

## Onderkoeling

Afhankelijk van de temperatuur van het zeewater kan een drenkeling ernstig onderkoeld raken. Een (sterk) verlaagde lichaamstemperatuur zal op den duur tot de dood leiden.

De verschijnselen van onderkoeling zijn: koud aanvoelen, lichaams-temperatuur lager dan 37°C, rillingen, verwardheid. De aanvankelijke verhoogde ademhalings- en polssnelheid worden langzamer en oppervlakkiger.

Eerste-hulp-maatregelen die genomen kunnen worden zijn het verwijderen van natte kleding, langzaam(!) opwarmen, warme drank geven (geen alcohol). Wikkel het slachtoffer in de reddingsdeken.

## Medicijnen

**Isosorbidedinitrate** 5mg (1.2.02.) Gebruik: langer werkend middel bij aanvallen van angina pectoris (pijn op de borst). Ook te gebruiken ter voorkoming van een aanval. *Dosering:* 3 tot 4 x daags 1 tablet. Innemen met water. *Bijwerkingen:* hoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid.

**Primperan** 20 mg zetpil. (2.2.02) Gebruik: bij misselijkheid en braken. *Dosering:* 2 tot 4 maal per 24 uur.

**Loperamide**(2.4.01) 2 mg. Gebruik: bij diarree

*Waarschuwing:* niet gebruiken bij vergiftigingen of bij een mogelijke darmafsluiting.

*Dosering:* starten met 2 capsules, daarna zonodig elke 2 tot 3 uur 1 capsule. Max. 8 capsules per dag. *Bijwerkingen:* misselijkheid, buikpijn, duizeligheid.

**Paracetamol** 500mg (3.1.03) *Gebruik:* bij koorts en pijn bij griep, verkoudheid, hoofdpijn, kiespijn, spierpijn, menstruatiespijn en bij migraine. *Dosering:* 1 tot 2 tabletten per keer max. 6 tabletten per dag. *Bijwerkingen:* komen weinig voor. Bij zeer hoge doseringen leverbeschadigingen.

**Tramadol** Hcl 50 mg capsules. (3.2.04) Gebruik: krachtige pijnstiller, te gebruiken bij hevige pijn. *Dosering:* 1 tot 2 capsules om de 6-8 uur. Max. 8 capsules per 24 uur. *Bijwerkingen:* misselijkheid, braken, moeheid, hoofdpijn, sufheid, droge mond.

**Diclofenac** 100 mg zetpillen (3.3.02.) *Gebruik:* als pijnstillend, koortswerend en ontstekingsremmend middel bij spier- en gewrichtsaandoeningen, jicht, koliekpijn. *Dosering:* 1 tot 2 maal daags 1 zetpil. *Bijwerkingen:* misselijkheid, braken, darmkrampen.

**Cinnarizine** CF 25 mg (4.3.03) Gebruik: bij zeeziekte, misselijkheid en braken. *Dosering:* 24 uur voor aanvang van de reis. 1 tablet per 8 uur. *Waarschuwingen:* niet te gebruiken met alcohol, slaap- of kalmeringsmiddelen.

**Chloorhexidine** Tinct. (9.1.03) Gebruik: te gebruiken bij ontsmetting van instrumenten en grote huidgebieden. *Bijwerkingen:* huidirritatie.

**Povidon-Iodine Ointment** (Betadinezalf) (9.1.08) *Gebruik:* desinfectie van de huid en kleine wonden. *Bijwerkingen:* huidirritatie

**Zilversulfadiazine-crème** (9.1.13) Gebruik: de behandeling en ter voorkoming van infecties bij ernstige brandwonden. *Dosering:* ten minste 1 x per dag een 3 mm dikke laag op de brandwond aanbrengen.

**Antizonnebrand-crème** (9.1.14) *Gebruik:* tegen zonnebrand

**Tetracyclin oogzalf** (9.2.06.H) *Gebruik:* bij ooginfecties en profylaxe na beschadiging van het hoornvlies.

**Van der Laan MediScore BV / Apotheek Lagaay International BV**  
Rotterdam, The Netherlands

## Sloepentrommel NSI / FAK Lifeboat NSI

NSI	Aantal	Omschrijving	NSI	Aantal	Omschrijving
1.2.02	1 x 10	Isosorbidedinitrate tabl 5 mg	11.2.04	1	Applicator No.1 for Tube-gauze
2.2.02	1 x 3	Primperan supp 20 mg	11.2.05b	25	Gauze Swabs 10 x 10 cm
2.4.01	1 x 40	Loperamide tabl 2 mg	11.2.05c	10	Paraffin wound-burndressings 10x10 cm
3.1.03	1 x 80	Paracetamol tabl 500 mg	11.2.08	4	Triangular Bandages
3.2.04	1 x 30	Tramadol Hcl. caps 50 mg	11.2.09a	10	Gloves disposable
3.3.02	1 x 5	Diclofenac supp 100 mg	11.2.10b	1	Plaster Waterresistant 1 m x 6 cm
4.3.03	1 x 300	Cinnarizine tabl 25 mg	11.2.11a	2	First Aid Bandage No.1
9.1.03	1 x 30 ml	Chloorhexidine tinct 0,5%	11.2.11b	4	First Aid Bandage No.2
9.1.08	1 x 50 g	Betadine Povidon-Iodine Ointment	11.2.11c	1	First Aid Bandage No.3
9.1.13	1 x 50 g	Silver Sulphadiazine cream 1%	11.2.12a	1	Waterproof tape 5 m x 1,25 cm
9.1.14	1 x 50 ml	Sun Cream Factor 20	11.2.12c	5	Wound closure strips
9.2.06.H	1 x 5 g	Tetracycline eye ointment	11.2.16	12	Safety Pins No. 2
11.1.04	1	Pocket resuscitator	11.3.03b	1	Scissors bandage Lister 18 cm
11.2.02	1	Bandage Cohesive Elastic 6 cm	11.6.06	1	Rescue Sheet alluminium
11.2.04	1	Tube-gauze for finger 5 m	11.9.13	1	Handling rules NSI-R

**Van der Laan MediScore B.V.** The Netherlands tel. +31 - 10 - 4209155 fax. +31 - 10 - 4560242  
**Apotheek Lagaay International B.V.** The Netherlands tel. +31 - 10 - 4123871 fax. +31 - 10 - 4331829