

# Checklist EHBO-koffer update 2018

---

## 1. EHBO- koffer = dringende hulp

E.H.B.O. staat voor “Eerste Hulp Bij Ongevallen”, dringende zorg dus.

Dit is veelal **wettelijk bepaald**. Zo bestaat er een koffer voor in de auto, boot, fabriek, enz, Voor koopvaardij schepen en charter-jachten is de inhoud van de EHBO koffer wettelijk bepaald door het KB 7 januari 1998: medische hulpverlening aan boord van schepen. Dit KB werd trouwens geactualiseerd in 2014.

De EHBO-koffer die ik hier voorstel is gebaseerd op deze wettelijke lijsten, doch waar ik soms van afwijk of toevoeg. Eerder bedoeld als leidraad voor de amateur watersporter en vakantieganger.

De EHBO –lijst wordt aangevuld met specifieke Reisgeneesmiddelen. Hiervan vindt u ook een voorstel op mijn website.

## 2. Een EHBO koffer bevat materiaal voor :

- Wondverzorging:
  - Bloeding stoppen – reinigen – ontsmetten – hechten – bedekken
- Brandwonden:
  - Afkoelen – rehydratie – bedekken
- Breuken – Verstuikingen:
  - Ontzwellen – Steunwindels – spalken
- Reanimatie:
  - Ademhaling + hartmassage

## 3. Checklist EHBO-koffer:

- Drukverbanden
- Wondverzorgingsset of Hechtingsset = steriel veld + kompressen + tangetje + naaldhouder
- Naald en draad- set
- Xylocaine gel
- Ontsmettend: Isobetadine of Hacidil unidosis, of Ontsmettingsalcohol op doekjes

- Flamigel of Flammazine
- Vetverband of hydrocolloïd verband
- Kompressen Steriel
- Fixatie tape of zelfklevende windels
- Pleisters, meerdere formaten
- Steri-strips
- Driehoeks verband, veiligheidsspelden
- Splinterpincet, tekentang, schaar
- Steriele handschoenen
- Aluminium Deken
- Zelfklevende steunwindels
- Cold-hot packs, instant of in ijskast
- Spalken Aluminium of Thermoplastisch
- Mond beademings-hulpstuk
- Garrot
- Vaatklem
- Spuiten 2 ml + naalden
- Baxter Steriel Fysiologisch serum met Infuus set + vlindernaald en 3wegskraan
- Thermometer
- Stevige schaar kleding
- Flesje 100 ml handalcoholgel
- Ontsmettingsalcohol, ether
- Oordoppen
- Instructieboekje EHBO
- Lijst inhoud EHBO koffer

#### 4. Let op vervaldata:

Laat 1 x per jaar uw EHBO-koffer nakijken door uw huisapotheker.

De apotheker **verwijdert** wat niet meer bruikbaar is, en **vult aan** wat reeds gebruikt werd!

De EHBO –lijst wordt aangevuld met specifieke Reisgeneesmiddelen. Op mijn website vindt u hiervan ook een checklist. Bekijk deze ook even.

Heeft u opmerkingen of vragen bij deze lijsten, mag u me steeds contacteren via “contact” op mijn website. Zo nodig actualiseer ik de lijsten aan de hand van uw suggesties.