

Een initiatief van



**EUROPEAN
RESUSCITATION
COUNCIL**

www.erc.edu



www.brc-rea.be

**JOUW HANDEN
kunnen
LEVENS REDDEN**



World Restart A Heart

AANPASSINGEN TIJDENS COVID-19 PERIODE

Schud voorzichtig aan de benen

GEEN REACTIE ?

- Blijf weg van mond en neus van het slachtoffer
- Controleer de ademhaling door vanop afstand naar de borstkas te kijken
(plaats zonnodig een hand op de borstkas van het slachtoffer)

- Bedek mond en neus van het slachtoffer met een losse stoffen doek of kledingstuk of mondkapje en dit zonder het hoofd te bewegen
- Geef continu borstcompressies

- Zodra de hulpdiensten de reanimatie overgenomen hebben, was en ontsmet uw handen
- Raadpleeg uw huisarts voor screening op COVID-19.



1 CONTROLEER

Ervoor zorgen dat het veilig is om te benaderen:

- Controleer op enige reactie van het slachtoffer
- Kantel het hoofd achterover, til de kin op en controleer de ademhaling
- Als de ademhaling afwezig of niet normaal is, is reanimatie nodig



2 BEL

- Bel naar 112 en volg hun instructies
- Als er iemand is om te helpen, vraag om naar 112 te bellen
- En een AED te gaan halen



3 DUW

- Plaats de handen op elkaar in het centrum van de borstkas
- Duw de borstkas 5 tot 6 cm in aan 100-120 x/min
- Geef 30 borstcompressies
- Heb je het geleerd, geef daarna telkens 2 beademingen, zoniet geef enkel borstcompressies.
- Duw hard en snel. Laat tussen elke borstcompressie, de borstkas volledig terugkomen
- Zodra een AED aankomt, zet deze onmiddellijk aan en volg de instructies
- Als de hulpdiensten aankomen, ga door tot je gevraagd wordt om te stoppen

Goed gedaan! Iets doen redt levens