

# Shockkaart

Allereerst controleer je de veiligheid.

Laat het slachtoffer liggen in de positie waarin je hem vindt. Wanneer je zeker weet dat er geen letsels aan nek of rug zijn kun je een bewusteloos slachtoffer op zijn rug draaien. Probeer er achter te komen wat het slachtoffer mankeert.

Bij shock. Professionele hulp inschakelen en melden dat het shock betreft. Wacht niet tot symptomen erger worden of alle symptomen zichtbaar zijn maar bel direct als je shock vermoedt.

Leg het slachtoffer in de shock positie: plat op de rug, benen omhoog (ongeveer 40cm). Bij pijn de benen op de grond laten. Het hoofd niet omhoog brengen maar recht laten liggen. Bij ernstige ademhalingsmoeilijkheden het hele bovenlichaam half zittend en ondersteunen. Bij bewusteloosheid stabiele zijligging.

Uitwendige bloedingen en ander behandelbaar letsel behandelen volgens de richtlijnen.

Bescherm het slachtoffer tegen kou maar niet te warm bedekken. Knellende kleding losmaken.

Laat het slachtoffer niet alleen. Steunen en geruststellen is op dit moment heel belangrijk. (Let op: doe geen beloftes die niet waargemaakt kunnen worden) Blijf de ABC controleren tot de ambulance er is.

## Symptomen

- bleke, koude, klamme/zweterige huid
- bij bepaalde vormen van de distributieve shock wordt de huid hoogrood van kleur.
- ingevallen gezicht, spitse neus
- misselijk/ziek gevoel, zieke indruk
- dorst
- krachteloos
- snelle hartslag en oppervlakkige ademhaling en geeuwen
- onrustig, angstig
- suf/verminderd bewustzijn
- bewusteloosheid
- pijn op de borst door zuurstoftekort hart

## Soorten shock

- cardiale shock  
Falen van de pompfunctie van het hart
- distributieve shock  
Onvoldoende bloeddruk door verwijding van bloedvaten
- anafylactische shock  
Door allergie
- neurogene shock  
Hersen- of ruggenmerg letsel
- septische shock  
Schadelijke stoffen bij bestrijden bacterie- of virusinfectie
- toxische shock  
Door vergiftiging
- hypovolemische shock  
Tekort aan volume in de bloedvaten
- hemorragische shock  
Ontstaat door ernstig bloedverlies
- obstructieve shock  
Blokkade van een groot bloedvat naar het hart

## Niet doen

- Eten of drinken geven.
- Een kussen of andere hoofdsteun geven. Het hoofd moet in lijn met het lichaam blijven.
- Bij mogelijk rug/nek letsel het slachtoffer niet verplaatsen of bewegen tenzij dit noodzakelijk is.
- Wacht niet met inschakelen van de hulpdiensten tot symptomen erger worden.

Bij shock geldt: hoe eerder het slachtoffer medische hulp krijgt en de shock behandeld wordt hoe minder schade aan het lichaam overblijft. Snelle eerste hulp en medische hulp kan het leven van een slachtoffer in shock redden.