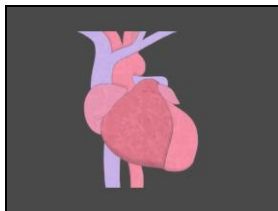


CONTEXT

Het hart zorgt voor de bloedcirculatie in het lichaam.



Men spreekt van een hartstilstand wanneer het hart de bloedcirculatie niet meer in stand kan houden. De vitale functies zoals bewustzijn, ademhaling en circulatie vallen uit. Binnen enkele minuten zal er, door het ontbreken van zuurstof, onherstelbare schade worden aangericht aan de hersenen en organen.

Eén derde van de mensen die een hartstilstand doormaken overlijden vóór aankomst in het ziekenhuis, veelal binnen het eerste uur na het ontstaan van de eerste symptomen. De eerste minuten na een hartstilstand zijn cruciaal. Indien er geen CPR gebeurt, vermindert de kans op een succesvolle uitkomst met ongeveer 10% per minuut.



Doeltreffende CPR door omstanders, voor de aankomst van de hulpdiensten, is dus van cruciaal belang! Een goede behandeling verhoogt de overlevingskans tot 50-70%.

Samen met de defibrillator is CPR de enige wetenschappelijke bewezen methode voor het behandelen van een hartstilstand.

Bel 112

Zorg ervoor dat het veilig is om hulp te bieden. Kijk of het slachtoffer reageert. Roep om hulp van een omstander.



Buig het hoofd van het slachtoffer naar achter, til de kin omhoog en controleer de ademhaling. Bel 112 en preciseer de locatie, dat het slachtoffer bewusteloos is en niet ademt, dat de CPR gestart is. Krijg je hulp van een omstander, vraag hem om een Automatische Externe Defibrillator (AED) te gaan halen.

Hartmassage

Plaats de hiel van je hand op het midden van de borstkas.



Plaats je andere hand bovenop de eerste, haak de vingers in elkaar en richt ze naar boven. Druk de borstkas krachtig in op het ritme van "Stayin' Alive" (100-120/min) tot de aankomst van de AED of de hulpdiensten. Als je kan beademen, geef dan 2 beademingen om de 30 borstcompressies. Geef anders zonder onderbreking borstcompressies. Druk zo hard je kan. Wees gerust, je kan niets verkeerd doen! Wissel indien mogelijk om de twee minuten af met een andere redder voor het geven van de borstcompressies.

Schok

Als de AED beschikbaar is, zet hem onmiddellijk aan en volg de instructies.



Glimlach

Enmaal de hulpdiensten ter plaatse zijn, ga door tot ze vertellen dat je mag stoppen. Nadien mag je je ontspannen. Wees fier om wat je handen gerealiseerd hebben: je hebt een leven gered! Iets doen is ALTIJD beter dan niets doen! Gefeliciteerd! Vertel het verder en laat je vrienden en familie weten dat ook zij levens kunnen redden.



Nationale Loterij
creëert kansen 6

PROJECT MINIPOP



De Vrienden van de MUG vzw
Hoogstraat 322
1000 Brussel
Tel.: +32 (0)2 535 48 66
Email: info@minipop.be
Website: www.minipop.be

HET PROJECT MINIPOP



Met ons educatief project 'Minipop' willen wij jongeren tussen 12 en 18 jaar leren hoe ze op een correcte manier cardiopulmonaire reanimatie (CPR) kunnen toepassen. Zo kunnen ze bovendien hun familie en vrienden een levensreddende techniek aanleren. Het doel is de overlevings-kansen te verhogen en het aantal doden aan een hartstilstand te verminderen.

► Doelpubliek

Het Project Minipop richt zich naar scholen, jeugdbewegingen en organisaties met als doelpubliek kinderen en jongeren.

► Werkwijze

Leerkrachten of jeugdgroepleiders krijgen van ons een (gratis) vorming basis-CPR (2u Basic Life Support + 1u Minipop). De kinderen krijgen van deze leerkrachten of leiders op hun beurt een CPR vorming gespreid over twee lesuren (50 min. theorie + 50 min. praktijk). Voor een efficiënte vorming raden we lesgevers aan groepen van maximum 20-25 kinderen op te leiden.

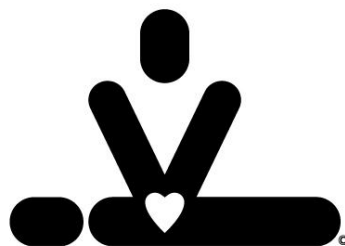
We spitsen ons toe op massa-educatie van reanimatie louter op basis van hartmassage.

► Mond-op-mondbeademing

In deze opleiding wordt de mond-op-mondbeademing niet voorzien. De prioriteit wordt gegeven aan het correct aanleren van borstcompressies. Mond-op-mondbeademing kan een rem op het starten van reanimatie en een factor voor verlies aan kwaliteit bij de realisatie betekenen. Beademen (mond-op-mond) blijft wel nog onontbeerlijk bij bepaalde slachtoffers of in bepaalde omstandigheden, zoals bij jonge kinderen en drenkelingen.

**U wenst uw school/organisatie (gratis) in te schrijven of u wilt meer informatie?
Aarzel niet om ons te contacteren:**

**+32 (0)2 535 48 66 of
school@minipop.be**



Het Minipop project wordt georganiseerd door de vzw « De Vrienden van de MUG » dankzij de financiering van de Nationale Loterij.



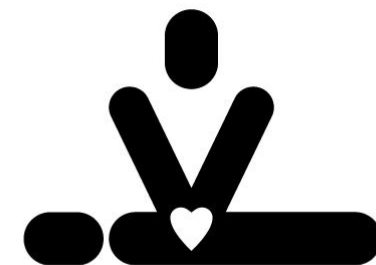
Nationale Loterij
creëert kansen 6



Nationale Loterij
creëert kansen 6

PROJECT MINIPOP

www.minipop.be



CardioPulmonaire Reanimatie (CPR) vormingen met behulp van de Minipop

- Elk jaar sterven tienduizenden mensen in Europa aan een hartaanval
- Omstanders ondernemen in slechts 30% van de gevallen een reanimatiepoging
- Snelle toepassing van CPR verhoogt de overlevingskans met 50-70%

