

Eerste hulp bij verwondingen

Een huidwonde is een beschadiging van de huid en eventueel van de onderliggende weefsels. Er bestaan verschillende types huidwonden, afhankelijk van de oorzaak van de verwonding. Zo heb je schaafwonden, snijwonden, steekwonden, scheurwonden, bijtwonden en schotwonden. Doorgaans verzorg je de verschillende types van een huidwonde op dezelfde manier. Het is belangrijk om een huidwonde goed te verzorgen, zodat ze niet geïnfecteerd geraakt.

- X** Vermijd dat je in contact komt met het bloed van het slachtoffer, doe eventueel wegwerphandschoenen aan.
- ✓ Stelp een eventuele bloeding door minstens 3 minuten op de wonde te drukken, bij voorkeur met een steriel kompres.
- ✓ Onmiddellijke reiniging van de wonde met lauw kraantjeswater gedurende 1 à 2 minuten.
 - Laat het water rechtstreeks over de wonde stromen om vuil weg te spoelen.
 - Eventueel mag je ook lichtjes wrijven met een steriel kompres om zo het vuil te verwijderen.
 - Heb je geen steriel kompres, gebruik dan een propere zakdoek. Zit er veel vuil in de wonde? Neem dan regelmatig een nieuw kompres.
 - Heb je geen water bij de hand? Gebruik dan fysiologische water of een waterig, niet verkleurend ontsmettingsmiddel. Spuit het over de wonde of dep het met een kompres op de wonde.
- ✓ Droog de huid rond de wonde af.
- ✓ Dek de wonde af met een steriel kompres of een niet-klevende wondpleister.
- ✓ Verwissel regelmatig het verband en bekijk het de wonde geneest.



Vraag raad aan je apotheker om je EHBO-kit samen te stellen

Ga naar een arts als:

- het een grote of diepe wonde is. Hechten van de wonde gebeurt best zo snel mogelijk, liefst binnen 12 uur tot 24u na ontstaan van de wonde;
- het gaat om een bijt-, scheur-, schot- of steekwonde;
- de wonde op een risicovolle plaats zit, zoals het gezicht, ogen, buik ...;
- de wonde blijft bloeden of er blijft vuil in de wonde zitten;
- er tekenen van infectie optreden: roodheid, warmte, pijn, zwelling;
- je laatste tetanusvaccinatie meer dan 10 jaar geleden was, of als je het niet meer zeker weet;
- je diabetes of een verminderde afweer hebt. Je loopt in dat geval meer risico op een infectie of een slechte wondheling.

Bel de 112 of ga naar een spoeddienst:

- bij diepe wonden met een vreemd voorwerp zoals stuk glas, mes, BBQ-priem, ...;
- een hevig bloedende wonde;
- een wonde waarbij bloed uit een bloedvat spuit bv. in de hals, pols of lies;
- bij amputatie van je vinger of teen. Neem het geamputeerde deel mee naar het ziekenhuis. Het moet DROOG en KOUD zijn. Stop het lichaamsdeel in een afgesloten plastic zakje en dat zakje in een bakje water met ijsblokjes. Stop het geamputeerde deel nooit in je mond!
- als je arm of been bleek en koud wordt of als je je tenen of vingers niet meer kan bewegen.

Verzorging van oppervlakkige wonden met open wonden en/of blaren

- ✓ Was je handen grondig met water en zeep vooraleer de wonde te verzorgen.
- ✓ Verwijder het oude verband door de huid vast te houden en het voorzichtig los te trekken, bevochtig het verband eventueel met een fysiologische spoelmiddel.
- ✓ Prik de blaren niet open. Als ze pijnlijk zijn of de kans bestaat dat ze door wrijving scheuren, prik ze dan open met een steriele naald en laat de huid op de wonde achter.
- ✓ Voordat je een nieuw verband aanbrengt, reinig de wonde met stromend water of fysiologische oplossing en dep vervolgens met een kompres. Als ontsmetten noodzakelijk is, gebruik een waterig ontsmettingsmiddel dat niet pikt.
- ✓ Zorg voor een vochtige omgeving van de wonde door een dikke laag wondhelende gel of zalf aan te brengen onder een niet-klevend verband, dat elke dag vernieuwd wordt. Breng de gel of zalf aan op het kompres eerder dan rechtstreeks op de wonde.
- ✗ Raak de wonde en het deel van het verband dat in contact komt met het letsel, niet aan met de handen.
- ✗ Raak de wonde niet aan met de tube gel of zalf.

En daarna ?

Bescherm de wonde en de littekens ervan tegen de zon om zonnebrand of pigmentatie te voorkomen bv. met kleding of zonnecrème met een hoge beschermingsfactor SPF \geq 50 die je elke 2 u aanbrengt.



Stempel apotheek

