

De maatschappij redt levens



16 OKTOBER
DE EUROPESE "RESTART A HEART" DAG

De aandacht voor hartstilstand verhogen

<http://restartaheart.be/nl/restartaheart/>
#restartaheart



1. BELLEN

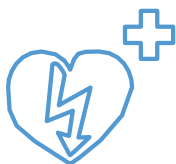
Wees zeker dat dichter bijkomen veilig is

- Kijk of het slachtoffer reageert. Geen reactie vorm dan de 112
- Kantel het hoofd achterover, til de kin op en controleer de ademhaling
- Als er geen ademhaling is of is deze niet normaal, dan is reanimatie nodig.
- Spreek met 112 en volg hun instructies
- Als er iemand nabij is om te helpen, vraag deze om naar 112 te bellen en een AED te gaan halen indien beschikbaar



2. DUWEN

- Plaats beide handen in het midden van de borstkas
- Duw de borstkas in op het ritme van "Stayin' Alive"
- Heb je geleerd te beademen, geef dan 2 beademingen na elke 30 borstcompressies, anders ga je door met enkel borstcompressies
- Duw hard. Geen probleem, je kan er geen kwaad mee doen



3. SCHOK

- Zodra een AED beschikbaar is, zet hem onmiddellijk aan en volg de instructies



4. LACH

- Als de spoedgevallendienst aangekomen is, ga je door met reanimeren tot men je zegt te stoppen
- Lach! Je handen waren in staat een hart te herstarten en een leven te redden
- Iets doen is ALTIJD beter dan niets doen
- Goed gedaan!



Een initiatief van
**EUROPEAN
RESUSCITATION
COUNCIL**
www.erc.edu

<http://restartaheart.be/nl/restartaheart/>
[#restartaheart](https://www.instagram.com/restartaheart)

WWW.BRC.BE

