

- **OEFEN- EN OBSERVATIELIJST:**

Naam van de uitvoerende:.....

Naam van de beoordelaar

BLS – Basisreanimatie voor volwassenen

		score	
		goed	fout
1.	Wat is er gebeurd? Zorg voor de veiligheid	0	0
2.	Controleer het bewustzijn:	0	0
	○ schud voorzichtig aan de schouders	0	0
	○ spreek het slachtoffer luid toe	0	0
3.	Als het slachtoffer niet reageert → Roep hulp	0	0
4.	Leg het slachtoffer op de rug	0	0
5.	Zorg voor vrije ademhalingswegen:	0	0
	○ kantel het hoofd voorzichtig naar achter	0	0
	(behalve bij vermoeden van nekletsel → kinlift)	0	0
	○ voer de kinlift uit	0	0
6.	Controleer de ademhaling:	0	0
	○ Kijk	0	0
	○ Luister	0	0
	○ en voel... of het slachtoffer nog ademt	0	0
7.	Als het slachtoffer niet normaal ademt →		
	Alarmeren of iemand wegsturen om hulp te halen → 112 of 100	0	0
	○ wat er is gebeurd en wat de gevaren zijn	0	0
	○ waar de hulpdiensten worden verwacht	0	0
	○ hoeveel slachtoffers er zijn en welke hun toestand is	0	0
	○ kom terug	0	0
8.	Zorg voor een harde onderlaag/ondergrond	0	0
9.	Geef 30 borstcompressies 1° - 2° - 3° - 4^e - 5^e x		
	○ Juiste plaatsing van de handen (midden borstkas)	0	0
	○ Goede houding: schouders, ellebogen	0	0
	○ Luidop tellen	0	0
	○ Druk 1/2 - 1/2 ... niet loslaten	0	0
	○ sternum tenminste 5 cm à 6 cm indrukken	0	0
	○ 30 x, ritme van tenminste 100 / min tot 120/min	0	0
10.	Beadem twee maal 1° - 2° - 3° - 4^e - 5^e x		
	○ Hyperstrekking (niet bij wervelletsels !!!)	0	0
	○ Kinlift	0	0
	○ Neus dicht	0	0
	○ 2 x efficiënt inblazen; tussen 2 beademingen normaal inademen	0	0
	○ correcte snelheid, ritme van 10 / min	0	0
	○ het omhoog komen van de borstkast bekijken / correct volume	0	0

	goed	fout
11. Indien de borstkas niet omhoog komt bij beademing controleer de mond en verwijder zichtbare obstructies	0	0
Controleer of de hoofdkantel-kinlift methode goed wordt uitgevoerd (niet bij wervelletsels !!!)	0	0
12. Pas CPR toe, combineer borstcompressie en beademing: 30 : 2	0	0
13. Ga door met reanimatie tot:		
○ professionele zorgverleners de reanimatie overnemen		
○ tot een ander hulpverlener overneemt (best om de 2min. wisselen)		
○ het slachtoffer opnieuw normaal ademt → controle		
○ tot jezelf te vermoeid bent om verder te gaan		
○ een arts de beslissing en verantwoordelijkheid neemt om een uitzichtloze reanimatie te beëindigen	0	0
14. Indien slachtoffer ademt, leg het slachtoffer in veiligheidshouding (stabiele zijligging), (niet bij wervelletsels !!!)	0	0