

# Eerst hulp bij festivals

## Bloeddruk meten

Automatische bloeddruk meter  
Plaats de band om de arm volgens de instructie. (slang in de elleboog)  
Niet bewegen – praten  
3x meten in 5 minuten



## Bloedprikken

Haal de kap van de lancetpen door de lange schuif naar voren te duwen  
Plaats je bloedlancet en zet de kap er weer op  
Desinfecteer de vinger  
Zet het apparaatje tegen de zijkant van een vinger  
Span de naald door de schuif naar achteren te duwen  
Druk op de kleine knop  
Druk wat bloed uit de vinger  
Neem dit bloed op met een glucose strip



## Glucose meten

Zet je apparaatje aan  
Stop een teststrip in het meetapparaat.  
Neem bloed op met de zijkant van de teststrip  
Wacht tot de meting klaar is



## Saturatie meten

Zet het apparaat aan  
Schuif hem over je vinger top  
Wacht tot de meter klaar is  
Meet nooit op een nagel bedekt met nagellak of kunstnagel. Meet dan de op binnenkant vinger



## Borstkas controle

Laat het slachtoffer rechtop zitten  
Zet je handen aan weerszijden van de borstkas  
Tel het aantal ademhalingen per minuut  
Controleer of beide zijden gelijkmatig uitzet



## Epipen



Bel 112  
Haal de dop van de pen af  
Sla de pen in de zijkant bovenbeen.  
Houd 15 seconden aangedrukt  
Trek de pen terug  
Bewaak de vitale functies  
Zet eventueel een 2<sup>e</sup> pen

## Pols tellen

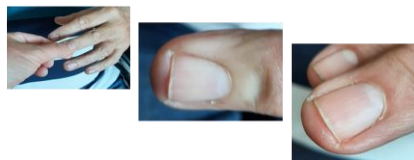
Hou de hand vast met een hand  
Leg twee vingerstoppen van de andere hand, naast de pees in de pols  
Druk heel licht in de arm  
Tel in 15 of 30 seconden het aantal slagen die je voelt en vermenigvuldig dat tot een minuut



## Capillaire Rifill

Houd de hand ter hoogte van het hart  
Druk 5 seconden op de nagel  
Meet het aantal seconden totdat de kleur hersteld

Koude handen geeft een vertekend beeld  
Bij kunstnagels, de vingerkussen bekijken



## Temperatuur meten

Meet de temperatuur met een oor thermometer.  
Zet een schoon kapje op je apparaat en steek deze in het oor.  
Of gebruik de temperatuur scanner op het voorhoofd  
Richt op het voorhoofd wacht tot de piep einde meting aangeeft



## Brancard vervoer



Uitvouwen en vergrendelen



Help elkaar door over het slachtoffer en de brancard te stappen  
Pak allemaal vast. (Commando):  
Til op, naar baar, leg neer  
Help elkaar terug te stappen

## Vervoer til doek



Leg de doek naast het slachtoffer  
Til of rol je slachtoffer op de doek  
Pak de handvaten van de doek aan weerszijden met meerdere helpers  
Loop met het slachtoffer hoofd naar voren voorwaarts