

De AED kan levens redden



Het zal u maar gebeuren: een bezoeker van uw bedrijf verliest het bewustzijn en valt neer. U alarmeert onmiddellijk de bedrijfshulpverlener. Die controleert het slachtoffer. Helaas, er is geen normale ademhaling. Tijd om te gaan reanimeren! Gelukkig voor de persoon in kwestie is er professionele hulp in de buurt, want elke seconde telt in zo'n geval. Hoe sneller je erbij bent, hoe groter de overlevingskans. Een AED kan het verschil maken.

Driehonderd hartstilstanden per week

Wekelijks worden driehonderd Nederlanders getroffen door een hartstilstand. Jammer genoeg kan dat ook in uw bedrijf gebeuren. Vaak is een sluipend hartinfarct de oorzaak van de hartstilstand. Extra belasting van het hart, bijvoorbeeld door inspanning, kan uitlokken dat een (nog niet ontdekt) hartinfarct overgaat in een hartstilstand. Met een AED kunt u snel de juiste hulp bieden, waardoor de overlevingskans toeneemt van 15% (bij alleen reanimatie) tot 70% (reanimatie in combinatie met de AED). Dat klinkt mooi, maar wat is een AED? En waarom is het zo'n belangrijk apparaat?

Wat is een AED?

AED staat voor Automatische Externe Defibrillator. Het is een apparaat dat onregelmatige samentrekkingen van de hartspeer stilligt. Want dat is in 80% van de gevallen het probleem bij een 'hartstilstand'. Het

hart staat niet echt stil, maar maakt ongecontroleerde bewegingen. Het fibrilleert. Gevolg: het bloed wordt niet goed rondgepompt. Een elektrische schok legt de ongecontroleerde bewegingen stil (defibrillatie), waarna het hart de kans krijgt zijn normale ritme weer op te pakken. Voor de beste overlevingskans, moet dit zo snel mogelijk gebeuren. Liefst binnen zes minuten, zo leert de Hartstichting ons in haar campagnes.

Stap voor stap door het proces

De AED is bijzonder gebruiksvriendelijk en ook door leken te bedienen. Zodra je het apparaat hebt ingeschakeld, volgen er heldere, gesproken instructies. Die maken stap voor stap duidelijk hoe je moet handelen. De AED beschikt over twee elektroden, die op de borst van het slachtoffer bevestigd worden. Een illustratie maakt duidelijk wat de juiste plekken zijn. Vervolgens analyseert het apparaat het hart-



Opleiding

Iedereen kan en mag met een AED omgaan. Het apparaat geeft duidelijke instructies. Maar het is prettig als je er een keer mee geoefend hebt. Het helpt je in voorkomende gevallen snel en doeltreffend te handelen. Bovendien heeft het toedienen van een schok alleen zin als het hart daarna ook weer op gang gebracht wordt. Daarvoor is iemand nodig die kan reanimeren. Er zijn allerlei bedrijven waar je terecht kunt voor AED-/reanimatieopleidingen. Ook organisaties als Het Oranje Kruis en de Nederlandse Hartstichting bieden gedegen opleidingen en informatie aan.

ritme. Indien nodig volgt een schok. Belangrijk daarbij is dat iedereen voldoende afstand houdt.

Een schok alleen is niet voldoende

Door de schok die je met een AED toedient, zet je tijdelijk het hart stil. Daardoor stopt het fibrilleren. Om het hart daarna zijn gewone ritme weer te laten oppikken, is reanimatie nodig. De AED is dus een handig, vaak zelfs levensreddend hulpmiddel, maar kan niet uw bedrijfshulpverlener vervangen. Iemand zal het slachtoffer moeten reanimeren in afwachting van deskundige hulp. Ook met een AED in uw bedrijf belt u natuurlijk bij een hartstilstand direct de ambulancedienst.



Natte, bezwete lijven

In de fitness-, wellness- en zwembadwereld hebben we vaak te maken met natte, bezwete lijven. Het is belangrijk het lichaam van het slachtoffer goed droog te maken voordat je de elektroden bevestigt. De stroomstoot zal namelijk de weg van de minste weerstand kiezen. Bij een nat lijf is dat buiten langs het lichaam in plaats van erdoorheen. Schadelijk is het niet, maar het is ook niet effectief. Het fibrilleren van het hart zal er niet door stoppen. En omdat elke seconde telt, kun je het maar beter meteen goed doen.

Wat kost een AED?

AED's zijn er in vele varianten. De basis is steeds dezelfde: het apparaat geeft duidelijke instructies en dient – indien nodig – een elektrische schok toe. Verschillen zijn er in de ondersteunende functies en gebruiksmogelijkheden. Zo zijn er apparaten met en zonder schermje en kan de levensduur van de batterij behoorlijk verschillen. De prijzen van AED's liggen grofweg tussen de 1000 en 2000 euro. Daarnaast zijn er aanvullende hulpmiddelen en accessoires te koop, zoals een opbergtas, een wandkast om het apparaat in op te bergen en speciale elektroden voor jonge kinderen. AED's die in een vochtige omgeving gebruikt worden, moeten voldoende stof- en waterdicht zijn (de top drie van merken in ons land: Defibtech, Medtronic en Philips). Elke AED is uitgerust met een zelftest dus onderhoud is in principe niet nodig. Wel moeten de elektroden en batterijen op tijd vervangen worden. Een speciale opleiding voor een of meer van uw werkne-

mers is niet verplicht, maar wel aan te bevelen. Voor een kleine meerprijs bieden BHV-aanbieders AED-/reanimatiecursussen aan. Wie bang is dat zijn AED beschadigd of verloren raakt, kan bij Delta Lloyd een AED-verzekering afsluiten. Die kost u maximaal 86 euro voor een periode van drie jaar. Meer informatie over deze verzekering is te vinden op www.6minuten.nl (onder het kopje 'AED').
Levens redden

Er zijn geen verplichtingen vanuit de overheid om een AED in uw bedrijf te plaatsen. Maar die ene klant van wie u het leven redt met dit apparaat, zal u ongetwijfeld uitermate dankbaar zijn.

Handige websites

www.ehbo.nl
www.6minuten.nl
www.aedvergelijk.nl
www.aedwinkel.nl
www.philips.nl
www.asphalia.nl
www.medizon.nl
www.aedtotaal.nl
www.vivon.nl

Tekst: Janneke Sinot

