

Werkkaart: Mitella aanleggen



Een mitella leg je aan wanneer je een arm rust en steun wilt geven. Hiervoor gebruik je een driekante doek. Een driekante doek bestaat uit 2 slippen en 1 punt. De punt komt bij de elleboog van het slachtoffer.

In deze werkkaart leer je hoe je een mitella aanlegt.

Benodigheden

- Driekante doek
- Veiligheidsspeld

Aandachtspunten

Denk aan de 5 punten van EHBO:

1. Zorg dat je zelf veilig bent.
2. Zoek uit wat het slachtoffer mankeert en wat er is gebeurd.
3. Stel het slachtoffer gerust.
4. Zorg voor professionele hulp. Bel 112, de huisarts of de politie.
5. Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt.

Wat je gaat doen



1. Leg een slip van de mitella over de niet gewonde schouder. Haal de slip onder de gewonde arm door.
2. Sla de andere slip van de mitella over de gewonde arm, op de andere schouder.
3. Maak een knoop in de nek aan de niet gewonde kant van het lichaam.



TITEL



4. De knoop leggen doe je als volgt: sla rechts over links.



5. Haal het uiteinde van de rechterpunt onder de linker punt door.



6. Herhaal deze handeling nog een keer en trek de knoop aan zodat de pols en hand voldoende worden ondersteund.



7. Zorg dat de vingertoppen buiten de mitella steken.
8. Vouw de punt van de doek naar voren en zet deze met een veiligheidsspeld vast.



9. Controleer of de arm op de juiste hoogte steun krijgt.

Instructievideo

Ga naar vakcollegegroep.nl/mitellaaanleggen. Bekijk de video. De video is ook te bekijken via deze link: youtu.be/OJwMtXS4b7A.