

RAADGEVINGEN VAN DE MEDISCHE COMMISSIE I.V.M. MOGELIJKE URGENTIES OP HET GOLFTERREIN

➤ BENADERING VAN NOODSITUATIES OP EEN GOLFTERREIN.

Het is onbegonnen werk om alle medische noodsituaties te beschrijven die zich kunnen voordoen op een golfterrein.

Het doel van deze tekst is om enkele herkenbare situaties te weerhouden, maar vooral om kennis te hebben van elementaire noodzakelijke handelingen.

Gebrek aan persoonlijke verantwoordelijkheidszin is nefast en kan uw partners golfleven in gevaar brengen.

➤ ALGEMEEN.

Loop niet weg van het slachtoffer, blijf bij het slachtoffer en observeer. Verwittig indien nodig de urgentiediensten en liefst met uw GSM (wat sneller gaat dan lopen naar een clubhuis dat je mogelijks niet meer kunt situeren).

Bij een noodsituatie controleer zo vlug mogelijk drie levensbelangrijke (vitale) functies. deze zijn:

1. Het bewustzijn.
Spreek het slachtoffer aan, eventueel toedienen van een pijnprikkel.
2. De ademhaling.
Zorg voor vrije ademhalingswegen !
Bij een bewusteloze kan de tong zakken in de keelholte. Probeer dus het hoofd wat achterover te kantelen en de kin naar voor te trekken (hyperextensie van het hoofd en kinlift) (oefenen !).
Kijk of de bewusteloze nog ademt (met je oor tegen zijn mond en kijken naar de borstkas).
Als de bewusteloze nog ademt breng hem dan in stabiele zijligging.
3. De bloedcirculatie.
De bloedcirculatie controleer je door midden- en wijsvinger tussen het strottenhoofd en spiermassa van de hals te plaatsen (halsslagader) (oefenen !).

Indien geen ademhaling:

Mond op mond d.w.z. bij het slachtoffer het hoofd strekken, kin omhoog, neus dichtknijpen, krachtig blazen in de mond van het slachtoffer en kijken of de borstkas omhooggaat.

Indien daarbij geen bloedcirculatie: mond op mond en hartmassage. D.w.z. harde ondergrond, verticale armen en met beide hielen van de handen drukken t.h.v. het borstbeen (15 x hartmassage, 2 x beademen).

Weigeren van hulp of nalatigheid is fout.

Weten wat te doen is dan ook zeer belangrijk en deelnemen aan een praktische E.H.B.O. reanimatieles is dan ook ten eerste aangewezen.

➤ **BEWUSTELOOSHEID, BEWUSTZIJNSSTOORNIS, SYNCOPES.**

Allerlei oorzaken kunnen aanleiding geven tot problemen met het bewustzijn (hartinfarct, suikerziekte, hitte, vermoeidheid, hyperventilatiecrisis, enz.). Stekende, uitstralende pijn bij een angstige persoon t.h.v. de borst kunnen wijzen op een hartinfarct maar 7 jaar geneeskundestudies zijn soms nog onvoldoende om de juiste oorzaak te detecteren. Dit betekent dat je moet uitkijken met "diagnoses en behandelingen" en vooral bij een bewustzijnsgestoorde patiënt.

Hou je aan algemene maatregelen en prent in je hoofd:

- waarnemen
- vrije luchtwegen
- controleren van ademhaling en bloedsomloop.

Blijf bij het slachtoffer en verwittig indien nodig de urgentiediensten.

➤ **ZONNESTEEK EN HITTESLAG.**

Brandende zon op de schedel kan voor een zonnesteek zorgen en dus voor een ontregeling van het warmtecentrum van de hersenen. De lichaamstemperatuur stijgt tot 42 °C en het slachtoffer vertoont roodheid, hevige hoofdpijn, braakneiging, bloeddrukdaling, hijgende ademhaling, dorst, snelle pols en eventueel dalen van het bewustzijn.

Bij hittedslag (ook zonder zon) faalt het koelsysteem bv. bij een te grote spierinspanning of waarbij het zweet niet meer verdampt geraakt (bv. golfen in een tropische warmte). De kledij kan té isolerend zijn waardoor de vochtverdamping wordt belemmerd.

Breng het slachtoffer naar een koele plaats, koude kompressen op het hoofd en geef water met kleine slokjes (anders risico op braken, verstikking, eventueel longontsteking, enz.).

➤ **ALLERGIE.**

Het gaat hier voornamelijk om overgevoeligheid aan bepaalde stoffen en in het bijzonder aan gifstoffen t.g.v. insectenbeten.

Wat kan er zich voordoen?

Veralgemeende huidreacties, zwelling van het lidmaat of van het gezicht, oogleden, ademhalingsmoeilijkheden, verergerend gevoel van onwel zijn, braken, enz.

Wat te doen?

Blijf bij het slachtoffer en observeer, vooral gezien het risico voor shock. Shock betekent een falen van het hart of de bloedvaten waardoor een blijvende ondervulling van het bloedvatensysteem waardoor minder zuurstof aanwezig is voor alle weefsels. Het slachtoffer ziet bleek, ademt snel en oppervlakkig, is onrustig, soms verward en met blauwe huid.

Reanimatie kan noodzakelijk zijn.

Verwittigen van de urgentiediensten.

➤ **ASTMA OF DE ACUTE BENUUWDEHEID.**

Astma-aanvallen zijn eerder zeldzaam maar kunnen zich niettemin voordoen bij golfers-astmalijders die bv. hun medicatie (puffs) vergeten zijn.

Symptomen zijn piepende, moeizame ademhaling en verlengde uitademingsperiode. Het slachtoffer zweet, is paniekerig en de lippen en nagels kunnen blauw verkleuren.

Opgelet, hyperventilanten vertonen gelijkaardige symptomen maar (meestal) minder spectaculair.

Wat te doen?

Blijf rustig en vraag of het slachtoffer puffertjes bij zich heeft of waar deze te vinden zijn. Beademen kan in zeldzame gevallen noodzakelijk zijn bv. extreme kramptoestand van de ademhalingswegen. In ieder geval blijf rustig en geef vertrouwen. De psychologische benadering van dergelijke slachtoffers is bijzonder belangrijk.

➤ **ELEKTROCUTIE.**

Uiteraard gaat het hier om blikseminslag. Elektrocutie veroorzaakt brandwonden (frequent niet zichtbaar en inwendig), contractie van spieren, ademhalingsproblemen, hartritmestoornissen, nierblokkage en mogelijk overlijden.

Wat te doen bij iemand die het slachtoffer is van een blikseminslag?

Wederom controleren van bewustzijn, ademhaling en bloedsomloop en indien nodig handelen!

Verwittigen van gespecialiseerde diensten.

Brandwonden steriel afdekken en blijf bij het slachtoffer.

Wat te doen bij onweer?

Stop met golfen tijdens onweer met bliksem, d.w.z. laat je golfbal liggen en laat je golfkar achter.

Ga weg van geleide materialen (hekken, lichtmasten, palen).

Zoek geen bosranden op, blijf desnoods in het bos maar liefst op een open plek en maak je zo klein mogelijk (hurken met je hoofd tussen de benen) en nooit naast één boom.