



Secretariaat  
Kluizenaarstraat 31  
5641 HE Eindhoven  
M. 06 48 06 96 56

# Calamiteitenplan

Wanneer elke seconde telt **112**

## EINDHOVENSE HART TRIM STICHTING

### MEDISCHE BEGELEIDING VAN DE SPEL-EN SPORTGROEP VOOR (EX)- HARTPATIENTEN

#### ALGEMEEN

Het is uitermate zinvol om van elke deelnemer naast de toestemming van de cardioloog, de belangrijkste gegevens op een kaart te hebben. zoals: diagnose en belangrijke medicatie.

Ter bescherming van het privacy van de deelnemers lijkt het zinnig om deze gegevens onder beheer te laten zijn van de leider of begeleider van de spel- en sportgroep.

Het hebben van een medisch adviseur lijkt een zinvolle zaak; contact met een ziekenhuis, eventueel ambulancedienst, kunnen door hem of haar geregeld worden en bij twijfelgevallen over aanmelding. ligt het contact via een medicus met eventuele inzendende cardiologen of internisten wat gemakkelijker dan voor de niet-medicus.

#### DE SPEL- EN SPORTAVOND

Ideaal is het om naast de sportleider, die zich specifiek met de sport technische zaken bezighoudt, ook een begeleider te hebben. Deze begeleider, die zich eventueel ook bezig kan houden met sportzaken, maar toch de taak heeft om de medische verzorging op zich te nemen (wanneer er een defibrillator en eerste hulp equipment in de zaal aanwezig is, is het noodzakelijk dat er een medische deskundigheid aanwezig is in de zin van een medicus of een IC-verpleegkundige die in staat is de apparatuur en Ook de equipement daadwerkelijk te gebruiken).

#### WAAROM MEDISCHE DESKUNDIGHEID:

- 1.** Voor de eerste opvang bij sportletsels.  
We schuwen in onze programma's de contactsporten niet? en daarbij kunnen vrij gemakkelijk problemen ontstaan. Deskundigheid op het gebied van snelle en adequate behandeling van deze letsels is daarom zeer op zijn plaats.  
In verband daarmee is het uitermate nuttig om een goede E.H.B.O.-kist uitgebreid tot sportbegeleidingskoffer onder meer cold-spray e.d. in de zaal aanwezig te hebben(ter voorkoming van veel ongelukken is een goede warming up en andere blessurepreventie noodzakelijk).
- 2.** Daarnaast kunnen specifiek cardiale problemen voorkomen. Belangrijk is dat bij de begeleiding goed geobserveerd wordt. Het is zinnig om altijd in een zodanige positie t.o.v. elkaar te zijn zodat, wanneer dat mogelijk is tijdens het sporten, het gehele deel- nemersveld overzien kan worden. Voor de leider geldt 1 1/2 oog voor het programma en een 1/2 Oog voor de deelnemer en voor de begeleider 1 oog voor de medische noden van de deelnemer en het andere oog voor het spelprogramma.

#### REGELMATIG VOORKOMENDE PROBLEMEN

- A.** Angineuze klachten tijdens het sporten. Wanneer patiënten gaan zitten en het spel onderbreken op een moment dat dit voor deze patiënt niet in de lijn van de verwachting ligt, altijd even langs lopen.

Wanneer de patiënt pijn heeft die tijdens het uur enige malen terugkomt, adviseren geen warme douche te nemen na afloop.

- B. Duizeligheidsklachten. Altijd na proberen te gaan of hier sprake is van hyperventilatie of van een ritmestoornis.  
Het enige moment dat het rechtmatig is om de pols bij de patiënt te voelen.
- C. Bij een echte calamiteit of ademstilstand.  
Op dat moment is het belangrijk om snel te handelen volgens de regels van de reanimatiecursus, waarbij het helpen van patiënt ter plaatse altijd belangrijker is dan het verslepen van patiënt naar een zogenaamde rustige plaats, dat kost veel te veel tijd. Wanneer er reanimatieapparatuur aanwezig is en een defibrillator wordt die naar de patiënt toe gebracht. Wanneer de calamiteit geschiedt, gaat het rampenplan in werking.

Een tweetal voorbeelden van organisaties gaan hierbij. Het is belangrijk dat wij ervoor zorgen dat we weten wie er in de groep verantwoordelijk is. voor wat, dat er altijd bij de telefoon een kaart met de noodzakelijke gegevens van de patiënt in beperkte vorm bij de hand te hebben; dat kan zeer goed helpen bij de interpretatie van uiterlijke verschijnselen. Een patiënt met een bètablokker bijvoorbeeld zal meestal bij het sporten een wat lagere pols hebben dan een andere patiënt onder de zelfde omstandigheden en het is ook prettig; om te weten dat de patiënt bijvoorbeeld al een onregelmatigheid van het hart heeft, bijvoorbeeld boezemfibrilleren. Het belangrijkste is en blijft,

REAGEER GOED? HANDEL SNEL!!!!!!

Essentieel voor het rampenplan buiten alle hulp is dat:

- de telefoon te allen tijde toegankelijk is
- de nummers die eventueel gebeld moeten worden altijd bij de telefoon liggen tijdens het sporten
- de ambulance dicht bij de sportzaal kan komen
- de toegang naar de zaal vrij is.

### **RAMPENPLAN met en zonder aanwezigheid van de defibrillator en deskundigheid.**

Wanneer er tijdens het sporten een levensbedreigende situatie ontstaat voor een deelnemer een hart- en ademstilstand bijvoorbeeld, gaat het om:

- A. DIRECTE HULP**
- B. GERICHTE HULP**
- C. GERICHT VERVOER**

#### **A. DIRECTE HULP**

- 1.** Hartmassage en beademing (techniek bekend verondersteld).  
Twee personen zijn hiervoor aangewezen.

Dat betekent dat er in de EEN-MANS lessituatie één van de deelnemers zal moeten inspringen.

## 2. Gebruik AED

1. Deksel openen van de AED
2. De AED zal automatisch starten, dit duurt enkele seconden
3. Luister naar de gesproken instructies:

ontbloot de borstkas van het slachtoffer (schaar, scheermesje en doekje ingesloten in tas)

- \* open de elektroden verpakking en neem de elektroden eruit
- \* neem 1 elektrode van het tussenvel en plak deze volgens illustratie boven op de ontblote borstkas van het slachtoffer
- \* neem 2e elektrode van het tussenvel en plak deze volgens illustratie onder op de ontblote borstkas van het slachtoffer
- \* raak de patiënt niet aan; bezig met analyseren van het hartritme ....

4. Indien mogelijk hulpverlener(s) erbij roepen t.b.v. de reanimatie

5. Na opdracht AED: het is veilig de patiënt aan te raken, kan reanimatie wederom gestart worden.

### **Na inzet AED**

AED uitzetten, door deksel te sluiten (**op bevel van ambulance, niet eerder**)

## **B. GERICHTE HULP**

**1.** Ambulance wordt gebeld. Nummer 112 ambulancedienst ligt altijd bij de telefoon.

**2.** Deelnemers die niet van nut kunnen zijn naar de kleedkamer of ander gedeelte van de zaal.

**3.** Patiënt draagt zorg voor z'n eigen medische gegevens.

**4.** Diegene die ambulance heeft gebeld gaat naar buiten en vangt het ambulancepersoneel op.

## C. VERVOER

1. Wanneer ambulance arriveert doorgaan met reanimeren tot directe overname volgt.
2. Zo nodig meehelpen met stabiliseren van de patiënt.

Een van de leiders of begeleiders (professionals) gaat mee met de ambulance om directe gegevens in het ziekenhuis te kunnen overdragen.

## VERGEET DE VOLGENDE ZAKEN OOK NIET:

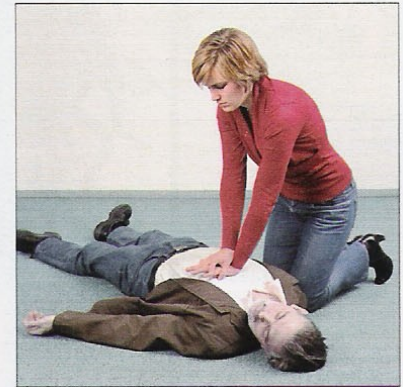
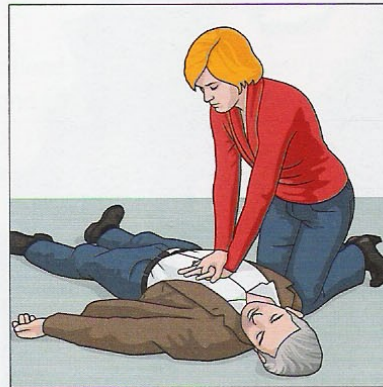
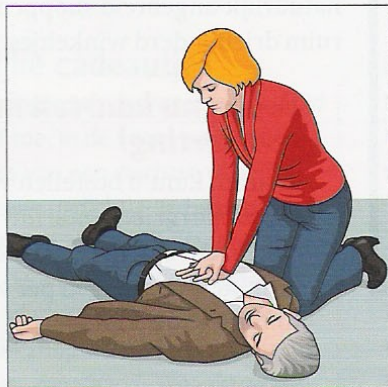
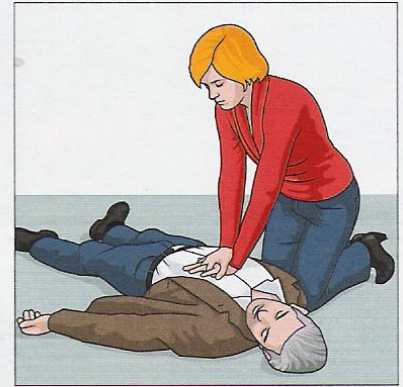
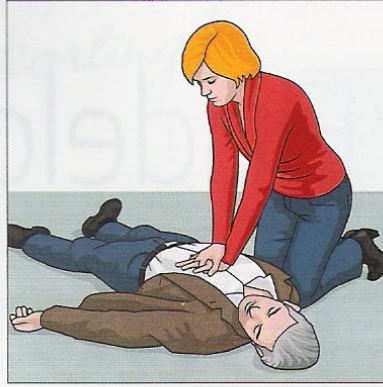
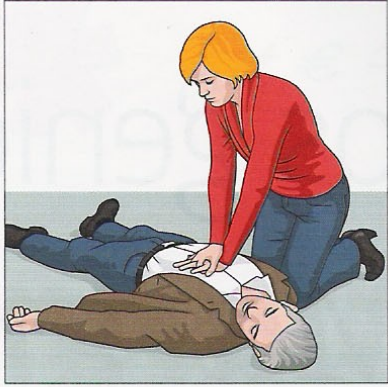
Vang de groep na een calamiteit goed op.  
Denk aan vervanging bij vakanties etc.

AKTIE	WIE	AANWIJZINGEN/MATERIAAL
REANIMEREN	GROEP 1 -> PETER PLOEGMAKERS GROEP 2 -> PETER PLOEGMAKERS	Eén persoon heeft de leiding # 1
ASSISTEREN	GROEP 1 -> PETER DILLEN GROEP 2 -> PETER DILLEN	Hulpmaterialen
BELLEN AMBULANCE	GROEP 1 -> JOPIE DE KRUIJF GROEP 2 -> HANS MUSKENS	112 Meldingstekst bij telefoon
Opwachten ambulance	GROEP 1 -> JOPIE DE KRUIJF GROEP 2 -> HANS MUSKENS	Vrije toegang tot accommodatie
Begeleiden van deelnemers	GROEP 1 -> HANNEKE GROEP 2 -> HANNEKE	
Met ambulance mee naar ziekenhuis	GROEP 1 -> JOPIE DE KRUIJF GROEP 2 -> HANS MUSKENS	Medicijnkaart mee
Inlichten van familie	GROEP 1 -> PETER PLOEGMAKERS GROEP 2 -> PETER PLOEGMAKERS	Telefoon/adres via deelnemerslijst

Extra/specifieke informatie:  
LOKATIE TEL 040- 2418480  
VLOKHOVENSEWEG 101 EINDHOVEN

© Copyright 1998  
Stichting Hart en Beweging  
Postbus 123, 3980 CC Bunnik

De display werd afdruk door HIB aangebracht  
dankzij een Patiëntenfonds subsidie.



## HERHAAL EEN REANIMATIE- EN AED-CURSUS ELK JAAR. OP EEN DAG IS HET GEEN OEFENING.

Voor wie al eens geleerd heeft te reanimeren bij een hartstilstand, is het verstandig elk jaar een herhalingsles te volgen. Zo houd je je kennis en vaardigheden op peil voor de dag dat je ze nodig hebt. Meld je aan voor een cursus of een herhalingsles reanimatie en AED op [www.6minuten.nl](http://www.6minuten.nl) of bel 0900-3000300 tegen lokaal tarief.

**WEET WAT JE MOET DOEN BIJ EEN HARTSTILSTAND.**



