

‘Bij jonge mensen blijft dit veel beter hangen’

Hij wil niet de held uithangen, maar toch: de 17-jarige Laurens Woudenberg reanimeerde onlangs een dame op het station in Eindhoven en redde zo haar leven. Dankzij de reanimatiecursus die hij op school kreeg, wist hij als enige omstander wat hij moest doen.

TEKST EN BEELD: SANNE VAN DER MOST

Laurens wil er niet graag meer over praten, maar op zijn aandringen wordt de EHBO-reanimatieles nu wel verplicht op zijn school, de openbare scholengemeenschap Het Maerlant in Brielle, waar hij in 5 vwo zit. Klasgenoten Isabelle Kik en Robin Martijn, die vorig jaar samen met Laurens de reanimatieles volgden, staan daar ook helemaal achter. Ieder jaar mogen de leerlingen op deze school kiezen uit een aantal workshops en cursussen. ‘We konden ook iets met digitale muziek doen, maar EHBO leek me het enige waar je echt iets aan hebt. Het is toch fijn dat je weet dat je iets kunt doen als dat nodig is’, zegt Robin Martijn. Ook zijn vriendin Isabelle was meteen enthousiast. ‘Ik wist dat de les werd gegeven door mijn oude basisschoolleerling. Dat vond ik sowieso al hartstikke leuk. En daarnaast leek het mij ook heel nuttig om iets van EHBO te weten. Op de basisschool heb ik heel kort geleerd hoe die plakkers van zo’n defibrillatieapparaat werken, maar dat was alweer diep weggezakt. Een opfriscursus was dus wel een goed idee.’

Oefenen op een pop

De les draaide voornamelijk om reanimatie. Ook al is het ruim een jaar geleden, Robin en Isabelle hebben alle kennis nog paraat. ‘We gingen oefenen op een pop’, vertelt Robin. ‘Eerst controleren of iemand nog ademt en reageert en of er niet iets in de luchtwegen zit. Als er iets in zit, haal je dat eruit. Duwend of met je vingers eruit pulken. Als het niet nodig is, verplaats je iemand nooit. Vervolgens roep je iemand erbij om een defibrillator te halen. Ook bel je de ambulance en ga je eventueel de weg afzetten.’ Isabelle: ‘Als je begint met beademen, doe je eerst het hoofd naar achter zodat de tong niet terugglijdt in de keel. Dan hou je zijn neus dicht en adem je twee keer in zijn mond en vervolgens druk je twintig keer op zijn borst. Zo hard als je kan, gekneusde ribben zijn van later zorg, leerden we. Dat herhaal je tot hij weer gaat ademen of tot de ambulance er is en professionals het overnemen.’

Jong en scherp

Toen Jan van de Velde, bestuurder van EHBO Brielle en al 40 jaar actief lid, in december 2015 werd gevraagd om de



reanimatie-les te geven, zei hij meteen ja. 'Toen ik in militaire dienst zat, viel er op een keer ineens zomaar iemand neer op het station. De mensen eromheen bleven er onverschillig bij staan. Dat vond ik zo raar. Dat wilde ik nooit meer meemaken. Toen ben ik zo gauw mogelijk een EHBO-cursus gaan doen. Inmiddels ben ik al heel lang burgerhulpverlener. EHBO-les geven op een school had ik nog nooit eerder gedaan, maar ik heb wel 43 jaar voor de klas gestaan, dus ik twijfelde geen moment. Het idee dat je andere mensen kunt helpen als dat nodig is, vind ik geweldig. Dat breng ik graag op de jongere generatie over.'

Reanimatieles nu verplicht op Maerlant Brielle

Van de Velde was aangenaam verrast door de leerlingen van 5 vwo. 'Ze waren zo goed en snel dat ik een reanimatie-les van vier uur in twee uur gegeven heb. Ze namen het zo snel op, dat is onvoorstelbaar. Dat komt echt doordat ze nog jong en scherp zijn. Dit is dus een ideale leeftijd om EHBO-les te volgen. Veel meer scholen zouden dat moeten doen. De leerlingen hebben er hun hele leven wat aan. Geweldig dat deze school besloten heeft het in het verplichte curriculum op te nemen.'

Robin en Isabelle demonstreren de reanimatietechnieken die ze op school hebben geleerd.



Onderscheidingen voor Laurens

Laurens Woudenberg uit 5 vwo van Het Maerlant in Brielle is op 17 mei onderscheiden met een Gouden Pleister van de Koninklijke EHBO. Hij kreeg de onderscheiding voor het verrichten van een levensreddende actie. Van de burgemeester van Brielle kreeg hij ook nog een penning waardoor hij zich Poorter van Brielle mag noemen, een bijzondere eer voor inwoners van deze historische vestingstad ten westen van Rotterdam.

Verplicht aan je omgeving

De reanimatie-les zit nu in het 'buiten-les-curriculum' van de school. Dat gebeurde naar aanleiding van de reddingsactie van Laurens. 'En nadrukkelijk ook op zijn verzoek', zegt Jeroen Heemskerk, afdelingsleider havo/vwo bovenbouw. 'Straks hebben dus alle havo- en vwo-leerlingen van onze school ten minste eenmaal een reanimatiecursus gedaan. Het is een relatief kleine investering van een paar uurtjes. En jong geleerd is oud gedaan. Stel dat alle scholieren in Nederland, net als zwemles, een reanimatiecursus krijgen, dan weet na een tijdje iedereen in Nederland de basisbeginselen van het reanimeren. Dat gaat levens redden.' Isabelle en Robin zijn overtuigd van het nut. 'Laatst gingen we mijn oma van Schiphol ophalen en toen kreeg iemand een hartaanval', vertelt Isabelle. 'Iedereen dook erbovenop en gelukkig kreeg die mevrouw snel hulp. Maar het maakte wel indruk op mij. Wij hoefden hier niet te helpen, want er was hulp genoeg, maar dankzij die cursus wisten Robin en ik ook wat we hadden moeten doen. Dat geeft toch een goed gevoel.' Ook Robin is overtuigd van het nut van EHBO op school. 'Je bent het eigenlijk verplicht aan je omgeving. Zo zie ik het. Ik hoop echt dat het op veel meer scholen een verplicht onderdeel gaat worden.' ◀

