

Data

- zaterdag 07 april 2012
stage in sporthal Alken van 14h00 tot en met 17h00
Deelname prijs: 5 euro
(dit is ter vervanging van onze zaterdagtraining)
- zondag 15 april 2012
Dan examen te Borgloon
- zondag 13 mei 2012
nationale training Landen + gordeluitreiking
van 10h00 tot 11h30
- zondag 20 mei 2012
Nationale stage Molenbeek
van 10h00 tot 13h00
Deelname prijs: 10 euro

Mopje van de maand

Een oude dame stapt in de lift van een geweldig mooi flatgebouw. Een mooie jonge dame stapt ook de lift binnen en verspreid een sterke parfumgeur. Ze bekijkt de oude dame met een arrogante blik en zegt tegen haar: "Romance" van Ralph Lauren, 150 euro per flesje. Op de volgende etage stapt een andere mooie jonge dame in de lift en verspreid eveneens een sterke parfumgeur. Ze bekijkt de twee andere vrouwen met een geweldige koele blik en zegt: "No.5" van Chanel, 300 euro per flesje.

Drie etages later stapt de oude vrouw uit de lift. Voor ze uitstapt bekijkt ze de 2 mooie meisjes, laat een geweldige scheet en zegt: "Bruine bonen" van HAK, 99 eurocent per pot.



Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

Trainingen : dinsdag 19u30 – 21u00
zaterdag 13u30 – 15u00

Plaats : Jeugdhuis Aurora Borgloon

Jaargang 4 editie 04

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu club Chikara

Wat vinden we deze maand in ons boekje?

Onze leden blijven sportief scoren, ook de jongeren onder ons.

Ook een woordje uitleg over de AED die je in de meeste sportzalen reeds aantreft en in de toekomst waarschijnlijk zelfs verplicht gaat worden. Het goede gebruik ervan kan mensenlevens redden en iedereen kan er mee werken

Hou ook goed de data in het oog die achteraan staan.

De redactie

Vergeet niet moest je iets weten om te vermelden in ons clubblad stuur het door naar onderstaande email.

Email: tommy.hoebregs@telenet.be

Website:- www.jiujitsu-chikara.be



柔術

Wat is een AED?

Automatische Externe Defibrillator



Een AED is een draagbare defibrillator die op batterijen werkt. Sommige toestellen wegen niet meer dan 2 kg. Ze zijn uiterst eenvoudig te bedienen. In de regel bezitten ze maar twee knoppen: één om het toestel aan te zetten en een tweede om de defibrillatieschok toe te dienen. Op sommige AED's is de 'aan'-knop zelfs weggelaten. Deze apparaten starten automatisch bij het openen van het deksel. De AED geeft gesproken instructies, zodat de gebruiker alleen maar de instructies moet opvolgen. Hij moet de borstkas van het slachtoffer ontbloten en er twee grote, zelfklevende elektroden op aanbrengen. Vervolgens analyseert het apparaat het hartritme van de patiënt. Bij een defibrilleerbaar ritme (ventrikelfibrillatie of snelle ventrikeltachycardie) laadt de AED zich op en geeft de instructie om de defibrillatieknop in te drukken. Sommige AEDs gaan de schok zelfs automatisch toedienen.

Meestal is daarna **hartmassage en beademing nodig**. Ook dat zegt het toestel. Na twee minuten analyseert de AED opnieuw het hartritme om te zien of je nog een schok moet geven. En zo ga je meestal door tot de ziekenwagen of de MUG ter plaatse is. **Je mag dus zeker niet vergeten om van in het begin de 112-centrale te verwittigen.**

Als je een AED gebruikt, is klassieke reanimatie dan nutteloos? Neen, helemaal niet. Met hartmassage en beademing zorg je ervoor dat de hersenen zuurstof krijgen, maar dat zal de fibrillatie van het hart niet stopzetten. Je zorgt er alleen voor dat het bloed blijft circuleren. Ook komt in veel gevallen het hart niet onmiddellijk op gang na de elektrische schok. Dan is het heel belangrijk om verder goed hartmassage en beademing uit te voeren, tot de aankomst van de hulpdiensten.

AED's alleen gebruikt mogen worden bij een patiënt in circulatiestilstand en dat de patiënt absoluut niet gemanipuleerd mag worden terwijl de AED het ritme analyseert. Dat zijn essentiële voorwaarden die moeten verhinderen dat het toestel zich oplaadt bij een bewuste patiënt met tachyritmie, zich niet oplaadt bij een patiënt met ventrikelfibrillatie of zich ten onrechte oplaadt op grond van reanimatieartefacten.

Een dikke proficiat



Ynse behaalde zijn eerste Dan streepje op zijn witte gordel.

Doe zo verder Ynse

Dietwin behaalde dan weer met succes zijn oranje gordel die hij met trots omgorde

