**Bij welk letsel horen de verschijnselen? Vul dit in het blauwe vlak in.**

**Pijn**

**Gezwollen/** **zwelling**

**Bewegen op geleide van pijn**

 **Blauwe** **verkleuring**

**S.O. houdt lichaamsdeel vast**

**S.O. kan lichaamsdeel** **minder**

**of** **niet bewegen**

**Abnormale stand of beweeglijkheid**

**Wond**

**Voelt hard aan**

**Bij welk letsel horen de verschijnselen? ANTWOORD**

**Pijn**

**Gezwollen/** **zwelling**

**Bewegen op geleide van pijn**

 **Blauwe** **verkleuring**

**S.O. houdt lichaamsdeel vast**

**S.O. kan lichaamsdeel** **minder**

**of** **niet bewegen**

**Abnormale stand of beweeglijkheid**

**Wond**

**Voelt hard aan**

**Welke EHBO pas je toe? Zet pijlen van het letsel naar de juiste EHBO-handelingen.**

* **Bel 112 bij (open) botbreuk van been, heup of bekken**
* **Been half uur hooghouden**
* **Bel huisarts/spoedpost**
* **Koel pijnlijke plek met coldpack of ijs**
* **Laat het slachtoffer liggen en ondersteun het lichaamsdeel**
* **Blijf bij het slachtoffer tijdens het koelen**
* **Druk licht op kompres bij bloedverlies aan weerszijde breuk**
* **Na overleg met eigen vervoer naar het ziekenhuis**
* **Koel 10-20 minuten**
* **Advies bij pijn (volgens bijsluiter) paracetamol nemen**
* **Verwijder sierraden**
* **Indien gewenst enkel/hand/knie zwachtelen**
* **Breng lichaamsdeel niet in normale stand**
* **Koel eerste 24 uur 4 à 5 keer**
* **Bel huisarts/spoedpost als kinderen meer dan 2 dagen pijn hebben aan arm/been**
* **Zorg bij oververhitting voor afkoeling**
* **Beweeg lichaamsdeel zo min mogelijk**
* **laat het slachtoffer zelf de houding van het aangedane lichaamsdeel bepalen**
* **Schoen (laten) verwijderen. Laat aan bij verergering van pijn**
* **Dek wond steriel af**
* **Laat het slachtoffer zich minder inspannen**
* **Koel niet bij breuken**
* **Masseer de spier als koelen en stretchen niet helpt**
* **Zwachtel een coldpack mee, maar niet langer dan 20 minuten**
* **Bel 112 bij botbreuk waar een bleke, blauwe huid zichtbaar is**
* **Laat het slachtoffer tegen kramprichting in stretchen of help hierbij**
* **Bel huisarts/spoedpost als zwelling na 2 dagen niet minder is**

**Welke EHBO pas je toe? ANTWOORDEN**

* **Bel 112 bij (open) botbreuk van been, heup of bekken**
* **Been half uur hooghouden**
* **Bel huisarts/spoedpost**
* **Koel pijnlijke plek met coldpack of ijs**
* **Laat slachtoffer liggen en ondersteun lichaamsdeel**
* **Blijf bij het slachtoffer tijdens het koelen**
* **Druk licht op kompres bij bloedverlies**

**aan weerszijde breuk**

* **Na overleg met eigen vervoer naar het ziekenhuis**
* **Koel 10-20 minuten**
* **Advies bij pijn (volgens bijsluiter) paracetamol nemen**
* **Verwijder sierraden**
* **Indien gewenst enkel/hand/knie zwachtelen**
* **Breng lichaamsdeel niet in normale stand**
* **Koel eerste 24 uur 4 à 5 keer**
* **Bel huisarts/spoedpost als kinderen meer dan**

**2 dagen pijn hebben aan arm/been**

* **Zorg bij oververhitting voor afkoeling**
* **Beweeg lichaamsdeel zo min mogelijk**
* **Laat het slachtoffer zelf de houding van het aangedane lichaamsdeel**

**bepalen**

* **Schoen (laten) verwijderen. Laat aan bij verergering pijn**
* **Dek wond steriel af**
* **Laat het slachtoffer zich minder inspannen**
* **Koel niet bij breuken**
* **Masseer spier als koelen en stretchen niet helpt**
* **Zwachtel coldpack mee, maar niet langer**

**dan 20 minuten**

* **Bel 112 bij botbreuk waar een bleke of blauwe**

**huid zichtbaar is**

* **Laat het slachtoffer tegen kramprichting in stretchen of help hierbij**
* **Bel huisarts/spoedpost als zwelling na 2 dagen niet minder is**

**Bij welk letsel horen de verschijnselen? Vul dit in het gele vlak in.**

**Pijn**

**Gezwollen/** **zwelling**

**Bewegen op geleide van pijn**

 **Blauwe** **verkleuring**

**S.O. houdt lichaamsdeel vast**

**S.O. kan lichaamsdeel** **minder**

**of** **niet bewegen**

**Abnormale stand of beweeglijkheid**

**Wond**

**Voelt hard aan**

**Bij welk letsel horen de verschijnselen? ANTWOORD**

**Pijn**

**Gezwollen/** **zwelling**

**Bewegen op geleide van pijn**

 **Blauwe** **verkleuring**

**S.O. houdt lichaamsdeel vast**

**S.O. kan lichaamsdeel** **minder**

**of** **niet bewegen**

**Abnormale stand of beweeglijkheid**

**Wond**

**Voelt hard aan**

**Welke EHBO pas je toe? Zet pijlen van het letsel naar de juiste EHBO-handelingen.**

* **Laat het slachtoffer liggen en ondersteun het lichaamsdeel**
* **Bel 112 bij ontwrichting been, heup of bekken**
* **Bel huisarts/spoedpost**
* **Koel niet bij breuken**
* **Beweeg het lichaamsdeel zo min mogelijk**
* **Dek de wond steriel af**
* **Druk licht op kompres bij bloedverlies aan weerszijde breuk**
* **Na overleg met eigen vervoer naar het ziekenhuis**
* **Advies bij pijn (volgens bijsluiter) paracetamol nemen**
* **Breng lichaamsdeel niet in normale stand**
* **Bel huisarts/spoedpost als pijn alleen maar erger wordt**
* **Zorg bij oververhitting voor afkoeling**
* **Laat het slachtoffer zelf de houding aangedane lichaamsdeel bepalen**
* **Schoen (laten) verwijderen. Laat aan bij verergering pijn**
* **Been een half uur hooghouden**
* **Koel pijnlijke plek met coldpack of ijs**
* **Bel 112 bij hevige pijn**
* **Koel 10-20 minuten**
* **Zwachtel een coldpack mee, maar niet langer dan 20 minuten**
* **Blijf bij het slachtoffer tijdens het koelen**
* **Verwijder sierraden**
* **Indien gewenst enkel/hand/knie zwachtelen**
* **Laat het slachtoffer zich minder inspannen**
* **Bel 112 als een bleke of blauwe huid zichtbaar is**
* **Laat het slachtoffer tegen kramprichting in stretchen of help hierbij**

**Welke EHBO pas je toe? ANTWOORDEN**

* **Laat het slachtoffer liggen en ondersteun lichaamsdeel**
* **Bel 112 bij ontwrichting been, heup of bekken**
* **Bel huisarts/spoedpost**
* **Koel niet bij breuken**
* **Beweeg het lichaamsdeel zo min mogelijk**
* **Dek de wond steriel af**
* **Druk licht op kompres bij bloedverlies aan weerszijde breuk**
* **Na overleg met eigen vervoer naar het ziekenhuis**
* **Advies bij pijn (volgens bijsluiter) paracetamol nemen**
* **Breng lichaamsdeel niet in normale stand**
* **Bel huisarts/spoedpost als pijn alleen maar erger wordt**
* **Zorg bij oververhitting voor afkoeling**
* **Laat het slachtoffer zelf houding aangedane lichaamsdeel bepalen**
* **Schoen (laten) verwijderen. Laat aan bij verergering pijn**
* **Been een half uur hooghouden**
* **Koel pijnlijke plek met coldpack of ijs**
* **Bel 112 bij hevige pijn**
* **Koel 10-20 minuten**
* **Zwachtel een coldpack mee, maar niet langer dan 20 minuten**
* **Blijf bij het slachtoffer tijdens het koelen**
* **Verwijder sierraden**
* **Indien gewenst enkel/hand/knie zwachtelen**
* **Laat het slachtoffer zich minder inspannen**
* **Bel 112 als een bleke of blauwe huid zichtbaar is**
* **Laat het slachtoffer tegen kramprichting in stretchen of help hierbij**