

Een ongeval met de racefiets....en dan?

Er wordt helaas ook bij de TFC soms gevallen! Gelukkig heel vaak niet!

1. Was er een aanleiding: Verkeerspaaltje? Stuurfout? Boom op fietspad? Hondenkar? Gesneden door andere weggebruiker? Of , zomaar uit het niets....denk aan de val van Sjef (zie 2) !!!
2. Hartstilstand is natuurlijk zeldzaam, maar altijd mogelijk met zoveel oudere fietsers. Ja, dan wordt het reanimeren, dat is een bijzondere tak van sport. Als je geluk hebt zijn er mensen die weten hoe dat moet. Alarm 112! Vraag om AED. Begin met reanimeren.
3. Val op het hoofd: Aangezicht geraakt? iets te zien aan helm of hoofd? Groggy? Even buiten westen? Zo ja: niet verder fietsen: op laten halen!

Voor de omstanders: rustig observeren, heb geduld met de eerste reactie van de gevallene. Stel wat eenvoudige vragen als: wat voor dag is het vandaag, waar woon je, etc. Een beetje confuus van de schrik mag.

Twijfel over helderheid: Warrig, ook zonder bewustzijnsverlies?

Noem het gewoon hersenschudding. Niet verder fietsen! N.B. een snelle draai van de nek, zonder zichtbare schade aan het hoofd of helm, kan zelfde verschijnselen geven als de hersenschudding.

Laat je niet misleiden door zelfoverschatting o.b.v. adrenaline. Wegkapitein, durf autoritair te beslissen: ophalen!

4. Pijn na val: schouder, elleboog, heup, knie, schaafwonden, ribben etc. Dat hoort er meestal bij. Allemaal vervelend, maar wijst zich vanzelf: Bij een gebroken heup of sleutelbeen stapt je fietsvriend(in) meestal niet meer op de fiets.

Let op: stuur in de bovenbuik kan beschadiging aan de milt geven. Bezoek aan spoedeisende hulp wenselijk.

5. Mocht de wegkapitein zelf betrokken zijn neemt één van de deelnemers met voldoende medische kennis, een niet actieve wegkapitein of een deelnemer met voldoende gezag de beslissing over. In geen geval beslist de gevallene zelf!

In alle gevallen beslist de wegkapitein of er kan worden doorgefietst!

In het geval dat een derde betrokken is bij een ongeval, noteer dan naam, adres, telefoonnummer en kenteken. Maak foto's van de situatie.