

Eerste hulp bij een hittegolf

Doel

Dit protocol beschrijft de wijze waarop men handelt tijdens een hittegolf

Doelgroep

Dit protocol is bestemd voor alle medewerkers van Markenheem

Beleid

In Nederland spreken we van een hittegolf bij minstens vijf zomerse dagen (25 graden of warmer) in De Bilt, waarvan er minstens drie tropisch (30 graden of warmer) zijn.

Definities

Afkorting	=	Omschrijving
MT	=	Managementteam
RM	=	Regiomanager
TMH	=	Teammanager Horeca
LGH	=	Leidinggevende Horeca

Inhoud

Procesfase + Activiteit	Opmerking	Verantw.
Besluitvorming		
Besluit nemen over wanneer alarmfase ingaat		MT
Besluit nemen over de te nemen van maatregelen		MT
Extra budgetruimte beschikbaar stellen voor inzetten van extra middelen en/of menskracht		MT

Procesfase + Activiteit	Opmerking	Verantw.
Acties		
Coördineren extra drankrondes		TMH
Uitvoeren extra drankrondes		LGH
Ventileren tussen 05.00 – 07.00 uur		RM
Voor tips zie toelichting		

Toelichting

Tips

- Deel zoveel mogelijk drinken uit (evt. ijs). Zorg voor 2 liter vocht per dag per cliënt, ook als men geen dorst heeft. Bij voorkeur water.
- Let ook op zoutopname, deel bijvoorbeeld extra bouillon uit en zet chips op tafel.
- Geef liever geen warme dranken, maar ook niet ijskoud.
- Wees alert op symptomen die wijzen op hitte-uitputting: dorst, vermoeidheid, duizeligheid en misselijkheid.
- De verlichting zoveel mogelijk uitlaten omdat lampen een extra warmtebron vormen.
- Adviseer cliënten kleding van natuurlijk materiaal, bijvoorbeeld katoen, linnen, te dragen.
- Wees alert op uitdrogingsverschijnselen: droge tong, droge lippen, trager reageren.
- Vermijd inspanning: Vermijd inspanning op de warmste uren van de dag tussen 12.00-16.00 uur.
- Blijf uit de hitte: Blijf binnen of in de schaduw tussen 12.00-16.00 uur. Draag hoed, zonnebril en lichte kleding.
- Zorg voor koelte: Af en toe een koele handdoek in de nek, een koele douche of bad, laat zonwering zakken of sluit de gordijnen, doe ramen dicht als het buiten warmer is dan binnen (overdag) en zet ramen open als het buiten koeler is ('s nachts en vroeg in de morgen).