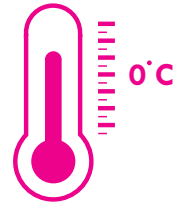


CARNAVALISTEN OPGELET

HET WORDT

KOUD!



EERSTE HULP BIJ ONDERKOELING

- Bel 112 als het slachtoffer suf wordt bij onderkoeling.
- Zorg bij ernstige onderkoeling voor een warme omgeving en dekt het slachtoffer alleen af met bijvoorbeeld fleecedekens.
- Warm actief op wanneer het slachtoffer geen stornis in het bewustzijn heeft. Actief opwarmen kan onder de douche, in bad, met warm drinken, een warme omgeving, inwikkelen van het slachtoffer (inclusief deel van het hoofd) in een (isolatie)deken.
- Waarschuw bij tekenen van een ernstige onderkoeling (afwezigheid van rillen of klappertanden is een teken van een ernstige onderkoeling!) professionele hulpverleners.

Belangrijk is om het slachtoffer **geen alcoholische dranken** te geven. Alcohol geeft namelijk een vasodilatatie (verwijding van de vaten) in de huid waardoor het slachtoffer wel een warmer gevoel krijgt, maar in werkelijkheid nog sneller afkoelt! Het geven van warme dranken als thee of soep zijn (mits het slachtoffer aanspreekbaar is en het zelf tot zich kan nemen) wel aan te bevelen.

Naast het warm en in laagjes kleden is het voor de feestvierders ook handig niet te lang te veel alcohol te drinken in de kou. **Bij alcoholgebruik verwijderen je bloedvaten, waardoor je sneller warmte verliest.** Een ander advies: drink genoeg water en vergeet niet te eten. Hierdoor houd je je energie op peil en blijf je warm.

LICHTE ONDERKOELING

- 1 Koud gevoel en klappertanden
- 2 Bleke en koude huid, soms met blauwe vlekken
- 3 Blauwe verkleuring rondom de mond

ERNSTIGE ONDERKOELING

- 1 Koud gevoel, geen klappertanden
- 2 Bleke en koude huid, soms met blauwe vlekken
- 3 Extremiteten, oren, lippen kunnen blauw zijn
- 4 Bewegingen zijn moeizaam
- 5 Toenemend slaperig of suf, gestoorde vitale functies
- 6 Bewustzijnsstoornissen

E H B D 
EERSTE HULP BIJ DRANK EN DRUGSONGEVALLEN

www.ehbdd.nl

Heb je hulp nodig?
**Ga naar de
EHBO of
bel 112**