

**VANAJAVEDEN OPISTON YLEINEN
PELASTUSSUUNNITELMA
7.11.2013**

VANAJAVEDEN OPISTON YLEINEN PELASTUSSUUNNITELMA

Sisältö

1. JOHDANTO	3
2. PELASTUSLAKI JA PELASTUSSUUNNITELMA	4
Pelastuslaki	4
Pelastussuunnitelma	5
Työntekijän velvollisuudet turvallisuusasioissa	6
3. ONNETTOMUUSRISKIT KOHTEISSA JA NIIDEN ENNALTAEHKÄISEMINEN	6
Sisäiset vaaratilanteet	7
Ulkoiset vaaratilanteet	7
Hätäilmoitus	8
Väkivaltaisen henkilön kohtaaminen	9
Sairauskohtaus tai tapaturma	9
Murto, varkaus tai ryöstö	10
Vesivahinko tai vesikatkos	11
Sähkökatkos	11
Hissin toimintahäiriö	11
Yleinen vaaramerkki	12
5. HÄTÄENSIAPU	13
Tajuttoman ensiapu ja elvytys	13
Jos potilas ei hengitä:	14
Suurten verenvuotojen tyrehdyttäminen	15
Sokin ensiapu	16
Sairauskohtaukset	16
Rintakipu	16
Pyörtyminen	16
Epilepsia	16
Vatsakipu	16
Diabetes	16

1. JOHDANTO

Vanajaveden Opisto on kolmen kunnan alueella toimiva kansalaisopisto, jota ylläpitää Hämeenlinnan seudun kansalaisopiston kuntayhtymä. Sen jäsenkunnat ovat Hattula, Hämeenlinna ja Janakkala. Opiston järjestää vuosittain n. 1000 kurssia yli 100:ssa eri toimipisteessä. Suurin osa opiston kursseista pidetään jäsenkuntien omistamien oppilaitosten tiloissa, joiden pelastussuunnitelmien laatiminen on pääosin kiinteistön omistajan ja pääkäyttäjän vastuulla.

Opiston päätoimipaikassa Verkatehtaalla on oma pelastussuunnitelmansa, samoin kuten kuntien omistamilla kouluilla. Vanajaveden Opisto pyrkii vaikuttamaan siihen, että myös opiston toiminta huomioidaan esim. koulujen pelastussuunnitelmia laadittaessa ja päivitetessä.

Tässä esitellään yleisiä pelastussuunnitelmaan liittyviä asioita ja tärkeitä yleisohjeita erilaisissa toimintatilanteissa. Jokaisen työntekijän vastuulla on ylläpitää työpaikan turvallisuutta esim. noudattamalla työsuojelumääräyksiä, joihin kuuluu mm. erilaisten koneiden ja laitteiden sekä materiaalien turvallinen käyttö ja sen opastus opiskelijoille.

Työnantajan velvollisuutena on vakuuttaa työntekijät työssä ja työmatkalla mahdollisesti sattuvien tapaturmien varalta, mutta opiston opiskelijoista vain alle 16-vuotiaat kuvataide- ja sirkuskoulun opiskelijat on vakuutettu tapaturmien varalle. Opisto edellyttää, että muut opiskelijat huolehtivat itse vapaa-ajan tapaturmavakuutuksistaan. Etenkin teknisen käsityön opettajien on hyvä selvittää tämä asia kurssiensa alkuvaiheessa.

Työntekijöiden velvollisuus on myös ilmoittaa opistolle niistä ongelmista ja asioista, jotka liittyvät turvallisuuteen. Ilmoituksen voi tehdä yleisesti opistolle ja/tai ko. tilasta vastaavalle henkilölle.

Vanajaveden Opiston pelastussuunnitelman yleisohjeista vastaa opiston apulaisrehtori Kari Koski.

<u>OPISTON YHTEYSTIEDOT</u>	<u>VANAJAVEDEN OPISTO</u> <u>TYÖSUOJELUORGANISAATIO</u>
Vanajaveden Opisto Paasikiventie 2 13200 Hämeenlinna puh. (03) 621 2572 http://vop.fi	Työsuojelupäällikkö Marja Oksanen Työsuojeluvaltuutettu Tommi Nummela Varatyösuojeluvaltuutettu Päivi Kantola ja Juha Mäkirinta

**JOKAISEN TYÖNTEKIJÄN VASTUULLA ON YLLÄPITÄÄ
TYÖPAIKAN TURVALLISUUTTA!**

2. PELASTUSLAKI JA PELASTUSSUUNNITELMA

Opetushallitus on laatinut opetustoimen turvallisuusopas-verkkojulkaisun, jossa käsitellään laajasti turvallisuuteen liittyviä asioita: lainsäädäntöä (esim. pelastuslaki), turvallisuuden edistämistä ja pelastussuunnitelman laatimista (http://www.oph.fi/opetustoimen_turvallisuusopas).

Pelastuslaki

Uusi pelastuslaki (379/2011 annettu 29.4.2011) astui voimaan 1.7.2011. Lakiin liittyy asetus (407/2011 annettu 5.5.2011).

Vuonna 2011 voimaan tulleen pelastuslain (379/2011, 1. luku 1 §) tavoitteena on ensinnäkin parantaa ihmisten turvallisuutta ja vähentää onnettomuuksia sekä toiseksi onnettomuuden uhatessa tai jo tapahtuttua pelastaa ihmiset, turvata tärkeät toiminnot ja rajoittaa tehokkaasti onnettomuuden seurauksia. Pelastuslaissa on keskeistä se, että jokaisella ihmisellä on varautumis- ja toimintavelvoitteita. Omatoimiseen varautumiseen kuuluu myös onnettomuuksien ehkäisy.

Oppilaitoksissa pelastuslain velvoitteet koskevat koko kouluyhteisöä. Laki edellyttää kaikkien kouluyhteisön toimijoiden välttävän toimintaa, josta voi koitua uhkaa tai vaaraa. Vaaran uhatessa tai jo synnyttyä lisävahinkojen syntyminen pitää estää ilmoittamalla viipymättä uhasta vaarassa oleville, tekemällä hätäilmoitus sekä ryhtymällä omien kykyjen mukaisesti pelastustoimiin.

Pelastustoiminnan suunnittelussa on kiinnitettävä erityistä huomiota jokaisen yhteisön jäsenen osallistumiseen ja osallistumismahdollisuuksiin. Pelastustoimintaan liittyvällä avoimuudella oppilaitos mahdollistaa omatoimisen varautumisen, kun jokainen havainnoi toimintaympäristöään omista lähtökohdistaan käsin huolehtien samalla toisten turvallisuudesta. Rakennuksen omistajan ja haltijan tulee (Valtioneuvoston asetus pelastustoimesta 407/2011, 2 §) omalla toiminnallaan – esimerkiksi koulutuksen ja ohjauksen avulla – tukea sitä, että oppilaitosyhteisön jäsenet voivat osallistua toimintaympäristönsä turvallisuuden kehittämiseen. Oppilaitosyhteisön jäsenen on lisäksi huolehdittava riittävästä varotoimista sekä mahdollisesta velvollisuudesta ilmoittaa tilanteesta pelastusviranomaisille.

Pelastuslaki edellyttää lisäksi rakennuksen käyttäjältä sellaista toimintaa, jolla rakennus pidetään jatkuvasti turvallisena niin rakenteiden kuin käyttäjien kannalta. Tämä tarkoittaa rakennuksessa olevien tilojen, laitteiden ja välineiden jatkuvaa kunnossapitoa ja huoltoa. Keskeinen toimija rakennuksen turvallisen pitämisessä on jokainen rakennusta eri tilanteissa ja aikana käyttävä henkilö (omatoiminen varautuminen).

Pelastussuunnitelma on asiakirja, joka toimii turvallisuutta kehittävän työn välineenä. Pelastussuunnitelman tulee sisältää tiedot siitä, millä tavalla vaaratilanteita pyritään ennaltaehkäisemään, miten niihin varaudutaan ja millä tavalla onnettomuustilanteissa toimitaan. Rakennuksen omistajan, haltijan ja

toiminnanharjoittajan tulee yhteisvastuullisesti laatia oppilaitosten pelastussuunnitelma (Pelastuslaki 379/2011 14 §), jossa annetaan ohjeet

1. tulipalojen ja muiden vaaratilanteiden ehkäisemiseen
2. henkilöiden, omaisuuden ja ympäristön suojaamiseen vaaratilanteissa
3. tulipalojen sammuttamiseen ja muihin sellaisiin pelastustoimiin, joihin ihmiset omatoimisesti kykenevät
4. poistumisen turvaamiseen tulipaloissa ja muissa vaaratilanteissa sekä pelastustoiminnan helpottamiseen.

Pelastussuunnitelma

Pelastussuunnitelman laatimisesta vastaa rakennuksen tai kohteen haltija. Jos rakennuksessa toimii useita toiminnanharjoittajia, rakennuksen haltijan tulee laatia pelastussuunnitelma yhteistyössä toiminnanharjoittajien kanssa. Vanajaveden Opisto pyrkii vaikuttamaan siihen, että myös opiston toiminta huomioidaan esim. koulujen pelastussuunnitelmia laadittaessa ja päivitettäessä.

Rakennuksen omistaja ja haltija, teollisuus ja liiketoiminnan harjoittaja, virasto, laitos ja muu yhteisö on asianomaisessa kohteessa ja muussa toiminnassaan velvollinen ehkäisemään vaaratilanteiden syntymistä, varautumaan henkilöiden, omaisuuden ja ympäristön suojaamiseen vaaratilanteissa ja varautumaan sellaisiin pelastus-toimenpiteisiin, joihin ne omatoimisesti kykenevät.

Pelastussuunnitelma on asiakirja, joka toimii turvallisuutta kehittävän työn välineenä. Pelastussuunnitelma tehdään, jotta rakennus olisi turvallinen kaikissa olosuhteissa siellä työskenteleville henkilöille ja muille ihmisille. Pelastussuunnitelman laatiminen perustuu pelastuslakiin (379/2011) ja valtioneuvoston asetukseen pelastustoimesta (407/2011). Pelastussuunnitelma tulee laatia rakennukseen tai muuhun kohteeseen, joka on poistumisturvallisuuden tai pelastustoiminnan kannalta tavanomaista vaativampi tai jossa henkilö- tai paloturvallisuudelle, ympäristölle tai kulttuuriomaisuudelle aiheutuvan vaaran taikka mahdollisen onnettomuuden aiheuttamien vahinkojen arvioidaan olevan vakavat. Pelastussuunnitelman laatimisesta vastaa rakennuksen tai alueen haltija. Pelastussuunnitelman laatimisen tavoitteena on ennaltaehkäisevästi poistaa vaaroja ja suunnitella hätä- ja onnettomuustilanteiden toimenpiteitä. Se sisältää selvityksen koulun omatoimisesta varautumisesta.

Pelastussuunnitelmassa on oltava selostus

- vaarojen ja riskien tunnistamisesta ja ehkäisemisestä
- rakennuksen ja toiminnassa käytettävien tilojen turvallisuusjärjestelyistä
- käyttäjille annettavista ohjeista onnettomuuksien ehkäisemiseksi sekä onnettomuus- ja vaaratilanteissa toimimiseksi
- mahdollisista muista omatoimiseen varautumiseen liittyvistä toimenpiteistä.

Pelastussuunnitelman tulee sisältää tiedot siitä, millä tavalla vaaratilanteita pyritään ennaltaehkäisemään, miten niihin varaudutaan ja millä tavalla

tapahtuvissa onnettomuustilanteissa toimitaan. Tähän Vanajaveden Opiston yleiseen pelastussuunnitelmaan on liitetty yksityiskohtaisia ohjeita hätäensiavun antamisesta eri tilanteissa. Nämä ohjeet on pääosin laadittu Suomen Ensiapuoppaan ohjeiden perusteella (<http://www.ensiapuopas.com/>). Suomen Ensiapuopas on kaikille ensiaputietoa tarvitseville suunnattu palvelu.

Työntekijän velvollisuudet turvallisuusasioissa

Työntekijöillä on merkittävä vastuu ylläpitää työpaikan turvallisuutta. Jokaisen työntekijän pitää tietää työpaikan turvallisuusasiat ja hänen on sitouduttava noudattamaan turvallisuutta työssään.

Työntekijän on noudatettava työsuojelumääräyksiä, joihin kuuluu mm. erilaisten koneiden ja laitteiden turvallinen käyttö. Opettajan on annettava myös opiskelijoilleen asianmukainen koneiden käytön opastus ja huolehdittava siitä, että opiskelijat noudattavat työsuojelumääräyksiä opiston kursseilla. Turvallisuusasioita sekä -toimintaa on kerrattava ja harjoitettava säännöllisesti. Työturvallisuuteen liittyvistä epäkohdista ja puutteista, jotka voivat vaarantaa työn turvallisuuden ja terveellisyys, on ilmoitettava ko. tilasta vastaavalle henkilölle (esim. kouluilla koulun rehtori), mikäli asia liittyy tilaan tai siinä oleviin laitteisiin. Ilmoituksen voi myös tehdä omalle esimiehelleen tai työsuojeluvaltuutetulle.

Perusperiaate on, että ne henkilöt jotka työskentelevät ko. työpaikassa, vastaavat sen työpaikan turvallisuudesta.

Jokaisen työntekijän on

- osattava tehdä hätäilmoitus
- tunnettava kiinteistön pelastussuunnitelman sisältö, jos sellainen on olemassa
- osattava toimia onnettomuus-, vaara ja vahinkotilanteissa annettujen ohjeiden mukaisesti
- ilmoitettava havaitsemistaan riskitekijöistä esimiehelleen
- noudatettava turvallisia työtapoja
- tiedettävä poistumistiet
- selvitettävä lähimmät alkusammutusvälineet ja osattava käyttää niitä
- selvitettävä ensiaputarvikkeiden sijainti ja osattava käyttää niitä

3. ONNETTOMUUSRISKIT KOHTEISSA JA NIIDEN ENNALTAEHKÄISEMINEN

Riskikartoituksessa huomioidaan esimerkiksi tulipalon, vesivahingon, sähkökatkoksen, pommiuhan tai sairaskohtauksen sekä ulkopuolisten toiminnan vaikutukset opiston toimintaan. Jokainen kohde on yksilöllinen ja riskit ovat erilaisia. Siksi on tärkeää, että opistossa työskentelevät kartoittavat kohteensa riskit ja miettivät toimenpiteet niiden ennalta ehkäisemiseksi sekä toimenpiteet jos riski toteutuu.

Sisäiset vaaratilanteet

Tapaturmat

- kaatumiset, kompastumiset, erilaiset tapaturmavaarat esim. teknisen käsityön tunneilla käytettävien koneilla työskenneltäessä
- opettajan pitää valvoa, että opiskelijat työskentelevät annettujen turvallisten ohjeiden mukaan

Tulipalon vaara

- **Öljyiset rätit**
 - o öljyrätit esim. pellavaöljy ja danish oil ovat itsestään syttyviä → rätit on hävitettävä heti käytön jälkeen
- **Avotulen käyttö**
 - o esim. kynttilöiden polttaminen on kielletty opiston tiloissa

Sähkölaitteet

- käytettävät sähkölaitteet on oltava kunnossa, viallisilla sähkölaitteilla ei saa työskennellä

Valaisimet

- Valaisimet aiheuttavat lämpöä ja saattavat kuumentaa palavaa materiaalia, on huomioitava riittävä etäisyys syttyviin materiaaleihin
- Välkkyvät loistelamput on vaihdettava uusiin
- Liian tiiviitä varjostimia tai liian suuritehoisia lamppeja on vältettävä

Sähköjohdot

- Jatkojohtoja saa käyttää vain väliaikaisiin tarkoituksiin ja johdot on oltava ehjiä ja vain maadoitettuja johtoja voi käyttää
- Jatkojohdot on sijoitettava niin, etteivät ne ole kulkureitillä
- Usealla pistorasialla varustettuun jatkojohtoon saa kytkeä vain pienitehoisia laitteita.
- Sähkölaitteen tai jatkojohdon kuumeneminen on merkki viasta tai ylikuormituksesta

Tulityöt

- tulitöiden tekeminen on sallittu vain tulityökortin suorittaneilla (esim. kulmahiomakoneen, kuumailmapuhaltimen ja kaasus- ja hitsauslaitteiden käyttö on tulityötä)

Vaarallisten aineiden käsittely

- opiston kursseilla on käytettävä vain turvallisiksi todettuja materiaaleja / aineita ja esim. pintakäsittelyaineista pitää olla löydettävissä käytöturvallisuustiedotteet

Suojainten käyttö

- opiskelijoiden tulee tarvittaessa käyttää henkilökohtaisia suojaimia (mm. kuulo- ja silmäsuojaimet) esim. teknisen käsityön tunneilla

Vesivahingot

- esim. vuotavat vesihanat on korjattava ensitilassa

Kulkureitit

- hätäpoistumisreitit on tunnistettava ja pidettävä vapaana

Ulkoiset vaaratilanteet

Kaasu- ja myrkkyyvaaratilanne



Säteilyvaaratilanne

- laskeumatilanne
ydinvoimala onnettomuuden seurauksena



4. TOIMINTA ERI TILANTEISSA

Hätäilmoitus

1. SOITA 112 HÄTÄPUHELU

Hätäpuhelun voi soittaa kuka tahansa, joka on joutunut ao. tilanteeseen, mutta olisi parasta, että hätäpuhelun soittaisi se henkilö, jolla on eniten tietoa asiasta. Tällöin tiedon välittyminen tilanteesta saadaan parhaiten ja nopeimmin hätäkeskuksen päivystäjälle.

2. KERRO MITÄ ON TAPAHTUNUT

Hätäkeskuspäivystäjä kysyy soittajalta tietoja tapahtuneesta, jotta hän osaa tarvittaessa lähettää juuri siihen tilanteeseen oikean avun.

3. KERRO TARKKA OSOITE JA KUNTA

Hätäkeskuksen alueella saattaa olla useita samoja osoitteita eri kunnissa. Siksi on tärkeää kertoa osoitteen lisäksi tapahtumapaikkakunta.

4. VASTAA SINULLE ESITETTYIHIN KYSYMYKSIIN

Hätäpuhelinpäivystäjä voi esittää tarkennettuja kysymyksiä. Vastaa niihin rauhallisesti.

5. TOIMI ANNETTujen OHJEIDEN MUKAAN

Päivystäjä voi antaa ohjeita eri tilanteisiin. Noudata annettuja ohjeita.

6. LOPETA PUHELU VASTA SAATUASI SIIHEN LUVAN

Sulje puhelin vasta luvan saatua. Pidä kuitenkin linja vapaana. Päivystäjä tai kohteeseen saapuva auttaja voi tarvita lisätietoja tapahtuneesta.

7. OPASTA AUTTAJAT PAIKALLE

Soita uudestaan, mikäli tilanne muuttuu.

Hätänumeroon 112 tulee soittaa aina kiireellisissä ja todellisissa hätätilanteissa hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön ollessa uhattuna/vaarassa tai jos on syytä epäillä näin olevan.

112 on yleiseurooppalainen hätänumero. Hätäpuhelu on maksuton eikä suuntanumeroa tarvita. Rauhallinen ja selkeä hätäilmoitus takaa nopean lisäavun.

Sairauskohtaus tai tapaturma

1. SELVITÄ MITÄ ON TAPAHTUNUT?

Onko kyseessä sairaskohtaus vai tapaturma.

Onko potilas hereillä? Puhuttele, ravista varovasti.

2. HENGITTÄÄKÖ POTILAS, TOIMIIKO SYDÄN?

Avaa kiristävät vaatteet. Käännä päätä taaksepäin, että hengitystiet avautuvat. Tunnustele syke kaulavaltimolta.

3. HÄLYTÄ APUA NUMEROSTA 112

4. ELVYTÄ

Jos ihminen ei hengitä eikä sykettä tunnu niin aloita painelu (30 kertaa) ja puhalla 2 kertaa, tarkista syke. Jatka, kunnes elintoiminnot käynnistyvät tai ammattiauttajat saapuvat.

5. OPASTA

Ammattiauttajat nopeasti potilaan luo.

6. KERRO

Ammattiauttajille mitä on tapahtunut ja mitä on tehty.

Väkivaltaisen henkilön kohtaaminen

Jos kohtaat uhkaavan henkilön:

- Jätä uhkaavalle tilaa ja säilytä hänen reviirinsä
- Puhu selkeästi, lyhyesti ja myönteisesti
- Pidä kädet näkyvissä
- Pysy rauhallisena
- Vältä tuijottamista
- Älä vähättele uhkaajaa tai tilannetta
- Ole mieluummin joustava kuin jyrkkä
- Älä käännä selkääsi
- Vältä äkkinäisiä liikkeitä
- Älä oikaise huumaantuneen tai muuten sekaisen henkilön harhoja
- Voita aikaa niin, että muita tulisi paikalle
- Pyri ilmoittamaan / hälyttämään niin, että uhkaaja ei huomaa

Soita poliisille numeroon 112. Ilmoita asiasta opistolle. Opiston tehtävänä on auttaa poliisia tapauksen jälkiselvittelyssä sekä päättää toimenpiteistä, joiden avulla vastaavista tapauksista voidaan välttyä.

Murto, varkaus tai ryöstö

Ennalta ehkäisevät toimet:

- varkautta ja ryöstöä edeltää usein tiedustelu
- tarkkaile oudosti käyttäytyviä asiattomia henkilöitä, seuraa ao. henkilöiden toimia ja paina tuntomerkit mieleesi, ilmoita havainnoistasi
- pidä arvokkaat laitteet ja rahat poissa näkyviltä ja käsilaukut/lompakot lukitussa kaapissa

Jos ryöstö tai varkaus tapahtuu:

- pysy rauhallisena, älä vastusta ryöstäjää
- hidasta toimintaa niin, että muutkin voivat tarkkailla ryöstäjän toimintaa
- älä provosoi ryöstäjää, älä leiki sankaria, voit vaarantaa oman tai muiden turvallisuuden
- älä hälytä uhattuna

Tuntomerkit:

- paina tuntomerkit mieleesi
- paina mieleen ryöstäjän ääni ja erikoistuntomerkit
- ryöstäjän poistuessa tarkkaile pakenemista
- kiinnitä huomiota pakotapaan ja mahdollisiin apureihin

Hälyttäminen:

- tee hätäilmoitus vasta, kun se voi tapahtua vaaratta
- soita poliisille numeroon 112 ja ilmoita:
 - tapahtumapaikka
 - aseellinen/aseeton ryöstö
 - tekijöiden määrä
 - tuntomerkit/erikoistuntomerkit
 - pakotapa, suunta, auton väri, -merkki, rekisterinumero
 - älä sulje puhelinta ilman lupaa

Jälkitoimet:

- lukitse ovet
- huolehdi mahdollisista loukkaantuneista
- varmista mahdolliset todistajat
- suojaa jäljet ja esineet
- täytä tuntomerkkilomake itsenäisesti ja anna sellainen todistajille
- laita tuntomerkit paperille

Ilmoita tapauksesta opistolle. Opiston tehtävänä on auttaa poliisia tapauksen jälkiselvittelyssä sekä päättää toimenpiteistä, joiden avulla vastaavista tapauksista voitaisiin välttyä.

Sähkökatkos

Jos sähkö katkeaa toimi näin:

- Pysy rauhallisena, varavalaistus jää palamaan
- Älä raavi tulitikkuja (palovaara), sytytä taskulamppu, jos mahdollista
- Älä soita turhia puheluita, sillä linjat saattavat ylikuormittua
- Jos jäät hissiin, paina hississä olevaa hälytysnappia ja odota rauhallisena, hissien huoltohenkilöstö tulee melko nopeasti ja auttaa pois hissistä
- Kytke virta pois sellaisista laitteista, jotka voivat vahingoittua virran kytkeytyessä niihin uudelleen

Turvallisuusorganisaation tehtävät sähkökatkoksen aikana:

- Tarkasta, että tärkeisiin kohteisiin järjestetään varavalaistus
- Varmista, että hissiin ei ole jäänyt ketään
- Järjestä asiakkaille tarvittaessa heidän tarvitsemaansa apua
- Järjestä tarvittaessa tilojen valvonta ja vartiointi

Hissin toimintahäiriö

Mikäli jäät hissiin jumiin toimi näin:

Soita matkapuhelimella tai hissien seinässä olevalla puhelinpainikkeella apua. Mikäli puhelin ei toimi, käytä hissien hätäkelloa. Tarvittaessa voit soittaa myös yleiseen hätänumeroon.

Vesivahinko tai vesikatkos

Vesivahingon tapahtuessa vedentulo pitäisi katkaista nopeasti.

Toimintaohjeet vesivahinkotilanteessa:

Katkaise sähkö vuotokohteesta.

Katkaise vedentulo, jos mahdollista (pääsulku).

Ilmoita tapahtuneesta kiinteistöstä vastaavalle taholle. Tarvittaessa soita pelastuslaitokselle numeroon 112 ja kerro havainnoistasi.

Älä käytä WC:tä tai älä laske turhaan vettä hanoista. Käytä vettä vasta, kun saat siihen luvan.

Yleinen vaaramerkki

Yleinen vaaramerkki tarkoittaa väestöä uhkaavaa välitöntä vaaraa (vaarallisten aineiden onnettomuus, radioaktiivinen laskeuma, säteilyhälytys). Yleinen vaaramerkki on yhtäjaksoisesti nouseva ja laskeva äänimerkki tai viranomaisen kuuluttama varoitus.

Vaara ohi -merkki on yhtämittainen, tasainen äänimerkki. Se on ilmoitus siitä, että uhka tai vaara on ohi.

Kun kuulet yleisen vaaramerkin, toimi näin:

- Mene sisälle ja sulje rakennuksen ilmanvaihto. Tee rakennus tiiviiksi.
- Avaa radio tai tv ja toimi sieltä annettavien ohjeiden mukaisesti.
- Vältä matkapuhelimen käyttöä.

Jos olet ulkona, toimi näin:

- Tarkasta tuulen suunta. Poistu päästön alta sivutuuleen ja pyri sisätiloihin.
- Jos et pääse sisälle, pyri korkeampaan maastokohtaan. Vältä alavia paikkoja.
- Vältä hengästymistä liikkumalla rauhallisesti.
- Suojaa hengitystä esimerkiksi kostealla kankaalla.
- Autossa ollessasi sulje ilmanvaihto, aja sivutuuleen ja kuuntele radiosta ohjeita.



5. HÄTÄENSIAPU <http://www.ensiapuopas.com/>

Hätäilmoitus tehdään yleiseen hätänumeroon 112 heti, kun loukkaantuneen tai sairastuneen todetaan tarvitsevan ammattiapua.

- ELVYTYS - TAJUTTOMAN ENSIAPU - SUURI VERENVUOTO - SOKIN ENSIAPU - HÄTÄILMOITUS	MUU ENSIAPU: - SAIRAUSKOHTAUKSET - TUKEHTUMISVAARA - PALOVAMMAT - RAAJAVAMMAT - PISTOKSET JA PUREMAT
--	---

Tajuttoman ensiapu ja elvytys

1. Selvitä ensin potilaan ensiavun tarve:



- Koeta herättää elottomalta näyttävä puhuttelemalla ja ravistelemalla.

2. Jos potilas ei herää:



- Kutsu apua tai soita hätäilmoitus numeroon 112.
- Noudata puhelimesta saamiasi ohjeita.

3. Tarkista hengittääkö potilas:



- Avaa hengitystiet kohottamalla potilaan leukaa ylös ja painamalla päätä taaksepäin. Katso, liikkuuko potilaan rintakehä.
- Tunnustele ja kuuntele ilman virtausta suusta ja sieraimista.

4. Jos potilas hengittää, käännä tajuton kylkiasentoon hengityksen turvaamiseksi



- Nosta potilaan toinen käsi yläviistoon kämmen ylöspäin ja aseta toinen käsi rinnan päälle.
- Nosta potilaan takimmainen polvi koukkuun.



- Tartu potilasta hartiasta ja koukussa olevasta polvesta ja käännä hänet kyljelleen itseäsi päin.
- Aseta käsi posken alle kämmenselkä ylöspäin.
- Jätä päällimmäinen jalka suoraan kulmaan.
- Varmista hengityksen auki pysyminen taivuttamalla päätä taaksepäin.

5. Tarkkaile hengitystä ja mahdollista heräämistä avun saapumiseen asti

Jos potilas ei hengitä:

1. Aloita paineluelvytys:



- HUOM! Jos kyseessä on lapsi, aloita 5 puhalluksella.
- Aseta toisen kämmenen tyvi rintalastan keskelle ja toinen käsi kädenselän päälle.
- Paina 30 kertaa käsivarret suorina noin 100 painelua minuutissa niin, että rintakehä painuu 4-5 cm.

2. Aloita puhalluselvytys:



- Kohota leuka ylös, taivuta pää taakse sekä sulje sieraimet peukalolla ja etusormella.
- Paina huulesi potilaan suulle ja puhalla kaksi rauhallista puhallusta keuhkoihin ja seuraa samalla rintakehän liikkumista.
- Kahden onnistuneen puhalluksen jälkeen mikäli henkilö ei herää eikä hengitä normaalisti:

3. Jatka painelu- ja puhalluselvytystä rytmillä 30 painallusta - 2 puhallusta

- Kunnes apua tulee tai et itse enää jaks.
- Älä keskeytä elvytystä, ellei potilas osoita virkoamisen merkkejä.

Suurten verenvuotojen tyrehdyttäminen

- Runsas ulkoinen tai sisäinen verenvuoto aiheuttaa nopeasti sokin.
- Runsas ulkoinen verenvuoto on pysäytettävä mahdollisimman nopeasti käytettävissä olevin järkevin keinoin.

Toimenpiteet:



- Nosta vuotava raaja kohoasentoon.
- Paina käsin suoraan vuotokohtaan.
- Aseta runsaasti vuotava potilas pitkälleen, näin vähennät sokkivaaraa.



- Laita vuotokohtaan paineside: peitä vuotokohta sidetaitoksella, laita sidetaitoksen päälle painoksi siderulla, tulitikkulaatikko, kivi tai muu ja kiinnitä sitomalla tukevasti.



- Tue vuotava raaja kohoasentoon.
- Jos raju vuoto raajassa jatkuu, laita kiristysside vuotokohdan yläpuolelle.
- Toimita potilas mahdollisimman nopeasti hoitoon.

Sokin ensiapu

Sokki on verenkierron häiriötila, joka johtaa nopeasti solujen vakavaan hapenpuutteeseen. Sokin syitä ovat mm. runsas sisäinen tai ulkoinen verenvuoto, raju nestehukka, sydänkohtaus, voimakas allerginen reaktio ja järkytys.

Sokin oireita ovat:

- iho on kalpea ja kylmänhikinen, pulssi on heikko ja nopea, vaikeasti tunnettavissa, nopeus jopa yli 120 kertaa minuutissa
- potilas tuntee huimausta kohoasennossa
- potilas voi myös olla levoton, ärtyisä ja käsittelyarka, joskus sekavakin

- 1. Aseta potilas pitkälleen ja tarkkaile hengitystä.**
- 2. Tyrehdytä ulkoiset verenvuodot.**
- 3. Kohota potilaan jalat, jotta verta riittää tärkeille sisäelimille.**
- 4. Ehkäise turhaa kipua, käsittele potilasta varoen.**
- 5. Suojaa potilas kylmältä peittelemällä.**
- 6. Rauhoita potilasta keskustelemalla.**
- 7. Älä anna sokkipotilaalle juotavaa, vaikka hän valittaisi janoa.**
- 8. Kuljeta sokkipotilas viivytyksettä hoitoon!**
- 9. Seuraa potilaan vointia kuljetuksen ajan.**

Sairauskohtaukset

Ensiapuohjeita sairauskohtauksen saaneelle potilaalle:

Rintakipu

1. Aseta potilas lepoon puoli-istuvaan asentoon.
2. Jos nitro ei auta tai sitä ei ole, anna puoli tablettia Disperiniä.
3. Soita hätänumeroon 112 ja kerro, että kyseessä on rintakipu.
4. Rauhoita potilasta ja tarkkaile hänen vointiaan.

Pyörtyminen

1. Aseta potilas pitkälleen ja nosta potilaan jalat ylös.
2. Anna potilaan levätä tarvitsemansa ajan.

Epilepsia

1. Älä yritä estää kouristuksia.
2. Suojaa potilasta, jotta hän ei loukkaisi itseään.
3. Älä laita potilaan suuhun mitään.
4. Jos potilas ei toivu, soita hätänumeroon 112.
5. Anna potilaan levätä kohtauksen jälkeen.
6. Turvaa tajuttoman hengitys kylkiasennolla.

Vatsakipu

1. Anna potilaan olla haluamassaan asennossa, mutta polvet koukussa on yleensä paras asento.
2. Älä anna juotavaa tai syötävää.
3. Jos tulee sokin oireita, anna **sokin ensiapu**.
4. Kuljeta potilas lääkärin hoitoon.

Diabetes

- Anna tajuissaan olevalle sokeripitoista syötävää tai juotavaa.
 - Jos potilas ei pian toivu, toimita potilas hoitoon tai soita hätänumeroon 112.
- Jos potilas on tajuton, käännä hänet kylkiasentoon ja soita hätänumeroon 112.