

VOORWOORD

Het seizoen zit er al weer op voor 2015. In deze nieuwsbrief vindt u het vervolgprogramma voor de herhalingslessen voorjaar 2016. Tevens berichten wij u over de reclamecampagne van de Hartstichting en onze status als Reanimatiepartner van de Hartstichting.

WELKOM

Wij heten alle vijf nieuwe cursisten van harte welkom bij onze vereniging. De beginnerscursus staat onder leiding van Hanneke Baars. Een goede EHBO opleiding is het speerpunt van onze vereniging. De cursisten zijn bij Hanneke dan ook in goede handen. Namens het bestuur en alle leden wensen wij jullie veel succes met de opleiding!

CAMPAGNE HARTSTICHTING EHBO Duivendrecht Reanimatiepartner

De Hartstichting is op 7 december een campagne gestart. Doel van deze campagne is dat zoveel mogelijk mensen die kunnen reanimeren zich aanmelden om "burgerhulpverlener" worden. De campagne heeft op de eerste dag al 1000 nieuwe burgerhulpverleners opgeleverd! Een geweldige 'kick-off'. De commercial 'Eén bericht' is in december, januari en februari veel te zien op nationale- en regionale zenders.

De overlevingskansen voor mensen met een hartaanval, of ander probleem zijn vele malen groter wanneer een hulpverlener snel ter plekke is en de reanimatie start.

Omdat het heel belangrijk is dat er veel mensen echt goed kunnen reanimeren is de vereniging aangesloten bij de Hartstichting als **Reanimatiepartner**. De vereniging kan voor groepen mensen dus ook losse reanimatiecursussen verzorgen. Wij hopen uiteraard dat het daar niet bij blijft. Reanimeren is belangrijk, maar een goede eerste hulpverlener kan veel meer betekenen voor zijn of haar omgeving.



Elke dag sterven in Nederland 35 mensen aan een hartstilstand.
Mensen die jij kunt redden als je kan reanimeren en in de buurt bent.
Daarom is er een systeem dat jou kan oproepen, met één bericht.
Wil jij leren reanimeren? Meld je aan op hartstichting.nl



Uit onderstaande ervaring blijkt maar weer hoe belangrijk het is om te kunnen reanimeren.

Een aantal weken geleden hebben medewerkers van het facilitaire team Jodenbree een collega van één van de rve's de Jodenbreestraat succesvol gereanimeerd. Deze collega was onwel geworden in de parkeergarage van de Jodenbreestraat. Dankzij het adequate optreden van de facilitaire collega's, die gedurende vijf minuten eerste hulp hebben verleend, is de hartslag van de man uiteindelijk teruggekomen. De brandweer en ambulance hebben de reanimatie overgenomen en vervolgens is de man meegenomen naar het OLVG.

Het was natuurlijk een bijzonder enerverende ervaring voor de drie hulpverleners. Dankzij de reanimatie-trainingen kon een mensenleven gered worden. Er is via het hoofd Beveiliging direct geregeld dat het BOT-team (bedrijfsopvangteam) werd ingeschakeld en er is meteen een collega van Beveiliging en Veiligheid gekomen om eerste nazorg te verlenen. Dat werd door de hulpverleners zeer gewaardeerd: "Het voelt zo echt als één facilitair bedrijf waarbij je er voor elkaar bent." Als Facilitair Bureau zijn ze er trots op dat hun facilitaire collega's dit zo goed hebben opgepakt! Hulde aan de hulpverleners.

(Ingezonden door: Vittorio Dingeman)

'Die tampon werd bijna MIJN DOOD'

Een tampon iets te lang laten zitten, wie maakt zich er niet schuldig aan? Het werd Margo X (21) bijna fataal. Op haar vijftiende kreeg ze TSS, beter bekend als de tamponziekte. Zes jaar later is ze nog steeds niet de oude.

"Veel kan ik me niet herinneren van die bewuste avond. Ik voelde me al een paar dagen niet lekker. Een griepje, dachten we. Maar ik kreeg steeds hogere koorts. 's Avonds laat kon ik nauwelijks meer lopen, mijn vader moest me naar de wc tillen. Ik wilde het uit toen hij me aanraakte, alles in mijn lijf deed zeer. Vaag kreeg ik mee hoe mijn ouders overlegden: moesten ze de dokter bellen of kon dat wachten tot de volgende ochtend? Ze besloten toch de huisarts te bellen. Die vertrouwde het niet en liet een ambulance komen. De ambulancebroeder zag meteen dat het foute boel was. Razendsnel hebben ze me aan mijn armen de trap afgetild, ik moest zo snel mogelijk naar het ziekenhuis. Ik weet nog dat er allemaal mensen over me heen gebogen stonden en hoe mijn pyjama open werd geknipt. Toen werd alles zwart.

Kunstmatig in coma

Blijkbaar ben ik buiten bewustzijn geraakt en zijn al mijn organen één voor één uitgevallen. Mijn nieren deden het niet meer, ik had een lekkende hartklep, vocht in de longen en een torenhoge bloeddruk. De koorts steeg zo snel dat ze mijn lichaam moesten koelen met een ijspakking. Het was duidelijk dat ik een zware infectie had, maar niemand wist de oorzaak. Mijn ouders werden op het ergste voorbereid, er was een grote kans dat ik de volgende ochtend niet zou halen. Pas na een paar dagen werd bekend dat ik TSS had, oftewel Toxisch Shock Syndroom: een zeldzame maar ernstige infectie, die vaak wordt veroorzaakt door het te lang dragen van een tampon. Op hoop van zegen hebben ze me een cocktail van verschillende antibiotica gegeven. Gelukkig bleek de juiste erbij te zitten en zakte de koorts. Bijna twee weken hielden ze me in een kunstmatige coma, tot mijn organen weer zelfstandig gingen werken. Volgens de artsen heb ik geluk gehad dat ik fanatiek aan waterpolo deed en daardoor een heel goede conditie had. Anders had ik het waarschijnlijk niet kunnen navertellen.

Op mijn ouders en drie zussen heeft het ook een grote impact gehad. Mijn moeder wilde in het begin absoluut geen tampons meer in huis hebben. Voor mij is dat ook niet nodig, want ik mag ze niet meer gebruiken. Doe ik dat wel, dan is er een verhoogde kans dat ik weer TSS krijg.

De kans dat jij de tamponziekte krijgt is ontzettend klein, zeker als je weet waar je op moet letten. *Je moet ze nooit langer dan vier uur inhouden, ook niet 's nachts. En je moet geen sterk absorberende tampons gebruiken als je licht menstrueert.*

(Bericht uit de Telegraaf, ingezonden door: Theo Witmond)

PROGRAMMA

Vervolgcurcus Duivendrecht VOORJAAR 2016

Les 1. 11 januari 2016	Oververhitting, onderkoeling en bevriezing; (14+15+16)
Les 2. 25 januari 2016	Kneuzing en verstuiking, ontwrichting en botbreuken; (10 + 11)
Les 3. 08 februari 2016	Herhaling "Reanimatie"+ A.E.D.; (4) @@@
Les 4. 22 februari 2016	Uitwendige wonden en brandwonden; (7 + 8)
Les 5. 07 maart 2016	Oogletsels, oor en neusletsels, vergiftiging en Elektriciteitsletsels; (09 + 12 + 17)
Les 6. 04 april 2016	Vervoer over korte afstand; Algemene Jaarvergadering;
Les 7. 18 april 2016	Herhaalles Eerste Hulp aan Kinderen; ####
Les 8. 25 april 2016	Sluitingsavond en het menselijk lichaam.



@@@ Tijdig opgeven bij De heer Witmond.
Kosten € 15,00 tijdig opgeven bij De heer Witmond.

Voor tussentijdse wijzigingen kijk op www.ehbo-duivendrecht.nl.



Tot slot

Een witte decembermaand? Dat zit er niet in dit jaar. Maar hoe u de komende dagen ook doorbrengt, of waar u zich ook bevindt: wij wensen u hele fijne dagen toe.

Het bestuur van EHBO vereniging Duivendrecht bedankt u allen voor het vertrouwen dat u in de vereniging heeft gesteld in 2015. Wij zien uit naar een nieuwe periode in 2016.