

„Alleen het leuren om geld, daar heb ik eigenlijk een hekel aan, maar het is van levensbelang



Ook de burens helpen met het rondbrengen van flyers.

FOTO JIFOTO.NL / JAN JONG

REPORTAGE Dorp moet 'hartveiliger' worden

Suzanne wil Langedijk helemaal vol met AED's

De flyers liggen op tafel en Suzanne Raat-Woudstra (41) uit Noord-Scharwoude is druk bezig achter haar laptop. Ze weet wat ze wil: een automatische externe defibrillator (AED) in haar wijk en vervolgens heel Langedijk volhangen met AED's.



Simone Bruin
simone.bruin@mediahuis.nl

Noord-Scharwoude ■ Op haar telefoon laat ze de applicatie Mijn HartslagNu zien. Suzanne is daarbij aangesloten als burgerhulpverlener en krijgt een melding als er een reanimatie bij haar in de buurt nodig is. Suzanne wordt dan opgeroepen om de reanimatie uit te voeren of om een AED te halen. Op een kaart zijn de AED's bij haar in de buurt te zien. Het is er maar een aantal, allemaal buiten een straal van vijfhonderd meter. „En sommige hangen bij bedrijven binnen, die zijn niet bereikbaar buiten openingstijden”, vertelt Suzanne.

Het is ruim tien jaar geleden dat Suzanne voor de eerste keer in aanraking kwam met een reanimatie. Wachtend in de wachtkamer

van de tandarts hoorde Suzanne ineens een gek geluid, gasping. „De man was naar adem aan het happen.” Suzanne wachtte geen moment en kwam gelijk in actie. Hulptroepen werden geroepen en ook de tandarts werd uit zijn behandeling gesleurd. „Ik ben vooral dankbaar dat ik kon helpen op dat moment.”

Cruciaal

Het was voor Suzanne het moment om zich aan te melden bij HartslagNu. „Je moet wel bij jezelf bedenken: hoe ga je ermee om? Het maakt veel impact en je hebt niet altijd de controle in zo'n situatie.” In de afgelopen jaren heeft ze vier keer fysiek een reanimatie uitgevoerd en een aantal keer een AED gehaald. „Je doet dit echt om een ander te helpen.”

In december 2024 werd Suzanne nog opgeroepen om een AED te

halen. Met de AED kan er een shock worden toegediend die er voor kan zorgen dat het hartritme herstelt. Ze laat de melding die ze toen kreeg zien waarin de locatie van de AED wordt vermeld. „Ik moest eerst naar de Spoorstraat en toen naar de Molenkade.” Eerst naar de ene kant van het dorp fietsen, de provinciale weg over en dan weer terug fietsen. Minuten gaan voorbij. „De eerste zes minuten bij een hartstilstand zijn cruciaal.”

Tijdens het interview gaat hondje Fox blaffend naar de voordeur toe. Buurvrouw Ans komt even langs om wat flyers op te halen. „Het leeft enorm”, vertelt Suzanne. „Sommigen vinden het een ver-van-hun-bed show, 'dan bellen we wel een ambulance' zeggen ze dan.” „Maar de ambulance kan er niet altijd op tijd bij zijn en voor hun is het ook fijn als burgerhulpverleners kunnen helpen.”

Kinderen

In februari heeft ze een buurtgenoot van haar eigen leeftijd gereanimeerd. Twee kleine kinderen in de deuropening stonden op haar te wachten. Ze kwam tegelijk aan met de ambulance die haar voorzag van



Streefbedrag

Eén dag na het interview heeft Suzanne het streefbedrag van 3.245 euro opgehaald voor een AED in haar buurt. Haar volgende doel is om heel Langedijk vol te hangen met AED's.

instructies en middelen. Terwijl Suzanne bezig was met de reanimatie konden de ambulanceverpleegkundigen zich voorbereiden op de volgende stappen. Pas later kwam een andere burgerhulpverlener aan met een AED. Op dat moment wist Suzanne het zeker: tijd voor actie. Want die AED's? Die zijn er niet genoeg. „Ik wil door heel Langedijk AED's, misschien kunnen we een algemene crowdfunding starten zodat straks alle wijken goede dekking hebben.”

Vader Peter Woudstra is vandaag even langsgelopen om te kijken

hoe het gaat met de actie en hoe het met Suzanne gaat. Door haar multiple sclerose (MS) kan Suzanne niet meer werken, met vrijwilligerswerk kan ze iets betekenen voor een ander. „Het is fantastisch dat ze zoiets oppakt en dat ze zich als vrijwilliger inzet voor haar medemens”, vertelt Peter. „Ik heb een zorg-achtergrond, het is toch een soort roeping”, vertelt Suzanne. „Alleen het leuren om geld, daar heb ik eigenlijk een hekel aan. Maar het is van levensbelang.”

Ambulance

„Een ambulance is in veel gevallen toch te laat bij een hartstilstand”, vindt Peter. Het toeval blijkt dat haar vader en moeder beiden ook in aanraking zijn gekomen met reanimaties. Peter heeft het als trainer op de atletiekbaan gezien en volgt zelf ook reanimatie-trainingen. Haar moeder heeft iemand gereanimeerd terwijl ze in de duinen was, een locatie waar de ambulance niet op tijd kon komen.

„Het is heel belangrijk om zo snel mogelijk bij het slachtoffer te zijn”, vertelt Suzanne. „Met meer AED's in de wijk vergroten we de overlevingskansen van buurtgenoten die een hartstilstand krijgen.”