

Stappenplan 368 Eerste hulp: verslikken

VOORBEREIDEN

1. Denk aan de 5 belangrijke punten bij EHBO.

UITVOERING

2. Ga schuin achter het slachtoffer staan.



3. Sla 3 keer met je vlakke hand tussen de schouderbladen van het slachtoffer. Maak telkens een slaande beweging van onder naar boven.
4. Kijk in de mond van het slachtoffer of je een voorwerp ziet dat je weg kunt halen.
5. Als je niets ziet, ga dan achter het slachtoffer staan en pas de Greep van Heimlich toe.



6. Leg je vuist op de buik van het slachtoffer, ter hoogte van het middenrif.
7. Pak met je andere hand je vuist vast.
8. Trek met een stevige ruk je handen naar achteren en naar boven.
9. Controleer de mondholte weer.
10. Herhaal stap 2 tot en met 8 als dat nodig is.
11. Laat iemand zo snel mogelijk 112 bellen als stap 2 tot en met 8 niets opleveren.



NAZORG

12. Vraag hoe het slachtoffer zich voelt.
13. Bel de huisarts en vertel dat je de Greep van Heimlich hebt toegepast.
14. Laat het slachtoffer een bezoek aan de huisarts brengen.