



STAPPENPLAN REANIMATIE BIJ KINDEREN 1-12 JAAR

- 1) Check of het kind reageert (zachtjes schouders aanduwen en hard aanspreken).
- 2) Geen reactie? Bel 1-1-2 of laat bellen, en zet je telefoon op luidspreker.
- 3) Leg het kind op de grond op een harde ondergrond. Check de ademhaling: open eerst de luchtweg: je hand op het voorhoofd, twee vingers onder de kin, hou het hoofd licht achterover gekanteld en trek de kin wat omhoog. Dan 10 seconden *kijken* (naar beweging van buik/borst), *luisteren* en *voelen* (luchtstroom op je wang).
Let op een normale ademhaling.
- 4) Geen normale ademhaling? Start met reanimeren.
Ben je alleen en heb je geen telefoon onder handbereik, ga dan eerst 1 minuut reanimeren voordat je 1-1-2 belt!
- 5) Start de reanimatie met 5 beademingen:
Open de luchtweg (zie punt 3), knijp de neus van het kind dicht en blaas rustig 1 seconde in over de mond.
Zorg dat je de uitgeademde lucht van het kind niet zelf weer inademt.
- 6) Kijk maximaal 10 seconden of het kind hierop reageert (wakker worden, bewegen, normale ademhaling).
- 7) Geen reactie? Geef 15 borstcompressies, in het tempo van 100 tot 120 keer per minuut. Borstkas indrukken, goed terug laten veren, maar hou wel contact met de huid. Je doet dit met 1 hand of 2 handen. Plaats de hiel van je hand op het midden van de borstkas op het borstbeen. Let op je houding: armen gestrekt, je schouders boven het borstbeen.
Druk de borstkas 4-5 cm in (1/3 van de borstkas). Geef vervolgens 2 beademingen.
 - 1) Ga verder met 15 borstcompressies afgewisseld met 2 beademingen.

*Geef bij een kind van 1 tot 12 jaar **mond-op-neus-beademingen** wanneer het niet mogelijk is over de mond te beademen door een wond aan de mond of kaak.*

Is er een AED aanwezig? Zet deze dan zo snel mogelijk in maar wel altijd eerst 5 initiële beademingen geven voor je de AED gebruikt!