

EHBO tip

Bloedneus

Kenmerken bloedneus

Bloedverlies uit de neus kan ontstaan door een klap op de neus, peuteren, niezen, snuiten of een sterke temperatuurwisseling.

Wat te doen bij een bloedneus

- Laat een keer goed de neus snuiten.
- Knijp met de duim en wijsvinger de neus ongeveer tien minuten dicht. Knijp daarbij onder het neusbeen tegen het neustussenbot.
- Laat het slachtoffer in een voorovergebogen houding zitten.
- Herhaal het dichtknijpen nog eens tien minuten als de bloeden niet stopt.
- Laat het slachtoffer niet snuiten bij een bloedneus na een ongeval, val of harde klap op het hoofd. Er kan sprake zijn van een hersenletsel of schedelletsel.

Schakel een huisarts in

- Indien na 10 minuten de bloeding nog niet is gestopt.
- Als het slachtoffer bloedverdunnende medicijnen gebruikt.
- Bij regelmatige bloedneuzen.



Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

Trainingen : dinsdag 19u30 – 21u00
zaterdag 13u30 – 15u00
Plaats : Jeugdhuis Aurora Borgloon

Jaargang 6 editie 06

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu Chikara

- ❖ Nationale training gaat door op 14 juni 2014 van 10u00 tot 11u30 in het sportcomplex gelegen Zeypstraat 26 1910 Kampenhout.
- ❖ Tijdens de vakantiemaanden gaan de trainingen gewoon door.

Er blijft natuurlijk ook onze website.

De redactie

Vergeet niet moest je iets weten om te vermelden in ons clubblad stuur het zeker door naar onderstaand emailadres.

Email: tommy.hoebregs@telenet.be

Website: www.jiu-jitsu-chikara.be



Proficiat met het behalen van je oranje gordel Vigenie en Dirk.



Humor.

Adam en Eva wandelen door het paradijs. Plots vraagt Eva: "Adam, hou je nog van mij?", waarop Adam antwoordt: "Ja natuurlijk, van wie anders?"



Waarom zijn Hollanders heel blij als ze een puzzel kunnen oplossen in een half jaar tijd? Omdat er op de doos staat "van 3 tot 5 jaar".



Wat is een "gat" in het Chinees? Wang-snee-wang. En wat is "scheet" in het Chinees? Wang-snee-wang-pang-pang.



Wie heeft de triatlon uitgevonden? De Marokkanen: te voet naar het zwembad en met de fiets terug!

