TOIMINTA TAPATURMAN TAI SAIRASKOHTAUKSEN SATTUESSA

1. **Tee nopea tilannearvio, selvitä mitä on tapahtunut**
2. **Estä lisäonnettomuudet**
3. **Pelasta vaarassa olevat**
4. **Hälytä lisäapua työpaikalta sekä ambulanssi numerosta 112**
5. **Aloita ensiapu omien kykyjesi mukaisesti**
6. **Jos potilaan tila muuttuu merkittävästi, ilmoita siitä hätäkeskukseen**

Tärkeintä on peruselintoimintojen ylläpito. Elottomalle peruselvytys, tajuttomalle kylki-asento ja seuranta, mekaanisesti vammautuneelle suurten verenvuotojen sidonta ja murtumien tuenta. Rauhoita potilasta. Älä siirrä häntä turhaan, sairaankuljettajilla on terveet jalat tulla potilaan luokse. Ensiapu ei vahingoita potilasta. Aloita ensiapu heti ja toimi omien kykyjesi mukaisesti. Hälytä tarvittaessa lisäapua.

HÄTÄENSIAPU

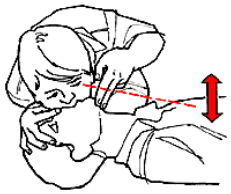
Hätäensiapua tarvitaan tilanteissa, joissa henkilö sairauskohtauksen, tapaturman tai muun syyn vuoksi menee tajuttomaksi tai saa peruselintoimintoihin vaikuttavan vamman.

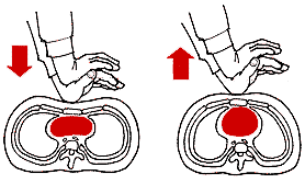
Tutki **peruselintoiminnot**:

1. Koeta saada potilas hereille ravistelemalla ja puhuttelemalla.
2. Tunnustele, hengittääkö potilas.

Jos potilas ei herää (ei reagoi mitenkään), etkä tunne hengitystä aloita **peruspainantaelvytys.**

3. **Hälytä ambulanssi heti 112!**
4. Siirrä potilas tilavaan paikkaan (pari metriä vapaata tilaa joka suuntaan).
5. Aseta potilas selälleen makaamaan (”kova” alusta) ja avaa ylävartalon vaatteet.
6. Aseta potilaan jalkojen alle koroke (n. 30 cm).
7. **Avaa potilaan hengitystiet** kääntämällä päätä taaksepäin otsa-leuka otteella. Jos hengitys käynnistyy, käännä potilas kylkiasentoon, jos ei, **aloita elvytys.**





8. Sulje toisella kädellä sieraimet ja pidä toisella kädellä potilaan leukaa ylhäällä. **Puhalla kaksi kertaa** ilmaa potilaan keuhkoihin. Muista oikeat otteet ja huulten tiiveys. Jos teet oikein, potilaan rintakehän pitäisi nousta ja laskea. Aloita painanta kahden onnistuneen puhalluksen jälkeen.
9. Jos syke tuntuu, mutta potilas ei hengitä, jatka puhalluselvytystä (n. 12 - 16 puhallusta minuutissa).
10. Jos syke ei tunnu, **aloita painantaelvytys.** Oikea painantakohta on rintalastan alapuoliskon keskikohta. Aseta kädet päällekkäin rintalastan päälle. Pidä sormet irti rintalastasta ja paina kämmenten tyvellä. Paina kädet suorina potilaan rintalastaa alaspäin n. 3-5 cm painalluksella. **Rintakehän tulee selvästi painua alaspäin.** Painelurytmi on n. 100 kertaa minuutissa.

Elvytyksessä oikea rytmi on 30 painallusta 2 puhallusta kohden.
Jatka elvytystä kunnes apu saapuu kohteeseen tai kunnes voimasi ehtyvät.