

Eerste hulp, kleine ongelukken bij kinderen

Al weer even een paar weken terug ervoer ik hoe het is als je kind flink hard valt. Ja Max was weleens achterover gevallen en dan was het even flink huilen. Na het troosten was het dan ook gelijk weer klaar. Maar hij had nog nooit echt verwondingen gehad, buiten af en toe een blauwe plek. Toen we in de speeltuin waren en Max de zandbak in krom ging dat prima. Hij was lekker aan het spelen, maar wilde nu ook weer uit de zandbak klimmen. Hij zat al op de rand, maar voor ik bij hem was viel hij zo naar beneden. Het was voor hem net te hoog om eraf te kruipen. Hij begon flink te huilen, en ik zag ineens allemaal bloed. Er kwam bloed uit zijn mond en toen zag ik dat hij een tand door zijn lip had gehad. Het enige wat ik op dat moment kon verzinnen was hem tegen me aanhouden en een zakdoekje uit de tas pakken om het bloed een beetje te laten stelpen. Meer had ik ook niet bij handen. Gelukkig toen Max stopte met huilen, stopte het bloeden ook. En meneertje ging weer vrolijk verder met spelen in de speeltuin. Die middag gebeurde weer hetzelfde, maar dit keer met de nieuwe stoel die hij kreeg. Hij viel voorover, omdat hij verkeerd om erop ging zitten. Alleen nu viel hij ook nog op een rand waardoor het bloeden nog erger was dan die ochtend. Nu maakte ik het doekje nat en zette het aan zijn lip. Het bleef wel langer bloeden omdat het nu ook aan de buitenkant van zijn mond kapot was. Maar ook dit keer was het na een huilbui weer lekker verder spelen. Toch ga je dan nadenken, wat te doen bij dit soort ongelukjes. Ik merkte dat het moeder instinkt wel goed zit en dat je vaak wel goed handelt. Alleen soms weet je het misschien niet zo goed wat te doen, daarom ging ik op zoek en heb ik voor jullie wat kleine tips.



- **Bloedneus**

Beide neusvleugels moet je dichtdrukken tegen het neustussenschot. Laat je kind dan met zijn hoofd voorover zitten. Is het bloeden na ongeveer een kwartier nog niet gestopt, vraag dan de huisarts om advies.

- **Tand door de lip**

Druk het wondje dicht, doe eventueel een gaasje tussen de lip en de tanden. Ter verkoeling tegen de pijn en tegen eventuele zwellingen kun je er een koude washand tegenaan drukken. Het bloeden zal na een minuut of tien wel zijn gestopt.

- **Snijwond**

Laat eerst het wondje een beetje doorbloeden en stelp het af en toe. Zo kan eventuele viezigheid in het wondje makkelijker eruit. Doe er daarna een pleister op.

- **Schaafwond**

Spoel het wondje grondig schoon met water. Ontsmet het daarna. Een pleister erop doen is niet nodig.

- **Grotere wond**

Met een snelverband of met een gaasje kun je de wond steriel afdekken. Ga met de afgedekte wond naar de huisarts of het ziekenhuis. Daar kunnen ze de schade bekijken en indien nodig de wond hechten.

- **Buil**

Je kunt de pijn en een eventuele zwelling een beetje tegengaan door er een koude washand tegenaan te drukken. Ook kun je er speciale builenzalf op smeren.

▪ **Voorwerp in de neus of oren**

Probeer niet zelf het voorwerp eruit te peuteren, want je zou het daardoor ook de verkeerde kant op kunnen duwen. Laat het liever door een arts verwijderen.

▪ **Splinter**

Gebruik bij een splinter een schoon pincet. Ga absoluut niet prikken met een naald!. Maak het gebied rondom de splinter schoon met lauw water en zeep. Pak de splinter met de pincet zo dicht mogelijk bij de huid. Als de splinter verwijderd is, knijp je zachtjes iets rond de wond, zodat deze een beetje gaat bloeden en het vuil naar buiten komt. Als je de splinter er niet uit krijgt, omdat deze bijvoorbeeld afbreekt of onder de nagel zit, ga dan naar de huisarts.

▪ **Brandwonden**

Heeft je kindje zich verbrand, spoel de brandwond dan zo snel mogelijk tien minuten lang met lauwwarm water onder de kraan. Let er op dat het water niet te koud is voor je kindje, te koud water kan zorgen voor onderkoeling. Kleding die vastgeplakt zit rondom de brandplek moet je niet zomaar weg trekken, knip deze voorzichtig weg rond de brandplek. Of met kleding en al onder de douche zetten.

Brandwonden worden ingedeeld in drie categorieën.

1. Een eerstegraads verbranding geeft een rode, gezwollen en pijnlijke huid. Dit hoef je niet af te dekken. Smeer er nooit zalf op. Mocht de brandwond namelijk verergeren, dan kan de huisarts de huid door de zalf niet goed meer beoordelen.
2. Een tweedegraads verbranding geeft naast roodheid en zwelling ook blaren. Wat je zeker niet mag doen, is

brandblaren doorprikken omdat dit een groot infectiegevaar oplevert! Bel altijd even de huisarts indien er sprake is van blaren, om te overleggen of het raadzaam is om er naar te laten kijken.

3. De ernstigste verbranding, een derdegraads verbranding, geeft een grauwwitte of zwarte huid. Bedek de wond losjes met schoon, niet pluizend materiaal, zoals steriele gazen of een schoon laken. Ga bij een kleine derdegraads verbranding altijd naar de huisarts. Bij grotere brandwonden altijd direct 112 bellen!



Welke ongelukjes heb jij al meegemaakt met je kind?