

# Hätäilmoituksen teko

---

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

## Näin teet hätäilmoituksen

1. Soita hätäpuhelu itse, jos voit.
2. Kerro, mitä on tapahtunut.
3. Kerro tarkka osoite ja kunta.
4. Vastaa kysymyksiin.
5. Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.
6. Lopeta puhelu vasta saatuasi luvan.

Yleisöpuhelimesta voi soittaa hätänumeroon ilmaiseksi.  
Matkapuhelimesta soittaessasi et tarvitse suuntanumeroa.

## Aivohalvaus

**Mikäli ihmiselle tulee tukos tai verenvuoto aivojen verisuonistoon, aiheuttaa se aivoverenkierron häiriön, joka voi johtaa aivohalvaukseen. Tila voi hetkessä johtaa hengenvaaralliseen tilaan.**

**Oireiden tunnistaminen ja varhainen hoitoon hakeutuminen on tärkeää.**

**Oireina voi olla:**

- Äkillinen toispuolinen halvaus tai lihasheikkous, mikä ilmenee käden puristusvoiman heikkoutena ja jalan voimattomuutena sekä liikkumattomuutena
- Suupieli saattaa roikkua ja nieleminen on vaikeaa
- Puhe on puuromaista tai autettava ei pysty puhumaan
- Pahoinvointi ja päänsärky
- Autettava voi mennä tajuttomaksi

**Ensiapu:**

- **Tunnista oireet.**
- **Soita heti hätänumeroon 112.**
- **Rauhoita autettavaa ja aseta hänet lepoon.**
- **Jos henkilö menettää tajuntansa, mutta hän hengittää normaalisti, aseta hänet kylkiasentoon.**
- **Jos autettava menee elottomaksi, aloita painelu-puhalluselytys, rytmillä 30 painelua ja 2 puhallusta.**

## Diabeetikon heikotus

Kun diabetesta sairastavan verensokeri laskee liian alas, syntyy diabeettinen sokki, joka voi olla hengenvaarallinen.

**Tunnista oireet:**

- Hikoilu, kalpeus, vapina
- Ärtymys, levottomuus
- Horjuva liikkuminen
- Epäselvä puhe

## Diabeettisen sokin ensiapu

- Anna sairastuneelle välittömästi sokeripitoista syötävää tai juotavaa, mikäli potilas on tajuissaan ja pystyy itse syömään tai juomaan. Tajuttomalle ei saa antaa mitään suuhun.
- Mikäli diabeetikko ei toivu 10 minuutissa tai menee tajuttomaksi, soita hätänumeroon 112.
- Käänä tajuton kylkiasentoon.

## Näin autat tajutonta



1. Kun henkilö menettää äkillisesti tajuntansa tai näyttää elottomalta, selvitä heti, onko hän herätettävissä puhuttelemalla ja ravistelemalla.



2. Jos hän ei herää eikä reagoi käsittelyyn, huuda apua ja pyydä joku paikalla olevista tekemään hätäilmoitus hätänumeroon 112. Jos olet yksin, tee hätäilmoitus itse. Noudata hätäkeskuksen ohjeita.



3. Avaa hengitystiet ja tarkista hengitys:  
Kohota toisen käden kahdella sormella leuan kärkeä ylöspäin ja taivuta päätä taaksepäin toisella kädellä otsaa painaen. Katso liikkeuko rintakehä, kuuluuko normaali hengityksen ääni tai tuntuuko poskellasi ilman virtaus.

4. Jos hengitys on normaalia, käänä henkilö kylkiasentoon hengityksen turvaamiseksi. Seuraa hänen tilaansa kunnes ammattihenkilö ottaa vastuun.

**Näin käännät tajuttoman, hengittävän henkilön kylkiasentoon:**



Nosta henkilön toinen käsi yläviistoon kämmen ylöspäin ja aseta toinen käsi rinnan päälle.

Nosta takimmainen polvi koukkuun.

Tartu kiinni henkilön hartiasta ja koukussa olevasta polvesta ja käännä hänet itseesi päin kylkiasentoon.



Aseta käsi posken alle kämmenselkä ylöspäin.

Jätä päällimmäinen jalka suoraan kulmaan.

Varmista pään asento niin, että hengitystiet pysyvät auki.

Tarkkaile hengitystä ja mahdollista heräämistä muun avun saapumiseen asti.

## Elvytys

Elvytyksen onnistumisen ratkaisee ennen kaikkea aika, joka kuluu sydämen pysähtymisestä elvytyksen aloittamiseen. Tapahtumapaikalla olevan auttajajan pitäisi olla elvytystaitoinen ja hänellä tulisi olla rohkeutta auttaa. Nopeasti aloitettu elvytys kaksin- tai jopa kolminkertaistaa autettavan selviytymisen mahdollisuuksia.

## Haavojen ensiapu

1. Tyrehdytä verenvuoto.
2. Puhdista haava juoksevan, viileän veden alla.
3. Sulje pienen viiltohaavan reunat vastakkain haavateipillä.
4. Peitä haava suojasidoksella.
5. Hakeudu tarvittaessa hoitoon.
6. Tarkista, että tetanus- eli jäykkäkouristusrokote on voimassa.

Vuotavat, syvät ja likaiset haavat ja vähänkin suuremmat viiltohaavat kuuluvat aina lääkärin hoitoon.

Haavan ulkonäöstä ei aina voi päätellä, onko syvemmälle kudoksiin syntynyt vaurioita.

## Verenvuodon ensiapu

Ulkoisen näkyvän verenvuodon määrää on vaikea mitata ja arvioida luotettavasti. Suuren verenhukan (yli 20 %) seurauksena ihminen menee sokkiin.

### Näin tyrehtytät verenvuodon

1. Nosta vuotava raaja ylös ja tyrehtytä verenvuoto painamalla sormin tai kämmenellä suoraan vuotokohtaan. Aseta runsaasti vuotava henkilö heti pitkälleen.
2. Soita hätänumeroon 112, jos arvioit tilanteen sitä vaativan.
3. Jos sidetarvikkeita on käytettävissä, sido vuotokohtaan paineside.
4. Tue vuotava raaja kohoasentoon.
5. Runsas verenvuoto voi johtaa verenkierron vakavaan häiriötilaan eli sokkiin. Huolehdi loukkaantuneen sokin oireenmukaisesta ensiavusta. Kohota sokkioireisen jalkoja, rauhoita, suojaa kylmältä ja seuraa hänen tilaansa kunnes ammattihenkilö ottaa vastuun.

## Estä tukehtuminen avaamalla hengitystiet

Tajuton on vaarassa tukehtua etenkin silloin, kun hän on selällään tai pää roikkuu edessä. Tällöin kieli painuu nieluun ja myös oksennus tai veri voivat tukkia hengitystiet.

- Katso tajuttoman ensiapu



1. Pään ojentaminen avaa nielun ja hengitys pääsee kulkemaan vapaasti.
2. Hengittävä tajuton on aina käännettävä kylkiasentoon, näin hengitystiet pysyvät auki. Lisäksi on varmistettava hengityksen jatkuminen.

## Kouristelu

Aivojen toimintahäiriöt voivat aiheuttaa tahattomia lihasnykäyksiä ja kouristuksia. Ihminen saattaa kouristella monesta eri syystä. Syinä voivat olla esimerkiksi epilepsia, aivoverenvuoto, korkea kuume tai tapaturma.

### Tunnista oireet:

- Sairastunut menettää tajuntansa, kaatuu ja hänen vartalonsa jäykistyy.
- Jäykistymistä seuraavat nykivät kouristukset. Kouristelu kestää yleensä vain 1-2 minuuttia.

### Kouristuskohtauksen ensiapu

- Tee hätäilmoitus numeroon 112.
- Älä yritä estää kouristusliikkeitä, mutta huolehdi siitä, että henkilö ei kolhi päätänsä tai muuten vahingoita itseään.
- Älä laita kouristelevan suuhun mitään, sillä se vaikeuttaa hengitystä.
- Yritä kääntää henkilö kylkiasentoon heti, kun kouristukset vähenevät.
- Mikäli tiedät henkilön sairastavan epilepsiaa, tee hätäilmoitus numeroon 112, jos kouristelu pitkittyy tai jos kohtausta uusiutuu.
- Jos kohtausta menee itsestään ohi, varmista kuitenkin, että henkilö on täysin toipunut ennen kuin jätät hänet.
- Ota yhteys lääkäriin, jos kyseessä on lapsen kuume-kouristus.

## Murtumat

### Tunnista oireet:

Murtuman oireita ovat kipu, turvotus, epänormaali liikkuvuus ja arkuus tai virheasento.

### Murtuman ensiapu:

- Yläraajan murtumassa autettava voi itse tukea kipeää raajaansa kehoaan vasten tai tukea käsi liikkuamattomaksi esimerkiksi kolmioliinalla. Kylkiluiden murtumassa voit tukea rintakehää käsin tai tukisiteellä.
- Mikäli jalassa on murtuma, sitä ei ole syytä lastoittaa, mikäli apu saapuu kohtuajassa. Autettavan tulee välttää jalan liikuttamista ja painon asettamista kipeälle jalalle. Jos loukkaantunutta on välttämätöntä liikuttaa, alaraajan murtuman tukemiseen voi käyttää toista jalkaa tai muuta tilapäisvälinettä, kuten esimerkiksi tukevaa lautaa tai keppiä.
- Jos epäilet selkärangan murtumaa, liikuta loukkaantunutta vain, jos se on hengen pelastamisen kannalta välttämätöntä.

Murtumat syntyvät tavallisesti putoamisen, kaatumisen tai iskeytymisen seurauksena. Toimita loukkaantunut hoitoon.

## Myrkytys

Myrkytysoireiden vakavuus ja niiden ilmaantumisen nopeus riippuvat aineesta ja määrästä sekä siitä, millä tavoin myrky on joutunut elimistöön.

### Toimi näin myrkytystilanteessa:

- Hätätilanteessa soita numeroon 112.
- Jos epäilet myrkytyksen mahdollisuutta, soita myrkytystietokeskukseen, puhelin (09) 471 977 (24h/vrk)
- Toimi myrkytystietokeskuksen ohjeiden mukaan.
- Kuvaile myrkytystietokeskukseen:
  - Mitä on tapahtunut, mistä aineesta on kysymys
  - Miten myrky on joutunut kehoon (nielty, hengitetty, imeytynyt, pistetty)
  - Minkä määrän autettava on niellyt
  - Kuinka pitkä aika tapahtuneesta on kulunut
- Älä okseta.
- Tarkkaile autettavan tilaa, ilmentyykö esim. pahoinvointia, vatsakipua, ripulia.
- Aseta tajuton kylkiasentoon, jos autettava menee elottomaksi, aloita elvytys.

## Nenäverenvuoto

Nenäverenvuoto on yleensä vaaraton. Joskus vuoto voi kuitenkin olla niin runsasta, että se vaatii lääkärin hoitoa.

### Nenäverenvuodon ensiapu:

- Anna autettavan istua etukumarassa asennossa.
- Käske autettavan niistää vuotava sierain tyhjäksi. Paina vuotavaa sierainta nenäluuta vasten n.10–15 min.
- Niistätä sierain välillä tyhjäksi hyytymistä.
- Voit panna nenän päälle jotakin kylmää.
- Jos verenvuoto ei lakkaa, toimita autettava lääkäriin.

## Nyrjähdykset

Kun nivel nyrjähtää, vamma aiheuttaa verenvuotoa ihonalaiseen kudokseen. Kivun lisäksi vamma-alueelle kerääntyy nestettä ja se turpoaa.

### Nyrjähdysten ensiapu:

1. Kohota raaja.
2. Purista tai paina vammakohtaa.
3. Jäähdytä kylmällä noin 20 minuuttia.
4. Sido vammakohdan ympärille tukeva side.

5. Jatka kylmähoitoa ensimmäisen vuorokauden ajan parin tunnin välein.

### **Kolmen K:n ensiapu auttaa nyrjähdysten lisäksi myös revähdyksiin ja mustelmien ehkäisyyn**

Nopeasti ja oikein annettu ensiapu voi säästää lääkärissä käynniltä.



#### **1K=kompressio eli puristus**

Purista käsilläsi kipukohtaa. Puristus estää verenvuotoa ja vähentää turvotusta.

#### **2K= kohoasento**

Pidä raajaa koholla. Kohoasento vähentää välittömästi sisäistä verenvuotoa, kun verenpaine verisuonistossa pienenee.

#### **3K=kylmä**

Laita kipukohtaan jotakin kylmää. Kylmä supistaa verisuonia ja vähentää siten sisäistä verenvuotoa. Jääpussi, lumi tai mikä tahansa vamma-aluetta vasten painettava kylmä auttaa. Kääri ideaaliseksi tai muu joustava side nivelen tueksi.



Nilkan nyrjähdysten jälkeen kylmähoitoa kannattaa toistaa ensimmäisen vuorokauden ajan 1-2 tunnin välein noin 20 minuuttia kerrallaan. Nyrjähdys alkaa parantua 1-2 vuorokauden kuluessa, jolloin kudoksen sisäinen verenvuoto lakkaa.

#### **Milloin lääkäriin?**

Jos nilkka on kipeä vielä ensiavun jälkeenkin, jalalle varaaminen on tuskallista, mustelma on suuri tai nivel ei toimi normaalisti, mene lääkäriin.

## **Palovammat**

Palovamma on lämmön tai syövyttävän kemiallisen aineen aiheuttama kudostuho, jossa iho ja mahdollisesti myös sen alaiset kudokset vaurioituvat. Jos ihoa ei jäähdytetä, vamma laajenee syvempiin ihokerroksiin ja kipu jatkuu kauemmin.

#### **Pienen palovamman ensiapu:**

- Pientä palovammaa jäähdytetään viileällä vedellä kunnes kipu häviää.
- Pienen rakkulaisen palovamman voi peittää puhtaalla suojasiteellä tai palovammojen hoitoon tarkoitetulla erikoissiteellä.
- Ellei poikkeavaa ilmene, vaihda side kahden-kolmen päivän välein.
- Jos palovamma tulehtuu, mene lääkäriin.



## **Lääkärin hoitoa vaativat palovammat, jotka ovat:**

- kämmentä suurempia 2. asteen palovammoja
- kaikki 3. asteen palovammat
- kaikki sähköpalovammat
- kasvojen, käsien syvät palovammat
- hengitystiepalovammat
- lasten palovammat
- vanhusten lievätkin palovammat
- jotakin perussairautta sairastavan henkilön esim. diabeetikon palovammat

## **Rintakipu**

Rintakipuun on aina suhtauduttava vakavasti. Kovan puristavan rintakivun tavallisin syy on sydäninfarkti. Kipu tuntuu ylävartalolla ja voi säteillä vasempaan kainaloon, käsivarteen ja kaulalle. Henkilö on usein kylmänhikinen, hänellä voi olla pahoinvointia ja hengitys voi vaikeutua.

Henkilö voi ottaa omia lääkkeitä (nitro-lääkitys), jos ne eivät auta muutaman minuutin kuluessa, toimitaan ensiapuohjeen mukaan.

### **Rintakipuisen ensiapu**

- Tee hätäilmoitus heti numeroon 112.
- Rauhoita häntä ja auta hänet lepoon esim. puoli-istuvaan asentoon.
- Anna hätäkeskuksen ohjeiden mukaan potilaalle puolikas tabletti Aspirinia tai Disperinia (250 mg) pureskeltavaksi tai veteen liuotettuna. Tablettia ei anneta, jos potilas on allerginen näille lääkkeille (asetyyylisalisyylihapolle).
- Jos henkilö menee elottomaksi, aloita painelu-puhalluselytys rytmillä 30 painelua ja 2 puhallusta ja ilmoita hätäkeskukseen muuttuneesta tilanteesta.

**Tietoisku!** Äkillisen rintakivun syitä on monia. Sydämen sepelvaltimotukos eli sydäninfarkti ja angina pectoris -tyyppinen kipukohtaus vaativat välitöntä ammattiapua.

Sepelvaltimot huolehtivat sydämen hapen ja ravinnon saannista. Mikäli sepelvaltimoiden sisäpintaan kertyy rasvaa, kolesterolia ja sidekudosta, valtimo ahtautuu vähitellen ja veren virtaus heikkenee. Sydänlihaksen hapenpuutteesta voi seurata äkillinen sydänlihaskuolio eli sydäninfarkti ("sydänveritulppa").

Nopealla ensiavun ja hoidon käynnistymisellä voidaan estää lisävaurioiden syntyminen ja sairastuneen selviytymismahdollisuudet paranevat merkittävästi.

## Sokin ehkäisy

Sokin oireet voivat olla seuraus suurista sisäisistä tai ulkoisista verenvuodoista, vaikeista murtumista, palovammojen tai rajun ripulin aiheuttamasta nestehukasta. Myös sydämen pumppausvoiman pettäminen tai voimakas allerginen reaktio voivat aiheuttaa sokkitilan.

### Tunnista sokin oireet:

- Iho on kalpea ja kylmän hikinen.
- Henkilö on levoton, myöhemmin sekava.
- Hengitys on tihentynyt.
- Suu on kuiva, hänellä on janontunne.
- Syke on nopea ja heikosti tunnettavissa.

### Sokkipotilaan ensiapu:

1. Tyrehdytä verenvuodot.
2. Soita hätänumeroon 112.
3. Aseta loukkaantunut makuulle alaraajat koholla.
4. Suojaa kylmältä esimerkiksi huovalla tai takilla ja eristä kylmästä alustasta.
5. Rauhoita.

## Toiminta liikenneonnettomuudessa

Mitä paremmin olet varautunut onnettomuuden mahdollisuuteen, sitä helpompi sinun on toimia rauhallisesti ja säilyttää toimintakykysi.

Auttamistilanteessa parhaiten ensiapua taitava ottaa johtovastuun ammattiavun tuloon saakka.

### Toimi näin:

#### 1. Selvitä mitä on tapahtunut

- Arvioi onnettomuuden vakavuus, selvitä onnettomuuspaikka ja loukkaantuneiden määrä

#### 2. Tee hätäilmoitus numeroon 112

Katso täältä lisätietoa hätäilmoituksen tekemisestä

#### 3. Estä lisäonnettomuudet

- Varoita muuta liikennettä (hätävilkut, varoituskolmio)
- Pelasta hengenvaarassa olevat
- Estä palovaara, sammuta virta autosta
- Muista oma turvallisuutesi

#### 4. Anna ensiapua taitojesi mukaan

- Turvaa loukkaantuneen hengitys ja verenkierto
- Estä tukehtuminen avaamalla hengitystiet
- Tyrehdytä verenvuodot
- Tue murtumat
- Aseta loukkaantunut oireiden mukaiseen odotusasentoon ja pidä lämpimänä

#### 5. Tarkkaile ja rauhoita loukkaantunutta odottaessanne ammattiapua

- Seuraa muutoksia loukkaantuneen voinnissa ja kirjaa ne.
- Rauhoita loukkaantunutta kuuntelemalla, puhumalla ja koskettamalla häntä. Älä jätä häntä yksin.

#### 6. Välitä tapahtumatiedot ammattiauttajille

- Kerro ammattihenkilöille tapahtumatiedot ja havaintosi, sillä ne nopeuttavat oikean hoidon aloittamista.
- Loukkaantuneen jatkohoidon kannalta on tärkeää tietää, näkikö joku tapahtuman vai löydettiinkö henkilö. Tapahtumatietojen perusteella voidaan päätellä todennäköiset vammat.

## Vierasesineen poisto hengitysteistä (aikuinen)



**1.** Käännä autettavan ylävartaloa alaspäin ja lyö viisi kertaa lapaluiden väliin.

Mikäli tämä ei auta soita **112**.



**2.** Nykäise kahden nyrkin otteella taakse ja ylös päin. Toista nykäisy tarvittaessa viisi kertaa.



**3.** Jatka tarvittaessa vuorottelemalla viittä lyöntiä lapaluihin ja viittä nykäisyä pallean alle.

**4.** Jos autettava menee elottomaksi, aloita painelu- puhalluselvytys rytmillä 30 painallusta ja 2 puhallusta.