CPR (Cardio-Pulmonaire Resuscitatie)

De CPR-richtlijnen die door NELOS gevolgd worden, zijn opgesteld aan de hand van de 'European Resuscitation Council Guidelines for Resuscitation 2005'. Er is een stappenplan voor CPR van volwassenen en één voor CPR van drenkelingen en kinderen (vanaf 1 jaar tot de puberteit).

Plotse dood bij volwassenen is meestal het gevolg van een hartstilstand. De circulatie valt stil terwijl de longen nog over een zuurstofvoorraad beschikken. Je start met hartmassage, nadien volgt beademing.
Bij drenkelingen en kinderen is de oorzaak voornamelijk ademhalingsstilstand. Het hart blijft verder kloppen doch valt uiteindelijk stil door veralgemeend zuurstoftekort. De zuurstofvoorraad moet dus eerst hersteld worden met beademing, gevolgd door hartmassage.
Essentieel onderdeel van CPR blijft de snelle verwittiging van de hulpdiensten.

stappenplan voor volwassenen

Veiligheid

- Voor jezelf, slachtoffer en omstaanders. Eventueel moet het slachtoffer verplaatst worden.

Bewusteloos?

- Shake gently and shout loudly'.

1. Bewust slachtoffer
- Laat slachtoffer liggen, tenzij er gevaar is.
- Bel 112 indien nodig.

2. Bewusteloos slachtoffer
- Roep om hulp: spreek omstaander aan.
- Open de luchtweg:
  - leg het slachtoffer op de rug en op een harde ondergrond.
  - maak spannende kledij rond de hals los.
  - hyperstrekking: plaats een hand op het voorhoofd en kantel het hoofd naar achter.
  - kinlift: til de kin op door ze met 2 vingers omhoog te drukken.
- Controleer de ademhaling:
  - kijk, luister en voel of er ademhaling is terwijl de luchtweg open gehouden wordt.
  - pas op voor "gasping": dit zijn trage, inefficiënte, happende adembewegingen die kunnen optreden bij het begin van een hartstilstand.
  - evaluatie maximaal 10 seconden. Bij twijfel: beschouw ademhaling als NIET normaal.

2.1. Normale ademhaling
- Plaats het slachtoffer in stabiele zijligging.
- Bel 112.
- Zuurstof: masker-met-zak-en-kleppen is de aangewezen techniek bij bewusteloos slachtoffer.
- Regelmatige controle van de ademhaling.

2.2. Geen normale ademhaling
Afwezigheid van normale ademhaling bij een bewusteloos slachtoffer betekent ademhalingsstilstand **en circulatiestilstand**.

- Bel 112: stuur iemand om hulp of bel zelf **vooraleer** hartmassage te starten.
- 30 hartmassages: **NIEUW**
  - het slachtoffer moet op een harde ondergrond liggen.
  - plaats één hand in het midden van de borstkas (het midden van de onderste helft van het borstbeen), de hiel van de andere hand op de eerste hand en strengel de vingers ineen.
- Druk het borstbeen 4-5 cm in, tijd indrukken = tijd loslaten.
  - Ritme van 100/min.
- 2 beademingen:
  - **NIEUW** neem een normale ademteug (500-600 ml), blaas traag in (ongeveer 1 sec).
  - controleer de uitademing.
  - beadem 2 maal, herstart dan hartmassage.
  - als de borstkas niet opgaat na de eerste beademing:
    - controleer de mond op vreemde voorwerpen, controleer hyperextensie en kinlift;
    - nooit meer dan 2 beademingspogingen alvorens te herstarten met hartmassage.
- Verder met 30:2
  - Meer dan 1 hulpverlener: wissel om de 1 à 2 minuten. De wissel moet zo kort mogelijk zijn.
  - Ga verder met CPR tot de hulpdiensten het overnemen, het slachtoffer normaal begint te ademen of je uitgeput raakt.

Zie schema!



NELOS volgt de 'European Resuscitation Council Guidelines for Resuscitation 2005'.

stappenplan CPR bij drenkelingen en kinderen

Verschillend t.o.v. vorige stappenplan vanaf bewusteloos, niet-normaal ademend slachtoffer. Eveneens andere aanpak naargelang één of meerdere hulpverleners aanwezig zijn.

1 Hulpverlener
- Geef 5 beademingen. **NIEUW**
- 30:2 gedurende 1 minuut.
- Bel de hulpdiensten op 112.
- Ga verder met 30:2

Meerdere hulpverleners
- Laat de hulpdiensten bellen op 112.
- Geef 5 beademingen. **NIEUW**
- Ga verder met 30:2

Drenkelingen zijn meestal onderkoeld. Zorg dus ook voor bescherming tegen verdere afkoeling.

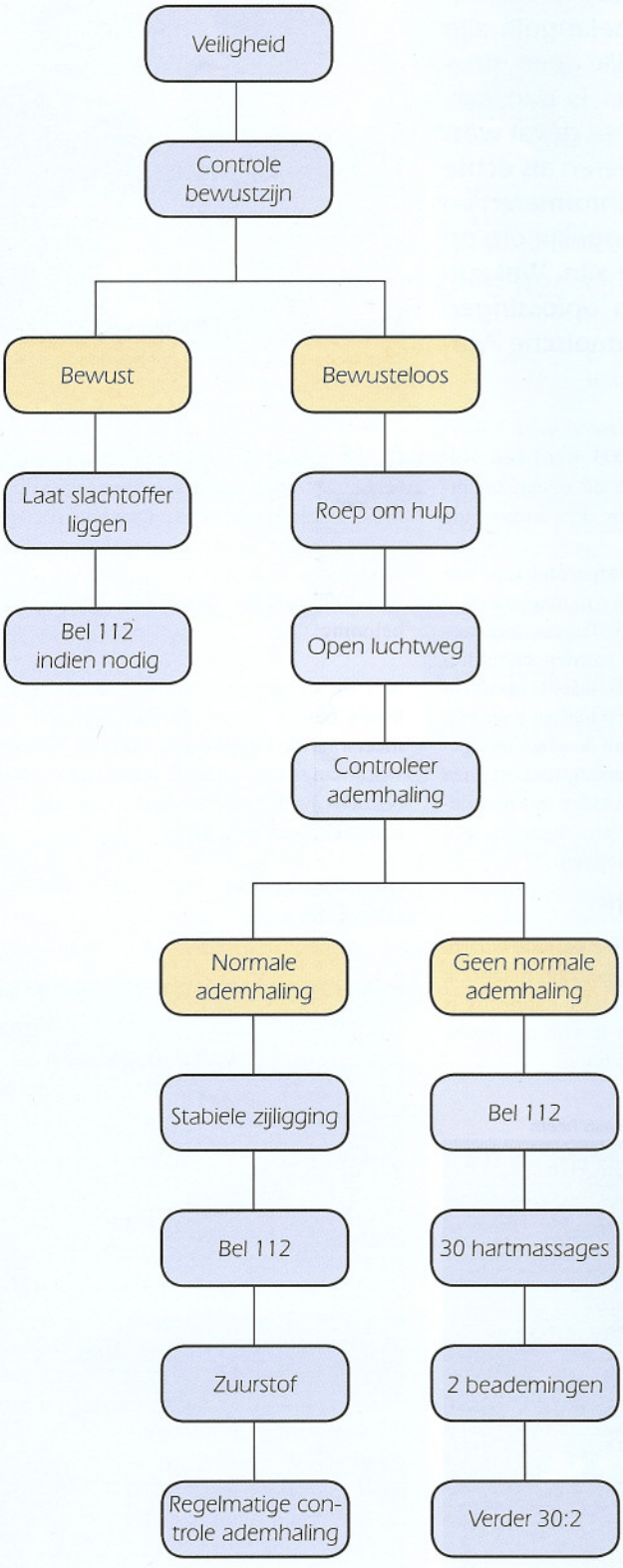
Zie schema!

hartmassage zonder beademing

Soms kan of wil men niet beademen. Dan is hartmassage zonder beademing nog altijd beter dan helemaal niets. Hartmassage gebeurt continu aan een frequentie van 100 per minuut. Deze techniek is echter minder goed dan de combinatie hartmassage-ventilatie. ■

TEKST: FILIP GALLANT
FOTO: IVO MADDER

stappenplan CPR
volwassenen



stappenplan CPR
drenkelingen/kinderen

