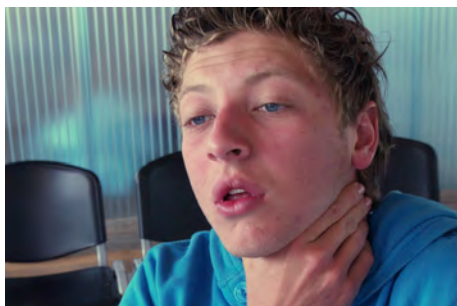


## Stappenplan 82 EHBO: helpen bij een ernstige verslikking

Dit stappenplan is inhoudelijk getoetst en goedgekeurd door Het Oranje Kruis.

### VOORBEREIDEN

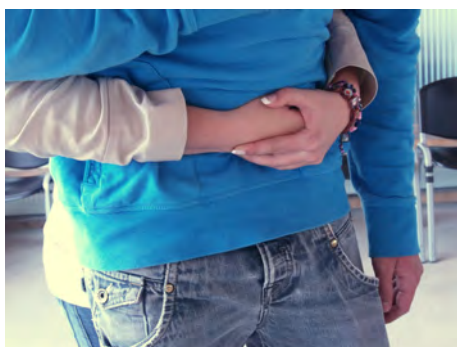


1. Pas de ABCDE-methodiek toe.

### UITVOEREN



2. Bij een ernstige verslikking bel je eerst 112. Als er omstanders zijn, laat je een van hen 112 bellen. Zet de telefoon op luidspreker.
3. Ga schuin achter het slachtoffer staan en sla met de hiel van je hand snel maximaal vijf keer tussen de schouderbladen van het slachtoffer (rugslagen):
  - Laat het slachtoffer licht voorover buigen.
  - Steun met je andere hand de borstkas.
  - Stop als je merkt dat de belemmering is opgeheven.



4. Als de slagen op de rug niet helpen, geef dan maximaal vijf buikstoten:
  - Sla je armen van achteren om het slachtoffer heen.
  - Leg een vuist op de buik van het slachtoffer, ter hoogte van het middenrif.
  - Zorg dat het slachtoffer licht voorover buigt.
  - Pak met je andere hand de vuist vast.
  - Trek met een stevige ruk je handen schuin omhoog naar je toe.
  - Stop als je merkt dat de belemmering is opgeheven.

**Let op!** Als je oefent, dan mag je punt 5 van stap 4 niet uitvoeren. Dat mag alleen wanneer iemand zich echt verslikt. Bij het oefenen kun je dit punt wel vertellen.

## Stappenplan 82 EHBO: helpen bij een ernstige verslikking



5. Herhaal stap 3 en 4 als dat nodig is.

### NAZORG



6. Vraag hoe het slachtoffer zich voelt.
7. Laat het slachtoffer bij buikklachten de huisarts bellen. Bij kinderen moet na buikstoten altijd de huisarts of huisartsenpost worden gebeld.