

VOORKOMEN VAN ONGEVALLEN EN EHBO

COLOFON

Boom beroepsonderwijs
info@boomberoepsonderwijs.nl
www.boomberoepsonderwijs.nl

Auteur(s): Marjel Lecluse-Dielen, Céline Lecluse
Inhoudelijke redactie: Ingrid Koops

Titel: Voorkomen van ongevallen en EHBO
ISBN: 978 90 372 6151 6, maakt deel uit van pakket 978 90 372 6149 3
1e druk / 1e oplage

Bronvermelding: Landelijke Meldkamer Samenwerking, Hart4all, Rijksoverheid / Ministerie van Justitie en Veiligheid, BHV totaal, 112BHV, De Hartstichting, Tijnlp / S-F / Grand Warszawski / Shutterstock.com

© Boom beroepsonderwijs 2022

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Boom beroepsonderwijs, te vinden op www.boomberoepsonderwijs.nl.

INHOUD

	Ongelukken gebeuren overal	5
Taak 1	Kennismaken met EHBO	5
Taak 2	Weet wat je moet doen	10
Taak 3	Een verbanddoos gebruiken	19
Taak 4	Voorkomen is beter dan genezen	23
Taak 5	Bewegen met beleid	30
Taak 6	Voorbereiden op de toets	36
Taak 7	Begrippentrainer	36
	Levensreddend handelen	37
Taak 1	Jij kunt het verschil maken	37
Taak 2	Helpen bij bewusteloosheid	41
Taak 3	Zorgen voor een vrije ademhalingsweg	47
Taak 4	Leren reanimeren	51
Taak 5	Helpen bij oog-, neus- en huidongelukken	61
Taak 6	Voorbereiden op de toets	66
Taak 7	Begrippentrainer	67
	Veiligheid eerst	68
Taak 1	Kennismaken met veiligheid	68
Taak 2	Veilig werken	73
Taak 3	Veiligheidsrichtlijnen toepassen	82
Taak 4	Beperkingen van klanten signaleren	88
Taak 5	Hulp verlenen bij een actieve bloeding	97
Taak 6	Voorbereiden op de toets	104

Taak 7	Begrippentrainer	104
	Een Eerste Hulp-oefendag	105
Taak 1	Een Eerste Hulp-oefendag organiseren	105
Taak 2	De oefendag plannen en organiseren	108
Taak 3	Vorbereidingen treffen	111
Taak 4	De Eerste Hulp-oefendag uitvoeren	112
Taak 5	Terugkijken op de oefendag	115
Taak 6	Vorbereiden op de toets	119
Taak 7	Begrippentrainer	119

Ongelukken gebeuren overal

TAAK 1

KENNISMAKEN MET EHBO

Opdracht 1 De leerdoelen

Lees de leerdoelen.

In deze taak:

1. maak je een tabel over de vindplaats van EHBO-materialen of -gegevens
2. maak je een nepwond.

In deze taak leer je:

1. wat de letters EHBO betekenen
2. welke organisaties helpen bij noodsituaties
3. dat iedereen kan helpen bij ongelukken.

Opdracht 2 EHBO ervaren

a. Waar staat de afkorting EHBO voor?

- ☐ Eerste Hulp bij ondervoeding
- ☐ echt helpen bij ongemakken
- ☐ Eerste Hulp bij ongelukken
- ☐ echt helpen bij ontstekingen

b. Ongelukken en ongelukjes komen vaak voor. Bekijk de tekeningen.



verkeerd tillen



gevaarlijke
voorwerpen
(opruimen)



veiligheid bij
machines



giftige stoffen



natte gladde
vloer

Vul de tabel in:

- Zet in kolom 2 welke ongelukken jij wel eens hebt gehad.
- Zet in kolom 3 welke ongelukken jij hebt meegemaakt bij iemand anders.
- Zet in kolom 4 welke EHBO-handelingen werden uitgevoerd bij de ongelukken.
- Wat denk jij dat er eigenlijk had moeten gebeuren? Zet dit in kolom 5.

1. Ongeluk	2. Zelf meegemaakt	3. Bij een ander meegemaakt	4. Uitgevoerde EHBO-handeling	5. Juiste EHBO-handelingen
Ongeluk in het verkeer				
Snijwond				
Schaafwond				
Botbreuk				
Kneuzing				
Ontwrichting				
Verbrand door de zon				
Verbrand door aanraking				
Flauwvallen				
Vergiftiging				

1. Ongeluk	2. Zelf meegemaakt	3. Bij een ander meegemaakt	4. Uitgevoerde EHBO-handeling	5. Juiste EHBO-handelingen
Bloedneus				
Oogletsel				

Opdracht 3 Eerste Hulp

Eerste Hulp-vaardigheden zijn belangrijk voor iedereen. Ongelukken en stoornissen kunnen overal gebeuren.

a. Waarom is het handig om Eerste Hulp-vaardigheden te hebben?

b. Waarom is het bij een supermarkt goed dat werknemers een diploma Eerste Hulp hebben?

c. Een moeder gaat een cursus Eerste Hulp volgen. Wat is hier de reden van, denk je?

d. Welke Eerste Hulp-vaardigheden vind jij het belangrijkste om te beheersen?

e. Je hebt voorbeelden gezien van plekken waar Eerste hulp-vaardigheden handig zijn. Maar Eerste Hulp-vaardigheden kunnen overal van pas komen. Waar denk jij dat Eerste Hulp-vaardigheden extra belangrijk zijn? Bedenk andere voorbeelden dan in de animatie.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

Opdracht 4 Organisaties die helpen

Soms worden Het Oranje Kruis en het Rode Kruis door elkaar gehaald. Toch zijn het twee verschillende organisaties.



Bekijk **Website Rode Kruis** en **Website Het Oranje Kruis**.

a. Wat doet het Rode Kruis? Vul de zin in:

Het Rode Kruis helpt als mensen in _____ zijn. Het geeft hulp bij _____ in Nederland en wereldwijd bij _____ en _____

b. Bekijk de website van Het Oranje Kruis. Zijn deze uitspraken juist of onjuist?

- Het Oranje Kruis maakt lesmateriaal. **Juist / Onjuist**
- Bij Het Oranje Kruis werken mensen zonder EHBO-achtergrond. **Juist / Onjuist**
- Europese richtlijnen voor Eerste Hulpverlening vindt Het Oranje Kruis belangrijk. **Juist / Onjuist**
- Bij Het Oranje Kruis kun je zoeken naar cursussen Eerste Hulp in de buurt. **Juist / Onjuist**

c. Zoek bij jou in de buurt twee organisaties die cursussen Eerste Hulp geven. Je kunt hiervoor de cursuskiezer gebruiken op de website van Het Oranje Kruis.

1. _____
2. _____

DOEN

Opdracht 5 Hulpverleners op het werk

Eerste Hulp-vaardigheden zijn bij veel beroepen belangrijk.

a. Iedereen kent zeker één persoon met Eerste Hulp-vaardigheden. Dit is iemand bij wie je ook langs kunt gaan voor andere lichamelijke klachten. Ken jij iemand die op het werk wel eens Eerste Hulp moet verlenen? Zo ja, wie is dat?

b. Welk beroep heeft deze persoon? _____

c. Wanneer moet deze persoon Eerste Hulp verlenen?

d. Zoek op jouw school de locaties om het schema in te vullen.

Waar vind je...?	Locatie
EHBO-verbanddoos	
AED	
Verzamelpunt	
Noodnummer	



- e. Als er een ongeluk gebeurt, op je werk of ergens anders, is het belangrijk dat er snel hulp komt. Dit kan gevoelens oproepen bij jou als hulpverlener, zoals druk, stress en spanning. Kun jij hier goed mee omgaan? Leg je antwoord uit.

- f. Wat zou je kunnen doen om jezelf gerust te stellen in zo'n situatie? Kijk naar de voorbeelden van situaties die je kunt meemaken.



DOEN

Opdracht 6 Reageren op een bloedende wond

Bij verlenen van EHBO kan het zijn dat je bloed ziet.

- a. Hoe reageer jij bij het zien van bloed? _____

- b. Waarom zou een slachtoffer of hulpverlener bang kunnen zijn voor bloed?

- c. Bij het oefenen met EHBO worden soms nepwonden gemaakt. Welke materialen kun je gebruiken om een zo'n echt mogelijke wond na te maken?

- d. Werk in tweetallen. Maak een zo'n echt mogelijke wond na op een lichaamsdeel naar keuze. Kijk naar de voorbeelden.



- e. Vraag je docent om een beoordeling.

☐☐☐☐

TAAK 2

WEET WAT JE MOET DOEN

Opdracht 1 De leerdoelen

Lees de leerdoelen.

In deze taak:

1. vul je een trainingsschema in
2. oefen je hoe je de aandachtspunten bij Eerste Hulp toepast.

In deze taak leer je:

1. veiligheidsmaatregelen kennen
2. een veilige omgeving creëren
3. hoe je voor een slachtoffer zorgt
4. dat iedereen kan helpen bij ongelukken.

Opdracht 2 Winkelcentrum De Citadel

a. Lees de tekst en bekijk de strip.

Winkelcentrum De Citadel is een van de grootste winkelcentra in Nederland. Er zijn verschillende soorten winkels, supermarkten, recreatie- en amusementsmogelijkheden en eetgelegenheden. Zo'n grote gelegenheid waar veel mensen komen, vraagt om extra veiligheidsmaatregelen. Zo is er in De Citadel bijvoorbeeld een AED aanwezig, hebben alle beveiligers een diploma Eerste Hulp en hangen er verbanddozen op diverse plekken.



Je gaat met Felix Poorter, een vriend van jou, en zijn gezin mee naar De Citadel. De familie Poorter bestaat uit vader Zack, moeder Yara, opa Waly, jouw vriend Felix en zijn zusje Tess. Er gebeuren verschillende ongelukken en ongelukjes in De Citadel. Jij helpt door maatregelen te nemen en Eerste Hulp toe te passen.

b. De Citadel is een groot winkelcentrum. Daarom is er dagelijks veel te beleven. Welke faciliteiten biedt De Citadel?

1. _____
2. _____
3. _____

c. Welke veiligheidsmaatregelen heeft De Citadel genomen?

1. _____
2. _____
3. _____

d. Waarom is het belangrijk dat De Citadel veiligheidsmaatregelen heeft?

e. In welke winkelcentra ben jij wel eens geweest?
