

Bijlage 1

Instructie: Wat te doen bij een verwonding, prikaccident of tekenbeet



INSTRUCTIE

WAT TE DOEN BIJ EEN VERWONDING, PRIKACCIDENT OF TEKENBEET

Toelichting

Het doel van deze instructie is dat je weet wat je moet doen als je je tijdens het werk verwondt, prikt aan een injectienaald of als je een tekenbeet hebt opgelopen. Ook wordt uitgelegd met welke ziekten je besmet kunt raken en wat je daartegen kunt doen.

Wat te doen bij een verwonding

- Raadpleeg zo nodig en bij twijfel altijd een collega met een EHBO-/BHV-diploma.
- Ernstige wonden (zoals diepe wonden, vuile wonden en wonden met ernstige bloeding) en hondenbeten moeten altijd door een arts worden beoordeeld en behandeld. In dit geval de wond zo schoon mogelijk afdekken en zo snel mogelijk naar de Spoedeisende Hulp van het dichtstbijzijnde ziekenhuis gaan (zie adressenlijst op blz. 2). Meld dit aan je leidinggevende.
- Bij kleine verwondingen (zoals een snijwondje of schaafwond) de wond actief even laten doorbloeden. Dit komt de reiniging van de wond ten goede. Hierna de wond (laten) schoonmaken met water.
- De wond ontsmetten met Betadine of Sterilon en steriel afdekken met pleister of verband.
- Bij een vervuilde wond en indien het langer dan 10 jaar geleden is dat je bent gevaccineerd tegen Tetanus of bij twijfel neem dan contact op met je huisarts of de huisartsenpost (tel. 0900 – 513 80 39) om te overleggen of vaccinatie tegen Tetanus noodzakelijk is. Bij vaccinatie langer dan 10 jaar geleden dient een herhalingsprik te worden gegeven.
- Meld de verwonding aan je leidinggevende.

Wat te doen bij het prikken aan een injectienaald

- Laat, om het wondje te reinigen, het wondje even actief doorbloeden.
- Ontsmet het wondje met Betadine of Sterilon.
- Zoek de naald waar je je aan hebt geprikt en bewaar deze.
- Meld het prikongeval meteen aan je leidinggevende.
- Voor een snelle beoordeling van het besmettingsrisico is het belangrijk dat je zo snel mogelijk, maar in ieder geval binnen 24 uur telefonisch contact opneemt met de GGD (tel. 088 – 308 33 61). Dit kan op werkdagen tussen 8.30 en 17.00 uur.
Indien de GGD gesloten is, dan is het belangrijk dat je je zo snel mogelijk meldt bij de Spoedeisende Hulp van het Leids Universitair Medisch Centrum (zie adressenlijst op blz. 2), een ander dienstdoend ziekenhuis of de huisartsenpost (tel. 0900 – 513 80 39).

Wat te doen bij een tekenbeet

- Controleer altijd je hele lichaam zorgvuldig als je in het groen of de duinen hebt gewerkt.
- Controleer ook je kleding en klopt deze goed uit.
- Gebruik geen alcohol, jodium, olie of andere middelen voordat je een teek verwijdert.
- Verwijder teken direct. Gebruik hiervoor een tekenverwijderaar. Volg de gebruiksaanwijzing!
- Ontsmet hierna het beetwondje met Betadine of Sterilon.
- Schrijf op wanneer en waar op het lichaam je gebeten bent.
- Neem contact op met de huisarts als:
 - als het je niet lukt om een teek te verwijderen;
 - als je een teek hebt verwijderd, die waarschijnlijk al 24 uur op de huid vast heeft gezeten;
 - als in de buurt van een tekenbeet binnen enkele dagen tot drie maanden een rode, ringvormige vlek ontstaat;
 - als je je binnen drie maanden na een tekenbeet griepig gaat voelen met koorts, hoofdpijn, spierpijn en vermoeidheid, dubbel zien, gewrichtsklachten of andere lichamelijke klachten zonder duidelijke oorzaak hebt.

MELD EEN VERWONDING, PRIKACCIDENT EN TEKENBEET ALTIJD AAN JE LEIDINGGEVENDE!

Lijst met belangrijke adressen en telefoonnummers

GGD Hollands Midden

Parmentierweg 49 te Leiden

telefoon: 088 – 308 33 61

Open: werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur

Diaconessenhuis

Houtlaan 55 te Leiden

telefoon: 071 – 517 81 78

Spoedeisende Hulp geopend van 8.30 tot 17.00 uur

Leids Universitair Medisch Centrum

Albinusdreef 2 te Leiden

telefoon: 071 – 526 91 11

Spoedeisende Hulp altijd geopend

Rijnland Ziekenhuis

Simon Smitweg 1 te Leiderdorp

telefoon: 071 – 582 82 82

Spoedeisende Hulp altijd geopend

Arbo-adviseurs Servicepunt 71, Service-eenheid HRM

Herman Krijgsman	071 - 516 54 69	06 – 524 43 181
Jack Leijten	071 - 516 74 55	06 – 278 52 941
Leontine van Mameren	071 - 516 77 56	06 – 524 43 009
Stijn van Huijstee (DZB)	071 - 581 85 58	06 – 316 75 872
Tonny Hoonhout (Leiderdorp)	071 - 545 87 82	06 – 113 98 757

Besmettingsziekten

Bij verwondingen, prikaccidenten en tekenbeten kun je besmet raken met bepaalde ziekteverwekkers. Welke dat zijn en wat je kunt doen om te voorkomen dat je ziek wordt, wordt hieronder toegelicht.

Tetanus

Je kunt bij je werkzaamheden kleine wondjes aan de huid oplopen. Je kunt je bijvoorbeeld verwonden aan scherpe voorwerpen in afval, takken, doorns, spijkers en scherpe onderdelen aan machines. Kleine wondjes hoeven niet erg te zijn, maar als het wondje vervuild raakt met aarde, straatvuil of de ontlasting van dieren of mensen bestaat een kans op een besmetting met de tetanusbacil. Tetanus is een ernstige ziekte die kramp veroorzaakt in de spieren en kan leiden tot ernstige ademhalingsproblemen. De ziekte kan worden voorkomen door veilig te werken en door vaccinatie. Als je volledig bent gevaccineerd - als kind of op latere leeftijd met een serie van 3 inentingen - ben je voor 10 jaar beschermd. Hierna is een herhalingsprik voldoende om je steeds weer voor 10 jaar te beschermen.

Hepatitis B, Hepatitis C, HIV (AIDS)

Bij sommige werkzaamheden is het mogelijk dat je je prikt aan een injectienaald, een zogenaamd prikaccident. Een prikaccident kan zich bijvoorbeeld voordoen bij het legen van prullenbakken, het opruimen van zwerfafval, het beladen van huisvuilzakken e.d. Bij een prikaccident met een besmette injectienaald bestaat een kans dat je besmet raakt met het Hepatitis-B, -C en HIV-virus.

Hepatitis B is een besmettelijke ziekte aan de lever. De ziekte wordt veroorzaakt door een virus dat voorkomt in bloed en sperma. Een Hepatitis B infectie kan worden voorkomen door vaccinatie óf door na een prikaccident binnen 24 uur antistoffen per injectie te geven.

De kans op een besmetting met Hepatitis C en HIV is gelukkig heel klein. Het virus gaat snel dood buiten het lichaam. Voor Hepatitis C en het HIV-virus bestaan echter geen vaccinaties. Dus, ook al ben je gevaccineerd tegen Hepatitis B, neem bij een prikaccident altijd contact op met de GGD.

Ziekte van Lyme

Een teek lijkt op een plat spinnetje. Teken komen in het hele land voor in bossen, duinen, heidegebieden, beschutte weilanden, parken en tuinen. Daar leven ze in hoog gras, struiken en tussen bladeren. Teken kruipen of klimmen op passerende mensen en dieren en bijten zich vast in de huid. Door het opzuigen van bloed zwelt de teek langzaam op tot een bruin-zwart of grijsig bolletje. Na enkele dagen laat de teek vanzelf los.

Sommige teken zijn besmet met de Lyme-bacterie en kunnen dan de ziekte van Lyme overdragen. Als je de teek direct verwijdert, is de kans op besmetting klein. Na een tekenbeet moet je de eerste maanden opletten of je verschijnselen krijgt van de ziekte van Lyme, zoals een rode, ringvormige vlek of griepachtige klachten. Als de bacterie niet met antibiotica bestreden wordt, kan de infectie later tot schade en gezondheidsklachten leiden aan zenuwweefsel, gewrichten, de huid en heel soms het hart.

Door het dragen van dichte schoenen, goed sluitende (geïmpregneerde) werkkleding (met lange mouwen en broekspijpen in de sokken) en een pet bescherm je jezelf tegen een tekenbeet.

VOORKOMEN IS ALTIJD BETER DAN GENEZEN!

DRAAG DE JUISTE WERKKLEDING EN GEBRUIK PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN!