**Noodnummer voor eerste hulp**

**100**

**VOOR HET LEVEN**

De telefoon redt levens. Iemand die thuis of op straat neervalt heeft misschien een hartstilstand. Aarzel geen seconde: help en vorm onmiddellijk het nummer 100.  
De strijd tegen hartstilstand is een heuse ren tegen de tijd.  
Om het even wie kan ooit in een situatie verkeren waarin hij of zij een leven kan redden, als er maar snel gereageerd wordt.

Een hartstilstand overleven vereist vier reddende handelingen:

* onmiddellijk om hulp bellen door het nummer 100 te vormen
* het toepassen van de eerste hartreanimatie door de omstanders
* het prompte inzetten van een defibrillatie door een deskundige van het medische noodteam
* de snelle tussenkomst van een mobiele nood- en reanimatieploeg.

Twee keer op drie doet een hartstilstand zich in de familiekring voor. Slechts één maal op drie daarbuiten. Dat betekent meestal dat het slachtoffer een goede kans maakt door getuigen opgemerkt te worden. Wie getuige zegt, zegt tevens iemand die in staat is om snel adequate hulp in te roepen. En misschien ben jij dat.

Hoe herkent u de ernst van de situatie? Er is een goede kans dat het om een hartstilstand gaat wanneer het slachtoffer

* bewusteloos is (niet reageert wanneer u hem luid aanspreekt of zelfs knijpt),
* niet meer ademt (u hoort of voelt de adem niet meer, u ziet de borstkas niet op en neer gaan) en
* geen polsslag heeft, m.a.w. het bloed circuleert niet meer (u voelt geen hartslag als u de vingers aan de halsslagader houdt).

Vertoont het slachtoffer deze drie kenmerken, talm dan geen seconde langer! Bel de 100, het reddende nummer.

**Geen paniek**

De meeste getuigen zijn teveel in de war om onmiddellijk het noodnummer te vormen. Dan komt een klein trucje goed van pas. Heel wat telefoontoestellen beschikken over een geheugen. Waarom stopt u er de 100 niet onder nummer 1? Dan hoeft u enkel die toets in te drukken waarnaast u eventueel een sticker '100/hulp' kleeft. U wint er kostbare seconden mee.

Het nummer 100, waarmee u medische hulp en de brandweer oproept, is in de openbare telefooncellen gratis. Dat is ook het geval met het nummer 101 waarmee uw oproep bij de politie en de rijkswacht binnenloopt. De verbinding komt tot stand, zelfs al had u geen pasmunt bij. Indien u bij vergissing de 101 vormde, wordt u onmiddellijk met het juiste nummer doorverbonden. Belangrijk: beide nummers gelden in heel België.

U moet wel even geduld oefenen aan de hoorn. Afhankelijk van het tijdstip van de dag duurt het tussen 7 en 33 seconden vooraleer de 'centrale' opneemt. Dat lijkt vaak lang. Dit oponthoud wordt veroorzaakt door een systeem dat de oproep naspeurt. Dank zij het installeren van krachtiger centrales moet dit binnenkort verholpen zijn. Begin vooral niet het 100-nummer meerdere malen te vormen!

**... Wij komen eraan!**

In Brussel, bijvoorbeeld, verstrijken er ongeveer 6 minuten tussen het optreden van een hartstilstand en de eerste 100-oproep van een getuige. 'Wij kunnen dat wellicht terugbrengen tot 3 minuten', schat men bij het Universitair Ziekenhuis Sint-Pieter. 'Dat zou de levenskansen in belangrijke mate optrekken'. Na de 100-melding, duurt het nog eens 5 minuten voor de eerste hulp eraan komt en 12 minuten eer de Mobiele Urgentie Groep (de MUG) ter plaatse is.

'In negen van de tien gevallen is de dood een gevolg van het in de war raken van de hartslag. Hoe sneller de hulp ingeroepen wordt, des te sneller de gepaste zorgen, waaronder de defibrillatie, verstrekt kunnen worden. Om deze elektro-shocks zo vlug mogelijk toe te dienen, besliste het medisch corps aan de ambulanciers van de Dienst 100 half-automatische defibrillatoren toe te vertrouwen. Er zijn meer ambulanceploegen van de dienst 100 dan MUG-teams. Zij komen ook sneller bij het slachtoffer. 'Zo winnen we weer 8 minuten', verduidelijkt een cardioloog die ervaring heeft met dit soort tussenkomsten.