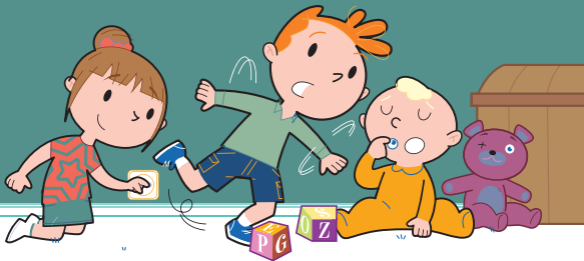


EHBébé

Ongevallengids voor kinderen
tussen 0 en 3 jaar

Bij baby's en peuters moet je vaak ogen op je rug hebben. Jammer genoeg ontsnappen ze al eens aan onze waakzame blik, soms met de nodige blutsen, builen of wonden tot gevolg. Maar hoe moet je reageren als een kleine bengel een pijnlijke tuimeling maakt? En wat te doen bij een vergiftiging, verslikking of brandwonde?

Deze handige EHBO-fiches zetten de belangrijkste richtlijnen op een rijtje!



Huidwonde

- Was je handen met water en zeep of ontsmet ze vooraleer je een open wonde verzorgt.
- Spoel en/of dep de wonde met zuiver water.
- Ontsmet de wonde met een product op waterbasis (vraag raad aan je apotheker).
- Reinig de wonde met een steriel kompres.
- Bloedt de wonde hevig? Hou het kompres dan tegen de wonde en duw erop met je vinger.
- Dek de wonde af met een steriel kompres zodat er geen vuil in kan komen.
- Ga na of het kind nog beschermd is tegen tetanus.



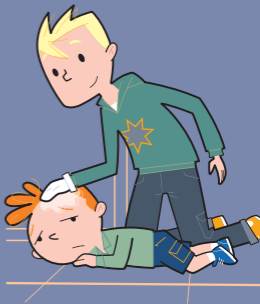
Raadpleeg zeker je behandelende arts bij sterk bevulde wonden, grote of diepe wonden, hevige bloedingen, besmette wonden, ...

Koortsstuipen

Koortsstuipen zijn korte spiertrekkingen in de ledematen die kunnen voorkomen bij zieke kinderen (tussen 6 maanden en 5 jaar). Ze zien er angstaanjagend uit, maar ze zijn gelukkig niet gevaarlijk.

- Zorg ervoor dat het kind zich niet kan kwetsen tijdens het schokken.
- Stop zeker niets in de mond van het kind. Geef het ook niet te drinken!
- Verwijder te warme kledij en zorg voor frisse lucht.
- Zorg ervoor dat het kind op een rustige manier kan bijkomen.

Neem zo snel mogelijk contact op met je behandelende arts na een koortsstuip. Hij zal de oorzaak onderzoeken en je eventueel doorverwijzen naar gespecialiseerde hulp.



Zonnesteek

- Haal het kind uit de zon en laat het rusten in een koele omgeving.
- Laat het kind extra water drinken (niet te koud). Laat baby's jonger dan 6 maanden extra melk drinken: bij borstgevoede baby's door extra aan te leggen, bij flesgevoede baby's door een extra fles te geven.
- Leg eventueel koude kompressen op het voorhoofd.

Raadpleeg altijd je behandelende arts bij een zonnesteek bij je baby of peuter en volg diens advies.



Verdrinking

- Leg het kind op de rug en controleer of het bij bewustzijn is. Is het buiten bewustzijn, maar ademt het nog? Leg het dan op zijn zij (in veiligheidshouding).
- Ademt het kind niet meer? Maak dan eerst de luchtwegen vrij en pas dan mond-op-mondbeademing en hartmassage toe (enkel als je een opleiding hebt gevolgd. Zoniet, zoek hulp!).
- Verwittig onmiddellijk de hulpdiensten (112).

Ook als het kind maar even kopje onder gegaan is, blijft het belangrijk om toch een arts te raadplegen!



Brandwonde

- Hou het verbrande lichaamsdeel gedurende 15 tot 20 minuten onder lauw, stromend water.
- Verwijder voorzichtig kleding of sieraden (enkel als ze niet aan de huid vastkleven).
- Koel alleen de wonde, zo vermijd je onderkoeling.
- Breng enkel een zalf of crème aan op kleine brandwonden.
- Leg na het koelen een nat verband aan (schone doek).

Gaat het om een ernstige brandwonde? Bel dan onmiddellijk de hulpdiensten (112)! Met kleine brandwonden ga je beter naar je behandelende arts. Vergeet niet dat voor baby's en peuters alle brandwonden gevaarlijk kunnen zijn.



Insectenbeet

- Probeer te achterhalen door welk insect het kind gebeten is.
- Steekt er een angel in het wondje? Verwijder deze dan door met je vingernagel van onder de steekplaats naar boven toe te drukken en te glijden.
- Ontsmet de wonde en koel ze gedurende 10 minuten af met ijs (niet rechtstreeks op de huid maar in een washandje of doekje) of coldpack om jeuk en zwelling te beperken.
- Gebruik eventueel een jeukwerende zalf.
- Gaat het om een tekenbeet? Verwijder de teek met een speciale tekentang en noteer de dag van de beet.



Is de zwelling groter dan de oppervlakte van de hand van het kind? Heeft het kind moeite om te ademen? Verschijnt er een grote rode vlek na een tekenbeet? Raadpleeg dan zo snel mogelijk je behandelende arts of bel de hulpdiensten (112)!

Verslikking

Kan het kind nog praten, hoesten of ademen? Dan gaat het om een lichte verslikking. Moedig het kind aan om te blijven hoesten en controleer of het weer een normale ademhaling heeft.

- Leg het kind op de buik met het gezicht naar beneden. Is je baby jonger dan 2 jaar? Leg hem dan op je onderarm of op je dijbeen met het hoofd lager dan de romp.
- Ondersteun het hoofd met de duim op een hoek van de onderkaak en twee vingers op de andere hoek van de onderkaak.
- Geef maximaal 5 slagen met je hand tussen de schouderbladen.
- Kijk bij elke slag of het voorwerp is losgekomen. Lukt dit niet? Draai hem dan op zijn rug met het hoofd lager dan de romp en geef hem met 2 vingers 5 lichte stoten op het midden van zijn borstkas. Schud je baby zeker niet!



Verliest het kind het bewustzijn?
Leg het dan neer op de zij en verwittig onmiddellijk de hulpdiensten (112) voor je met de reanimatie begint. Nog geen cursus EHBO voor kinderen gevolgd? Neem dan een kijkje op de site van Kind en Gezin.

Verstuiking

Verschijnt er een pijnlijke zwelling na een val van het kind? Kan het kind moeilijk bewegen? Dan gaat het wellicht om een verstuiking, ontwrichting of een botbreuk.

- Koel het letsel af met ijs of een coldpack gedurende maximaal 20 minuten.
- Hou het ijs of een coldpack niet rechtstreeks tegen de huid, maar wikkel het in een doek.
- Zorg ervoor dat het kind het getroffen lichaamsdeel zo weinig mogelijk beweegt.
- Zet een ledemaat met een abnormale stand nooit zelf weer recht.

Wordt de pijn erger en vermoed je een ernstige verstuiking of breuk? Raadpleeg dan zeker je behandelende arts!



Vergiftiging

- Zelfs als het kind in orde lijkt, bel je best naar het Antigifcentrum (070 245 245) en geef zoveel mogelijk informatie over de situatie: welk product, welke hoeveelheid en wanneer, uur van de laatste maaltijd, leeftijd en gewicht van het kind, ...
- Verwijder eventuele resten van het product uit de mond van het kind, maar laat het niet overgeven zonder toestemming van het Antigifcentrum.
- Verliest het kind het bewustzijn? Verwittig onmiddellijk de hulpdiensten (112) en leg het kind op de zij, met de mond naar de grond. Controleer de ademhaling terwijl je op de hulpdiensten wacht.

Hou het kind niet koste wat het kost wakker en dien geen medicatie of water toe op eigen initiatief!



Opmerkingen

Heeft het kind last van een bepaalde allergie of ziekte? Mag het bepaalde geneesmiddelen niet innemen? Noteer het allemaal hieronder:

.....

.....

.....

.....

Nummer van je behandelende arts (pediater/huisarts):

.....



Hulpdiensten: 112

(Europees noodnummer)

Antigifcentrum: 070 245 245

Nationale inlichtingen: 1207

De Onafhankelijke Ziekenfondsen groeperen:

helan Onafhankelijk ziekenfonds

part&namut Mutuelle Libre

freie krankenkas