

EHBO in huis

Een praktische gids om rustig te blijven en te helpen bij alledaagse noodsituaties in en om het huis: de eerste stappen, 112 bellen, reanimatie en verslikking, bloedingen, brandwonden, vallen en verstuikingen, plotseling onwel worden en allergische reacties, kinderen en een goed gevulde EHBO-doos.

E-BOOK · A4

- Weet wat je moet doen
- Noodsituaties, letsel en kinderen
- Noodkaart en checklist EHBO-doos

EHBO in huis

Een praktische gids om rustig te blijven en te helpen bij alledaagse noodsituaties in en om het huis: de eerste stappen, 112 bellen, reanimatie en verslikking, bloedingen, brandwonden, vallen en verstuikingen, plotseling onwel worden en allergische reacties, kinderen en een goed gevulde EHBO-doos.

© 2026 Digital Store XXL. Alle rechten voorbehouden. Dit e-book is alleen voor eigen gebruik. Delen, doorverkopen of verspreiden, geheel of gedeeltelijk, is niet toegestaan.

Dit e-book bevat algemene informatie over eerste hulp in en om het huis. Het is geen medisch advies en vervangt geen erkende EHBO-cursus of professionele zorg. Richtlijnen kunnen veranderen; volg altijd de actuele richtlijnen van het Rode Kruis, Het Oranje Kruis en de Hartstichting. Bel bij een noodsituatie direct 112. We raden je van harte aan een EHBO- en reanimatiecursus te volgen.

Inhoud

Voordat je begint	4
1. De eerste stappen	5
2. Hulp alarmeren	6
3. Reanimatie en de AED	8
4. Verslikking	9
5. Bloedingen en wonden	10
6. Brandwonden	11
7. Vallen, verstuikingen en botbreuken	12
8. Plotseling onwel en allergische reacties	13
9. Kinderen en je EHBO-doos	15
Werkbladen	16
Tot slot	20