

Technisch Blad

Dubbele Polsgreep

Niets van deze uitgave mag vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorgaande schriftelijke toestemming van de KNBRD.

© Reddingsbrigade Nederland - KNBRD 2014



Algemeen

Een bevrijdingsgreep kan je splitsen in drie fasen:

- Fase 1: De drenkeling defensief benaderen, waardoor je voorkomt dat deze je vastpakt;
Fase 2: De snelle bevrijding, uit te voeren op het moment dat je toch wordt vast gegrepen en de drenkeling nog niet klemvast heeft;
Fase 3: De bevrijdingsgreep, uit te voeren op het moment dat de drenkeling de redder klemvast heeft gepakt.

Bij het uitvoeren van de bevrijdingsgrepen is het belangrijk dat je het doel en de werking van de diverse technieken begrijpt. Daardoor kun je gemakkelijker improviseren als het in de praktijk net even anders gaat.

Tijdens het examen kan een examinator vragen zowel fase 1 als fase 2 te demonstreren.

De Dubbele Polsgreep

Wanneer gebruik je de dubbele polsgreep?

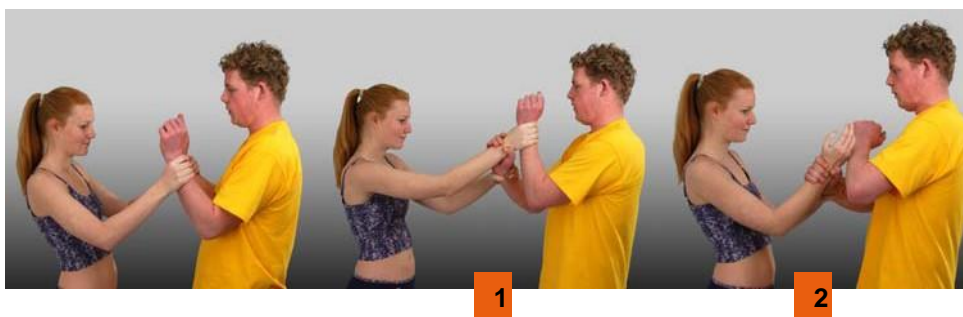
Deze greep gebruik je wanneer de drenkeling je aan één of beide polsen heeft vastgegrepen.

Hoe kom je vrij uit de dubbele polsgreep?

1. De dubbele polsgreep kent eerst een omzwaai met de beide onderarmen, tegelijk om los te komen van de drenkeling. Afhankelijk van de plaats waar de drenkeling heeft vast gepakt heeft beslis je omhoog of omlaag weg te draaien met de onderarmen.
2. Op het moment dat je los bent van de drenkeling, zwem je direct weg van de drenkeling (eigen veiligheid).
3. Je kan nu beslissen opnieuw defensief te benaderen (contact te maken met) en de drenkeling te gaan vervoeren in een vervoersgreep mits dit veilig kan of je beslist een hulp- of reddingsmiddel te gaan halen voor de uitvoering van de redding.

Kom je niet vrij uit de dubbele polsgreep dan:

1. dan pak je met je hand de pols van de drenkeling vast, waarbij je jouw duim aan de buitenzijde en de vingers aan de binnenzijde plaatst.
2. Draai vervolgens je 'vrije' hand tussen duim en wijsvinger van de drenkeling door naar binnen. Met de andere hand draai je op dit moment tegengesteld. De drenkeling zal de 'vrije' hand moeten loslaten.

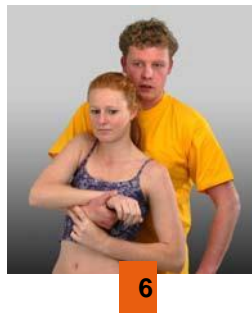




3. Streck de arm waaraan de drenkeling je vasthoudt, in richting van zijn borst. Je duwt hem hierdoor achteruit, waardoor de afstand tussen jou en de drenkeling groter wordt.
4. Trek daarna je arm met een snelle cirkelbeweging boven water tot boven je schouder.
5. Steek nu jouw arm onder de oksel van de drenkeling, zodat hij met z'n rug naar je toe komt te liggen.



6. De drenkeling kun je vervolgens vervoeren in de houdgreep. Dit is ook het tijdstip dat je de drenkeling weer gaat aanspreken. Wellicht is hij in paniek en weet hij niet wat er gebeurt of gaat gebeuren. Stel hem dus gerust.



VOORKOM DAT EEN DRENKELING JE VASTPAKT. MOCHT DAT TOCH GEBEUREN, GEBRUIK DAN DE SNELLE BEVRIJDING, LUKT DIT NIET GEBRUIK DAN DE BEVRIJDINGSGREEP OM LOS TE KOMEN.