

Rescue Race

Spelregels

Inhoud van de speldoos

- 1 spelbord
- 4 pionhouders
- spelregels

Start-
speler

- 1 startspelerfiche



- 36 puntenfiches



- 36 slachtofferfiches



- 1 achzijdige dobbelsteen

- 4 pionkaartjes



- 105 hulpkaartjes



- 8 instructiekaarten



Voor je begint!

Leg het spelbord open op tafel. Druk de slachtofferfiches en de puntenfiches uit het karton. Stop elk van de 4 pionkaartjes in de bijpassende pionhouder. Deze herken je aan de kleuren.

Elke speler kiest een pion met de afbeelding van een voertuig op: MUG, ziekenwagen of 1 van de 2 personenwagens. De slachtofferfiches worden geschud en met de afbeelding naar onder op tafel gelegd. De puntenfiches leg je vlakbij het spelbord. Schud de hulpkaarten door elkaar en geef elke speler 7 kaarten. Zorg er wel voor dat de tegenspelers je kaartjes niet zien!

De 8 instructiekaarten hou je bij de hand, rondom het spelbord, zodat elke speler er makkelijk bij kan.

Elke speler zet zijn pion op een willekeurige plaats op het spelbord, bijvoorbeeld in de keuken of de woonkamer of de tuin. De jongste speler krijgt de **startspelerfiche**.



- ziekenwagen



- personenwagens



- MUG

Een spelronde!

In dit spel wordt gespeeld met spelrondes. Een spelronde is pas volledig als elke speler aan de beurt is geweest. Bij de eerste spelronde mag de jongste speler beginnen. Daarna zijn – in wijzerzin – alle andere spelers één voor één aan de beurt. Als alle spelers aan de beurt zijn geweest en ze hebben hun hulpkaartjes ingewisseld of aangevuld, dan is de spelronde voorbij en gaat de startspelerfiche naar de volgende speler.

Spelronde 1

De jongste speler mag beginnen. Hij gooit als eerste met de **dobbelsteen** en neemt blind een **slachtofferfiche**. Hij legt die slachtofferfiche **op de plaats met het nummer dat hij met de dobbelsteen heeft gegooid**. Gooit hij bijvoorbeeld 1, dan leg je die slachtofferfiche op de plaats met nummer 1 op het spelbord, nl. de woonkamer.

De slachtofferfiches tonen wie het slachtoffer is, nl. een kind, een volwassene of een bejaarde, maar ook hoe ernstig de verwonding of het letsel is: lichtgewond (met gele kleur), ernstig gewond (met oranje kleur) of levensbedreigend gewond (met rode kleur).



Kind
Lichtgewond



Volwassene
Ernstig gewond



Bejaarde
Levensbedreigend
gewond

Bij elk van de 8 locaties op het spelbord vind je 3 gekleurde vakjes, nl geel, oranje en rood. Je legt de **fiche op het vakje met de overeenstemmende kleur**. Heb je bijvoorbeeld een gele slachtofferfiche, dan leg je die op het gele rondje. Een rode slachtofferfiche leg je op het eerste rode rondje (niet het rondje met het uitroepteken) ...

Vervolgens neemt speler 1 de **instructiekaart** met hetzelfde nummer, kijkt wie het slachtoffer is en hoe erg de verwonding is, en leest het betreffende stukje tekst voor. Hij kan meteen ook bekijken welke hulpmiddelen er nodig zijn om het slachtoffer te helpen, en laat die ook aan de andere spelers zien. Deze instructiekaart leg je best vlakbij het spelbord.



+



Het slachtoffer heeft een koelzakje en rust nodig.

3 Sporthal			
Kind 		Volwassene 	Bejaarde 
Licht gewond	Jelle valt tijdens een zaalvoetbalwedstrijd. Hij heeft een grote schaafwonde aan zijn been.   	Erik verstuikt zijn voet bij het basketten.  	Anton zet het net klaar voor de volleybalmatch. Zijn vinger blijft zitten in het net en is ontwricht.  
	Het deksel van de ballenbak valt op het hoofd van een speler. Hij heeft een hersenschudding. 	Tante Lieve springt opeens af van de trampoline. Plots loopt het mis en ze belandt naast de trampoline. Haar been is gebroken en er steekt een stukje bot uit.  	De voet van een toeschouwer raakt geplet onder de uitschuifbare tribune.  
	Tijdens een turnwedstrijd verliest Laura haar evenwicht. Ze komt terecht op haar hoofd. Ze heeft pijn aan haar nek en is erg misselijk.  	De bok staat niet stabiel. Bij een oefening kantelt de bok en komt hij terecht op een turnster. 	De voorzitter is een hevige supporter. Tijdens de spannende finale krijgt hij plots een hartaanval.  
Ernstig gewond			
Levensbedreigend			

Om het spel van in het begin spannend te maken, gooit speler 1 nogmaals met de dobbelsteen, hij neemt opnieuw een slachtofferfiche van de stapel en legt die op het juiste rondje. Hij neemt de instructiekaart en leest voor wat er precies gebeurd is.

Let op: gooi je met de dobbelsteen het nummer van een plaats waarop al een slachtofferfiche ligt, dan gooi je nogmaals. Je gooit bijvoorbeeld 2 met de dobbelsteen, het strand, en er ligt al een slachtofferfiche, dan gooi je nog een keer. Tot je een nummer gooit van een plaats waar nog geen slachtofferfiche ligt!

Er liggen nu twee slachtoffers op het spelbord. Nu kan het **spel starten!**

Het is de bedoeling dat de spelers de slachtoffers redden. **Dit doen ze door naar het slachtoffer te gaan en het juiste hulpkartje af te leggen.**

Hoeveel stappen je bij elke beurt vooruit mag, hangt af van het soort voertuig dat je hebt:



Een MUG mag bij elke beurt maximaal 10 vakjes vooruit



Een ziekenwagen mag bij elke beurt maximaal 8 vakjes vooruit.



Een personenwagen mag bij elke beurt maximaal 7 vakjes vooruit.

Let op: dit is het aantal vakjes dat je vooruit mag gaan. Je mag dus onderweg stoppen. Een speler mag ook in 1 beurt 2 slachtoffers helpen, maar je mag het aantal vakjes dat je voertuig vooruit mag, niet overschrijden.

Bij een slachtoffer aankomen is niet voldoende, je moet ook nog het juiste hulpkaartje hebben!

Voor sommige letsels is er slechts 1 hulpkaartje nodig, bij andere moet je 2 of 3 hulpkaartjes gebruiken. Heeft een speler het juiste hulpkaartje en bereikt hij als eerste het slachtoffer, dan legt hij zijn hulpkaartje af en krijgt hij één puntenfiche. De andere spelers beoordelen of het hulpkaartje correct is (natuurlijk kunnen ze spieken op de instructiekaart).

Indien er slechts 1 hulpkaartje nodig is, en de speler legt het juiste af, dan is het slachtoffer gered en verdwijnt die slachtofferfiche van het spelbord. De speler krijgt 1 punt en het hulpkaartje wordt onderaan de stapel gelegd.

Wanneer er meerdere hulpkaartjes nodig zijn, blijven de hulpkaartjes bij het slachtoffer liggen tot het slachtoffer volledig gered is. **Elke speler ontvangt een punt per afgelegd (en juist!) hulpkaartje.** Als alle hulpkaartjes die nodig waren afgelegd zijn, verdwijnen de slachtofferfiche en alle afgelegde hulpkaartjes van het spelbord.



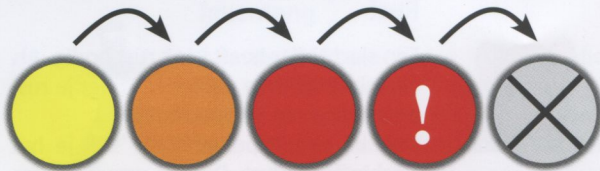
Bovendien kan ook niet elk voertuig elk hulpkaartje gebruiken. Deze informatie vind je op elk hulpkaartje. "Stromend water" kan bijvoorbeeld enkel door een personenwagen afgelegd worden; alleen de "ziekenwagen" mag een "ticket naar spoed" afleveren. Die hulpkaartjes die voor een ander voertuig zijn bestemd kan je dus niet gebruiken. Die ruil je best in op het einde van de spelronde!

Speler 1 mag als eerste zijn voertuig vooruitzetten. Dan speler 2 enz tot elke speler aan de beurt geweest is.

Op het einde van elke spelronde, nadat elke speler aan de beurt geweest is (d.w.z. elke speler heeft zijn voertuig verzet en heeft al dan niet hulpkaartjes afgelegd) mogen alle spelers hun hulpkaartjes omruilen of aanvullen tot iedereen weer 7 hulpkaartjes in zijn hand heeft. Je mag alle kaartjes inruilen voor nieuwe; de oude kaartjes gaan onderaan de stapel en je neemt bijv 1 of 2 tot 7 nieuwe van de stapel. Spelers die een hulpkaartje hebben afgelegd, vullen de kaarten in hun hand terug aan tot ze er 7 hebben.

Oei, de situatie van de slachtoffers verergert!

Maar... de spelronde is nog niet helemaal afgelopen! Voor de slachtoffers die nog op het spelbord liggen, begint de tijd te dringen. Ze hebben nog altijd geen hulp gekregen en hun verwonding wordt erger! **Alle slachtofferfiches schuiven op het einde van een spelronde één vakje op! Hun verwonding blijft echter wel hetzelfde, die verandert niet; enkel de plaats van de slachtofferfiche verandert. Ook alle afgelegde hulpkaartjes blijven liggen.** Dit betekent dat een slachtofferfiche die op het gele vakje lag, verschuift naar een oranje, één die op het oranje vakje lag, verschuift naar het rode. De slachtoffers



die al op het rode vakje stonden, schuiven ook een plaats verder en komen dus op het volgende rode vakje terecht (het rode vakje met het uitroepteken). Nu wordt het spanrende, want indien het slachtoffer bij een volgende spelronde nog niet geholpen is, schuift de fiche op het einde van die ronde weer een vakje op, naar het vakje met het kruis, en dat is fataal. Alle hulp is te laat gekomen en de slachtofferfiche verdwijnt van het spelbord en de reeds afgelegde hulpkaartjes worden terug onderaan de stapel hulpkaartjes gelegd.

Als er tijdens het spel 3 slachtoffers niet gered kunnen worden, stopt het spel en verliest iedereen.

Nu alle spelers weer 7 hulpkaartjes hebben en de slachtofferfiches een vakje zijn opgeschoven, is de spelronde voorbij. Speler 1, de startspeler, geeft de startspelerfiche door aan speler 2. Speler 2 mag met de dobbelsteen gooien, een slachtofferfiche nemen en die op de juiste plaats leggen. Hij mag vervolgens als eerste zijn voertuig vooruitzetten. Vervolgens is speler 3 aan de beurt en zo verder... Als alle spelers aan de beurt zijn geweest, mogen ze weer hun hulpkaartjes omruilen of aanvullen. **Vervolgens worden alle slachtofferfiches weer één plaats opgeschoven.**

De toestand stabiliseren

Als je op het einde van je beurt blijft staan bij een slachtoffer, dan stabiliseer je de toestand van dit slachtoffer.

Dit wil zeggen dat, ondanks het feit dat je niet het juiste hulpkaartje hebt en je het slachtoffer niet kan helpen, je er toch voor kan zorgen dat de situatie van dit slachtoffer niet verergert.

Slachtofferfiches waarbij een speler staat worden geen plaats opgeschoven op het einde van een spelronde.

EXTRA: Wanneer spelers elkaar tegenkomen, mogen ze hulpkaartjes ruilen! Dit spreek je af vooraleer je aan het spel begint!

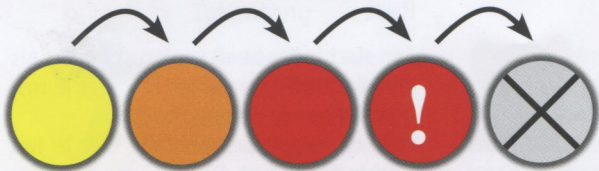
EXTRA: Als er geen slachtofferfiches meer op het spelbord liggen op het einde van een spelronde, mogen er bij de volgende spelronde opnieuw 2 slachtofferfiches in het spel gebracht worden. De speler met de startspelerfiche mag dus 2 x met de dobbelsteen gooien!

Wie wint?

De speler die als eerste 10 puntenfiches (of een ander afgesproken aantal) heeft, is de beste hulpverlener en wint het spel.

Tip: je kan ook afspreken dat je een half uur speelt of een uur-tje. Na de afgesproken tijd worden de puntenfiches geteld.

Tip voor ervaren en oudere spelers: de tegenspeler leest de tekst op de instructiekaart voor. De speler mag de afbeeldingen van de hulpkaartjes zelf niet zien. Zo wordt de uitdaging een pak groter!



die al op het rode vakje stonden, schuiven ook een plaats verder en komen dus op het volgende rode vakje terecht (het rode vakje met het uitroepteken). Nu wordt het spannend, want indien het slachtoffer bij een volgende spelronde nog niet geholpen is, schuift de fiche op het einde van die ronde weer een vakje op, naar het vakje met het kruis, en dat is fataal. Alle hulp is te laat gekomen en de slachtofferfiche verdwijnt van het spelbord en de reeds afgelegde hulpkaartjes worden terug onderaan de stapel hulpkaartjes gelegd.

Als er tijdens het spel 3 slachtoffers niet gered kunnen worden, stopt het spel en verliest iedereen.

Nu alle spelers weer 7 hulpkaartjes hebben en de slachtofferfiches een vakje zijn opgeschoven, is de spelronde voorbij. Speler 1, de startspeler, geeft de startspelerfiche door aan speler 2. Speler 2 mag met de dobbelsteen gooien, een slachtofferfiche nemen en die op de juiste plaats leggen. Hij mag vervolgens als eerste zijn voertuig vooruitzetten. Vervolgens is speler 3 aan de beurt en zo verder... Als alle spelers aan de beurt zijn geweest, mogen ze weer hun hulpkaartjes omruilen of aanvullen. **Vervolgens worden alle slachtofferfiches weer één plaats opgeschoven.**

De toestand stabiliseren

Als je op het einde van je beurt blijft staan bij een slachtoffer, dan stabiliseer je de toestand van dit slachtoffer.

Dit wil zeggen dat, ondanks het feit dat je niet het juiste hulpkaartje hebt en je het slachtoffer niet kan helpen, je er toch voor kan zorgen dat de situatie van dit slachtoffer niet verergert.

Slachtofferfiches waarbij een speler staat worden geen plaats opgeschoven op het einde van een spelronde.

EXTRA: Wanneer spelers elkaar tegenkomen, mogen ze hulpkaartjes ruilen! Dit spreek je af vooraleer je aan het spel begint!

EXTRA: Als er geen slachtofferfiches meer op het spelbord liggen op het einde van een spelronde, mogen er bij de volgende spelronde opnieuw 2 slachtofferfiches in het spel gebracht worden. De speler met de startspelerfiche mag dus 2 x met de dobbelsteen gooien!

Wie wint?

De speler die als eerste 10 puntenfiches (of een ander afgesproken aantal) heeft, is de beste hulpverlener en wint het spel.

Tip: je kan ook afspreken dat je een half uur speelt of een uurtje. Na de afgesproken tijd worden de puntenfiches geteld.

Tip voor ervaren en oudere spelers: de tegenspeler leest de tekst op de instructiekaart voor. De speler mag de afbeeldingen van de hulpkaartjes zelf niet zien. Zo wordt de uitdaging een pak groter!

Rescue Race

Een woordje uitleg



Wegwerphandschoenen



Om besmetting te voorkomen vermijd je best alle contact met lichaamsvloeistoffen zoals bloed, speeksel, urine. Wegwerphandschoenen zijn in dit geval onmisbaar! Als je geen wegwerphandschoenen hebt, kan je een plastic zakje gebruiken om je handen te beschermen.

Stromend water



Om een wonde te reinigen spoel je met water. Dit zorgt voor een goede wondgenezing en je vindt het overal. Water wordt ook gebruikt om brandwonden af te koelen. In het laatste geval blijf je zeker 15 tot 20 minuten afkoelen.

Koelzakje



De geleichtichte inhoud van dit zakje geeft koude af en wordt nooit volledig hard. Je gebruikt het wanneer je je ergens gestoten hebt, of bij een letsel aan botten, spieren of gewrichten. Een koelzakje breng je nooit rechtstreeks op de huid aan, maar je legt er een doek of papieren doekjes tussen.

Steriel kompres



is een doekje uit gaas dat wordt gebruikt bij het stelpen van bloedingen en het reinigen, ontsmetten of afdekken van een wonde. Een kompres mag je rechtstreeks op de wonde aanbrengen.

Drukverband



Dit steriel verband bestaat uit een zwachtel waarop een kompres zit. Het wordt gebruikt om bloedingen te stelpen of om een wonde steriel af te dekken. Het wordt ook wel noodverband of snelverband genoemd.



Rust

Een slachtoffer heeft vaak rust nodig. Als een slachtoffer in paniek is, moet je rustig inpraten op het slachtoffer.

Ook bij een hyperventilatie stel je het slachtoffer gerust. Daarbij vraag je hem om rustig in en uit te ademen, dit kan eventueel met behulp van een plastic zakje.

Heeft een slachtoffer zijn voet verstuikt, dan steunt hij best zo weinig mogelijk op zijn voet. Je gaat best wel naar een arts als de pijn na een paar dagen nog niet voorbij is.

Nat wondverband



Dit wordt vaak gebruikt bij brandwonden, nadat de wonde is afgekoeld met stromend water. Je kan bijvoorbeeld een steriel kompres nat maken. Ook een natte zwachtel kan je gebruiken.

Koude kompressen



Bij een zonneshlag haal je het slachtoffer uit de zon en breng je het naar een koele omgeving. Koel het slachtoffer af door bijv. koude kompressen op het hoofd, in de lies en de oksels te leggen. Zorg er wel voor dat het slachtoffer niet begint te rillen.

Een glas water om te spoelen



Kan je voor allerlei toepassingen gebruiken. Bijv. als iemand een irriterende stof in het oog heeft gekregen. Natuurlijk was je eerst je handen. Vervolgens laat je het slachtoffer achteroverleunen en achtereenvolgens naar boven, onder, links en rechts te kijken, terwijl je met je duim en wijsvinger beide oogleden openhoudt. Je spoelt met het water vanaf de neus naar de zijkant van het gezicht.

Persoon in veiligheid brengen



Als iemand in een gevaarlijke situatie verkeert, breng je hem uiteraard eerst in veiligheid. Een drenkeling probeer je aan de kant te halen. Iemand die het slachtoffer is van CO-vergiftiging breng je naar een veiliger plaats. Maar je zorgt natuurlijk wel dat je zelf geen gevaar loopt. In dat geval laat je het beter over aan de hulpdiensten.

Stabiele zijligging



Als een slachtoffer bewusteloos is maar nog wel normaal ademt, dan leg je hem in stabiele zijligging. Zorg ervoor dat het hoofd naar achteren is gericht en de mond naar de grond zodat de luchtweg vrij blijft.



Steriel verband

Dit is een verband dat je aanlegt op een open wonde om zo de wonde proper te houden. Steriele verbanden bestaan in allerlei vormen: een steriele zwachtel, een steriel driehoeksverband...



Zwachtels om voorwerp stil te houden

De algemene regel is dat je nooit een vreemd voorwerp uit een wonde haalt, om te voorkomen dat de wonde erger gaat bloeden of dat je nog meer weefsel beschadigt. Het enige dat je kan doen is het voorwerp onbeweeglijk houden tot er professionele hulp is. Dit doe je door steriele kompressen aan beide zijden tegen het voorwerp te leggen en zo het hoogteverschil op te vullen. Hierover breng je voorzichtig een verband aan.



Isolatieleden

Dit is een deken dat bestaat uit een flinterdunne folie. Het beschermt slachtoffers tegen extreme temperaturen. Je wikkelt de isolatiedeken om het slachtoffer zodat er slechts een dunne luchtlaag overblijft tussen de deken en het slachtoffer. Deze luchtlaag wordt dan opgewarmd door de lichaamswarmte en vormt de isolatie tegen de koude omgeving.



Antigifcentrum

Vergiftiging kan ontstaan door het inslikken of inademen van een giftige stof en door contact met huid, slijmvliesen of ogen. Bel meteen het Antigifcentrum en geef volgende gegevens door aan de telefoon: leeftijd en gewicht van het slachtoffer, de naam van het giftige product, de hoeveelheid die bijv. ingeslikt is, hoe het is gebeurd en hoe de toestand van het slachtoffer is. Volg stipt het advies op.



Reanimatie

Via het bloed wordt zuurstof geleverd aan alle organen. Als het hart stopt met pompen ontstaat in allerlei vitale organen een tekort aan zuurstof; vooral de hersenen zijn hier bijzonder gevoelig voor. Daarom moet je bij slachtoffers met een abnormale ademhaling zo snel mogelijk starten met reanimatie.

Eerst open je de luchtweg. Vervolgens start je met de eigenlijke reanimatie: je wisselt 30 hartmassages en 2 beademingen af en blijft dit herhalen tot er professionele hulp is, tot het slachtoffer weer normaal ademt of tot je zelf niet meer kan.



Halfzittende houding

Bij een hartaanval of een hartinfarct moet je het slachtoffer laten zitten in een comfortabele houding, vaak is dat zittend of halfzittend.



Stroom uitschakelen

Wanneer iemand wordt geëlektrocuteerd zet je eerst de stroom uit; vermijd zeker alle contact met het slachtoffer tot de stroom is uitgeschakeld.



Lotion

Lotion heeft veelal een verzachtende werking. Smeren met lotion zorgt voor hydratatie van de huid en verzacht de gevolgen van irritatie, bijv. door de haartjes van de processierups of zonnebrand.



Handen wassen

Je wast voor en na een verzorging en zeker wanneer ze zichtbaar vuil zijn. Ook na elk toiletbezoek is het wassen van de handen noodzakelijk.



5 x op de rug slaan & 5 buikstoten

Dit wordt enkel toegepast bij een zeer ernstige verslikking, nl. wanneer het slachtoffer helemaal niet meer kan ademen. Ga achter het slachtoffer staan met je hand op de borstkas en buig het slachtoffer naar voren. Met de hiel van je vrije hand geef je maximaal 5 slagen tussen de schouderbladen van het slachtoffer. Voor de buikstoten ga je daarna achter het slachtoffer staan met je beide armen rond de bovenstreek van de buik. Buig het slachtoffer naar voren en maak een vuist met je ene hand. Vervolgens neem je die vuist met je andere hand vast en trekt die krachtig naar het een punt tussen de navel en het onderste punt van het borstbeen van het slachtoffer. Dit doe je maximaal 5 keer. Let op! Een slachtoffer dat buikstoten kreeg, moet daarna door een arts onderzocht worden.



Zout water

Zout water gebruik je slechts in een klein aantal, welbepaalde gevallen: bijvoorbeeld bij een kwalenbeet.



Warm water

Als je op een pieterman trapt, moet je het getroffen lichaamsdeel in zo warm mogelijk water onderdompelen. Warmte inactieveert immers de gifstof. Controleer wel vooraf de temperatuur van het water, zorg dat het niet te heet is.



Tekentang

Een teek is een kleine parasiet die zich vasthecht aan de huid bijv. op het hoofd, de nek, de oksels en knieholten... Wegens infectiegevaar verwijder je een teek best zo snel mogelijk met een tektentang. Dit speciale tangetje grijpt net hard genoeg om de teek helemaal uit de huid te krijgen zonder ze kapot te drukken.



Andere kledij

Een slachtoffer dat in aanraking is geweest met processierupsen moet een douche nemen en andere kledij aantrekken. Op deze manier vermijd je zoveel mogelijk contact met de brandhaartjes. Daarna gebruik je een jeukwerende crème of lotion.



Neus snuiten

Wanneer iemand iets in de neus heeft gestopt, laat je het slachtoffer door de mond ademen. Vervolgens laat je het de neus snuiten waarbij het niet verstopte neusgat dicht wordt gehouden. Probeer het voorwerp er niet zelf uit te halen; de kans dat je het verder duwt is erg groot.



FAST-test

Bij een beroerte stel je deze mogelijke symptomen vast: bewusteloosheid of verminderd bewustzijn, verwardheid, duizeligheid, een rare manier van lopen, gevoelsstoornissen... Als je een beroerte vermoedt, voer je de FAST-test uit. FAST staat voor Face (= gezicht), Arm, Spraak, Tijd.

Face: kijk of de mond scheef staat en of er een mondhoek naar beneden hangt. Arm: kijk of een arm of been verlamd is. Spraak: ga na of het slachtoffer moeite heeft met spreken.

Tijd: tracht na te gaan hoelang deze klachten al duren.

Deze nuttige informatie kan je daarna aan de hulpdiensten doorgeven.



Plastic zakje om in te ademen

Wanneer iemand hyperventileert, ademt hij te snel en te diep. Dit kan bijvoorbeeld gebeuren na een zeer emotionele reactie. Je brengt de persoon naar een kalme plek en stelt hem gerust.

Je houdt een plastic zakje over de mond en neus van het slachtoffer en laat hem in- en uitademen, tot hij weer rustiger ademhaalt.

Immobiliseer hoofd



Dit betekent dat je het hoofd moet vasthouden zodat het slachtoffer het hoofd niet meer kan bewegen. Je doet dit alleen als het slachtoffer wil meewerken. Als het slachtoffer onrustig is, hou zijn hoofd en nek dan niet tegen als hij dat niet wil.

Ramen openzetten



Koolstofmonoxide (CO) is een gas dat vrijkomt bij een onvolledige verbranding en komt veel voor bij een slecht werkende verwarming op gas. Een slachtoffer van CO-vergiftiging heeft last van hoofdpijn, misselijkheid, sufheid, braakneigingen... In het ergste geval volgt bewusteloosheid en zelfs coma. Het is belangrijk – ook voor je eigen veiligheid – om eerst ramen en deuren te openen en het slachtoffer daarna in veiligheid te brengen, bijv. naar een andere beter verluchte ruimte of openlucht.

Ticket voor speed



Als een slachtoffer ernstig gewond is, moet het naar het ziekenhuis. Je kan het slachtoffer eventueel zelf brengen, je gaat dan het ziekenhuis binnen via de spoedafdeling. Als het heel ernstig is, laat je best de ziekenwagen komen. Hiervoor bel je naar het nummer 112 en vertel je wat er gebeurd is, waar het gebeurd is en wie het slachtoffer is. De ziekenwagen komt het slachtoffer dan halen en brengt het naar de spoedafdeling van het dichtstbijzijnde ziekenhuis.

Verwijzing naar arts



Sommige ongevallen zijn niet zo ernstig, maar kan je toch niet thuis verzorgen. In dat geval raadpleeg je een arts. Denk bijvoorbeeld aan een bijtewonde die grondig ontsmet moet worden. Ook met een hersenschudding of een zonnslag ga je naar de dokter. De arts kijkt wat er juist mis is en vertelt je wat je best kan doen. Zeker als je twijfelt, als je niet goed weet wat je moet doen, zoek je best een arts.



Wil je meer weten over eerstehulp?

Surf naar

www.jeugdrodekruis.be