

Instructies voor eerste hulp bij ongevallen

Instructions on first aid
in accidents



FLEXEO GmbH
Im Maisel 17
65232 Taunusstein
Germany

info@flexeo.shop
www.flexeo.shop

Informatie over veiligheid en gezondheid op het werk
volgens BGI/GUV-I503 JULI 2018
Editie JULY 2018

Information on safety and health at work according to
BGI/GUV-I503 JULY 2018
Edition JULY 2018

Download this document in additional
languages by scanning the QR code



or visit www.flexeo.shop/manual/

Inhoudsopgave

Table of contents

1.	Belangrijke mededeling over eerste hulp Important notice on first aid	4
2.	Basisgedrag bij het lokaliseren één persoon Basic behaviour when finding a person	5
3.	Noodmaatregelen die levens redden Emergency measures that save lives	6
4.	Noodmaatregelen: Hartmassage Emergency measures: cardiac massage	8
5.	Noodmaatregelen: Ventilatie Emergency measures: ventilation	9
6.	Noodmaatregelen: Stabiele zijligging Emergency measures: stable lateral position	10
7.	Bloeden Bleeding	11
8.	Schok Shock	13
9.	Gebroken botten, gewrichtsletsels Broken bones, joint injuries	14
10.	Brandwonden Burns	15
11.	Chemische brandwonden Chemical burns	16
12.	Vergiftiging Poisoning	18
13.	Ongevallen door elektrische stroom Accidents due to electric current	20
14.	Registratie van eerste hulpdiensten Records of first aid services	22
15.	Inhoudsopgave DIN 13157 en DIN 13169 Table of contents DIN 13157 and DIN 13169	23

1. Belangrijke mededeling over eerste hulp

1. Important notice on first aid

Reddingscontrolepaneel (noodoproep):
Rescue control panel (emergency call):

De eerste respondert:
First responder:

Paramedici:
Paramedics:

Eerste hulp materiaal:
First aid material:

Eerste hulp kamer:
Ambulance room:

EHBO-artsen:
Doctors for first aid:

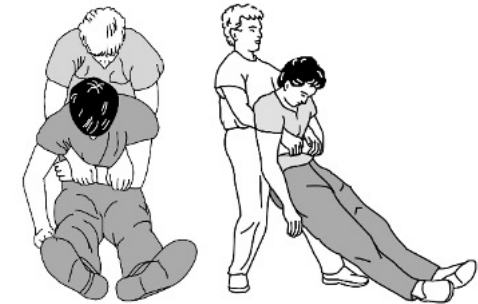
Ziekenhuizen:
Hospitals:

Opleiding bij:
Training with:

2. Basisgedrag bij het vinden van een gewonde

2. Basic behaviour when finding a person

- Koel blijven
Keep calm
- Bescherm de plaats van een ongeval
Secure the scene of the accident
- Aandacht voor uw eigen veiligheid
Pay attention to your own safety
- Redden van gewonden uit de gevarezone indien nodig
Rescue injured persons from the danger zone if necessary
- Bescherming tegen warmteverlies en verdere zorg en aandacht
Protect against heat loss and further care and attention



Raket reddingshendel
Rauket rescue handle

Inhoud van de noodoproep

Content of the emergency call

Waar is het gebeurd? Where did it happen?	Details van de plaats van het ongeval, bv. stad, straat, verdieping Details of the location, e.g. town, street, floor
Hoe is het gebeurd? How did it happen?	
Wat is er gebeurd? What happened?	Ongeluk, brand, letsel, ziekte, gevaar Accident, fire, injury, illness, risks
Hoeveel gewonden? How many injured?	
Wat voor soort verwondingen? Which kind of injuries?	bijvoorbeeld levensbedreigende verwondingen, bewusteloosheid, ademhalingsstilstand, hartstilstand e.g. life threatening injuries, unconsciousness, respiratory arrest, cardiovascular arrest
Wachten op vragen Wait upon request	

3. Noodmaatregelen die levens redden

3. Emergency measures that save lives



Controleer het bewustzijn

Test consciousness

Spreek luid, raak, schud

Speak loudly, touch, shake

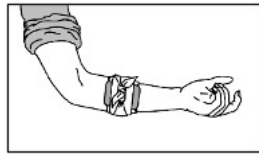


Bewustzijn niet aanwezig

No consciousness present

Controleer de ademhaling: heldere luchtwegen, strek je hoofd naar achteren, zie, hoor, voel

Check respiration: clear airways, stretch head back, see, hear, feel

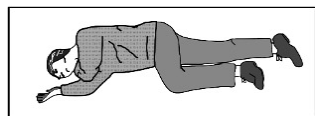


Bewustzijn aanwezig

Consciousness present

Handelen in overeenstemming met de situatie, bijv. het behandelen van wonden

Act according to the situation, e.g. treating the wounds



Ademhaling aanwezig

Respiration present

Stabiele zijligging

Recovery position

Ademhaling niet aanwezig

Respiration not present

Noodoproep en krijg een AED

Emergency call & get an AED

Ademhaling niet aanwezig

Respiration not available

Noodoproep en haal AED

Emergency call & get an AED



in afwisseling met

in alternation with

- **30 × hartmassage**
30 × cardiac massage
- Met de handen in de onderste derde druk op het borstbeen in de richting van de wervelkolom
With your hands in the lower third press on the sternum in the direction of the spine
- Afdrukdiepte: 5-6 cm
Pressure depth: 5-6 cm
- Werksnelheid: 100-120/min
Frequency: 100-120/min



- **2 × ventileren**
2 × ventilation
- Het hoofd overdrijven
Overstretch head
- Blaas de lucht in de mond of de neus gedurende 1 seconde totdat de borstkas duidelijk omhoog is
Blow air into the mouth or nose for 1 second until the chest is clearly raised

Volg de instructies van de „Automatische externe defibrillator“, indien beschikbaar

If available follow the instructions of the „Automated External Defibrillator“

Onmiddellijke maatregelen in geval van verstoring van het bewustzijn, de ademhaling en de bloedsomloop worden in detail uitgelegd op pagina 8, 9 en 10
Immediate actions for disorders of consciousness, respiration and circulation are explained in detail on pages 8, 9 and 10

4. Noodmaatregelen: Hartmassage

4. Emergency measures: cardiac massage

- Leg de gewonde plat op een harde ondergrond
Lay the injured person flat on a hard surface
- Maak de kist leeg
Clear the chest
- Kniel naast het bovenlichaam
Kneel beside the torso
- Plaats de bal van een hand op het onderste derde deel van het borstbeen
Place the palm of one hand on the lower third of the sternum
- Plaats de bal van de tweede hand op de eerste hand (oefen alleen druk uit op het borstbeen)
Place the palm of the second hand on the first hand (apply pressure only on the sternum)
- Druk het borstbeen 30 keer 5 tot 6 cm in met de arm doorgedrukt, laat het na elke druk los
Press the sternum 30 times 5 to 6 cm with the arm pushed through, loosen after each movement
- 30 × hartmassage (werksnelheid 100 tot 120/min) afgewisseld met 2 × beademing, herhalen tot de ademhaling begint of de reddingsdienst het overneemt
30 × cardiac massage (frequency 100 to 120/min) alternating with 2 × ventilation, repeat until breathing begins or the rescue service takes over



5. Noodmaatregelen: Ademhaling

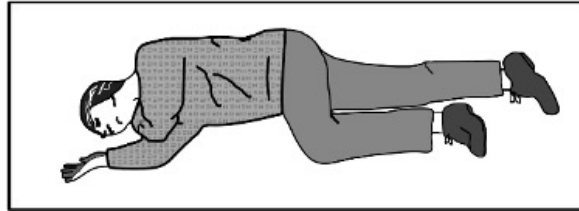
5. Emergency measures: ventilation

- 2 × ventilatie afgewisseld met hartmassage
2 × ventilation alternating with cardiac massage
- Het hoofd overdrijven
Overextend the head
- Met mond-op-mondbeademing houdt u uw neus dicht en blaast u 1 seconde lang lucht in uw mond totdat uw borstkas duidelijk is opgetrokken
With mouth-to-mouth resuscitation, hold the nose closed, blow air into the mouth for 1 second until the chest is clearly raised
- Met mond-op-neus ventilatie, sluit de mond, blaas de lucht in de neus gedurende 1 seconde tot de borstkas duidelijk omhoog gaat
With mouth-to-nose ventilation, close the mouth, blow air into the nose for 1 second until the chest is clearly raised



6. Noodmaatregelen: Stabiele zijligging

6. Emergency measures: stable lateral position



- Maglia le gambe dell'inconscio
Strek de benen van de bewusteloze persoon
- Plaats de arm dicht bij het lichaam in een schuine positie met de handpalm naar boven
Place the arm close to the body at an angle upwards, with the palm of the hand pointing upwards
- Plaats de tegenoverliggende hand met het oppervlak van uw hand onder de wang naar u toe en houd deze daar vast
Place the opposite hand with the surface of your hand under the cheek facing you and hold it there
- Met de vrije hand grijpt u het tegenoverliggende dijbeen (niet in het gewricht!) van de gewonde vast, buigt u het been en trekt u de gewonde naar u toe, het been moet haaks op de heup staan
With the free hand you grasp the opposite thigh (not in the joint!) of the injured person, bend the leg and pull the injured person over to you, the leg must be at right angles to the hip
- Nu het hoofd overstrekken en de mond openen, indien nodig de hand onder de wang corrigeren, zodat het hoofd in ieder geval bedekt blijft
Now overstretch the head and open the mouth, if necessary correct the hand under the cheek, so that the head remains covered in any case
- Controleer uw ademhaling voortdurend
Constantly monitor your breathing

7. Bloeden

7. Bleeding

Herken Recognize

- Bloedende wonden kunnen worden afgedekt door de positie en de kleding van de gewonde
Bleeding wounds may be concealed by the position and clothing of the injured person

Principe Principle

- Besteed aandacht aan zelfbescherming en draag wegwerphandschoenen
Pay attention to self protection and wear disposable gloves

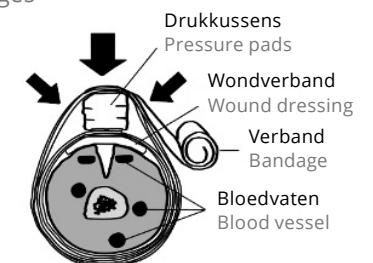
Maatregelen Measures

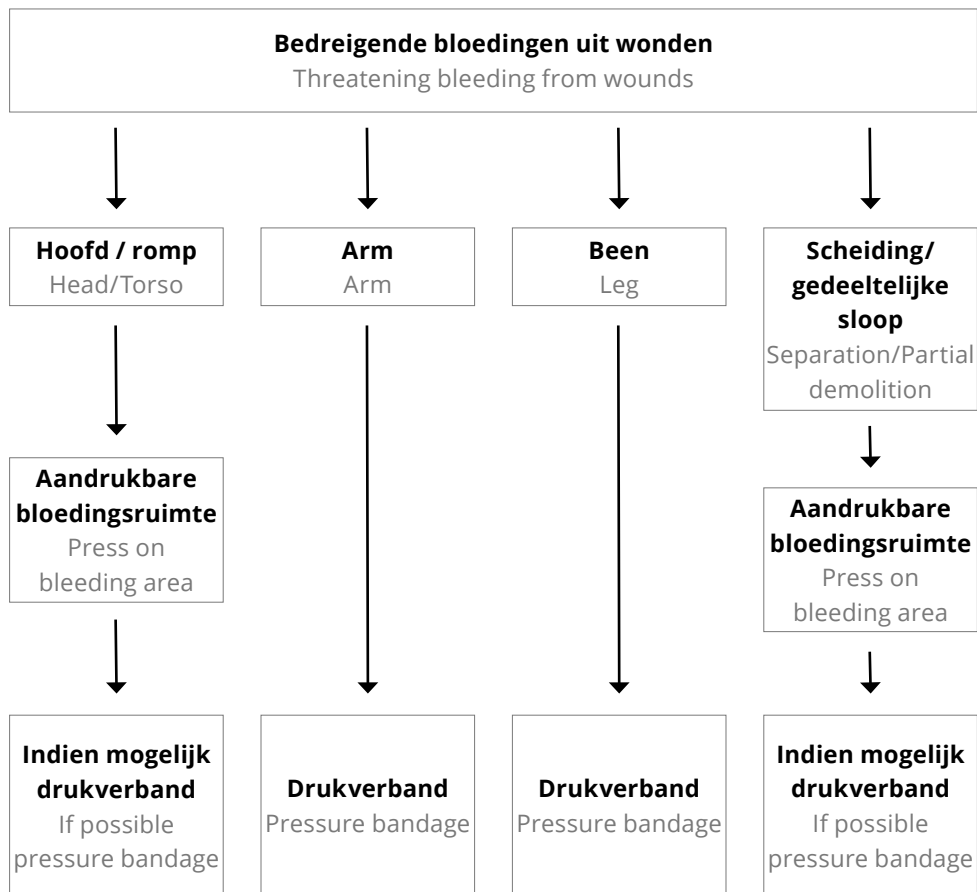
- De wonde moet gesteriliseerd worden afgedekt
The wound should be covered germ-free
- Gebruik indien nodig een schokdemper
If necessary conduct shock storage
- Breng indien nodig een drukverband aan
Apply pressure dressing if necessary



Drukverband aanbrengen Apply a pressure dressing

- Plaats het wondverband op de wond en bevestig het
Place the wound dressing on the wound and fix it
- Plaats drukverbanden (bijv. verbandverpakkingen) op het wondverband
Place pressure pads (e.g. dressing packs) on the wound dressing
- Wikkel het strak in met verband
Wrap tightly with bandages





Sloop van lichaamsdelen

Demolition of body parts

Maatregelen Measures

- Zoek afgesneden lichaamsdeel, niet afspoelen
Search for severed body part, do not wash off
- Wikkel in steriel, koel verbandmateriaal zoals gevonden
Wrap in sterile, cool dressing material as found
- Plaats in plastic zak
Put into plastic bags

8. Schok

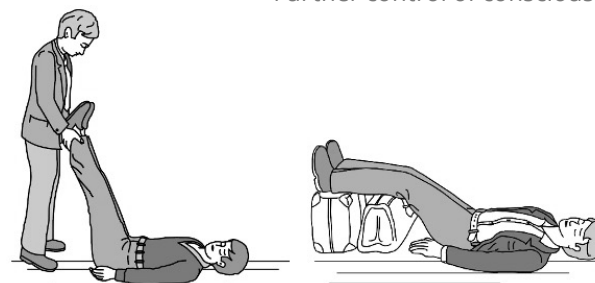
8. Shock

Herken Recognize

- Bevriezen en bibberen
Freezing and shivering
- Zweet op het voorhoofd
Sweat on the brow
- Bleke, koude huid
Pale, cold skin
- Opvallende rusteloosheid
Noticeable agitation
- Deze tekenen komen niet altijd in één keer voor
These signs do not always occur all at once

Maatregelen Measures

- Zorg voor voldoende rust
Provide adequate rest
- Indien nodig, stop het bloeden
Stop bleeding if necessary
- Beschermen tegen warmteverlies met een reddingsdeken (onderlaag of afdekking)
Protect from heat loss with a rescue blanket (underlay or cover)
- Plaatsen in shock positie
Place in shock position
- Troostende aanmoediging
Consoling encouragement
- Verdere controle van het bewustzijn en de ademhaling
Further control of consciousness and breathing



Schokpositie

Het optillen van de benen naar de terugkeer van het bloed (zelftransfusie)
Shock position
Lifting the legs for blood return (self-transfusion)

9. Gebroken botten en gewrichtsletsels

9. Broken bones and joint injuries

- | | |
|---------------------------------------|--|
| Herken
Recognize | <ul style="list-style-type: none">• Meestal ernstige pijn
Mostly severe pain• Abnormale positie / beperkte mobiliteit
Abnormal position / restricted mobility• Ontmanteling
Dismemberment• Functieverlies
Loss of function• Een beschermende houding aannemen
Protective posture |
| Maatregelen
Measures | <ul style="list-style-type: none">• Immobilisatie in de bestaande situatie
Immobilisation in the existing situation• Beweeg het lichaamsdeel niet met breekpunt
Do not move body part with fracture point• Als het vermoeden bestaat dat er sprake is van letsel aan de wervelkolom, verander dan zo mogelijk niet de positie van de gewonde
If spinal column injuries are suspected, do not change the position of the injured person if possible• Wonden steriliseren met open botfractuur
Cover wounds sterilely with open fracture• Koelvoegen
Cool the joints |

10. Brandwonden

10. Burns

- | | |
|---------------------------------------|---|
| Maatregelen
Measures | <ul style="list-style-type: none">• Stop en blus onmiddellijk brandende personen
Stop and extinguish burning persons immediately• Verwijder onmiddellijk alle kledingstukken die aan heet materiaal zijn blootgesteld
Immediately remove any clothing that has been exposed to hot material• Verwijder geen kledingstukken die aan de huid vastzitten
Do not remove any clothing that adheres to the skin• Koel de getroffen gebieden met stromend water tot de pijn afneemt (ca. 10 tot 15 min.)
Cool affected areas with running water until the pain subsides (approx. 10 to 15 min)• Steriele bekleding met brandverband
Aseptic covering with burn dressing• Beschermen tegen warmteverlies
protect against heat loss |
|---------------------------------------|---|

11. Ongevallen door chemische brandwonden

11. Accidents due to chemical burns

Herken
Recognize

- Eerste hulp is van vitaal belang in het geval van een vermoedelijke brandwond, omdat de gevolgen daarvan kunnen worden vertraagd
In case of suspected chemical burns, first aid is vital as the effects can be delayed

Principe
Principle

- Zorg voor zelfbescherming door het dragen van beschermende handschoenen en mondbeschermers
Ensure self-protection by wearing protective gloves and mouthguards
- Zorg voor voldoende rust voor het lichaam
Provide adequate rest for the body
- Belangrijk: raadpleeg altijd een specialist
Important: always consult a specialist
- Geen braken opwekken
Do not induce vomiting
- Zorg voor een medische behandeling
Arrange for medical treatment

Maatregelen
Measures

Ogen
Eyes

- Moet grondig worden gespoeld met water
Must be thoroughly rinsed with water
- Verwijder de resterende vaste stoffen mechanisch met een vochtige doek
Remove remaining solid substances mechanically with a damp cloth
- Gebruik van een steriel beschermend verband
Use of a sterile protective dressing



Maatregelen
Measures

Huid
Skin

- Bijtende kleding uittrekken, ook ondergoed en schoenen
Take off caustic clothing, also underwear and shoes
- Spoel de huid af met veel water
Rinse skin with plenty of water
- Het steriliseren van de wond
Sterilize the wounds

Maatregelen
Measures

Inslikken
Ingestion

- Spoel de mond onmiddellijk meerdere keren grondig
Immediately rinse the mouth thoroughly several times
- Om het verdunningseffect te bereiken, dient u water in kleine slokjes toe te dienen
To achieve the dilution effect, administer water in small sips

Maatregelen
Measures

Ademhalingsorganen
Respiratory organs

- Chemische brandwonden veroorzaakt door irriterende gassen (bijv. chloor, nitreuze gassen) moeten altijd worden bepaald door de EHBO-maatregelen van de bedrijfsarts
Chemical burns caused by irritant gases (e.g. chlorine, nitrous gases) must always be determined by the first aid measures of the company doctor
- De eerste respondent moet dienovereenkomstig worden opgeleid
First responders should be trained accordingly

12. Vergiftiging door inademing, contact of inslikken

12. Poisoning by inhalation, contact or ingestion

- | | |
|---------------------------------------|--|
| Herken
Recognize | <ul style="list-style-type: none">• Gegevens van de gewonde en andere personen
Details of the injured person and other persons• Op zoek naar tekenen van giftige stoffen
Looking for signs of toxic substances |
| Principe
Principle | <ul style="list-style-type: none">• Besteed aandacht aan zelfbescherming, zoals het gebruik van beschermende handschoenen en ademhalingsbescherming
Pay attention to self-protection such as the use of protective gloves and breathing protection |
| Maatregelen
Measures | <ul style="list-style-type: none">• Redding van vergiftigde personen uit de gevarezone
Rescue poisoned persons from the danger zone• Bepaal de duur van het toxische effect (welke toxines, welk concentraat, welke hoeveelheid)
Determine the duration of the toxic effect (which toxins, concentrate, quantity)• Giftige residuen beveiligen, indien nodig
Secure poisonous residues if necessary• Geen braken opwekken
Do not induce vomiting• Zorg voor een medische behandeling
Arrange for medical treatment |

Maatregelen Measures

Huid Skin

- Trek onmiddellijk alle vergiftigde kleding uit (inclusief ondergoed en schoenen)
Take off immediately all poisoned clothing (including underwear and shoes)
- Spoel de huid af met veel water of een speciale spoelvloeistof
Rinse skin with plenty of water or a special rinsing liquid
- Bedek de wond aseptisch
Cover the wound aseptically

Maatregelen Measures

Inslikken Ingestion

- Spoel de mond onmiddellijk grondig
Rinse mouth thoroughly immediately

Maatregelen Measures

Ademhalingsorganen Respiratory organs

- In geval van gevaar door giftige stoffen moeten speciale EHBO-maatregelen door de bedrijfsarts worden vastgesteld (bijv. zuurstof, tegengif) en moeten de EHBO-ers dienovereenkomstig worden opgeleid
In the event of danger from toxic substances, special first aid measures must be determined by the company doctor (e.g. oxygen, antidotes) and the first aiders must be trained accordingly

13. Ongevallen door elektrische stroom

13. Accidents due to electrical current

- Herken
Recognize**
 - In het geval van een elektrisch ongeval moet worden verwacht dat de stroomkring wordt stilgelegd
In the event of any electrical accident, a circuit shutdown must be expected
- Principe
Principle**
 - Besteed aandacht aan zelfbescherming
Watch out for self-protection
- Maatregelen
Measures**
 - Altijd en in ieder geval de stekker uit het stopcontact halen
Always and in any case disconnect power

Maatregelen voor lage spanningen tot maximaal 1000 Volt

Actions for low voltages up to maximum 1000 Volt

- Principe
Principle**
 - Trek altijd eerst de stekker uit het stopcontact, schakel de stroomtoevoer uit en bedien de stroomonderbreker
Always disconnect the power first, e.g. pull the plug, switch off, operate the circuit breaker

Maatregelen voor lage spanningen boven 1000 Volt

Actions for low voltages above 1000 Volt

- Principe
Principle**
 - Besteed aandacht aan zelfbescherming, houd een afstand van 5 m en meld de noodoproep „Elektrisch ongeval“ onmiddellijk
Pay attention to self-protection, keep a distance of 5 m and immediately report the emergency call „electrical accident“
- Maatregelen
Measures**
 - Roep gekwalificeerd personeel op
Summon qualified personnel
 - Redding uit de gevarezone door gekwalificeerd personeel
Rescue from the danger zone by qualified personnel
 - Eerste hulp pas na tussenkomst van gekwalificeerd personeel
First aid only after intervention by qualified personnel

Maatregelen in geval van onbekende spanningen

Actions for unknown voltages

- Principe
Principle**
 - Besteed aandacht aan zelfbescherming, houd een afstand van 5 m en meld de noodoproep „Elektrisch ongeval“ onmiddellijk
Pay attention to self-protection, keep a distance of 5 m and immediately report the emergency call „electrical accident“
- Maatregelen
Measures**
 - Hulp bij een elektrisch ongeval zijn:
Assistance in any electrical accident are:
 - Constante controle van het bewustzijn en de ademhaling
Constant control of consciousness and breathing
 - Stroomvoorziening afhankelijk van de status
Power supply depending on status
 - Medische behandeling
Medical treatment

14. Documentatie van aanvragen voor eerste hulp

14. Documentation of first aid applications

De documenten voor eerste hulp moeten ten minste vijf jaar worden bewaard en moeten de volgende informatie bevatten.

First aid documentation must be kept for at least five years and must contain the following information, depending on local law.

Verslag over de omstandigheden van het ongeval en de gewonde persoon

Report on the circumstances of the accident and the injured person

Naam van de gewonde:

Name of the injured person:

Datum en tijd:

Date and time:

Afdeling en werkgebied:

Department and work area:

Naam van de getuige:

Name of the witness:

Aard en omvang van de schade:

The nature and extent of the injury:

Soort en omvang van de ziekte:

Type and extent of the disease:

Eerste hulpmaatregelen

First aid measures

Naam van de eerste respondent:

Name of the first responder:

Datum en tijd:

Date and time:

Soort en wijze van handelen:

The nature of the measure:

Eerste hulp materiaal gebruikt/ontvangen:

First aid material used/removed:

15. Inhoudsopgave DIN 13157 en DIN 13169

15. Table of contents DIN 13157 and DIN 13169

Deze inhoud is bedoeld om eerste hulp te kunnen verlenen op de plaats van een ongeval en is bedoeld voor administratieve en commerciële ondernemingen met maximaal 50 personen, productie- en verwerkingsbedrijven met maximaal 20 personen, bouwplaatsen met maximaal 10 personen.

This content is intended to provide professional first aid at the scene of an accident and is intended for administrative and commercial enterprises with up to 50 persons, manufacturing and processing plants with up to 20 persons, construction sites with up to 10 persons.

Aanwijzing Description	DIN 13157	DIN 13169
Kleefband DIN 13019-A, 5 m × 2,5 cm Adhesive tape DIN 13019-A, 5 m × 2.5 cm	1 ×	2 ×
In de drukvergrendelingsstas: 8 snelwerkend wondverband DIN 13019-E, 10 × 6 cm Set in pressure-lock bag: 8 quick-action wound dressing DIN 13019-E, 10 × 6 cm	1 ×	2 ×
Wondpleisterset in een zakje met ritssluiting: • 4 × vingertoppleister EL, 4 × 7 cm • 4 × vingerverband DIN 13019-E, 12 × 2 cm • 4 × gipsen stroken BF, 1,9 × 7,2 cm • 8 × gipsen stroken BF, 2,5 × 7,2 cm Wound plaster set in a ziplock bag: • 4 × fingertip dressing EL, 4 × 7 cm • 4 × finger bandage DIN 13019-E, 12 × 2 cm • 4 × plaster strips WF, 1,9 × 7.2 cm • 8 × plaster strips WF, 2.5 × 7.2 cm	1 ×	2 ×
Eerste hulp verband DIN 13151-K, enkelvoudig steriel First aid dressing DIN 13151-K, single sterile	1 ×	2 ×
Eerste hulp verband DIN 13151-M, enkelvoudig steriel First aid dressing DIN 13151-M, single sterile	3 ×	6 ×
Eerste hulp verband DIN 13151-G, enkelvoudig steriel First aid dressing DIN 13151-G, single sterile	1 ×	2 ×
Verbanddoek DIN 13151-A, 80 × 60 cm, enkelvoudig steriel Bandaging cloth DIN 13151-A, 80 × 60 cm, single sterile	1 ×	2 ×
Verpakking van 2 wondverbanden (kompressen), 10 × 10 cm, steriel in paren Pack of 2 wound dressings (compresses), 10 × 10 cm, sterile in pairs	3 ×	6 ×
Oogkompres, 5,6 × 7,2 cm, enkelvoudig steriel Eye compress, 5.6 × 7.2 cm, single sterile	2 ×	4 ×
Onmiddellijk koud kompres Instant cold compress	1 ×	2 ×
Nooddeken, 210 × 160 cm, zilver/goud Emergency blanket, 210 × 160 cm, silver/gold	1 ×	2 ×
Elastische zwachtel DIN 61634-FB6, 4 m × 6 cm, cellofaan Elastic bandage DIN 61634-FB6, 4 m × 6 cm, cellophaned	2 ×	4 ×
Elastische zwachtel DIN 61634-FB8, 4 m × 8 cm, cellofaan Elastic bandage DIN 61634-FB8, 4 m × 8 cm, cellophaned	2 ×	4 ×
Driehoekig verband DIN 13168-D vlies Triangular bandage DIN 13168-D fleece	2 ×	4 ×
Schaar DIN 58279-B 190 Scissors DIN 58279-B 190	1 ×	1 ×
Foliezak, 30 × 40 cm Foil bag, 30 × 40 cm	2 ×	4 ×
Zakje van 5 wegwerpvlies doeken, 20 × 30 cm Bag of 5 disposable nonwoven cloths, 20 × 30 cm	1 ×	2 ×
Zakje met 4 wegwerphandschoenen DIN EN455, vinyl Bag of 4 disposable gloves DIN EN455, vinyl	1 ×	2 ×
Eerste hulp bij ongevallen met inhoudsopgave First aid instructions for accidents with table of contents	1 ×	1 ×

**Download this document in additional
languages by scanning the QR code**



or visit www.flexeo.shop/manual/