

Punainen Risti



Miten varaudun häiriötilanteessa!

valmiuspäällikkö Tommi Virtanen
SPR Varsinais-Suomen piiri

Mitä kotona?

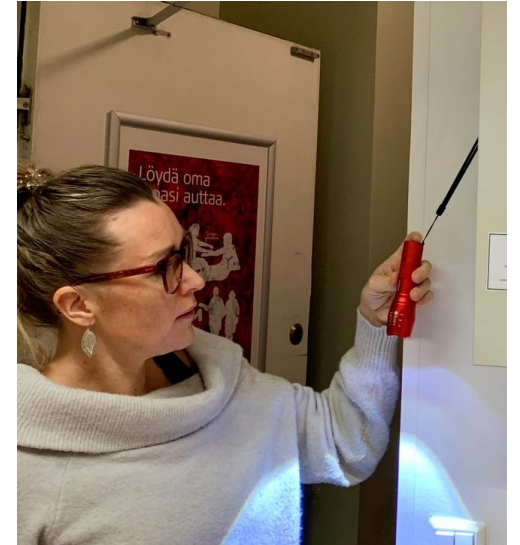


Olemme osa Vapaaehtoista pelastuspalvelua



Mitä kotona?

- Taskulamppu, paristovalaisin/-lyhty, paristoja
- Kynttilöitä ja tulitikut
- Paristokäyttöinen radio
- Ladattava varavirtalähde puhelimelle
- Rahaa käteisenä
- Välttämättömät/tarvittavat lääkkeet
- Ruokaa ja vettä vähintään kolmeksi päiväksi (vesiastia), Kotivara!
- Kosteuspyyhkeitä, muovipusseja
- Alkusammutusvälineet, ensiapulaukku, kasvomaskeja, joditabletteja
- Polttopuita, mikäli käytössä tulisija





**Huomioi myös
naapurit, perhe
ja ystävät!**

**He saattavat
tarvita apua!**





Jos haluat oman
tilaisuuden
yhteisöllesi, ota
yhteyttä:

www.72tuntia.fi

Lisätietoa: 72tuntia.fi



Koulutusta, ohjeita, videoita ja esitteitä saatavilla omatoimiseen varautumiseen

Esimerkiksi auttamistilanteisiin liittyen: auttajakurssit, ensiapukurssit, henkisen ensiavun kurssit



112 SUOMI

112 Suomi -mobiilisovellus paikantaa sinut hätätilanteessa ja nopeuttaa avunsaantia.

4 askelta 112 Suomi -sovelluksen käyttöön

1. Laata sevelus. Etsi sovellus soveluskaupasta nimellä "112 Suomi" ja laata se käyttövalmiiksi soveluskaupan ohjeita noudattaen.
2. Syytä puhelinnumeron. Sovellus vaatii ennenkäyttöä käyttökerralla oman puhelinnumeron syyttämisen. Puhelinnumeron päivittämisen syyttämisen avulla voit olla paikalla ja koordinointi yhdistetään toisiinsa hätätilanteissa.
3. Hätätilanteissa. Hätätilanteissa soita "112" -palvelusta parhaimmalla laadulla, että iPhone-puhelimissa hätätilanteissa kytkeytyy suoraan. Windows ja Android -puhelimissa joudut vielä kytkeytymään puhelin palvelimen omaista kytkeytymään.
4. Tieto sijainnista välittyy automaattisesti kun soita hätäpuhelun 112 Suomi -sovelluksen kautta. Sijainnista välittyy automaattisesti hätäkeskityksille.



Miten 112 Suomi -sovellus nopeuttaa avunsaantia hätätilanteessa?

- Verossa paikassa, peitillä määrittäjä tai ulkona luonnossa oma sijainti voi olla vaikea kuvata tarkasti.
- Puhelimen kääntely nopeuttaa, kun sijainnista välittyy välittömästi paikkatietoa.
- Apua tarvittaen lähimmään lääkintökeskukseen yksittäistä, kun tarkka sijainti on tiedossa alusta asti.
- Pelastusyksiköllä ei kulu aikaa paikalle etsimiseen, vaan ne löytyvät perusteellisesti.

www.digia.com/112suomi



Toimintaohje TUKE HENGITYSTIESSÄ



1. Lyö lapaluiden väliin kymmenen viisi kertaa.
 - Tue vartalosta ja takuta autetta yläkäsiä alaspuoleen.
 - Tavoitteena on saada pää keskivaikeasti alapuolelle.



2. Jos tämä ei auta, soita 112.
 - Laita puhelin kauttamalle.
 - Voit myös pyytää jatkain toista paikalla olevaa tekemään hätätoimenpiteitä.



3. Tee puristustote
 - Aseta toinen käsi ryssä autettavan palleen alle takakautta.
 - Tärty ryssä toisella kädellä.
 - Nykäise taakse ja viis.
 - Toista rykäisy tarvittaessa viisi kertaa.



4. Jos tuke ei poistu, jatka viorottelemalla viittä lyöntiä lapaluihin ja poistu.
5. Jos autettava menee tajuttomaksi, aloita elvytys.

Toimintaohje TAJUTON SELÄLLÄÄN



1. Saako autettavan herelle?
 - Herättele puhuttelemalla ja ravitsemalla.



2. Jos autettava ei herää, soita 112.
 - Aseta puhelin kauttamalle.



3. Selvitä, hengittäkö autettava normaalisti.
 - Avaa hengitystiet ojentamalla päätä ja kohottamalla leuankärsistä ylös.
 - Tunnustele hengitystä poskella.
 - Katso samalla liikkuuko rintakehä.



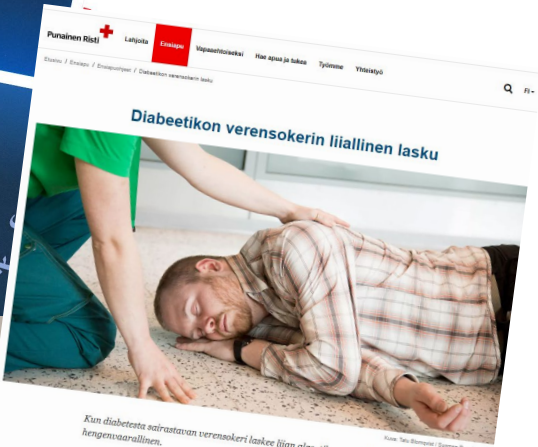
4. Jos autettava hengittää normaalisti, turvaa hengitys kääntämällä kylkiänsentoon.
5. Huolehdi että hengitystiet ovat avoimia, ja seuraa että hengitys on normaalia.
 - Tarkkaile autettavan kunnes ensihoitajat saapuvat paikalle.



You have experienced a shocking event



Rintakipu on todennäköinen oire sepelvaltimotaudista.



Diabeetikon verensokerin liiallinen lasku

Kun diabeetista sairastavan verensokeri laskee liian alhaalle, tilanne voi olla hengenvaarallinen.

Diabeetti syntyy, kun haime ei tuota riittävästi insuliinia tai toimii heikosti, kun insuliinia ei voida käyttää normaalisti. Silloin veren sokeripitoisuus nousee liian korkeaksi. Verensokerin välikäyttöä ja liikuntaa. Korkea verensokeri voi aiheuttaa aivoverenkierron häiriöitä.

Ensiapuun tarvitaan useimmiten insuliini. Kun verensokeri laskee liian matalalle lääkärin ohjeiden mukaan, insuliinin käyttöä ei saa aloittaa ilman lääkärin ohjeita.

Oireet

- Kivun tunne ja heikkous
- Hätäsi, hämmäys ja oksenta
- Jäskely, levottomuus ja aggressiivisuus
- Heikkous
- Toisaalta heikkous: ihmisen mennessä kaatumaksi kynneseen on huolehdittava.

Diabeetikon ensiapu

1. Jos onnettomuus on tapahtunut, anna henkilöä huolehtivasta tai sairaanhoitajasta yhteystietoja ja juttelua. 4-6 grahamia.
2. Jos autettava ei herää 10 minuutissa tai jos hän onnettomuus on tapahtunut, soita hätäpuhelun 112.
3. Jos autettava ei herää, mutta hengitys on normaalia, käännä hänet kylkiänsentoon hengityksen turvaamiseksi. Älä anna lämpöä tai lämmintä vaipaa tai jalkojaan suojata.



Kampanjat ja teemapäivät osana varautumista ja turvallisuuden edistämistä

Olemme osa Vapaaehtoista pelastuspalvelua



Tapaturmien ehkäisyverkosto

Viranomaisista ja järjestöistä koostuva yhteistyöverkosto, jota SPR koordinoi.

Tavoitteena on kotona ja vapaa-ajalla sattuvien tapaturmien vähentäminen.

Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn ohjelman vuosille 2021-2030.

TAVOITTEET

Hyvä turvallisuustaso toteutuu kaikissa ympäristöissä

Vakavien ja kuolemaan johtavien koti- ja vapaa-ajan tapaturmien määrä vähenee 25 prosentilla vuoteen 2030 mennessä.

VISIO

Kenenkään ei tarvitse kuolla tai loukkaantua vakavasti tapaturman seurauksena.



Tien päällä

- Yritä matkan tarpeisi aikaa. Huomioi myös tuulet.
- Pienistä ajasta - liian pienillä tienoilla.
- Tarkista ajoneuvon kunto, erityisesti rengaspaineet.
- Pidä hauskaa turvallisiin ja kiinnitä se tavittensa. Jätä matkustajien väli matkustajille.
- Ole paitsi liikenteessä.
- Varmista, että matkustajien turvatyöt tai turvalaitteet ovat asianmukaisesti kiinnitetyt.

Mökkiä mökkimäillä

- Tarkista, että palovaroittimet toimivat. Palovaroitin on hyvä käyttää ainakin mukautettuna, ohjeistuksella ja ohjeistuksella.
- Napsa mökkivieraille, miten mökkiä pidetään hirtillä.
- Varmista, että savunhuurolinnot ovat toimintakunnossa.

Ulkona

- Pidä pihapiirin kulkuväylät kirkkaiden ja hyvin valaistuna.
- Pidä puhalta mukana oliivipöytä.
- Kytä sopiva, pitävä ja rievä ulkoasu.

Mökkikäynnillä

- Suhtaudu mökkivieroksi kunnosti ja turvallisesti.
- Kytä turvallisesti.
- Suosittelu huonaa näin, ettei pöytä tai laukkaa tökkäisi.
- Kytä vain hyväkuntoisia työvälineitä.
- Napsa tällöin-ohje viera tullen jälkeen.

Mökkielämän turvallisuustarkistus
Tarkistuksista turvalliseen mökkäilyyn.

Ohjeita turvalliseen mökkäilyyn. Lupaaminen ohjeistuksella, www.kotipolttoma.fi
Pääkirjoittaja: Antti Miettinen



Vapaaehtoisen pelastuspalvelun, Vapepan järjestöverkosto

Valmiusjärjestöt:



Autoliitto



Finlands Svenska Marthaförbund



Folkhälsan



Maa- ja Kotitalousnaisten Keskus



Maanpuolustus-kiltojen liitto



Maanpuolustuskooulutus ry



Maanpuolustus-naisten Liitto ry



Mannerheimin Lastensuojeluliitto



Marttaliitto



Nada Suomi/Finland



Naisten Valmiusliitto



Sukeltajaliitto



Suomen Johanniittain Apu ry



Suomen Kylät



Suomen latu



Paliskuntain Yhdistys



Pelastakaa Lapset



Pidä Saaristo Siistinä ry



SF-Caravan



Suomen Lentopelastusseura



Reserviläisliitto



Suomen Meripelastusseura



Suomen Metsästäjäläiitto



Suomen Mielenterveysseura



Suomen Moottoriliitto



Suomen Palveluskoiraliitto



Suomen Partiolaiset



Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö



Suomen Punainen Risti



Suomen Purjehdus ja Veneily



Suomen Radioamatööriliitto



Suomen Rauhanturvaajaliitto



Suomen Reserviupseeriliitto



Suomen Riistakeskus



Suomen Suunnistusliitto



Suomen Pelastuskoiraliitto



Suomen Taksiliitto



Suomen Tienpalvelumiehet



Suomen Tienpalvelumiesliitto



Suomen Työvään Urheiluliitto TUL



Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto



Työvään Retkeilyliitto



Suomen Olympiakomitea



WWF Suomi

Toimintaa tukevat:



Elinkeinoelämän Keskusliitto EK



Naisjärjestöjen Keskusliitto



Suomen Ammattiliittojen Keskusjärjestö SAK



Suomen Humanitaarisen Oikeuden Seura



Suomen Kuntaliitto



Suomen Lääkäriliitto



Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta



Tapio



Työturvallisuus keskus



Suomen Yrittäjät



on järjestöverkosto, jonka tehtävänä on toimia viranomaisen tukena erilaisissa onnettomuustilanteissa.

Vapepa-toimintaa koordinoi yleisesti **Suomen Punainen Risti**

- Vesillä **Suomen Meripelastusseura** ja
- ilmassa **Suomen Lentopelastusseura**

Vapepassa ei ole henkilöjäseniä vaan hälytysryhmiin kuulutaan jonkin järjestön kautta.

- 53/44 järjestöä (Varsinais-Suomi 25)
- 1000 hälytysryhmää (V-S 120)
- Yli 12 000 toimijaa (V-S 1000)