

Reddingssimulaties



T!P

- Efficiëntie: werk zo snel mogelijk, maar blijf rustig.
- Toon een zelfzekere houding.
- Gebruik de tijd nuttig.
- Werk met een groepsleider en luister ernaar.
- Vraag naar nuttige informatie.
- Maak nuttig gebruik van omstanders.
- Behandel de drenkeling met kalmte.
- Blijf positieve signalen geven en moedig aan.

In 2005 staat het topic 'reddingssimulaties' op het programma van de erkende bijscholingen voor redders. Onderstaande tekst is hierop reeds een prima voorbereiding.

Inleiding

Een goede redder is iemand met praktische kennis over en inzicht in veiligheid in het water, zwemmen, overleven, reanimatie en reddingstechnieken. Een simulatie heeft als doel 'real life' situaties te oefenen en vast te stellen wat de mogelijkheden van een redder of een groep van redders zijn om op te treden op snelheid en onder druk te beredeneren en te plannen. Het is de meest praktijkgerichte training die een redder kan volgen. Een redder maakt kennis met mogelijke problemen in en rond het

water en leert op deze manier uit gemaakte fouten. De redder moet kunnen omgaan met een noodsituatie die niet van tevoren bekend is. De veiligheid van de redder is erg belangrijk.

Basisprincipes bij een redding

Tijdens elke redding moeten de hulpverleners een aantal basisprincipes in acht nemen:

- het probleem herkennen
- de situatie inschatten
- actieplan opstellen
- uitvoering van het actieplan
- nazorg

1. Het probleem herkennen

Snel opmerken en herkennen van het probleem zijn essentieel. Eens het probleem opgemerkt, moet de redder erop kunnen reageren.

2. De situatie inschatten

De redder moet de situatie kunnen inschatten en de meest efficiënte reddingsmethode kiezen, zowel voor redder als drenkeling. Voor deze inschatting dient de redder voldoende tijd te nemen omdat dit later een tijdsvoorsprong kan opleveren.

3. Een actieplan opstellen

Op basis van de inschatting gaat de redder een actieplan maken dat bestaat uit:

- hulp zoeken (door een collega en/of omstander)
- de vaardigheden van de collega's (zwemcapaciteiten, eerste hulp, ...?)
- informeren van een aanwezige helper over wat hij kan doen om de ploeg te helpen
- verzamelen van hulpmiddelen

Bij de redding moeten de juiste technieken gekozen worden voor het te water gaan en redden van de drenkelingen. Dit moet zowel voor de redders als de drenkeling op een veilige manier gebeuren.

Het doel van het actieplan is zoveel mogelijk drenkelingen te redden. Tij-

T!P

FREEZE: Denk en doe!

Bij het inschatten van elke situatie moeten verschillende factoren overwogen worden:

- aanwezigheid en **vaardigheden** van andere redders of omstanders
- het **aantal** slachtoffers (vraag info aan omstanders)
- de **positie** van de slachtoffers
 - binnen bereik vanaf de kant (droge redding)
 - buiten bereik vanaf de kant
 - de afstand vanaf de kant (gebruik van hulpmiddelen)
- de **toestand** van de slachtoffers
 - bewusteloos
 - zwemkwaliteiten
 - meewerkend
- beschikbare **reddings- en hulpmiddelen**
- de **omstandigheden**
 - diepte van het water
 - stromingen
 - plaatsen waar men het water kan ingaan/uitkomen

dens een reddingsactie dienen verschillende prioriteiten afgewogen te worden. Bij een redding met meerdere drenkelingen moet men rekening houden met de situatie van elke drenkeling. Men kan drie groepen onderscheiden:

- De eerste groep bestaat uit drenkelingen die zich zelf kunnen redden. Zij kunnen zichzelf in veiligheid brengen.
- De tweede groep bestaat uit drenkelingen die zich zelf niet meer kunnen redden maar nog bij bewustzijn zijn (niet-zwemmers of gewonde zwemmers). Deze drenkelingen kan men redden door hulpmiddelen aan te bieden (werplijn, boei, drijfmiddel).
- De derde groep zijn drenkelingen die bewusteloos zijn, niet ademende slachtoffers, of slachtoffers met mogelijke beschadigingen aan de ruggengraat.

Bij een massaongeval moet men als redder soms keuzes maken. Wie gaat men eerst helpen? In medisch opzicht hebben bewusteloze en niet ademende slachtoffers prioriteit, maar in een reddingsactie moeten ook andere prioriteiten worden gewogen.

Bij een redding gaat de prioriteit uit naar het redden van zoveel mogelijk slachtoffers.

Daarom hanteert men deze volgorde:

1. Mobiliseer de mobiele slachtoffers! (gebruik van hulpmateriaal)
2. Stabiliseer de veiligheid van slachtoffers in direct gevaar!
3. Red en reanimeer slachtoffers die voortdurende zorg nodig hebben!

4. Uitvoering

Na de opstelling van een actieplan, dient men onmiddellijk aan de eigenlijke redding te starten. Toch moet men tijdens de redding van het actieplan kunnen afstappen bij wijzigende omstandigheden. Een groep redders moet op elkaar ingespeeld zijn. Hierdoor weet iedereen wat van hem verwacht wordt, kan men elkaar vertrouwen, tijd winnen en snel een actieplan aanpassen.

5. Nazorg

Elk slachtoffer moet met zorg behandeld worden. Het doel is om de overlevingskansen te verhogen. Men dient het slachtoffer te kalmeren. Ruwe behandeling is niet toegelaten. Na de redding gaat men verder met de EHBO, reanimatie, ...

Simulaties

Tijdens simulaties leert de redder hoe hij de vijf basisprincipes moet toepassen. De redder zal keuzes moeten maken uit alle beschikbare middelen en vaardigheden.

Een aantal factoren kunnen wijzigen en de reddingsactie complexer maken:

- plaats van simulatie: meer, vijver, rivier, zwembad. In het zwembad kan men de omstandigheden beter beheersen. Het zwembad geniet dus de voorkeur.
- aantal redders en drenkelingen
- aantal bruikbare omstanders
- de bekendheid van de simulatie: de beste simulatie is deze waar de redder geen idee heeft van het tijdstip van het ongeval, het soort ongeval en het aantal slachtoffers.

Verschiede soorten van simulaties:

- enkelvoudige reddings simulatie waarbij enkel de drenkeling in het water zit. Dit is een eenvoudige simulatie, waarbij de redder enkel met één drenkeling rekening moet houden.
- reddings simulaties met meerdere slachtoffers

Een simulatie moet de realiteit zo dicht mogelijk benaderen. De reactie van de omstanders en drenkelingen moeten in het echt kunnen voorvallen.

Schema: 7-stappenplan.

Bij een redding zal een redder keuzes moeten maken. Bij deze keuzes laat de redder zich leiden door het 7-stappenplan.

