstel zonder littekens
- *Derdegraads brandwond:* geen gevoel ter plekke van de brandwond, de huid is wit, zwart, bruin of geel, huid is droog leerachtig, altijd littekens

**N.B. Als u vindt dat een kind zich ernstig verbrand heeft maar er is nauwelijks pijn, houd er dan rekening met een derdegraads verbranding.**

### ***De grootte van de brandwond:***

Dit wordt uitgedrukt in een percentage van het totale lichaamsoppervlak. We spreken van een uitgebreide verbranding als 10% of meer van het lichaam verbrand is. De oppervlakte van de hand bedraagt ongeveer 1% van het totale lichaamsoppervlak. Het aantal keren dat de hand van het slachtoffer op de wond past geeft aan hoeveel procent van het lichaam verbrand is.

DOEN: Stop de oorzaak van de verbranding. Als er geen water is: rol het kind dan over de grond of doof het vuur met een deken of een jas. Begin direct met koelen van de wond. Doe het liefst met zacht stromend, niet ijskoud leidingwater ( met slotwater kan ook als er geen andere koelmogelijkheden zijn).

Koel tenminste 5 minuten, langer is beter, maar pas dan wel op voor onderkoeling. Verwijder in principe geen kleding, zeker geen vastzittende kleding.

Kleding dient u wel te verwijderen als de brandwond veroorzaakt wordt door een chemische stof (met handschoenen aan). Smeer niets op de wond. Bedek de wond met een steriel verband, schone doeken of lakens.

### ***Neem altijd contact op met een huisarts als:***

- Er blaren zijn
- De huid er aangetast uitziet
- De brandwond veroorzaakt is door een chemisch product of elektriciteit
- De brandwond zich in een functioneel gebied bevindt: hoofd, hals, handen, voeten of genitaliën.

***Geef het kind nooit iets te eten of te drinken.***

***Bij verbranding van hoofd en hals: zittend vervoeren.***