

### Inleiding

Uit onderzoek is gebleken dat er een aantal voorspelbare gevaarlijke situaties herhaaldelijk terugkeren, waardoor kleintjes zich ernstig bezeren en op de Spoedeisende Hulp belanden. Deze ongelukken zijn grotendeels te voorkomen wanneer je je bewust bent van de gevaren en je een aantal veiligheidsmaatregelen treft om je huis kidsproof te maken.

### Meest voorkomende ongelukken

- 1. Vallen** | een val van de trap is de meest voorkomende oorzaak van een ziekenhuisopname
  - ✔ Plaats een traphek boven aan de trap en ook onderaan de trap. Bevestig het traphek boven met schroeven in de muur in plaats van drukknoppen.
  - ✔ Zorg voor stroeve bekleding op de traptreden en laat geen spullen op de trap slingeren
  - ✔ Onderschat je kind niet in zijn ondernemingsdrang. Oefen het traplopen met elkaar. Leer hem zodra hij bij de leuning kan om deze vast te houden.
  - ✔ Een traphekje is bedoeld om een kind tot 2 jaar tegen te houden. Wees je ervan bewust dat een ouder zusje of broertje wel in staat is het hekje te openen.

*Jaarlijks worden er 3700 kinderen tussen de 0-5 jaar behandeld bij de Spoedeisende Hulp door een val van de trap*



- 2. Vergiftiging** | na valongevallen is vergiftiging de meest voorkomende oorzaak voor een opname van een kind bij de Spoedeisende Hulp.
  - ✔ Berg medicijnen en schoonmaakmiddelen goed op (achter vergrendeling en hoog neerzetten)
  - ✔ Let op medicijnen in de handtas van bezoek

*Bij bijna een kwart van de vergiftigingen door geneesmiddelen was de oorzaak een medicijn van iemand die op bezoek was (opa of oma)*

✓ Afwasmiddelblokjes, liquid tabs en Ibuprofen lijken op erg op snoepjes. Vraag je kind na verdenking van inname op een rustige manier of hij lekker van de 'snoepjes' heeft gegeten. Zo kun je een inschatting maken van wat hij binnen heeft gekregen en dit direct aan 112 doorgeven

✓ Niet alleen medicijnen, insectenverdelgers, bleekwater en terpentijn zijn giftig. Ook shampoo, toiletblokjes, sigaretten, vitaminepillen, allesreiniger, lampenolie, bepaalde planten en sterke drank



3. **Verdrinking** | is doodsoorzaak nummer 2

- ✓ Blijf altijd bij je kind als hij in bad gaat.
- ✓ Zorg ervoor dat je alles wat je nodig hebt voor een wasbeurt binnen handbereik hebt
- ✓ Sluit de badkamerdeur altijd af, zodat je kleintje niet alleen in de badkamer kan komen
- ✓ Laat nooit een ouder kind toezicht houden op een jonger kind

*Een kind kan al verdrinken in 2 cm. water.*

*Ze hebben nog niet de kracht en coördinatie om hun hoofd op te tillen*



4. **Verslikking, Verstikking** | de nachtmerrie van iedere ouder. Let op de volgende punten:

- ✓ De meest beruchte 'verslikkers' zijn cherry tomaatjes, druiven, knakworstjes en spekjes. Deze kunnen de toegang naar zuurstof volledig blokkeren, omdat ze zich vormen. Snijd deze daarom altijd in 4-en bij kinderen tot ongeveer 5 jaar
- ✓ Leer je kind goed kauwen en laat hem nooit alleen als hij iets eet, want als hij stikt hoor je dat niet

*Elk klein voorwerp dat door een lege wc-rol past kan bij kinderen een verslikking veroorzaken*

5. **Verbranding** | hete vloeistoffen is in driekwart van de gevallen de oorzaak van verbranding bij jonge kinderen

- ✓ Zet de waterkoker hoog op het aanrecht en houd het snoer kort
- ✓ Drink geen koffie of thee met je kleintje op schoot
- ✓ Gebruik liever geen tafellakens



**6. Speelgoed en koorden** | kinderen kunnen verstrikt raken door lussen en koorden van (rol)gordijnen. Ook speelgoed moet je controleren op kindveiligheid

- ✔ Let op of kinderen bij de koordjes en lussen kunnen komen van raamdecoratie. Hang de koorden hoog weg of gebruik een haak om de koorden aan vast te maken
- ✔ Controleer of speelgoed onderdelen heeft die los kunnen raken, zoals knopen op knuffelbeesten. Check bij tweedehands speelgoed of deze voldoen aan de eisen en niet zijn afgekeurd omdat er eerder ongevallen door ontstaan zijn



### 7. Stopcontacten, planten en batterijen |

onderzoek je eigen huis door de ogen van je kind. Ga bijvoorbeeld eens kruipend door huis, om zo alle gevaren te zien.

- ✔ Begrendel stopcontacten met afdekplaatjes en verberg elektrische kabels
- ✔ Kijk na of de planten die je in huis hebt staan giftig zijn voor je kind
- ✔ Batterijen kunnen een elektrische stroom in de darmen veroorzaken, waardoor er inwendige brandwonden kunnen ontstaan. Vooral kleine knoopbatterijen zijn gevaarlijk (in ansichtkaarten of speelgoed)



## Wist je dat een peuter elektrische kabels kan doorbijten? Leer kinderen dat kabels geen speelgoed zijn

- 8. Ontdekken met vallen en opstaan** | kinderen zijn kleine ontdekkingsreizigers, maar ook heel kwetsbaar, omdat zij geen gevaar kennen en de gevolgen van een vergiftiging of verbranding voor die kleine lijfjes een veel grotere impact heeft dan bij volwassenen.
- ✔ Zorg ervoor dat je op de hoogte bent van wat je als ouder kunt doen mocht er wel iets gebeuren.
  - ✔ Volg onze EHBO workshop bij baby' s en kinderen en Reanimatie & AED training baby & kind, zodat je leert wat je kunt doen om jouw kindje te helpen.

### Meer informatie over de EHBO

**workshops?** Neem direct contact op met Chantal voor meer informatie:

✉ [chantal@ehbobureau.nl](mailto:chantal@ehbobureau.nl)

☎ 06-20079685

