



S

Schade & risico

Eerste hulp – VIK EHBO

Veiligheidsinstructiekaart Eerste hulp op het dak van de 5^{de} verdieping

Omschrijving

Kennis van EHBO is cruciaal om de schade van het slachtoffer te beperken.

In noodsituaties kan stress toenemen. Een goede voorbereiding helpt om rustig te blijven.

Deze kaart biedt een beknopte, eenvoudige handleiding voor het verlenen van eerste hulp. Volg het stappenplan.

Schakel indien nodig professionele hulpverlening in.

Specifieke veiligheidsinstructies bij het gebruik en onderhoud van het arbeidsmiddel

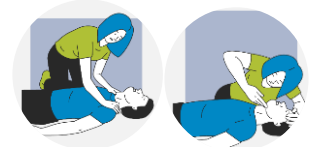
Werkvoorbereiding

- Meld je aan bij de facilitaire dienst.
- Werk nooit alleen op het dak.
- Laat je begeleiden door bevoegd DHL-personeel.
- Neem een GSM mee.
- Neem een EHBO-koffer mee.

Noodsituatie – toepassing 4 V's

- Blijf kalm, vermijd paniek, laat het slachtoffer niet alleen.
- **Veiligheid eerst**
 - Uzelf – Draag wegwerphandschoenen.
 - Slachtoffer – Verplaats het slachtoffer niet bij val van hoogte of in diepte.
 - Omgeving – Verplaats materiaal waarover je kan vallen.
- **Verifieer de Vitale functies**
 - Controleer het bewustzijn van het slachtoffer.
 - Maak lawaai.
 - Tik het slachtoffer lichtjes op de schouders.
 - Controleer de ademhaling.
 - Kijk, luister, voel maximum 10 seconden.

⇒ Geen bewustzijn, Geen ademhaling?
- **Vraag hulp en Verwittig**
 - Verwittig interne hulpverlener: **0476/87.16.82 - 02/490.03.10**
 - Waar? Wat? Wie?
 - Laat een AED-toestel meebrengen.
 - Verwittig extern: **112**.
- **Verleen verdere eerste hulp**
 - Start de reanimatie:
 - 30 borstcompressies – 2 beademingen – 30 borstcompressies - ...
 - Duw de borstkas 5 à 6 cm in.
 - 100 à 120 keren per minuut
 - Buiten bewustzijn, wel ademhaling? Blijf de ademhaling controleren.
 - Stelp ernstige bloedingen.



Veiligheidsinstructiekaart Eerste hulp op het dak van de 5^{de} verdieping

Nazorg

- Laat de zone veilig en proper achter.
- Breng de administratie in orde
 - Stuur een mail naar EHBO@DHL.be
 - Vul het eerstehulpregister in.
 - Maak het ongevalenrelaas op.
 - Voor het slachtoffer: Laat het medisch attest invullen door een dokter.



Bijkomende ondersteuning

Blijft het ongeval nazinderen?

- Blijf er niet mee zitten!
- Praat erover!

Neem contact op met het EHBO-team vn DHL

- Telefoon: 0476/87.16.82
- Mailadres: ehbo@dhl.be
- Ze zijn herkenbaar via het EHBO-logo op hun kleding.

Liever een externe instantie?

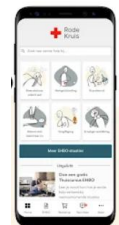
- Preventieadviseur psychosociale aspecten Mensura: 02/ 549.70.85
- Bel of chat met tele-onthaal:
 - www.tele-onthaal.be/contact
 - 106

Download deze app om altijd op de hoogte te zijn wat te doen in geval van EHBO:

**Download de app eerste hulp via
www.rodekruis.be/app of scan**



**BEL OF CHAT
106
TELE-ONTHAAL.BE**



Hiërarchische lijn
(handtekening)

(naam)
(datum)

PA – arbeidsarts
(handtekening)

(naam)
(datum)

Interne Preventieadviseur
(handtekening)

(naam)
(datum)