

Reanimeren in 6 stappen



Let bij elke stap ook op je eigen veiligheid!



1. Controleer het bewustzijn

- Schud voorzichtig aan de schouders en vraag: 'Gaat het?'
- Geen reactie? Het slachtoffer is mogelijk bewusteloos. Blijf bij het slachtoffer en roep om hulp.



2. Bel direct 112 (of laat iemand bellen)

- Ben je alleen? Bel dan zelf 112 en zet je telefoon op de speaker. Zo kan de meldkamer je helpen bij de reanimatie.
- Zijn er meerdere mensen aanwezig? Laat dan één persoon 112 bellen en vraag iemand anders om direct een AED te halen.



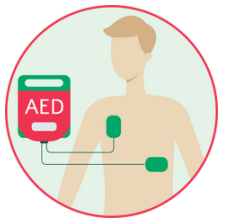
3. Controleer de ademhaling

- Controleer de ademhaling van het slachtoffer.
- Is er geen normale ademhaling, ben je alleen en is er dichtbij een AED beschikbaar? Haal de AED dan alsnog snel op. (binnen 1 minuut)



4. Start met reanimeren

- Zet je handen op elkaar op het midden van de borstkas.
- Duw het borstbeen 5-6 cm in.
- Doe dit 30 keer, met een tempo van 100-120 keer per minuut.
- Beadem het slachtoffer 2 keer.
- Ga door met reanimeren en wissel steeds 30 borstcompressies af met 2 beademingen.
- Is er nog iemand aanwezig? Wissel elkaar dan elke 2 minuten af.
- Onderbreek de reanimatie steeds zo kort mogelijk.



5. Gebruik de AED

- Zodra de AED er is: Zet deze aan met de AAN-knop of open de klep.
- Volg de (gesproken) instructies.
- Sommige AED's geven realtime reanimatiefeedback. Volg deze instructies op om de kwaliteit van de reanimatie te optimaliseren.
- Plak de elektroden op de ontblote borst.
- Volg de opdrachten van de AED op, totdat een ambulancezorgverlener zegt dat je mag stoppen



6. Service

- Wij zijn binnen 6 uur op locatie.
- Wij vervangen de elektroden en zo nodig de batterij. Zo is de AED snel weer gebruiksklaar!
- Indien gewenst door de cardioloog lezen we de ECG-data uit en sturen deze naar hem of haar op.