

# Ensiapukoulutus

24.9.2019

# ENSIAPU JA HÄTÄENSIAPU

- Ensiavulla tarkoitetaan vamman jälkeistä hoitoa, joka tapahtuu tapahtumapaikalla. Ensiapuun kuuluu myös potilaan kuljetuskuntoon saattaminen ja kuljetuksen asian mukainen järjestäminen.
- Hätäensivulla taas tarkoitetaan elämän pelastavaa ensiapua, joka niin ikään tapahtuu tapahtumapaikalla.
- Tapaturman sattuessa hätäntymisellä on kaiken toiminnan lamauttava vaikutus. Siten oman ensiaputaidon ylläpitäminen estää hätäntymisen ja toiminta voi tuottaa toivotun tuloksen.

# TAPATURMAN SATTUESSA

- TARKISTA TAJUNNANTASO
- TARKISTA PERUSELINTOIMINNOT (HENGITYS JA PULSSI)
- TARKISTA SUURIEN VERENVUOTOJEN ESIINTYMINEN (Iso luistimen viilto voi olla hyvinkin näkyvä verenvuoto, mutta jo lantion tai reisiluun murtuman tai sisäelinrepeämän aiheuttama vuoto on sisäinen ja vuotomäärä voi olla huomattava.)
- RAUHOITTELE POTILASTA
- KYSELE MAHDOLLISIA KIPUJA JA POTILAAN OMAA KÄSITYSTÄ VAMMAN SIJAINNISTA
- VAMMAMEKANISMIN SELVITTÄMINEN (ESIM. VÄÄNTYMINEN VAI ISKU)
- KÄSITTELE LOUKKAANTUNUTTA PÄÄSÄÄNTÖISESTI MAKUUASENNOSSA (Älä nosta pystyyn ennen kuin olet varma, että lisävaurioita ei synny ylös nousemisella. Tajuissaan olevan potilaan voi yleensä antaa olla siinä asennossa, mikä tuntuu parhaalta)
- SUOJAA POTILAS KYLMÄLTÄ

# ENSIAPULAUKUN SISÄLTÖ

- Kylmäpakkaukset - Jääpussit, kylmäspray, kylmägeeli
- Ideaalisiteitä ja itsekiinnittyvää tukisidettä
- Kolmioliina
- Kertakäyttökäsineet
- Haavanpuhdistusaine ja pumpulia
- Lastareita, puhtaita sidetaitoksia, harsorullia, painesiteitä ja ihoteippiä
- Särkyläkkeitä
- Avaruuslakana
- Pinsetit
- Kortisoni/kyypakkaus
- Urheiluteippi
- Taskulamppu
- Kuumemittari

# PELAAJIEN ESITIEDOT

- JOUKKUEENJOHTOA OLISI HYVÄ TIEDOTTAA:
  - ALLERGIOISTA
  - SAIRAUKSISTA
  - LÄÄKITYKSISTÄ
  - TOIMINTAOHJEISTA ESIM. SAIRAUSSKOHTAUKSEN SATTUESSA
- KELAKORTIT MUKAAN VIERASPELEIHIN!
- VANHEMPIEN YHTEYSTIEDOT AJANTASALLA!

# ASTMA

## OIREET:

- VAIKEUTUNUT ULOSHENGITYS, HENGITYKSEN VINKUMINEN
- AHDISTUS, PUHEEN VAIKEUTUMINEN
- LIMAN MUODOSTUS ILMATEISSÄ, YSKÄ
- VAKAVASSA KOHTAUKSESSA HUULIEN SINERRYS

## ENSIAPU:

- SIIRRÄ ASTMAATIKKO POIS ALTISTAVAN TEKIJÄN LÄHEISYYDESTÄ
- PYYDÄ TAI AVUSTA ASTMAATIKKOA OTTAMAAN HÄNELLE MÄÄRÄTYT LÄÄKKEET
- LAITA ASENTOON, JOSSA ON HELPPO HENGITTÄÄ, USEIMMITEN TUETTU ETUKUMARA ISTUMA-ASENTO
- AVAA KIRISTÄVÄT VAATTEET
- PYSY RAUHALLISENA JA TARVITTAESSA RAUHOITTELE ASTMAATIKKOA, SILLÄ HÄTÄÄNTYMISEN YHTEYDESSÄ MYÖS HENGITYSTYÖ LISÄÄNTYY

# AMPIAISEN & MEHILÄISEN PISTO

## OIREET:

- IHON PUNOITUS, TURVOTUS JA KIPU
- ALLERGINEN REAKTIO (HENKILÖKOHTAINEN ADRENALIINIPIIKKI)

## ENSIAPU:

- POISTA MAHDOLLINEN PISTIN VAROVASTI
- OTA KYYPAKKAUKSEN KORTISONIPILLERIT
- VIILENNÄ PISTOKOHTAA
- TARVITTAESSA LÄÄKÄRIIN, ETENKIN, JOS KYSEESSÄ ON LAPSI TAI ALLERGINEN HENKILÖ

# NENÄVERENVUOTO

## ENSIAPU:

- AUTA AUTETTAVA ETUKUMARAAN ASENTOON
- PYYDÄ HENKILÖÄ NIISTÄMÄÄN VUOTAVA SIERAIN TYHJÄKSI VERIHYYTYMISTÄ
- PAINA VUOTAVAA SIERAINTA LUJASTI SORMELLA NENÄRUSTOA VASTEN 10-15 MINUUTIN AJAN
- LISÄKSI OTSAAN TAI NISKAAN VOI ASETTAA KYLMÄÄ

MIKÄLI VERENVUOTO EI TYREHDY 15 MINUUTIN AIKANA ON HAKEUDUTTAVA LÄÄKÄRIIN -> NENÄVERENVUOTO VOI LIITTYÄ PÄÄN ALUEEN VAMMOIHIN.



# IRRONNUT HAMMAS

## ENSIAPU:

- ÄLÄ KOSKE HAMPAAN JUURIIN ÄLÄKÄ LAITA HAMMASTA TAKAISIN HAMMASKUOPPAAN
- PIDÄ IRRONNUT HAMMAS KOSTEANA KÄÄRIMÄLLÄ SE VEDELLÄ KOSTUTETTUUN PAPERIIN TAI KANKAASEEN
- LAITA VUOTAVAAAN HAMMASKUOPPAAN SIDEHARSO TAI KANGASSYKERÖ JA PURE HAMPAAT YHTEEN
- VIE LOUKKAANTUNUT ETTÄ IRRONNUT HAMMAS MAHDOLLISIMMAN NOPEASTI HAMMASLÄÄKÄRIIN

# KASVOJEN LUIDEN MURTUMAT

## OIREITA:

- TURVOTUS
- VERENVUOTO
- SILMIEN YMPÄRISTÖN MUSTUMINEN
- LEUKANIVELEN SIIRTYMINEN POIS  
PAIKOILTAAN
- HAMMASVAMMAT
- TAJUNNANHÄIRIÖT

## ENSIAPU

- TURVATTAVA HENGITYS JA VERENKIERTO  
-> TAJUTTOMALLA HENKILÖLLÄ  
TUKEHTUMISVAARA
- KYLMÄÄ VAMMA KOHTAAN
- AUTETTAVA LÄÄKÄRIIN TAI TEHTÄVÄ  
HÄTÄILMOITUS

ALALEUAN MURTUMISSA LEUAN LIIKUTTELU JA PUHE VAIKEUTUVAT JA LEUKANIVEL VOI SIIRTYÄ POIS PAIKOILTAAN

# AIVOTÄRÄHDYS

- TAJUNNAN ALENEMINEN, AIVOTOIMINTOJEN HÄIRIÖITÄ JA JOSKUS TAJUTTOMUUTTA
  - TAJUTTOMUUS KESTÄÄ KORKEINTAAN 30 MINUUTTIA
- OIREITA: HETKELLINEN TAJUNNAN MENETYS, LYHYTKESTOINEN MUISTINMENETYS - ERITYISESTI TAPAHTUMAHETKESTÄ - HEIKENTYNYT AJAN JA PAIKANTAJU, SAMOJEN ASIOIDEN KYSYMINEN, PÄÄNSÄRKY, PAHOINVOINTI, OKSENTELU, HUIMAUUS JA UNELIAISUUS.
- AIVOTÄRÄHDYKSEN SATTUESSA TAI SITÄ EPÄILTÄESSÄ ÄLÄ JÄTÄ LASTA YKSIN.
- LAPSEN OLLESSA HUONOVOINTINEN JA PÄÄTÄ SÄRKEE, TOIMITA HÄNET LÄÄKÄRIIN.

# KALLO- & AIVOVAMMA

- TOTEAMINEN ONNETTOMUUSPAIKALLA HANKALAA, MUTTA VIITTEINÄ VOIVAT OLLA PAINUNUT KALLO, LOUKKAANTUNEEN MUISTAMATTOMUUS, SEKAVA PUHE JA TAJUNNANTASON SELKEÄ LASKU
- OIREINA PÄÄKIPU, KUHMU, MUSTELMA PÄÄSSÄ TAI KASVOISSA, TAJUNNANHÄIRIÖT, PAHOINVOINTI TAI TAJUTTOMUUS.

## ENSIAPU:

- HENGITYKSEN JA VERENKIERRON TURVAAMINEN
- TYREHDYTETÄÄN MAHDOLLINEN VERENVUOTO
- AUTETTAVAN OLLESSA TAJUTON KÄÄNNETÄÄN HÄNET KYLKIASENTOON
- HÄTÄILMOITUS

# SELÄN VENÄHDYS

OIREITA: KIPU, VINO ASENTO, TUNNE ETTEI JALAT KANNA

ENSIAPU:

- LEPO SELINMAKUULLA JA LIHASTEN RENTOUTTAMINEN
- KIPULÄÄKE TARVITTAESSA

LÄÄKÄRIIN, MIKÄLI

- RAAJOISSA PISTELYÄ TAI TUNTOPUUTOKSIA
- VIRTSAN- TAI ULOSTEENPIDÄTYSKYKY HEIKKENEET

# SELKÄRANKAVAMMA 1/2

- Selkärankavammaa (käsittää vamman kaulan ja häntäluun välillä) epäiltäessä täytyy siirtämisessä olla erityisen varovainen.
- Selkärankavammaa on epäiltävä, jos vammamekanismi antaa siihen aiheutta, potilas ei pysty liikuttamaan raajoja pyydettäessä, raajat ovat heikot tai puutuneet, potilaalla on paikallinen kipu selässä tai potilaalla on rajut ruhjevammat kasvoissa, otsalla tai pääläella.
- Selkärankavammaa täytyy epäillä myös tajuttomalla potilaalla ja häntä on käsiteltävä kuin hänellä olisi kyseinen vamma.
- Selkärankavammapotilaan riisuminen ja siirtäminen suoritetaan vasta, kun apu on paikalla. On kuitenkin muistettava, että hätäensiapu on aina kuitenkin ensisijainen toimenpide.

# SELKÄRANKAVAMMA 2/2

- NIKAMAN MURTUESSA SE PAINUU KASAAN TAI SIIRTYY POIS PAIKALTAAN PAINAEN SELKÄYDIN KANAVAA JA HERMOA.
- NIKAMAN SIIRTYESSÄ PAIKALTAAN SEURAA TUNTO- JA TOIMINTAHÄIRIÖITÄ ERITYISESTI RAAJOISSA, SEKÄ SELKÄYDIN VOI VAURIOITUA PYSYVÄSTI.
- SELKÄRANGAN MURTUMAN OIREITA OVAT KIPU, PISTELY RAAJOISSA, TUNTOPUUTOKSET JA LIHASHEIKKOUS SEKÄ RAAJOJEN LIIKKUMATTOMUUS.

## ENSIAPU:

- VÄLTÄ LOUKKAANTUNEEN TURHAA LIIKUTTELUA
- KAULARANGAN ALUEEN MURTUMASSA TUE AUTETTAVAN PÄÄTÄ JA KAULAN ALUETTA KAKSIN KÄSIN
- HUOLEHDI, ETTÄ AUTETTAVAN HENGITYSTIET PYSYVÄT AUKI
- KÄÄNNÄ TAJUTON AUTETTAVA KYLKIASENTOON
- TEE HÄTÄILMOITUS

# POLVEN & NILKAN VÄÄNTYMINEN

VÄÄNTYMISEN OIREITA: MUSTELMA, TURVOTUS, ARISTUS VAURIOKOH DAN YMPÄRILLÄ, KIPU LIIKUTELTAESSA JA KUORMITTAESSA

NIVELVAMMAN OIREITA: KIPU, TURVOTUS, VIRHEASENTO, MUSTELMA, RAAJAA EI PYSTY KÄYTTÄMÄÄN NORMAALISTI

ENSIAPU:

- KOMPRESSIO – PAINA VAMMA KOHTAA
- KOHO – NOSTA VAMMA KOHTA KOHOLLE
- KYLMÄ – ASETA KYLMÄÄ VAMMAKOHTAAN JA PIDÄ 15-20 MINUUTTIA
- KYLMÄÄ EI KUITENKAAN TULE LAITTA SUORAAN PALJAALLE IHOLLE
- EPÄILTÄESSÄ VÄHÄNKIN VAKAVAMPAA VAMMAA ON KÄYTÄVÄ LÄÄKÄRISSÄ

NIVEL EN SIIRTYESSÄ POIS PAIKOILTAAN:

- JÄTÄ SE PAIKALLEEN VIRHEASENTOON
- TUE MAHDOLLISIMMAN KIVUTTOMAAN ASENTOON
- TOIMITA LÄÄKÄRIIN



# OLKALUUN MURTMA

## OIREITA:

- VOIMAKAS KIPU
- PUNOITUS
- RUHJEET
- KÄDEN NOSTAMISEN MAHDOTTOMUUS

## ENSIAPU:

- KYLMÄPUSSI LIEVITTÄMÄÄN KIPUA
- TUE LOUKKAANTUNUT YLÄRAAJA VARTALOON
- VIE LOUKKAANTUNUT LÄÄKÄRIIN.

# KYYNÄRLUUN MURTUMA

## OIREITA:

- KYYNÄRPÄÄN TURVOTUS JA ARISTUS
- KYYNÄRNIVELEN OJENNUSVAJAUS

## ENSIAPU:

- KYLMÄPAKKAUS VÄHENTÄMÄÄN TURVOTUSTA
- TUE LOUKKAANTUNUT YLÄRAAJA VARTALOON
- VIE LOUKKAANTUNUT LÄÄKÄRIIN

# VÄRTTINÄLUUN MURTUMA

## OIREITA:

- YLÄOSAN MURTUMASSA LIIKERAJOITUS JA VÄLITÖN KIPU
- ALAOSAN MURTUMASSA ELI RANNEMURTUMASSA VOIMAKAS KIPU, RANNE SAATTAO OLLA TURVONNUT JA VIRHEELLISESSÄ ASENNOSSA

## ENSIAPU:

- KYLMÄPAKKAUS VÄHENTÄMÄÄN TURVOTUSTA
- TUE LOUKKAANTUNUT YLÄRAAJA VARTALOON
- VIE LOUKKAANTUNUT LÄÄKÄRIIN

# REISILUUN MURTUMA

## OIREITA:

- VOIMAKAS KIPU
- TURVOTUS
- MUSTELMA
- EPÄMUODOSTUMAT
- MAHDOLLINEN ALARAAJAN PITUUDEN LYHENEMINEN
- RAAJAN LIIKUTTAMINEN TAI PAINOVARAUS EI ONNISTU

## ENSIAPU:

- TUE LOUKKAANTUNUT JALKA LIIKKUMATTOMAKSI JA LEPOASENTOON KYLMÄPUSSIN KANSSA
- VIE LOUKKAANTUNUT LÄÄKÄRIIN

# SÄÄRILUUN MURTUMA

## OIREITA:

- JALKAA EI PYSTY LIIKUTTAMAAN EIKÄ KÄVELY ONNISTU
- KIPEÄ
- TURVONNUT
- ARKA
- EPÄMUODOSTUMIA
- 

## ENSIAPU:

- ASETA JOKIN PEHMUSTE JALKOJEN VÄLIIN
- TUE LOUKKAANTUNUT JALKA LIIKKUMATTOMAKSI SITOMALLA SE KIINNI TOISEEN JALKAAN
- TYREHDYTÄ TARVITTAESSA VERENVUOTO
- VIE LOUKKAANTUNUT LÄÄKÄRIIN

# VERENVUOTO / PAINESIDE

## ENSIAPU:

- TYREHDYTÄ HAAVA MAHDOLLISIMMAN NOPEASTI PAINAMALLA VUOTOKOHTAA KÄMMENELLÄ TAI SORMIN
- ASETTA SUOJASIDE HAAVALLE JA 1-2 SIDERULLAA TAI JOKIN PIENI ESINE PAINOKSI SUOJASITEEN PÄÄLLE HAAVAKOHTAAN
- SIDO JOUSTOSIDE TUKEVASTI SUOJASITEEN JA PAINON PÄÄLLE
- TARVITTAESSA AUTA LOUKKAANTUNUT ISTUMAAN TAI MAKUULLE
- SOITA HÄTÄNUMEROON 112 TAI HUOLEHDI HENKILÖ JATKOHOITOON



## TOIMITA LOUKKAANTUNUT LÄÄKÄRIIN, JOS

- HAAVA ON PÄÄN ALUEELLA
- HAAVASSA ON VIERASESINE
- HAAVA ULOTTUU RINNAN TAI VATSAN IHON LÄPI TAI SELKÄYTIMEEN
- HAAVAAN LIITTYY JÄNNE-, HERMO- TAI VERISUONIVAMMA, AVOMURTUMA TAI TRAUMAATTINEN AMPUTAATIO

# SOKKI 1/2

- OIREITA:

- IHO ON KALPEA JA KYLMÄNHIKINEN
- PULSSI ON HEIKKO JA NOPEA VAIKEASTI TUNNETTAVISSA
- NOPEUS JOPA YLI 120 KERTAA MINUUTISSA
- TUNTEE HUIMAUSTA KOHOASENNOSSA
- LEVOTON
- ÄRTYISÄ
- JOSKUS SEKAVA

# SOKKI 2/2

## ENSIAPU:

- ASETA POTILAS PITKÄLLEEN
- TARKKAILE HENGITYSTÄ
- TYREHDYTÄ ULKOISET VERENVUODOT
- LAITA POTILAAN JALAT KOHOLLE
- EHKÄISE TURHAA KIPUA, KÄSITTELE POTILASTA VAROEN
- SUOJAA POTILAS KYLMÄLTÄ PEITTELEMÄLLÄ
- RAUHOITA POTILASTA KESKUSTELEMALLA
- ÄLÄ ANNA JUOTAVAA, VAIKKA HÄN VALITTAISI JANOA
- VIE POTILAS VÄLITTÖMÄSTI HOITOOON

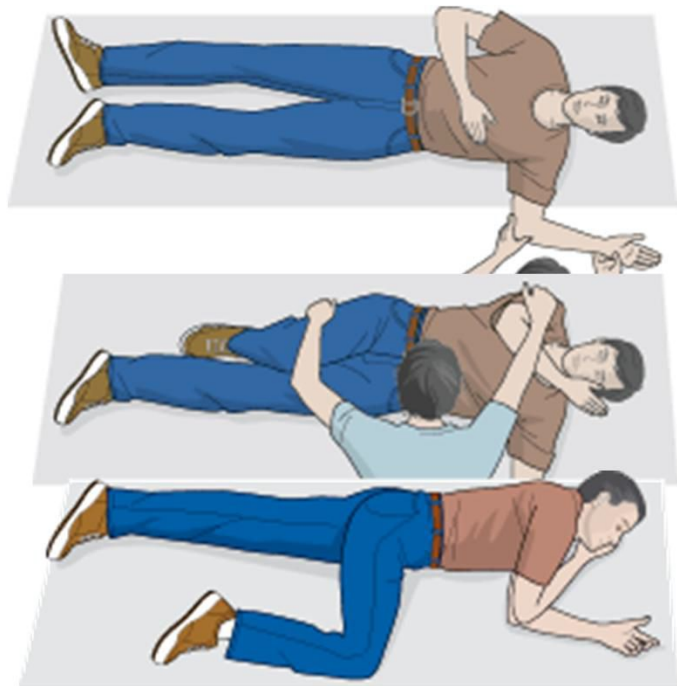


# KYLKIASENTO

Toinen käsi 90° kulmaan kämmen puoli ylöspäin  
Toinen käsi rinnanpäälle.

Nosta takimmainen polvi koukkuun.  
Tartu kiinni takimmaisesta hartiasta ja koukussa olevasta polvesta. Käännä kylkiasentoon.

Jätä koukussa ollut jalka koukkuun.  
Aseta rinnanpäällä ollut käsi posken alle kämmenselkä  
Ylöspäin. Varmista pään asento taivuttamalla



# KANTOSIDE



# ELOTTOMUUS

- POTILAS EI REAGOI KÄSITTELYYN EIKÄ HENGITÄ NORMAALISTI
- SYDÄMEN MEKAANINEN TOIMINTA (SUPISTELU) ON LOPPUNUT / MEKAANINEN TOIMINTA EI RIITÄ KIERRÄTTÄMÄÄN VERTA ELIMISTÖÖN EIKÄ SYKE TUNNU.

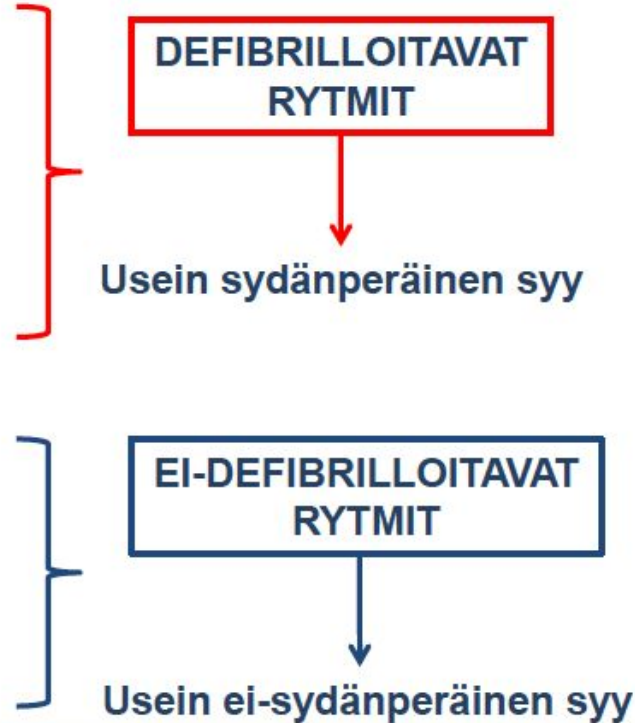
# ELOTTOMUUS

**KAMMIOVÄRINÄ** → sydänlihas värisee  
kaoottisesti eikä kierrätä verta

**KAMMIOTAKYKARDIA** → kammiot  
supistelevat tiheästi (yli 180 krt/min),  
verenkierto romahtaa nopeasti →  
elottomuus

**ASYSTOLE** → sydänlihaksessa ei  
sähköistä toimintaa

**PULSSITON RYTMII** → sydämessä  
heikkoa sähköistä toimintaa, sydän ei  
pumppaa verta



# ELVYTYS

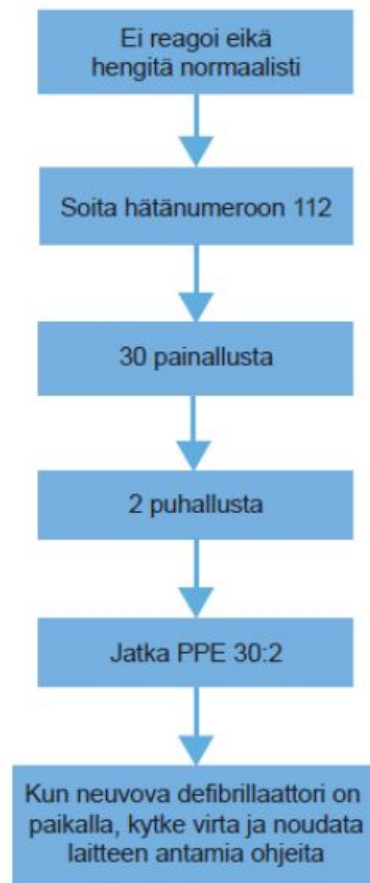
## 1. ELOTTOMUUDEN TUNNISTAMINEN

- EI REAGOI EIKÄ HENGITÄ NORMAALISTI / HENGITYS POIKKEAVAA -> **ELOTON!**
- HÄTÄILMOITUS / LISÄAVUN VARMISTAMINEN ENNEN ELVYTYSTOIMIEN ALOITTAMISTA

## 2. LAADUKAS PPE, NOPEA ALOITUS

- 30:2 - PAINELU-PUHALLUSSUHDE
- PAINELUSYVYYS 5-6CM
- PAINELUTAAJUUS 100-120 krt/min
- PUHALLUKSEN KESTO 1s., PUHALLUSTAUKO MAX 10s

## 3. MAHDOLLISIMMAN VARHAINEN DEFIBRILAATIO



# LAPSEN ELVYTYS

1. ELOTTOMUUDEN TUNNISTAMINEN
2. VIISI PUHALLUSTA
3. LISÄAVUN HÄLYTYS
4. LAADUKAS PPE, NOPEA ALOITUS
  - 30:2 - PAINELU-PUHALLUSSUHDE
  - PAINELUSYVYYS  $\frac{1}{3}$  RINTAKEHÄN SYVYYDESTÄ
  - PAINELUTAAJUUS 100-120 krt/min
  - PUHALLUKSEN KESTO 1s., PUHALLUSTAUKO MAX 10s
5. MAHDOLLISIMMAN VARHAINEN DEFIBRILAATIO  
(LASTEN ELEKTRODIT!)

# PUHALLUSELVYTYYS

## Imeväisikäinen:

Kohota leukaa ja aseta rullalle kääritty vaate hartioden alle.

Peitä suu ja sieraimet puhalluksen yhteydessä.



© European Resuscitation Council 2015, www.erc.edu.  
The translation is responsibility of Duodecim and the Finnish Resuscitation Council.

## Yli 1-vuotias:

Ojenna pää keskilinjassa ja kohota leukaa.

Sulje sieraimet sormilla ja puhalla suun kautta.

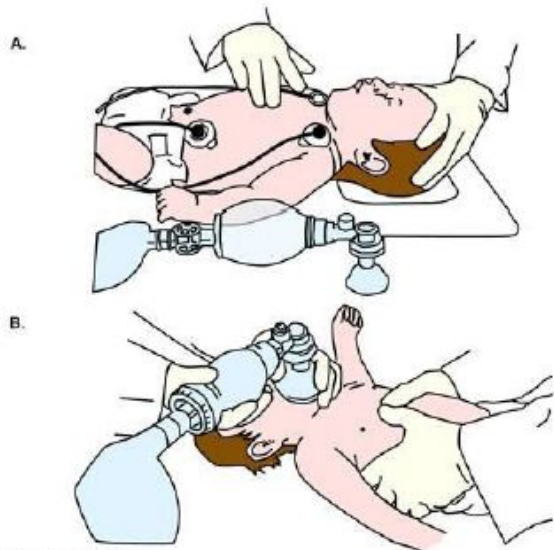


© European Resuscitation Council 2015, www.erc.edu.  
The translation is responsibility of Duodecim and the Finnish Resuscitation Council.

# PAINELUVELVYTYYS

## Imeväisikäinen:

Paina kahdella sormella keskeltä rintakehää.  
Painelu syvyys 1/3 lapsen rintakehästä.



© Elyyns Käypä hoito -ryhmä

## Yli 1-vuotias:

Paina käyttäen yhden tai kahden kämmenen tyveä. Sovita voima lapsen koon mukaan.

Painelussyvyys 1/3 lapsen rintakehästä.



© European Resuscitation Council 2015, www.erc.edu.  
The translation is responsibility of Duodecim and the Finnish Resuscitation Council.