



Stichting Reanimatie Netwerk Amersfoort

Wijzigingen Nederlandse Reanimatierichtlijnen (2025) – praktische uitleg

Let op verschijnselen van een mogelijk **hartinfarct** (zoals *pijn op de borst, uitstraling, zweten, misselijkheid*) als waarschuwing voor een mogelijke komende hartstilstand. Als deze verschijnselen langer dan 5 minuten zichtbaar zijn, 112 bellen. Slachtoffer goed blijven monitoren (bij bewusteloosheid en geen normale ademhaling direct 112 (laten) bellen en beginnen met reanimeren).

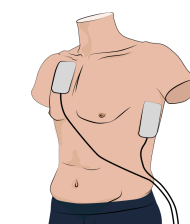
Acute bewusteloosheid tijdens (sport)inspanning is een sterke aanwijzing voor circulatiestilstand (bijv. een plotseling omvallende voetballer of tennisser). **Direct** controleren van bewustzijn en ademhaling is daarom noodzakelijk om een circulatiestilstand te herkennen. Het beoordelen van ademhaling kan lastig zijn, bij twijfel of er een normale ademhaling is, dient direct met reanimatie te worden gestart. Direct 112 (laten) bellen.

Slachtoffer **niet onnodig verplaatsen** naar een harde ondergrond, maar indien nodig wel naar een ruimere plek brengen in verband werkruimte voor meerdere first responders. Bijv: *op een normaal tweepersoonsbed kunt je ook reanimeren.*

Je kunt ook **over het hoofd reanimeren** als je *alleen* bent en het slachtoffer *niet kunt verplaatsen naar een ruimere plek*. Je gaat dan boven het hoofd zitten van het slachtoffer en reanimeert vandaar. Blijf letten op de juiste plaatsing van de handen (midden borstbeen) en diepgang bij borstcompressies (5-6 cm).

Ben je alleen: **een AED alleen halen als deze binnen 1 minuut beschikbaar is** (bijv. AED bij de receptie vlakbij); anders direct starten met reanimatie. Door 112 te bellen wordt er een AED naar je toegebracht door first responders die je komen helpen.

AED-elektroden exact positioneren: Eén elektrode wordt op de borstkas direct onder het rechter sleutelbeen geplaatst dicht tegen het midden van de borstkas. De andere elektrode wordt enkele centimeters onder het midden van de linker oksel geplaatst. De juiste positie van de elektroden is dus belangrijker geworden. Negeer eventuele afwijkende afbeeldingen op de elektroden.



Streef naar **maximaal 5 seconden onderbreking** van borstcompressies, Beademingen dus zo efficiënt mogelijk geven om onderbreking te beperken

Na herstel van circulatie géén stabiele zijligging meer toepassen; slachtoffer op rug laten liggen. Ademhaling blijven controleren en zo nodig luchtweg vrijhouden met hoofdkantel-kinlift. AED laten zitten en aan laten staan. Deze blijft het ritme controleren. Slachtoffer alleen nog draaien bij braakneigingen.

De nieuwe richtlijnen zijn [hier](#) te vinden.