

Eerste hulp aan hulpverleners die slachtoffer zijn van traumatische stress

Paul De Vuyst
Preventieadviseur
PSA Zeebrugge

Eerste hulp aan EHBO hulpverleners

- Dodelijke en zware ongevallen zijn situaties die psychosociale risico's inhouden omdat ze de mentale gezondheid van de werknemer (**slachtoffer, betrokkenen, omstaanders, hulpverlener**) kunnen schaden: **we spreken van een schokkende gebeurtenis.**

Eerste hulp aan EHBO hulpverleners

- Een ongeval of incident van traumatische aard kan verschillende psychologische gevolgen met zich brengen gaande van een fase van klassieke stress tot een toestand van traumatische stress over een toestand van hevige stress.
- Het is zeer moeilijk om ervaren trauma's een plaats te geven in het leven.

Eerste hulp aan EHBO hulpverleners

- Tijdens noodinterventies kunnen de personen (EHBO) bij **het toedienen van de eerste hulp** geconfronteerd worden met zeer moeilijke situaties zoals ontredding, leed of de dood of een opeenvolging van bijzonder pijnlijke gebeurtenissen die aanleiding kunnen geven tot psychische trauma's **bij de andere maar ook bij zichzelf.**

Eerste hulp aan EHBO hulpverleners

- De personen die instaan voor het verstrekken van de eerste hulp (EHBO) en die te maken hebben gehad met bijzonder stresserende gebeurtenissen, moet worden geholpen in de preventie van (post)traumatische stress **proactief en retroactief: bijscholing** aangaande de psychosociale aspecten binnen de EHBO hulpverlening (herkennen) en de rol van EHPO hulpverleners.

Eerste hulp aan EHBO bedrijfshulpverleners

- Doelstelling
 - De gevolgen van een ongeval of een traumatische of niet-traumatische aandoening proberen te beperken
 - Er voor proberen te zorgen dat de psychische letsels niet erger worden, in afwachting van, indien nodig, gespecialiseerde hulp
 - Indien nodig, zo spoedig mogelijk gespecialiseerde diensten buiten de onderneming alarmeren

EHBO en EHPO hulpverleners

Koppeling met intern noodplan

- De werkgever stelt een intern noodplan op dat gesteund is op procedures die aangepast zijn aan gevaarlijke situaties en mogelijke ongevallen of incidenten.
- De procedures hebben betrekking op:
 - Informatie en instructies betreffende de maatregelen in geval van nood
 - Alarm- en communicatiesysteem
 - Opleiding / herhaling van opleiding (jaarlijks)
 - Veiligheidsoefeningen
 - De handelingen te stellen bij evacuatie en eerste hulp
 - **De middelen en voorzieningen voor EHBO en EHPO**
 - **Opvolging en nazorg**

Opvolging en nazorg op het bedrijf

WAT

- Eerste zorg onmiddellijk na het ongeval (psychosociale hulpverlening of EHPO binnen het uur)



Opvolging en nazorg op het bedrijf

WAT

- Opvang (eventueel met externe ondersteuning: kort na het ongeval maar de dag zelf)



Opvolging en nazorg op het bedrijf

WAT

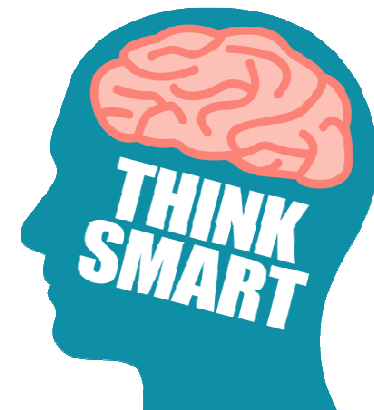
- Nazorg (ongeveer één week na het ongeval door EDPBW)



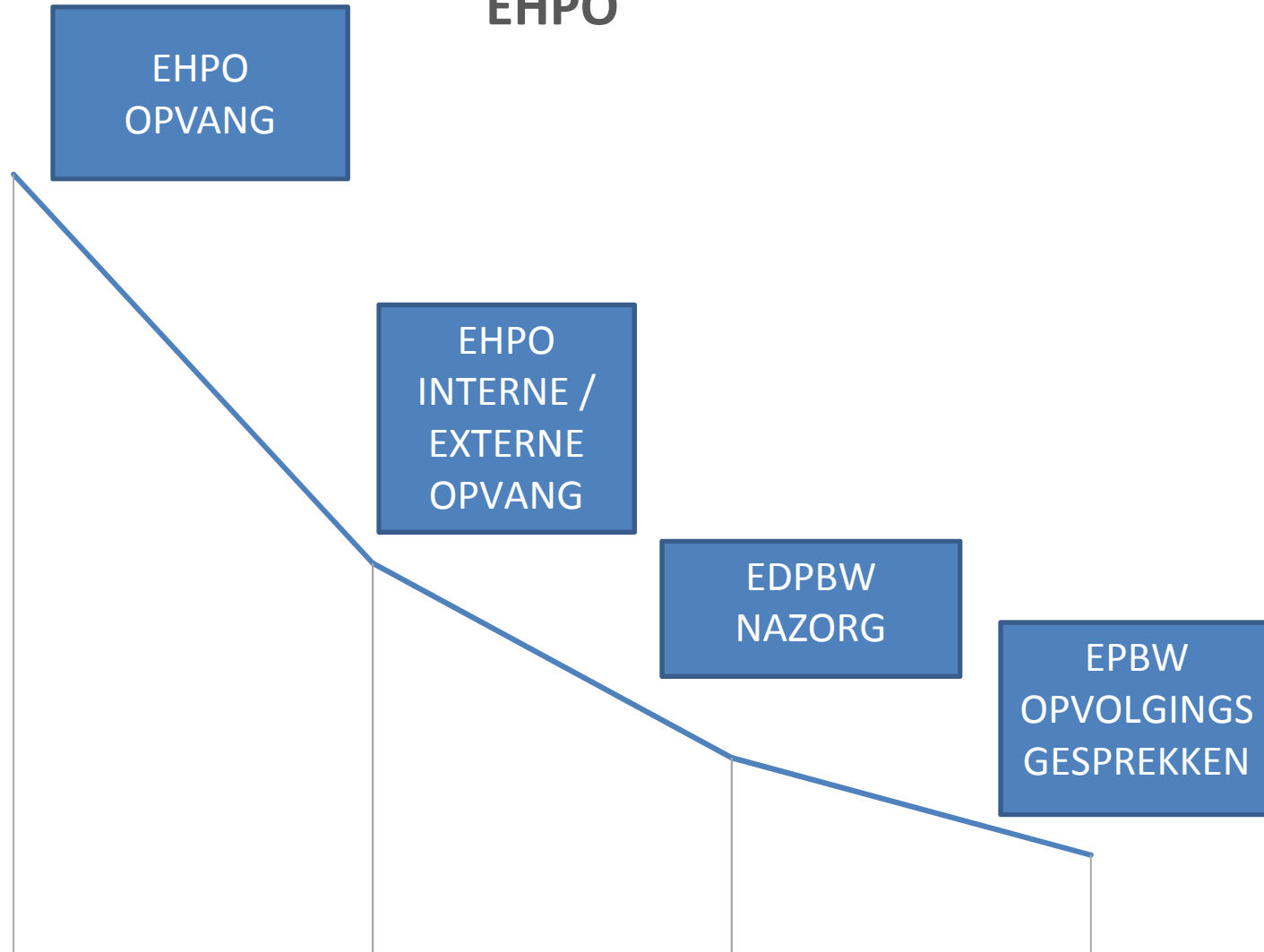
Opvolging en nazorg op het bedrijf

WAT

- Opvolgingsgesprekken (enkele weken na het ongeval door EDPBW)



EHPO



EHPO hulpverleners

Bepalen van WIE en het AANTAL personen

WAT: collegiale opvang (door een bekend gezicht)

WIE: afhankelijk van

- Functie in het bedrijf (voorkeur voor leidinggevenden)
- Vertrouwenspersoon
- Bij voorkeur NIET EHBO functies / NIET interne PA

AANTAL: afhankelijk van

- Het risico (aard van het bedrijf)(zie EHBO)
- Het aantal werknemers
- De tijdstippen waarop gewerkt wordt

NOODPLAN

- EIP (**eerste** interventieploeg)
 - Letsel EHBO
 - Brandbestrijding (klein)
 - Evacuatie (verzamelpunt)
 - Lock Down
- TIP (**tweede** interventieploeg)
 - Lekkage gevaarlijke stof behandelen
 - Brandbestrijding (groot)
 - **Trauma EHPO**

EHPO

Bedrijfshulpverlening - EHPO - PSA Zeebrugge				
Psychosociale aspecten na ongeval	PSA Staff Bedrijfsopvang voor havenarbeiders en bedienden	V.C.V.H. Havenarbeiders en bedienden	EDPBW MEDIWET Bedienden	EDPBW ATTENTIA Havenarbeiders
Slechtnieuwsoodschapper (SNB)				
Na kantooruren / weekends	NEE	JA	NEE	NEE
Tijdens kantooruren	NEE	JA	NEE	NEE
Psychosociale bedrijfsopvang (EHPO) Eerste uur (eigen WN)				
Na kantooruren / weekends	Opleiding in voorbereiding	NEE	NEE	NEE
Tijdens kantooruren	Opleiding in voorbereiding	NEE	NEE	NEE
Nazorggesprekken Week later (extern)				
Na kantooruren / weekends	NEE	JA	JA	NEE
Tijdens kantooruren	NEE	NEE	JA (brugfunctie naar curatief)	JA (brugfunctie naar curatief)
Opvolgingsgesprekken Drie weken later (extern)				
Na kantooruren / weekends	NEE	JA	JA	NEE
Tijdens kantooruren	NEE	NEE	JA (brugfunctie naar curatief)	JA (brugfunctie naar curatief)

Nood aan Eerste Hulp Psychosociale Opvang

WAT GEBEURT ER

- Extreme agressie, fysieke bedreiging, terreur
- Zwaar ongeval
- Mogelijke reacties van collega's:
 - “Verstijven”, “bevriezen”
 - Zeer geconcentreerd handelen (bijna machinaal)
- Opgelet: reacties zijn a-specifiek per persoon per geval
- EHPO'ers zijn geen klinisch psychologen.

HOUDING EN REACTIES

- **Tijdens.** Mensen reageren “buiten hun normale doen” en zeggen soms “vreemde dingen” die als ongeoorloofd en onethisch geconcipieerd worden. Anderen zijn abnormaal stil en teruggetrokken. **Dit is normaal !**
- **Nadien.** “Decompressie” uit zich normaal niet onmiddellijk maar wanneer men bijvoorbeeld thuiskomt (men wordt “ziek” van de stress en men gaat overgeven, men slaapt niet, kan niet meer normaal eten, enz.)

TIME - OUT

- Bij zware ongevallen: duidelijke situatie om onmiddellijk actie te ondernemen
- Bij twijfelgevallen: durf een TIME-OUT te adviseren als **preventieadviseur**. Deel de ZORG voor de mensen op het bedrijf.
 - Voorbeeld: ongeval om 07.00u, aanrijding. Blijkbaar zonder veel gevolg. Beleg alsnog een infosessie om 11.00u om iedereen te informeren. Collega's hebben nood aan informatie. Breng de EHPO naar de vergadering om aanwezigen te polsen. Helpt ook om de verspreiding van foute info tegen te gaan.

Besluit

- “Een ongeval stopt NIET met het wegrijden van een ambulance”
- Opleiding is noodzakelijk
 - EHBO: herkennen van “stress” signalen bij zichzelf en bij anderen
 - EHPO: correct reageren en helpen. Omdat eerste uur van cruciaal belang is om verdere gevolgen te helpen beperken en daarna kunnen externe experts overnemen (V.C.V.H., POBOS, EDPBW, enz.). Met beperkte mogelijkheden iets doen.

**Dank voor Uw
aandacht.**