

Opinnäytetyö (AMK)

Terveysala

Sairaanhoitaja (AMK)

2016

Riiko Järviö & Pauli Laine

# ENSIAPUKOULUTUSTA PERNIÖN VPK-NUORILLE



**TURUN AMMATTIKORKEAKOULU**  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Terveysala | Sairaanhoidaja (AMK)

Toukokuu 2016 | 34 sivua + Liitteet 8 sivua

Ohjaajat Sirpa Nikunen & Tiina Pelander

Riiko Järviö & Pauli Laine

## ENSIAPUKOULUTUSTA PERNIÖN VPK-NUORILLE

Projektin tehtävänä oli toteuttaa ensiapukoulutusta Perniön VPK:n nuorille uusilla menetelmillä, jotka kohtaavat paremmin lasten ja nuorten kykyä oppia ensiavun keinoja. Kohderyhmänä oli 7 – 15 vuotiaat lapset ja nuoret. Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen lapset ja nuoret osaavat toimia paremmin ensiaputilanteissa.

Opetukseen osallistui nuoria Perniön (n=13) ja Teijon (n=14) paloasemilla. Koulutus kesti kummallakin kerralla kaksi tuntia. Perniön koulutuksessa käsiteltiin haavojen sidontaa sekä painesiteen ja kolmiliinan käyttöä. Tajuttoman ja elottoman kohtaamista sekä elvytystä opeteltiin myös. Lisäksi käytiin läpi sähköiskun saaneen ensiapua. Teijolla koulutuksesta jätettiin elvytys pois, oppilaiden nuoren iän ja edellisillan kokemusten vuoksi. Teijolle räätälöitiin kuviin ja kortteihin perustuva uudenlainen koulutustapa.

Kahden viikon kuluttua koulutuksesta VPK-nuorille järjestettiin koe, joka toimi samalla palautelomakkeena ensiapukoulutuksen tavoitteiden toteutumisesta. Koevastausten perusteella nuoret omaksuivat kohtalaisen hyvin ensiapuopin. Erittäin hyväksi menetelmäksi Teijon ryhmällä koettiin ensiapukoulutuksessa kuvien ja korttien käyttö oppimisen tukena. Tämä menetelmä on helppoa kopioida mille tahansa opetuksen osa- alueelle.

ASIASANAT:

Ensiapu. koulutus, nuoret

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Health Care | Registered Nurse (AMK)

June 2016 | 34 pages + Attachments 8 pages

Instructors Sirpa Nikunen & Tiina Pelander

Riiko Järviö & Pauli Laine

## FIRST AID TRAINING FOR PERNIÖ VOLUNTARY FIRE DEPARTMENT YOUTH

The project task was to carry out first aid training for Perniö Voluntary fire department's youth with new methods that will better meet youth's ability to learn first aid measures. Target group was 7-15 years old. The aim is that youth will learn how to act in the most common first aid situations.

Lessons participate youth in Perniö (n=13) and Teijo (n=14) firestations. The training lasted each time for two hours. Training in Perniö dealt with binding wounds, and usage of pressure bandage and triangle cloth. Encountering unconscious and lifeless people was taught and resuscitation. Also first aid of electric shock was taught. In Teijo group resuscitation was left out due to experience of previous evening and age of the group. For Teijo training we planned new way of teaching, using cards and pictures.

After two weeks the test was held, which served at the same time the feedback implementation of the first aid training objectives for young people. According to test first aid skills were implemented quite well. Very good method in first aid training in Teijo was usage of pictures and cards. This method is easy to copy to any education sector.

### KEYWORDS:

First aid, training, youth

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 ENSIAPU</b>	<b>7</b>
<b>3 PROJEKTIN TEHTÄVÄ JA TAVOITE</b>	<b>1 ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b>
<b>4 PROJEKTIN EMPIIRINEN TOTEUTTAMINEN</b>	<b>14</b>
4.1 Projektin suunnittelu	14
4.2 Projektin toteutus	17
4.3 Teoriakokeen tulokset ja arviointi	20
<b>5 PROJEKTIN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS</b>	<b>26</b>
<b>6 POHDINTA</b>	<b>29</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>33</b>

## LIITTEET

- Liite 1. Opinnäytetyön toimeksiantosopimus.
- Liite 2. Anomus opinnäytetyönä toteutettavasta projektista.
- Liite 3. Oppituntirakenne.
- Liite 4. Koekysymykset.
- Liite 5. Saku Sammakko elvytysmatkallaan

## KUVAT

Kuva 1. Havainnekuva ja välinekortit	19
--------------------------------------	----

## KUVIOT

Kuvio 1. Elottomuuden tunnistaminen (n=32)	21
Kuvio 2. Puhallus-paineluelvytyksen aloittaminen (n=32)	22
Kuvio 3. Palovammapotilaan hoito (n=32)	22
Kuvio 4. Pyöräilyonnettomuus (n=32)	23
Kuvio 5. Tukehtumiskohtauksen hoito (n=32)	23
Kuvio 6. Sähköonnettomuus (n=32)	24
Kuvio 7. Lävistävä haava (n=32)	24
Kuvio 8. Epileptinen kohtaus (n=32)	25

# 1 JOHDANTO

Ensiapukoulutuksella annetaan auttajalle tiedot ja taidot mahdollisimman hyvään auttamiseen sekä näiden taitojen ylläpitoon. Ensiaputaitojen avulla saadaan valmiuksia toimia erilaisissa onnettomuuksissa ja sairaustapauksissa. (Sahi ym. 2006, 4.) Ensiaputaitoja on opetettu aikuisväestölle vuosia lähes saman kaavan mukaan. Samoilla menetelmillä on annettu lapsille suunnattua ensiapukoulutusta, muttei lapsille suunnatun ensiapukoulutuksen tehokkuutta ole tutkittu maailmalla juurikaan. Lasten fyysisten ja psyykkisten kykyjen on arvioitu olevan riittävä elvytyksen toteuttamiseen. (Fleischhackl ym. 2009, 8.) Ensiaputaitojen osaaminen koskee jokaista.

Vapaaehtoisilla palokunnilla on Suomessa 445 nuoriso-osastoa, joissa harjoittelee 7293 iältään 7–17-vuotiaita. Nuoriso-osaston harjoituksissa opetellaan niin pelastustaitoja kuin ensiaputaitojakin yhdistettynä ryhmätyötaitoihin. (SPEK 2015.) Lain mukaan jokaisella on velvollisuus auttaa ensiapua tarvitsevaa. Rikoslaisissa (578/1995) heitteillepanosta sanotaan, että henkilö, joka ei auta tarvitsevaa siten, ettei hänen hengelleen tai terveydelleen ole enää välitöntä vaaraa, on tuomittava sakkoon tai vankeuteen.

Projektin tehtävänä oli toteuttaa ensiapukoulutusta Perniön VPK:n nuorille uusilla menetelmillä, jotka kohtaavat paremmin lasten ja nuorten kykyä oppia ensiavun keinoja. Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen lapset ja nuoret osaavat toimia paremmin ensiaputilanteissa.

## 2 ENSIAPU

Jokaisella on velvollisuus auttaa ensiapua tarvitsevaa. Rikoslain 21 luvun 14§, laki heitteillepanosta, sanotaan, että henkilö, joka ei auta tarvitsevaa siten, ettei hänen hengelleen tai terveydelleen ole enää välitöntä vaaraa, on tuomittava sakkoon tai vankeuteen. (Rikoslaki 578/1995.) Hätäensivavusta puhuttaessa tarkoitetaan henkeä pelastavaa ensiapua, jolla pelastetaan onnettomuuden kohdanneen ihmisen henki, estetään hänen tilansa pahentuminen ja kutsutaan ammattiapu paikalle. Hätätilanteen sattuessa on toimittava nopeasti ja ensiapu on aloitettava heti tapahtumapaikalla. (Suomen ensiapuopas 2015.)

Ensiaputilanteet eivät useimmiten ole niin vakavia, että avuntarvitsijan henki olisi vaarassa. Useimmiten ensiaputilanteissa on kyse loukkaantuneen tai sairastuneen lähimmäisen auttamisesta ja tukemisesta. Tällaisissa tilanteissa avuksi riittää useimmiten neuvot ja ohjeet avun tarvitsijalle. Liikkuessamme olemme kuitenkin alltiita niin työ- ja vapaa-ajalla onnettomuuksiin, joissa tarvitaan apua nopeasti. Toimintaohjeet ovat samat, oli kyseessä sitten onnettomuus, tapaturma tai sairauskohtaus. Toimintaohjeiden hallitseminen ja tunteminen auttaa jokaista rohkeasti toimimaan ennen ammattiavun saapumista tapahtumapaikalle. Omaan toimintaansa auttamistilanteessa kuuluu kiinnittää huomiota, sillä oma rauhallisuus ja järjestelmällinen toiminta ovat tärkeitä. Ensiaputilanteessa jokaisen apu on aina arvokasta ja tieto siitä, että jokainen meistä osaa myös auttaa jollain tavalla, antaa itsevarmuutta toimia. (Castrén ym. 2012, 3.)

Tutkimuksin on osoitettu, että lapset ja nuoret kykenevät toteuttamaan ensiaputaitoja saatuaan siihen koulutusta. Pakistanilaisessa tutkimuksessa analysoitiin oppilaita (n = 147) jotka olivat saaneet kuusi tuntia ensiapukoulutusta koulun loman aikana. Tämän tutkimuksen mukaan ainoastaan potilaan painoindeksin kasvaessa saattavat lasten fyysiset voimat olla riittämättömiä paineluevlytyksen riittävään syvyyteen. (Khan ym. 2010, 6.)

He, Wynn ja Kendrick (2009) ovat tutkineet ei-elvyttävää koulutusta lapsille ja vammaisille. Tulokset on koottu 23 tutkimuksesta, joista 14 on satunnaisotantoja

ja yhdeksän ei-satunnaisotantoja. Tutkimusten kohteena olivat alle 19-vuotiaat nuoret. Useimmissa tutkimuksissa ensiaputaidot olivat kohentuneet merkittävästi. Lisäksi auttavainen käytös oli lisääntynyt yhdeksässä tutkimuksessa ja yli kaksi kolmasosaa oli kokenut luottamuksen omiin ensiaputaitoihin kohentuneen merkittävästi. Videolla tai vähemmän innostavalla tavalla annettu opetus ei saavuttanut samaa tehokkuutta kuin innostava vuorovaikutuslähtöinen koulutus, tosin ohjaajan palkkaus vaikutti kustannuksiin. Siltikään minkään tietyn koulutustavan tai tietyssä iässä annetun koulutuksen ei voida osoittaa olevan erityisen tehokasta. (He ym. 2013, 3.)

Fleischhackl ym. (2009) ovat tutkineet riittävää soveltavaa elvyttävää ensiapua 9-18 – vuotiaille koululaisille tutkimuksessaan. He tutkivat, onko tutkimukseen osallistuvien koululaisten nuori ikä ja puuttuvat fyysiset ja kognitiiviset taidot esteenä toistaa opitut menetelmät oikeaoppisesti. Tutkimukseen osallistuvien ikä, sukupuoli, paino ja pituus mitattiin. Elvytettävänä olleella nukella kerättiin tietoa muun muassa keuhkojen ventilaation ja painalluksien suhteesta, rintakehän painalluksien syvyydestä ja frekvenssistä, pään ja leukojen oikeasta asennosta sekä puhallusmääristä. Defibrilaattorin sähköiskujen oikeaoppista ajoitusta seurattiin. Tutkimukseen osallistuneista 147 koulutettavasta 86 % suoritti elvytyksen oikeaoppisesti. Koulutus toteutettiin Itävallan punaisen ristin vakioidulla menetelmällä, eikä tutkimukseen osallistuneilla oppilailta ollut entuudestaan taitoja ensiapukoulutuksesta. (Fleischhackl ym. 2009, 8.)

Hätänumeroon 112 soittamista ei tarvitse pelätä. Hätänumeroon 112 voi soittaa jokaisesta EU-maasta maksutta, ilman suuntanumeroa, vaikka käytössä olisikin ulkomainen liittymä. Ulkomailla soittaessa 112 numeroon puhelu ohjautuu kyseisen maan hätäkeskukseen. Mikäli hätäkeskus on ruuhkautunut, odota sulke-matta puhelinta. Vastaa kysytyihin kysymyksiin, toimi hätäkeskuksesta annettujen ohjeiden mukaisesti ja vasta luvan saatuasi lopeta puhelu. (112 Hätäkeskus 2015.)

Tajuton ei herää koviin ääniin tai ravisteluun, tajuton hengittää itse. Kun kohtaa maassa henkilön, joka ei edellä mainitun mukaisesti herää kovaan ääneen eikä



ole ravisteltavissa hereille, mutta hengittää kuitenkin itsenäisesti, tulee soittaa hätänumeroon. Hätänumerosta annetaan ohjeet, joiden mukaan toimitaan. Tajuton tulee kääntää selälleen, jotta voidaan selvittää hengittääkö hän. Mikäli hengitysteissä on jotain hengitystä haittaavaa, on pään asento varmistettava nostamalla leukaa ylöspäin. Hengityksen saa varmistettua esimerkiksi kuuntelemalla, tarkkailemalla rintakehää ja/tai käyttämällä peiliä tai matkapuhelimen näyttöä suun edessä. Kun on varmistuttu ihmisen autonomisesta hengityksestä ja katsottu, ettei hänellä ole vertavuotavia haavoja, tulee hänet kääntää kylkiasentoon. Autettavan luona tulee pysyä niin kauan kunnes hälytetty lisäapu saapuu. (SPR 2015.)

Runsasta verenvuotoa aiheuttavien haavojen ensiavussa tulee huomioida verenvuodon määrä, potilaan yleistila, mahdollinen vierasesine sekä lisäavun tarve. Ensi tilassa tulee haavaa painaa sormella tai kämmenellä vuodon tyrehtyttämiseksi sekä mahdollisuuksien mukaan korottaa vuotokohta sydämen yläpuolelle. Potilas on syytä asettaa makuulle tai istumaan tilanteesta riippuen. Haavalle asetetaan paineside joko sidoksilla tai muilla tilanteessa löytyvillä tarvikkeilla. Mikäli haavassa on vierasesine, esimerkiksi puukko, sitä ei tule poistaa ellei se tuki hengitysteitä. Poistaminen saattaa lisätä verenvuotoa sekä päästää epäpuhtauksia haavaan. Mikäli verenvuoto ei tyrehdy tai muutoin tuntuu siltä, niin on syytä soittaa yleiseen hätänumeroon 112 ja pyytää lisäapua. (Suomen Punainen Risti 2015.)

Aivotärähdys on puhekielen ilmaus lieväasteiselle, iskusta aiheutuvalle toiminnan häiriölle aivoissa. Vaikka kyseessä on vain lieväasteinen isku aivoille, on kyseessä silti aivojen vamma, vähäisenä. Aivotärähdykseen ei liity tajuttomuutta, kouristuksia eikä yli 10 minuutin muistinmenetystä. Satunnaisesti voi esiintyä oksentelua. Päänsärky on lievää. Näistä huolimatta jälkivaivoja jää vain harvoin ja toipuminen on yleensä aina täydellistä. Lievä aivotärähdys, johon ei liity tajunnanhäiriöitä eikä tajuttomuutta, hoidetaan kotiloissa, jos aivotärähdysten saaneen henkilön vointia voi seurata toinen henkilö. Lieviin oireisiin voidaan lukea päänsärky, pahoinvointi, huimaus, muistin epävarmuus ja väsymys. Särkyyn voi

tarvittaessa ottaa särkylääkkeitä, joita saa ilman reseptiäkin. Kovan fyysisen rasituksen ja alkoholin käytön välttäminen on suositeltavaa seuraavina päivinä. (Saarelma 2015a.)

Vuosittain sähköiskuun kuolee muutama ihminen, joiden kuolemat useimmiten aiheutuvat viallisista sähkölaitteista tai niiden vääränlaisesta käytöstä. Suomessa salamaniskuun kuolee vuosittain yhdestä kahteen henkilöä. Vammoja aiheutuu sähkön lämmittäessä kudoksia kulkiessaan kehon lävitse ja sähkö vaikutuksista sähköisiin kehon toimintoihin erityisesti aivoissa ja sydämessä. Sähköisku aiheuttaa sydämessä sähköisen häiriön toiminnassa, joka voi aiheuttaa sydämenpysähdyksen. Aivoihin sähköisku sen sijaan vaikuttaa lamauttamalla hengityksen toiminnan aiheuttaen hengityksen pysähtymisen. Ensiapu sähköiskun saaneen, tajuntansa menettäneen henkilön kohdalla on irrottaa sähkölaitteen pistoke tai katkaista päävirta sähkötaulusta. Mikäli kumpikaan edellä mainituista keinoista ei ole suoritettavissa, on henkilö irrotettava sähkövirrasta niin nopeasti kuin mahdollista varoen kuitenkin samalla itse sähkövirralle altistumista. Auttaja saa eristettyä itsensä esimerkiksi kumijalkineilla tai – käsineillä. Kun tajuntansa menettänyt on autettu pois sähköiskun vaarasta, käännetään hänet kylkiasentoon varmistuen hengityksen autonomisuuden. Mikäli sähkölle altistunut ei hengitä, on hälytettävä apua ja aloitettava painelu puhalluselytys. Sähköiskun saanut henkilö on aina toimitettava mahdollisimman nopeasti jatkohoitoon, vaikkei hänessä mitään näkyviä vammoja olisikaan. (Saarelma 2015b.)

Epilepsia-kohtauksessa on kyse aivojen toiminnan häiriöstä, joka on ohimenevä ja aiheutuu hermosolujen normaalista poikkeavasta sähkötoiminnasta. Epilepsiaa sairastava henkilö kärsii kohtauksista toistuvasti, yksittäisen epileptisen kohtauksen voi saada kuka vain. Yleisimpiä oireita kohtauksen aikana ovat tajunnantason lasku, tahdikas nykiminen ja lihasten velttous, jäykistyminen ja tahdoton nieleskely. (Epilepsialiitto 2015) Kun epilepsia-kohtaus tulee, toimitaan ensiavun kannalta ennaltaehkäisevästi vammojen synnyssä. Pidetään huoli ettei kohtauksen saanut henkilö kolhi tai lyö itseään huonekaluihin, aiemmista ohjeistuksista huolimatta suuhun ei saa nykyohjeistuksen mukaan laittaa mitään. Kun

kouristukset päättyvät tulee henkilö kääntää kylkiasentoon. Ennen paikalta poistumista tulee varmistua kohtauksen päätyttyä kohtauksen saaneen henkilön tajuissaan oleminen. Mikäli epilepsia-kohtaus kestää pidempään kuin viisi minuuttia, on paikalle hälytettävä apua. (Atula 2015.)

Henkilön menettäessä tajuntansa äkillisesti ja hänen mennessään elottomaksi on tärkeää olla valmiina antamaan painelu-puhalluselvytystä tilanteen vaatiessa. Mikäli henkilö ei herää voimakkaaseen ravisteluun eikä puhuttelemiseen, tulee huutaa apua mahdollisilta sivullisilta ja pyytää heitä soittamaan hätänumeroon tai soittaa itse. Hätäkeskuksesta neuvotaan jatko-ohjeita. Kun varmistetaan, ettei henkilö ala hengittää itsenäisesti edes hengitysteiden aukaisemisen jälkeen, on aloitettava painelu-puhalluselvytys. PPE aloitetaan asettelemalla eloton henkilö selälleen ja siirtymällä hänen vierelleen polvilleen. Paineleminen toteutetaan suhteella 30:2 eli painelemalla 30 kertaa rintalastaa kämmenen tyviosalla, toinen käsi toisen päällä. Kun 30 painallusta on suoritettu, puhalletaan kahdesti samalla toisella kädellä sulkien elvytettävän sieraimet puhallusten onnistumiseksi. Puhallukset ovat onnistuneita silloin, kun ne kestävät noin sekunnin ja elvytettävän rintakehä palautuu puhalluksista. Mikäli rintakehä ei palaudu puhalluksen jälkeen, on suusta poistettava mahdolliset irralliset proteesit ja varmistettava, että hengitystiet ovat auki. Tilanteissa, jossa puhallukset eivät syystä tai toisesta onnistu tai elvyttävä ei itse uskalla puhaltaa, voidaan jatkaa pelkällä painelulla. Joissakin tilanteissa elvyttävän voimat loppuvat ennen ensihoitajien paikalle saapumista. (Castrén ym. 2012, 3.)

Lapsen elvytyksen kulku poikkeaa joiltakin osin aikuisen elvytyksestä ja pääsyyinä lasten elottomuuteen on useimmiten vierasesine hengitysteissä. Hengitysteissä oleva vierasesine tulee poistaa ennen elvytyksen aloittamista tai joissakin tapauksissa koettaa puhaltaa este keuhkoihin. Kun on varmistuttu, ettei lapsi herää voimakkaaseen ravisteluun eikä puhutteluun ja hätäkeskukseen on yhteys, aloitetaan elvyttäminen puhaltamalla viisi kertaa. Jos lapsi alkaa tämän jälkeen hengittää normaalisti, käännetään hänet kylkiasentoon, jos ei, jatketaan elvyttämistä 30:2 suhteella. Pienillä lapsilla rintalastaa painellaan sormella, nopealla 100 painalluksen minuuttivauhdilla. (Castrén ym. 2012, 3.)

Tärkeää tieliikenneonnettomuuden ensiaputilanteeseen joutumisessa on olla asettamatta itseään tai sivullisia vaaraan. Oma kulkuneuvo tulee pysäköidä riittävän kauas onnettomuuspaikasta ja kytkeä päälle hätävilkut, jos sattuu olemaan autolla liikenteessä. Auton valoja voi käyttää hyväksi onnettomuuspaikan valaisussa kaukovaloja lukuun ottamatta, joista olisi vain haittaa. Jos liikenteessä sattuneessa onnettomuudessa palaa auto, tulee vaahtosammutinta käyttää jos sellainen on saatavilla. Omasta turvallisuudestaan tulee huolehtia käyttämällä heijastimia pimeällä. Hätänumeroon tulee soittaa ja ilmoittaa onnettomuudesta. Mikäli tiellä on uhreja, joilla on vaarassa joutua uuteen onnettomuuteen muun liikenteen vuoksi, tulee liikennettä ohjata. Vaarassa olevat tulee siirtää syrjään, jos siirtäminen on turvallista. Mikäli auttajia on useampia, on parasta, että yksi soittaa hätänumeroon, vähintään yksi ohjaa liikennettä ja loput auttavat onnettomuuden uhreja. (Castrén ym. 2012, 3.)

### **3 PROJEKTIN TEHTÄVÄ JA TAVOITE**

Projektin tehtävänä oli toteuttaa ensiapukoulutusta Perniön VPK:n nuorille uusilla menetelmillä, jotka kohtaavat paremmin lasten ja nuorten kykyä oppia ensiavun keinoja. Tavoitteena on, että koulutuksen jälkeen lapset ja nuoret osaavat toimia paremmin ensiaputilanteissa.

## 4 PROJEKTIN EMPIIRINEN TOTEUTTAMINEN

Aiheeseen päädyttiin, koska on osoitettu, että lapsille ja nuorille on kannattavaa antaa ensiapukoulutusta (Khan ym. 2010, 6). Opinnäytetyö toteutettiin projektina eli ensiapukoulutuksena Perniön Vapaaehtoisen Palokunnan nuorille. Projektia suunniteltaessa allekirjoitettiin tekijöiden ja Perniön VPK:n palopäällikkö, Hannes Aaltosen kanssa toimeksiantosopimus (liite 1) ja anomus opinnäytetyönä toteuttavasta projektista (liite 2).

Euroopan Elvytysneuvoston uusissa suosituksissa korostetaan koululaisille annettavan elvytysopetuksen tärkeyttä. Yli 12- vuotiaiden elvytystaitojen parantamiseen riittää 2 tuntia vuodessa. Elvytyksen kouluttamiseen nuorille tarvitaan kuitenkin koulutusta niin opettajille kuin lääketieteen ammattilaisillekin. (European Resuscitation Council 2015.)

Perniön vapaaehtoinen palokunta ry:n toiminta on jakautunut kolmelle asemalle Perniön, Teijon ja Särkisalon alueelle. Tuettaviin alueisiin lukeutuvat samalla Raasepori ja Kemiönsaari. Perniön VPK:n toiminta-ajatuksena on turvata tavallisten ihmisten arki vastuualueillaan, tuottaen samalla palo-, pelastus- ja ensivastepalveluita. (Perniön VPK 2015.)

### 4.1. Projektin suunnittelu

Projekti rajattiin koskemaan ensiapuopetusta vain lapsille työn tilaajan pyynnöstä. Alkuperäisessä suunnitelmassa (liite 3) pyrittiin antamaan kokonaiskuva ensiavusta ja elvytyksestä. Alun perin koulutussuunnitelmaan kerättiin yleisimpiä ensiaputilanteita, jotka jaettiin yhteen teoriaosuuteen ja kolmeen toimintaosioon, joiden viitteellinen kesto vaihteli 15–20 minuutin välillä. Ensimmäisessä osiossa paneuduttiin hätäpuheluun, ensiarvioon ja turvallisuuteen. Toisen toimintaosion aiheina olivat sähköiskut ja putoamiset. Kolmannen osion aikana oli tarkoitus harjoitella käytännössä elvytystä Saku Sammakko elvytysmatkallaan laulun ohjeistamana.

Uusien menetelmien löytämiseksi tutkittiin laajalti erilaisia tietokantoja. Projektiin kerättiin aineistoa tutkimalla Suomen Pelastusalan Keskusliiton ja Suomen Punaisen Ristin koulutussuunnitelmia sekä ensiapuohjeistuksia. Huomioon otettiin myös uudet Euroopan Elvytysneuvoston vuonna 2015 julkaisemat elvytysohjeet. Lisäksi suoritettiin hakuja Cinahl- ja Medline- tietokannoista englanninkielisillä hakusanoilla Adolescent + First aid, First aid + training sekä suomenkielisillä hauilla Medic- tietokannasta sanoilla nuorten+ koulutus sekä ensiapu+ koulutus. Tuloksista saatiin selville, että lapsille suunnattua ensiapukoulutusta on toteutettu samoilla menetelmillä kuin aikuisillekin. Lisäksi ensiapuopetusta on hyvin vähän tutkittu. Hakujen perusteella valittiin kaksi ulkomaista tutkimusta pohjaksi opinnäytetyölle; Fleischhackl ym. 2009. School children sufficiently apply life supporting first aid: a prospective investigation ja He, Z.; Wynn, P. & Kendrick, D. Non-resuscitative first-aid training for children and laypeople: a systematic review. 2013.

Projektin tehtävää silmälläpitäen etsittiin uusia, jo käytettyjä opetusmenetelmiä, joita ei juuri löytynyt lukuun ottamatta älypuhelin sovelluksia. Lukuisia blogeja luettiin ja muita ei luotettavia kirjoituksia, miten on eri puolilla maailmaa koulutettu lapsia ensiavussa. Varsin pian huomattiin, ettei uudenlaisia keinoja ole löydettävissä. Tästä syystä haettiin aikuisille suunnattuja virallisia ensiapuohjeita, joita tiivistettiin ja karsittiin, jotta ne sopisivat paremmin lapsille. Menetelmien suunnittelussa oli ainoana keinona käyttää mielikuvitusta sekä testata menetelmiä toisen opinnäytetyön tekijän lapsiin. Koulutuksessa pyrittiin aktivoimaan nuoria. Aktivointi tarkoittaa tässä oppilaiden yksilöllistä huomioimista ja eri opetusmenetelmien käyttämistä.

Ryhmätehtävät ja konkreettiset menetelmät aktivoivat ryhmää. Keskustelulla saadaan aktivoitua ryhmää ja selvennettyä mielipiteitä ja aiempia kokemuksia. (Vuorinen 1995, 50–53.) Työn tilaaja ei rajoittanut koulutuksen sisältöä muutoin kuin annetun ajan osalta. Kohderyhmään tutustuminen tapahtui osallistumalla aiempiin nuorten harjoituksiin. Myöhemmin kävi ilmi, että kohderyhmään tutustuminen oli ensiarvoisen tärkeää tässä tilanteessa. Ryhmissä oli merkittävää eroa aiemman ensiapukoulutuksen määrässä.

Projektia lähestyttiin myös pedagogiselta kannalta. Koulutuksen suunnittelussa huomioitiin lasten vapaaehtoisuus sekä vapaapalokunnan säännöt. Viikkoharjoituksiin lapset saapuvat vapaaehtoisesti ilman ilmoittautumisia. Palokunnalla on oma toistuva rytmensä koulutuksille, joissa aiheet toistuvat säännöllisin väliajoin. Koulutuksessa asetettiin perustavoitteet ja lisätavoitteet. Perustavoitteina olivat palokunnan tavoitteet ensiaputaitojen hallinnasta. Lisätavoitteena oli tuoda jotain uutta koulutukseen sekä ryhmässä oppiminen ja toimiminen. Opetuksellisesti ryhmien tiedettiin olevan vaativia johtuen yksilöiden valmiuksista omaksua tietoa sekä aiemmasta koulutuksesta.

Opetussuunnitelma on laadittava sen verran laajaksi, että myös lahjakkaammat saavat opetuksesta uutta. Samasta opetuksesta voivat toiset oppilaat omaksua vaativampiakin osia kun heikommin hahmottavat oppivat vain perusasioita (Malinen 1985, 102).

Ajankäytön rajallisuudesta ja ensimmäisen tilaisuuden palautteen johdosta, rajoitettiin jälkimmäinen osio koskemaan lapsille eteen mahdollisesti tulevia onnettomuuksia ja tapaturmia. Lasten kykyä omaksua yhdellä kerralla laajaa ensiapukoulutusta pyrittiin kartoittamaan kirjallisuuden ja aiempien kokemusten pohjalta.

Osana suunnittelua toimi jälkeempään pidettävän kokeen kysymykset (Liite 4). Kysymyksiä laadittiin kaikkiaan kahdeksan. Kysymysten asettelussa pyrittiin luomaan lapsille mielikuvia tuttujen henkilöhahmojen avulla. Kysymysten henkilöiksi valittiin palokunnan päällikkö Hannes Aaltonen sekä molemmat koulutuksesta vastanneet. Kysymykset aseteltiin monivalintatehtäviksi, siten että vastausvaihtoehtoja oli useampia osassa kysymyksiä. Lisäksi pyrittiin löytämään arkielämässä mahdollisesti vastaantulevia tapaturmia joiden ensiapua käsiteltiin koulutuksessa. Kysymykset olivat samoja molemmille ryhmille huolimatta koulutuksen erilaisuudesta. Joissakin kysymyksissä oli useampi oikea vaihtoehto.



## 4.2 Projektin toteutus

### Ensiapukoulutus 9.11. Perniön VPK – nuorille klo 18:00–20:00

Yhteisen aloituksen aikana vapaapalokuntalaiset lapset ja nuoret järjestäytyivät tapansa mukaan kolmiriviin omat haalarit yllään. Palopäällikön suoritettua nimenhuuto esiteltiin päivän aihetta. Näitä olivat eriteltyinä muun muassa tajuttoman kohtaaminen, tukehtuminen ruoan joutumisesta hengitysteihin, ensiapu, sähköiskut, putoaminen ja elvytys.

Yleisönä lapset ja nuoret jaksoivat kuunnella hyvin teoriaosuudella. Ikäjakauma vaihteli 9-17-vuotiaiden välillä, läsnä oppilaita oli 13. Ensimmäiseen koulutukseen osallistuneet lapset ja nuoret kuuluivat ryhmineen ensimmäisiin, toisiin ja kolmansiin. Ryhmitys perustui palokunnan omaan koulutukselliseen jakoon. Kolmannet eli vanhimmat nuoret jotka jo osallistuivat hälytystehtäviin, toimivat koulutuksen taustalla tarvittaessa avustajina ja pysyttelivät teoriaosuuden aikana enemmänkin taka-alalla.

Teoriaosuuden edetessä haavoihin ja niiden hoitoon oli aika esitellä kehitelty supersankari KKK eli kylmä, koho ja kompressio. Hahmo kehitettiin vanhasta lakanaasta, suihkumyssystä ja lakanaan piirretystä logosta. Toisen saadessa kuvitteellinen haava käteensä pähkäillen itsekseen, kuinka tilanteessa tulisi toimia, ryntäsi toinen meistä lakanaan sonnustautuneena toitottamaan juhlallisesti kylmää, kohoa ja kompressiota. Tämän jälkeen oli aika päästää yleisö kokeilemaan haavojen sidontaa. Harjoituksen avuksi oli kehitelty piirtäen haavoja, jotka lasten piti teipata itseensä ja sen jälkeen pareittain laittaa toisilleen suojaksi painesiteet sideharsorullia käyttäen. Lapset käyttivät mielikuvitustaan haavojen sijainteihin ja melko pian painesiteitä muodostuikin raajojen lisäksi myös kaulan ja pään alueille. Yllättävästi kännykälle löydettiin uusi merkitys painesiteeseen, toisen sideharsorullan korvaajaksi. Ennen koulutuksen alkua täytettiin vanha infuusiopullo ja – letku säilykepunajuuren liemellä, tavoitteena saada muodostettua hoitotarvikkeita apuna käyttäen lapsille astetta hienompia haavoja. Nämä keinotekoiset haavat eivät kuitenkaan kestäneet tarpeeksi pitkään ja jouduttiin turvautumaan väritettyihin haavoihin.

Painesideharjoituksen jälkeen avuksi pyydettiin taka-alalla pysytteleviä vanhimpia vapaapalokuntalaisia nuoria harjoitukseen, jossa harjoiteltiin rasteittain tajuttoman kohtaamista portaikossa. Harjoituksessa haettiin lähestymistapaa, joka on oikea tilanteessa, jossa on epäselvää, onko maassa makaava henkilö kaatunut tai pudonnut. Toisessa rastissa oli kyseessä tajuttoman kohtaaminen tilanteessa, jossa tämän kädessä on sähkölaite, joka on edelleen kytkettynä sähköverkkoon. Aiemmin mainitut vanhimmat vapaapalokuntalaiset nuoret auttoivat saamaan harjoituksesta aidomman tuntuksen esittämällä maassa makaavia tajuttomia henkilöitä.

Viimeisenä harjoituksena vuorossa oli elvytys, elvytysnukeilla, jotka mittasivat väreillä painallusten onnistumista. Elvytysharjoituksen tueksi oli laulu Saku Sammakosta elvytysmatkallaan ([liite 5](#)), jota ei valitettavasti kyetty soittamaan koulutuskerralla musiikkisoittimien toimimattomuuden vuoksi.

#### Ensiapukoulutus 10.11. Perniön VPK – nuorille Teijolla klo 17:30–19:30

Ennen Teijon koulutusta jouduttiin miettimään koko koulutuspaketti uudelleen. Edellisen illan Perniön koulutuksesta saatujen kokemusten ja palautteen perusteella ei voitu noudattaa alkuperäistä tuntisuunnitelmaa, sillä siinä vikana oli opetusmateriaalin laajuus verrattuna käytettävissä olevaan aikaan. Palautteesta muutettiin alkuperäistä koulutusta ja valmisteltiin Teijolle suppeampi koulutuspaketti, josta elvytys jätettiin pois. Uutta tuntisuunnitelmaa ei kuitenkaan ehditty rakentaa seuraavalle päivälle. Eräs myös muutettava piirre oli teoriaopetustapa, joka käytiin liiaksi ensimmäisellä tunnilla aihealueittain, eikä teoriaosuus sujunut jouhevasti.

Oppimisen tueksi kehitettiin ja tulostettiin havainnekuvia erilaisista tapaturmista. Lisämateriaaliksi piirrettiin kortteja, joissa kuvattiin erilaisia välineitä, kuten siderulla kottikärryt, puhelin, ambulanssi, ihminen ja niin edelleen. ([Kuva 1](#))



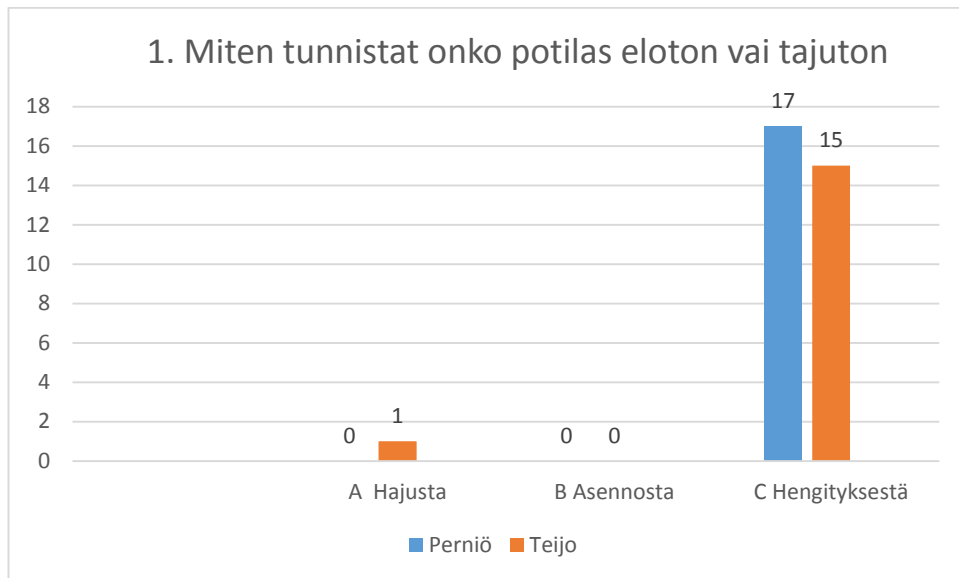
Teoriaosuudessa edettiin, kuten tapaturmatilanteessakin tulee toimia, askel kerrallaan. Lapsilta tuli väliin hyviä tarkentavia kysymyksiä ja ehdotuksia. Kerrottiin ensiavun olevan vaikka vain kädestä pitämistä ja ettei jätä loukkaantunutta yksin. Käytiin läpi painesiteen, tajuttoman ensiavun, sähköiskutapaturman, polkupyöräonnettomuuden, tukehtumisen. Jokaiseen tapaturmaan pyrittiin löytämään esimerkki arkielämästä huumorin säestyksellä. Esimerkiksi yhdessä lasten kanssa ihmeteltiin, voiko kännykästä saada sähköiskun kylvyssä?

Teoriaosuuden jälkeen oli vuorossa kyläyhdistyksen mehua-ja-pullaa tauko. Tauon aikana muodostettiin tehtävärasteja erilaisista tapaturmista havainnekuvioiden avulla, sekä aseteltiin vierelle kortteja, joissa oli ”välineitä”. Nuoret jaettiin 4 hengen ryhmiin, jotka kukin kiersivät vuorollaan tehtävärastit. Yhdessä apukouluuttajien kanssa kierrettiin ryhmissä neuvomassa ja opastamassa. Nuorille korostettiin oman turvallisuuden tärkeyttä ja lisäävun hälyttämistä liikennetapaturmissa. Tarkoituksena ei ollut antaa suoria ohjeita, vaan kannustaa erilaisiin ratkaisuihin annettujen välineiden avulla, käyttäen hyödyksi aiemmin saatua opetusta. Lopuksi ryhmän tuli kertoa muille, viimeiseksi käymänsä rastin ratkaisumallinsa näyttämällä käyttämiään välinekortteja. Harjoituksen lopussa lapset kertoivat pitäneensä tällaisesta opetustavasta.

#### 4.3. Teoriakokeen tulokset ja arviointi

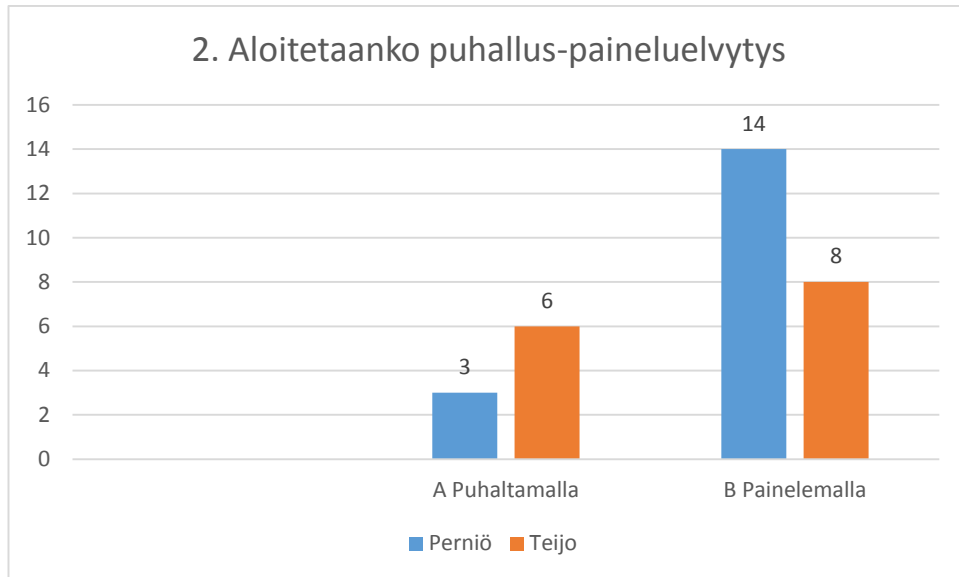
Kahden viikon kuluttua koulutuksesta pidettyyn teoriakokeeseen osallistui Perniössä 17 nuorta ja Teijolla 15. Kokeeseen osallistuivat myös ne, jotka eivät olleet paikalla koulutuksessa, tällä tavoin saatiin hieman pohjaa koulutuksen tehokkuudesta. Tuloksia tarkasteltaessa ei merkittäviä eroja koulutustavan suhteen ilmennyt. Huomionarvoista tosin, että Perniön nuorista suurin osa on käynyt VPK:n harjoituksissa jo muutamia vuosia ja näin ollen saanut ensiapukoulutusta aiemminkin. Teijon ryhmässä eivät kaikki osanneet kunnolla lukea eivätkä kirjoittaa ja heidän kanssaan koe käytiin henkilökohtaisesti läpi. Tästä huolimatta he kuitenkin olivat omaksuneet annettuja ohjeita hyvin. Teijon nuoret olivat koelomakkeisiin myös piirtäneet sarjakuvia koulutuksesta, jonka tulkittiin osoittavan koulutuksen mieleenpainuvuutta. Yhteistä molempien ryhmien vastauksille oli auttamisen halu (kuvio 4). Toisen ryhmän kanssa kysymyksiä läpikäytäessä

tuli ilmi, opettajan opettaneen, että epilepsiakohtauksen sattuessa potilaan suuhun laitetaan jotain estämää kieleen pureminen (kuvio 8). Koulutettaville korostettiin edellä mainitun menettelyn epilepsiakohtauksen sattuessa olevan nyt väärä menettelytapa, vaikka niin on opetettu aiemmin ja lasten kokemusten mukaan opetetaan edelleen joissakin kouluissa.



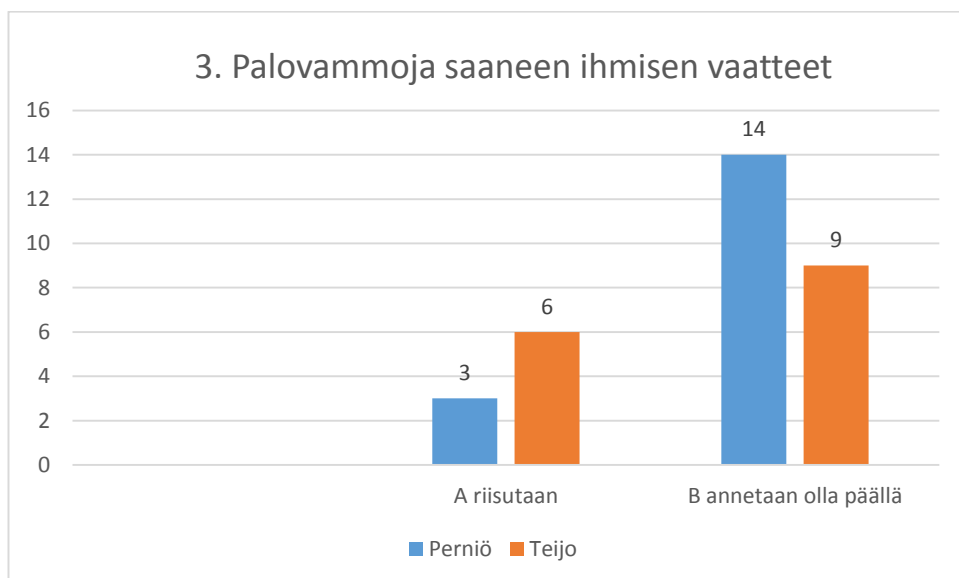
Kuvio 1. Elottomuuden toteaminen (n=32)

Tuloksista voidaan nähdä lasten tunnistavan elottomuuden merkit, koulutuksesta riippumatta (kuvio 1). Yksi vastaaja oli vienyt asian äärimmilleen ja jälkepäin pohti, että mädäntynyt ihminen alkaa haista.



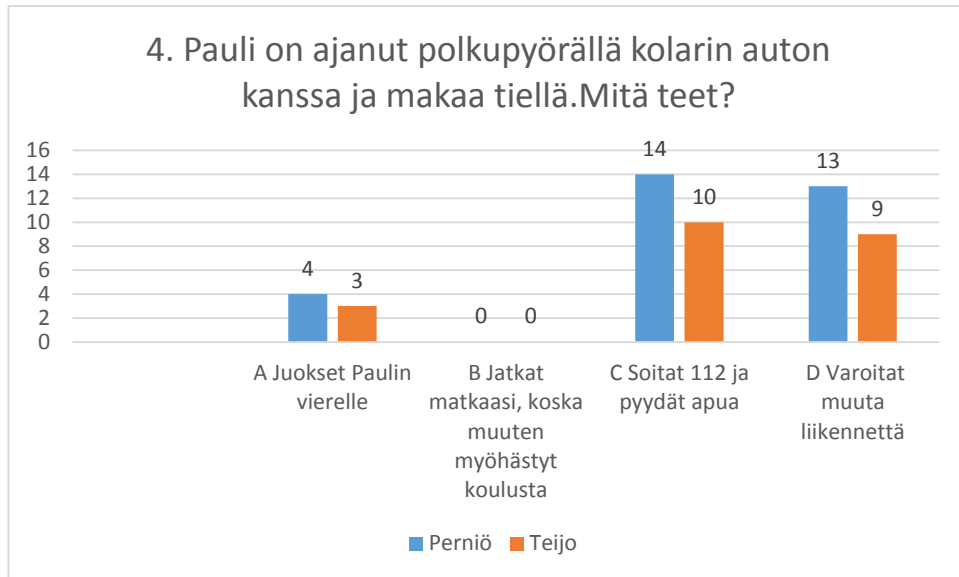
Kuvio 2. Puhallus-paineluelvytyksen aloittaminen (n=32)

Vastausten eroavaisuus selittyy sillä, etteivät Teijon nuoret saaneet elvytyskoulutusta. Tosin myös Perniön nuoret vastasivat vaihtelevasti. Kysymyksen asettelussa ei kerrottu elottomuuden syytä, jolloin kumpikin vastaus olisi oikein (kuvio 2).



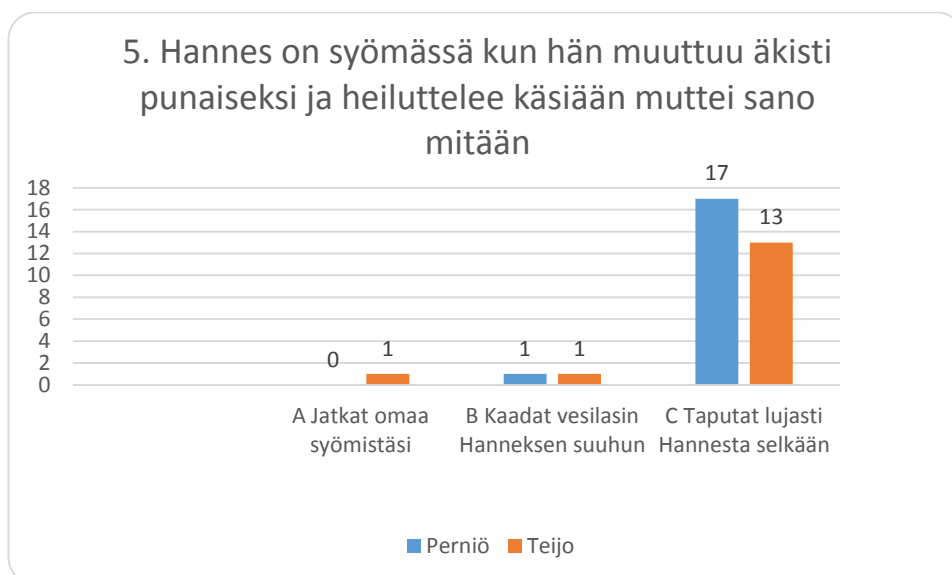
Kuvio 3. Palovammapotilaan hoito (n=32)

Kysymyksen vastauksista (kuvio 3) voidaan päätellä enemmistön sisäistäneen koulutuksessa annettuja ohjeita olla riisumatta palaneita vaatteita onnettomuuspaikalla.



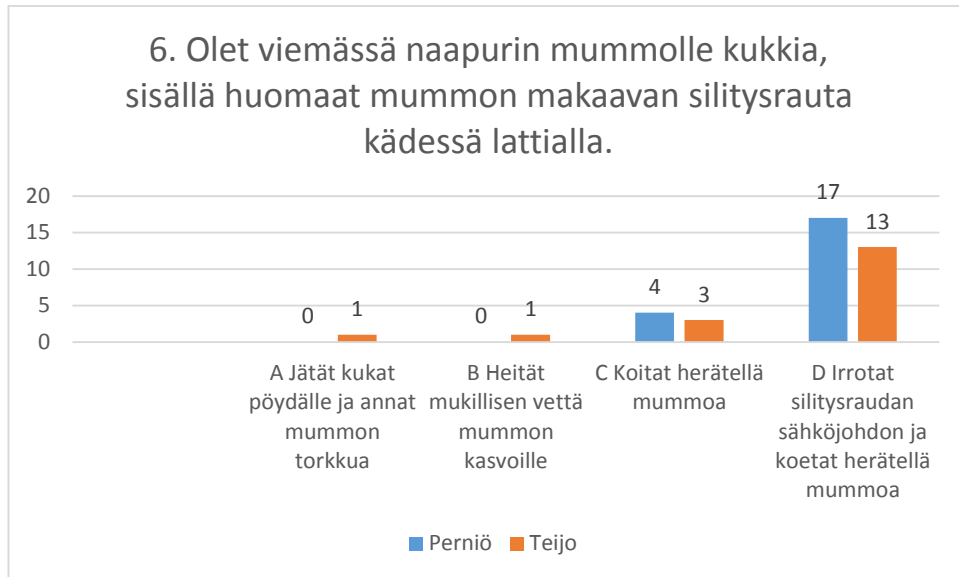
Kuvio 4. Pyöräilyonnettomuus (n=32)

Kysymyksellä pyrittiin tutkimaan nuorten oppineisuutta kokonaisuuden hallinnasta sekä riskinarviointia (kuvio 4). Huomioitavaa on, että vain harva ei ottanut muuta liikennettä huomioon.



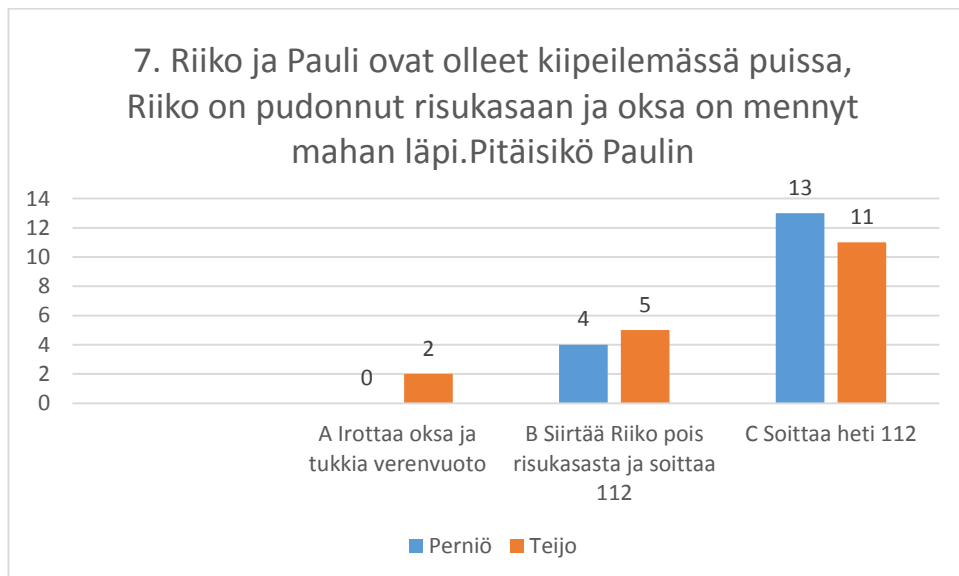
Kuvio 5. Tukehtumiskohtauksen hoito (n=32)

Vastausten perusteella kaikki kokeeseen osallistuneet osaisivat toimia oikein tukehtumiskohtauksessa (kuvio 5).



Kuvio 6. Sähköonnettomuus (n=32)

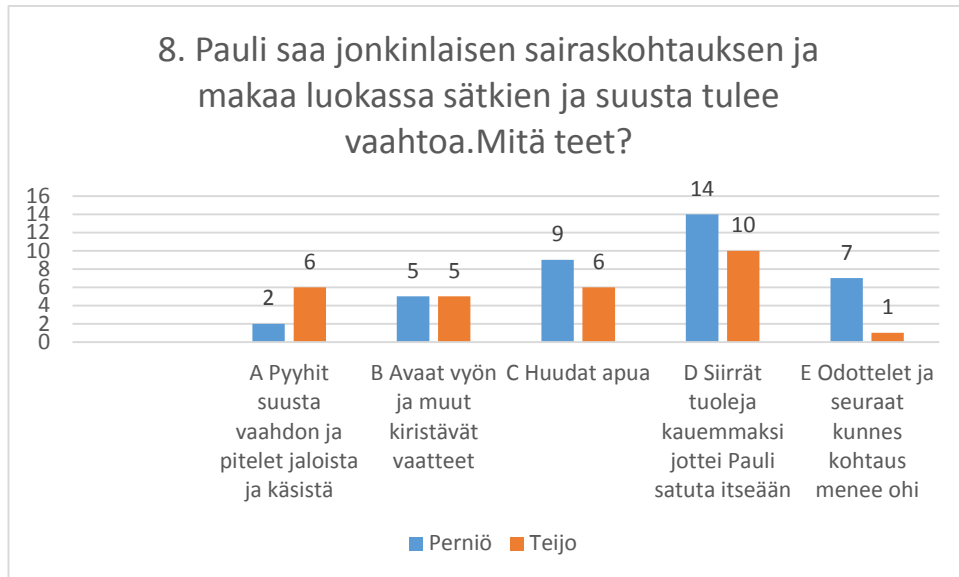
Vastaukset (kuvio 6) asettuivat samalla tavalla riippumatta koulutustaustasta ja -tavasta. Vastausten perusteella voitaneen olettaa korttikoulutuksen antaneen Teijon ryhmälle valmiuksia huomioida ympäristöä ja kokonaistilannetta.



Kuvio 7. Lävistävä haava (n=32)

Vastausten perusteella koulutus on ollut tehokasta, sillä suurin osa vastaajista osaisi toimia tilanteessa oikein (kuvio 7). Siirtäjät perustelivat vastaustaan likaisuudella ja mahdollisella märkyydellä.





Kuvio 8. Epileptinen kohtaus (n=32)

Vastauksissa oli suurinta hajontaa. Nuoret kertoivat koulussa opettavan, että potilaan suuhun laitetaan jotain estämään kieleen pureminen epileptisessä kohtauksessa (kuvio 8). Kysymys asetettiin, koska tiedossa oli toisessa ryhmässä oleva epileptikko.

Kokeesta saatu palaute ei välttämättä ole täysin pitävää, sillä koulutukset eivät olleet molempina päivinä samanlaiset eivätkä kaikki ensimmäisenä koulutuspäivänä läsnä olleet osallistuneet suoranaisesti koulutukseen itsessään. Epäluotettavia vastauksista tekee myös se, että jos kokeen toistaisi vastaavanlaisten koulutusten jälkeen jossain toisessa vapaapalokunnassa, voisivat tulokset poiketa Perniön ja Teijon tuloksista. Mikä taas tekee vastauksista positiivisia, on se, että samankaltaisia tuloksia saatiin molemmilta ryhmiltä elvytysosiota lukuun ottamatta (kuvio 2). Erityisen positiivista on koulutuksen muistiin jääminen Teijon vapaapalokuntalaisille, joilla ei ole samanlaista aiempaa koulutustaustaa kuin Perniön vapaapalokuntalaisilla. Tilanearviointi oli sisäistetty suhteellisen hyvin molemmissa ryhmissä (kuviot 4,5 ja 6). Kysymyksissä 3 ja 7 tuli yllättävän paljon hajontaa molemmissa ryhmissä (kuviot 3 ja 7), vaikka asiat oli käyty yhdessä läpi. Noiden kysymysten kohdalla jäätin miettimään, olivatko kysymykset aseteltu hyvin.

## 5 PROJEKTIN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Projektin tehtävällä antaa lapsille ja nuorille eväitä kohdata yleisimpiä ensiaputilanteita pohjautuu yleiseen auttamisvelvollisuuteen tieliikennelain mukaisesti. Tieliikennelaissa (267/1981, 57§) määrätään jokainen auttamisvelvolliseksi onnettomuuden sattuessa. Rikoslaisissa (578/1995) heitteillepanosta sanotaan, että henkilö, joka ei auta tarvitsevaa siten, ettei hänen hengelleen tai terveydelleen ole enää välitöntä vaaraa, on tuomittava sakkoon tai vankeuteen. Lain asettamien määritysten vuoksi auttamiseen asennoituminen on tärkeää jo nuorella iällä. Perniön VPK kouluttaa ensiapua jatkuvasti, mutta projektin toiveena oli yhteistyötahon, Perniön VPK:n puolelta ensiapukoulutuksen uusien opetustapojen kehittäminen. Uusien opetustapojen toivottiin olevan kestäviä ja uudelleen käytettäviä opetuksen sisällön tukena. Opinnäytetyölle tehtiin yhteistyössä työn tilaajan, Perniön VPK:n kanssa toimeksiantosopimus (liite 1) ja anomus opinnäytetyönä toteutettavasta projektista (liite 2).

Tutkimuksessa tulee kunnioittaa itsemääräämisoikeutta ja yksityisyyttä. Projektin yhtenä osana oli niin sanottu pistokoe ensiapukoulutusten jälkeen. Koe oli alun perin suunniteltu pidettäväksi viikon jälkeen ensiapukoulutuksista, mutta sairastumisten vuoksi ne pidettiin kaksi viikkoa koulutusten jälkeen. Tavoitteena oli tutkia uusien ensiapukoulutusmenetelmien toteutumista. Pistokoe oli pohjimmiltaan kyselylomake, joka muotoiltiin etenkin lapsille sopivaksi ilman pelkoa vääristä tai vähemmän oikeista vastauksista. Kyselylomakkeesta löytyi myös vapaan sanan palautemahdollisuus.

Kyselylomakkeet kerättiin nimettöminä, eikä niistä voida tunnistaa vastaajaa jälkikäteen. Vastanneista ei myöskään pidetty minkäänlaista rekisteriä. Henkilötietolaissa (523/1999, 14§) määrätään, ettei henkilö saa olla tunnistettavissa vastauksista, palautteesta ei myöskään saa käydä ilmi sen kirjoittaja. Henkilötiedot tulee hävittää.

Vapaapalokunnan toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen. Vapaapalokuntalaiset lapset ja nuoret olivat saaneet etukäteen tiedon ensiapukoulutuksesta, jolloin se kuului heidän harrastuksensa sisältöön.

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan siinä käytettyjen mittarien luotettavuudella, käytettyjen aineiston keruu menetelmien täsmällisyydellä sekä tutkijan sitonnaisuuksilla. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen, 1998, 206–207.)

Projektin pistokokeessa ei ollut tulosten mittaamisessa käytetty mitään vakiinnutettua mittaria, jolloin tulosten mittaaminen ei välttämättä ole luotettavaa. Pistokokeiden tuloksilla voidaan arvioida ainoastaan projektin ensiapukoulutuksen onnistumista. Lisäksi ei voitu olla täysin varmoja, olivatko kaikki lapset ymmärtäneet kysymykset täysin oikein.

Internetistä etsityssä tiedossa on vaarana todellisen tiedon sekoittuminen toisten ihmisten mielipiteisiin ja kokemuksiin. Opinnäytetyötä tehtäessä siihen valikoituvia lähteitä on luettu ja arvioitu kriittisesti, pyrkien välttämään ihmisten omiin kokemuksiin pohjautuvien lähteiden käyttöä. Opinnäytetyössä pyrittiin käyttämään asiallisia ja tutkitun tiedon lähteitä. Jonkun toisen työn ja tekstin kopioimista eli plagiointia vältettiin. Opinnäytetyössä käytetyt lähteet ovat suomen- ja englanninkielisiä, jolla lisätään projektiin liittyvän tiedon luotettavuutta. Lähteinä pyrittiin käyttämään mahdollisimman uutta tietoa, sillä ensiavun menetelmiin tulee muutoksia ja uusia toimintaohjeita jatkuvasti, eikä ensiapukoulutuksessa kuulu käyttää vanhentunutta tietoa opetuksen tukena.

Koulutuksen luotettavuuteen panostettiin käyttämällä teoretietoa luotettavista lähteistä, kuten Terveyskirjastosta ja Suomen Pelastusalan Keskusliiton koulutussuunnitelmia. Opinnäytetyössä käytettyjen lähteiden sisältö on asiallista ja tutkittua tietoa. Aineistoa haettaessa huomioon otettiin aineiston julkaisuvuosi, otsikointi, kohderyhmä, kieli ja kulttuuri. Aineistossa pyrittiin käyttämään mahdollisimman tuoretta sisältöä. Tiedonhaussa hyödynnettiin Terveyskirjastoa, jota päivitetään tasaisin väliajoin lääketieteen tai hoitoalan ammattilaisten toimesta. Edellä mainittu lähde on käytössä laajalti Suomessa.

Huolimaton ja harhaanjohtava raportointi sekä puutteellinen kirjaaminen luetaan piittaamattomuudeksi. Vilpillä tarkoitetaan keksittyjen havaintojen esittämistä tai havaintojen käyttämistä ilman lupaa, kuten myös toiselta anastetun idean tai suunnitelman käyttöä omana. Olennaisia tuloksia ei tule jättää raportoimatta eikä valikoida saati vääristellä (Tutkimuseettinen neuvottelulautakunta 2014). Opin­näytetyön koulutuksen lähdemateriaalina käytettyjä lähteitä on käytetty muutta­matta tekstin alkuperäistä merkitystä. Myöskään koulutuksen jälkeen järjestetyn kokeen tuloksia ei ole muutettu eikä käsitelty millään tavalla.

## 6 POHDINTA

Vastausten perusteella tultiin tulokseen, että kuvallinen harjoitus yhdistettynä teoriakoulutukseen omaksuttiin hyvin. Tutkimusten mukaan ensiaputaitojen opettaminen nuorille on kannattavaa, vaikkakin näiden tutkimusten luotettavuus ei kovin hyvä ole. Minkään tietyn koulutustavan tai tietyssä iässä annettavan koulutuksen ei voida osoittaa olevan erityisen tehokasta. (He ym. 2013, 3.) Elvytyksen suhteen ongelmaksi osoittautui hyvin nuorilla tarpeeksi syvien painallusten toteuttaminen, joskin elvytystavat olivat muuten Perniön ryhmällä hyvin hallussa.

Aiemmin ensiapukoulutusta saaneiden kohdalla laajemman aineiston läpikäynti saattoi olla tuloksellista, tätä tosin on vaikea arvioida aiemman koulutuksen määrää tuntematta. Ensimmäisiä kertoja ensiapuopetusta saavien kohdalla tulisi pitäytyä suppeammassa aineistossa ja antaa tilaa myös lasten luovuudelle. Lapille on hyvä korostaa välittämistä sekä mahdollisuutta toimia omien rajojensa mukaan. Iällä ei havaittu olevan merkitystä ensiaputaitojen oppimisessa. Ensiapuosaamista tulisi päivittää etenkin lasten kanssa toimivien henkilöiden osalta. Erityistoiveena koulujen ensiapukoulutusten ohjeiden paikkansa pitävyys, kun kävi ilmi, että kouluissa opetetaan edelleen toimimaan epilepsiakohtauksessa vanhan kaavan mukaan laittamalla jotain suuhun. Ensiaputodistukset ovat voimassa kolme vuotta, joten muutaman vuoden välein tulisi ainakin opettajien päivittää ensiapuosaamisensa. (Suomen Punainen Risti 2009.)

Projekti herätti ajatuksia vastaavan työn tekemisestä tutkimuksena, jolloin voitaisiin vertailla eri koulutusmuotojen toimivuutta.

Saku Sammakon lisäksi oli kehitelty kaksi muutakin ensiapulaulua, muun muassa kokonaan uudelle sävellykselle uusi laulu. Ongelmaksi laulujen suhteen muodostui ensimmäisellä opetuskerralla äänentoistolaitteiden toimimattomuus. Toisella opetuskerralla Teijolla laulu sammakosta jätettiin soittamatta, sillä se ei olisi tukenut koulutusta koskiessaan elvytystä, joka jätettiin pois koulutuksesta ensimmäisestä kerrasta saadun palautteen ja koulutettavien nuorten iän vuoksi. En-

simmäisellä opetuskerralla Perniössä elvytyksen ollessa yhtenä osa-alueena havaittiin ongelmaksi joillakin alle 10-vuotiailla lapsilla elvytyspainallusten syvyyden riittämättömyys, vaikkei muussa toiminnassa puutteita olisi ollutkaan. Teijolla tiedettiin myös koulutettavien olevan iältään nuorempia verraten Perniöön. Myöskään Perniön palopäällikkö ei nähnyt tarpeellisuutta elvytyksen kouluttamiseen Teijon ryhmälle.

Projektisuunnitelmaan laadittua tuntisuunnitelmaa ei voitu käyttää enää Teijon ryhmän koulutuksessa sen laajuuden vuoksi. Perniön koulutuksen jälkeen aikaa jäi alle 20 tuntia kehittää parempi ja toimivampi koulutuskokonaisuus, eikä uudelle tuntisuunnitelmalle ja sen hyväksyttämiseksi jäänyt täten tarpeeksi aikaa. Teijon koulutus vedettiin vapaamuotoisemmin. Perniön palopäällikkö korostikin Perniön koulutuksen jälkeen opetusmateriaalin laajuuden olevan liian suuri, etenkin yleisön ollessa lapsia ja nuoria.

Kokonaisuutena projektissa tavoiteltiin liian suurta. Tavoitteet olivat hyvät, mutta alituisesti törmättiin ongelmaan, miten kouluttaa uusilla tavoilla niin, että koulutuksen opit ovat oikeaoppisia ja opetettavat muistavat pääasiat. Laulujen suhteen ongelmana olivat sammakon elvytysmatka laulua lukuun ottamatta tekijänoikeudelliset syyt. Teijon koulutuksella ei käytetty muita uusia opetuskeinoja kuin havainnekuvia, joita apuna käyttäen piti keksiä mitä erilaisissa tilanteissa tehdään ensiapuna. Teoriaosuudella kuitenkin kerrottiin oikeat vastaukset kaikkiin jälkeenpäin ilmeneviin ongelmiin, joita tehtäväkierroksella ratkottiin kuvien avulla. Tämä ei varmastikaan ollut ensimmäinen kerta, kun teoriaosuudessa havainnollistetaan näyttelemällä. Teijolla kylmä, koho, kompressio sankari korvattiin lyhyellä oopperamaisella muistisääntölaulamisella.

Kehitetyt uudet tavat opettaa ensiapua jäivät ensimmäisellä opetuskerralla enemmän taka-alalle, toisin kuin toivottiin. Jotta esimerkiksi kylmä, koho, kompressio supersankari olisi toiminut paremmin, olisi tämän pitänyt olla esillä pidemmän aikaa. Positiivista lyhyessäkin esiintymisessä kuitenkin oli yllätyksellisyys, sillä edes palopäällikkö ei osannut sellaista odottaa tai ollut koskaan edes nähnyt sellaista ennen. Jos koulutuskertoja olisi ollut useampi, olisi kokonaisuudet saatu sopimaan paremmin uusien opetusmenetelmien kanssa.

Ongelmaksi muodostui ensimmäisellä koulutuskerralla myös ohjaajien tason eroavaisuus, toisen omatessa laaja vapaapalokuntalainen tausta. Teoriaosuu- den aikana toinen ohjaajista dominoi koulutusta toisen jäädessä enemmän tausta-alalle. Tietotason erosta oli myös hyötyä. Vapaapalokuntalaisen taustan omaava, nuorille entuudestaan tuttu kouluttaja pyysi kovalla äänellä lapsia rauhoittumaan hetkinä, jolloin yhdessä puuhaaminen johti luokan äänitason nousuun. Toinen kouluttaja ei edes yrittänyt vaikuttaa lapseen samalla tavalla, jolloin vältettiin tilanteet, jotka eivät olisi edistäneet koulutusta. Toisella koulutuskerralla jo yhden koulutuksen läpikäyneinä molemmilla ohjaajilla oli jo hyvä käsitys siitä, millainen koulutuskerta tullaan pitämään. Näin ollen toisella koulutuskerralla kouluttajat olivat tasavertaisempia ja puheenvuorot oli paremmin rakennettu kokonaisuuden kannalta. Teijon koulutuskerralla teoriaosuuteen, jolloin vapaapalokuntalaiset istuivat paikallaan kuuntelemassa koulutukseen osaa ottaen, sisällytettiin mahdollisimman paljon näyttelemistä. Improvisointina tieliikenneonnettomuuden osiossa lähti toinen kouluttajista leikkimielisesti lentämään harjalla leikkien olevansa noita, joka putoaa pääsiäislennoltaan.

Edelliseen kappaleeseen viitaten, ensimmäisellä koulutuskerralla käytetty perinteinen tilanteiden läpikäyminen olisi voitu muuttaa uudenlaiseksi. Tilanteiden läpikäymisessä kaksi vapaapalokuntalaista näyttelivät tajutonta, toinen portaissa leikisti kaatuneena, toinen sähkölaite kädessä maaten. Koulutuksen jatkokehittämisen kannalta vaikkapa pääsiäisen lähetessä, voisi tajutonta esittävät maskeerata näyttämään pääsiäisnoidilta luutineen: Tällä tavalla lapsille jää helpommin mielikuva tilanteesta.

Kuviin ja välinekortteihin perustuva, kehitelty opetusmenetelmä on saanut runsaasti myönteistä palautetta ja suurehkoa kiinnostusta opetusalan ammattilaisilta ja tekijöitä on pyydetty kertomaan menetelmästä. Menetelmän yksinkertaisuus ja taloudellisuus yhdistettynä helppoon muokattavuuteen mahdollistavat menetelmän käytön muillekin aloille. Kuvien ja korttien ansiosta menetelmä on helppo toteuttaa myös kielitaidon puuttuessa. Menetelmän etuihin kuuluu helppo muunneltavuus. Tilannekuvia vaihtamalla voidaan onnettomuustilanteita vaikeuttaa. Lisäksi välinekortteille voi määrittää pisteet jolloin menetelmästä saadaan peli.

Nuorille ja etenkin lapsille ensiapua kouluttavilla on oltava ensiapukoulutuksen sisältö kunnossa ja ajan tasalla, sillä useimmiten pienemmät lapset ovat helposti johdateltavissa. Toisella koulutuskerralla Teijolla esitettiin lapsille kysymys: ”Voiko kännykällä soittaa ollessaan kylvyssä?” Johon lapset vastasivat kielteisesti. Kouluttajan kysyessä: ”Miksei voi?” Oli joidenkin lasten kasvoilta nähtävillä hämmentynyt ilme. Koska lapset ottavat tietoa vastaan vähemmän kriittisesti kuin aikuiset, on tiedon välittäjän oltava vastuullinen.



## LÄHTEET

112 Häätäkeskus 2015. Häätänumero 112. Viitattu 9.11.2015

[http://www.112.fi/hatanumero\\_112/hatanumero\\_112](http://www.112.fi/hatanumero_112/hatanumero_112).

Atula, S. 2015. Epilepsia aikuisella. Terveyskirjasto. Viitattu 26.11.2015

[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00012](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00012).

Castrén, M. Korte, H. & Myllyrinne, K. 2012. Toiminta ensiaputilanteissa. Terveyskirjasto. Viitattu 9.11.2015

[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=spr00004](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00004).

Castrén, M. Korte, H. & Myllyrinne, K. 2012. Lapsen painelu-puhalluselytys (PPE). Viitattu 28.11.2015

[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=spr00025](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00025).

Epilepsialiitto 2015. Tietoa epilepsiasta. Epilepsiakohtaukset.

Viitattu 26.11.2015

<http://www.epilepsia.fi/fi/web/epilepsialiitto/epilepsiakohtaukset>.

European Resuscitation Council 2015. European Resuscitation Council guidelines for resuscitation 2105; Section1. Executive summary . Viitattu 19.11.2015

<http://ercguidelines.elsevierresource.com/european-resuscitation-council-guidelines-resuscitation-2015-section-1-executive-summary/fulltext>.

Fleischhackl, R.; Nuernberger, A.; Sterz, F.; Schoenberg, C.; Urso, T.; Habart, T.; Mittlboeck, M. & Chandra-Strobos, N. 2009. School children sufficiently apply life supporting first aid: a prospective investigation. *Critical Care* 2009, 13:R127. Viitattu 6.10.2015

<http://www.ccforum.com/content/13/4/R127#> .

He, Z.; Wynn, P. & Kendrick, D. Non-resuscitative first-aid training for children and laypeople: a systematic review. 2013. *Emergency Med Journal*. Viitattu 6.10.2015

[http://www.researchgate.net/publication/259386342\\_Non-resuscitative\\_first-aid\\_training\\_for\\_children\\_and\\_laypeople\\_a\\_systematic\\_review](http://www.researchgate.net/publication/259386342_Non-resuscitative_first-aid_training_for_children_and_laypeople_a_systematic_review).

Henkilötietolaki 523/1999, 14§.

Khan, A, Shaikh S, Shuaib F, Sattar A, Samani SA, Shabbir Q, Rasheed, A. 2010. Knowledge attitude and practices of undergraduate students regarding first aid measures. The Aga Khan University, Medical College, Pakistan. Viitattu 08.10.2015

[http://jpma.org.pk/full\\_article\\_text.php?article\\_id=1908](http://jpma.org.pk/full_article_text.php?article_id=1908).

Malinen Paavo 1985. Opetussuunnitelmat nykyajan koulutuksessa. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava. 102.

Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 1998. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 206–207.

Perniön VPK. 2015. Viitattu 27.10.2015  
<http://pernionvpk.liekit.fi/>.

Rikoslaki 578/1995.

Saarelma, O. 2015a. Aivotärähdys ja pään vammat (aikuiset). Terveyskirjasto Viitattu 19.11.2015  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00641](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00641).

Saarelma, O. 2015b. Sähkön aiheuttamat vammat. Terveyskirjasto. Viitattu 10.11.2015  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00334](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00334).

Sahi, T. Castrén, M. Helistö, N. & Kämäräinen, L. 2006. Ensiapuopas. 5. painos. Helsinki: Duodecim ja Suomen Punainen Risti.

Suomen ensiapuopas 2015. Viitattu 9.11.2015  
<http://www.ensiapuopas.com/>.

Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö 2015. Viitattu 5.10.2015  
<http://www.spek.fi/Suomeksi/Palokuntatoiminta/Palokuntanuoret>.

Suomen punainen risti 2015. Ensiapuhjeet. Tajuttoman ensiapu aikuiselle pdf. Viitattu 10.11.2015  
[https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/Tajuton\\_aikuinen\\_2010.pdf](https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/Tajuton_aikuinen_2010.pdf).

Suomen Punainen Risti. 2011. Ensiaputodistuksen voimassaolo ja Ensiapuvalmiuden ylläpito. Viitattu 28.11.2015  
<https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/Ensiaputodistuksen%20voimassaolo%20ja%20ensiapuvalmiuden%20yllapito.pdf>.

Tieliikennelaki 267/1981, 57§.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2014. Hyvän tieteellisen käytännön loukkaukset. Viitattu 9.5.2016  
<http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/htk-loukkaukset>.

Vuorinen, I. 1995. Tuhat tapaa opettaa. Menetelmäopas opettajille, kouluttajille ja ryhmän ohjaajille. Naantali: Resurssi.



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖN  
TOIMEKSIANTOSOPIMUS

1

OPISKELIJAN TIEDOT

Nimi JÄRVIO RIIKO Pauli Laine  
 Osoite VUORILINNANTIE 1 A15, 25500  
 Puhelin koti 040 3769267 Puhelin työ \_\_\_\_\_  
 Sähköposti riiko.jervio@edu.turkuamk.fi  
 Koulutusohjelma Haitotyö SH AMK

OPINNÄYTETYÖ

Aihe/ työnimi EA-KOULUTUS VPK NUORILLE  
 Aikataulu SYYSKUU - JOUUKUU 2015

TOIMEKSIANTAJA

Organisaatio PERNIÖN VPK RT  
 Työn ohjaaja/ yhteys henkilö HANNES AALTONEN  
 Osoite TORPANMÄENTIE 7, 25500 PERNIÖ  
 Puhelin 044.5864112 Sähköposti HANNES.AALTONEN@PERNIÖNVPK.FI

OHJAAVAN OPETTAJAN YHTEYSTIEDOT

Ohjaava opettaja SIRPA NIKUNEN / TIINA PELANDER  
 Puhelin 0449075494 Sähköposti sirpa.nikunen@turkuamk.fi

Turun ammattikorkeakoulu  
 Joukahaisenkatu 3 A, 20520 Turku  
 puh. 02 263 350 faksi 02 2633 5791  
 sposti etunimi.sukunimi@turkuamk.fi



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

2

### OPINNÄYTETYÖN SOPIMUSEHDOT\*

#### OHJAUS JA VASTUUT

Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Turun ammattikorkeakoulu vastaa opinnäytetyön ohjauksesta. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta.

Kirjallinen raportti luovutetaan toimeksiantajalle ja asetetaan kirjaston kokoelmiin tai julkaistaan elektronisessa muodossa verkkokirjastossa.

Julkaistava opinnäytetyöraportti on laadittava niin, ettei se sisällä liike- tai ammattisalaisuuksia tai muita julkisuuslaissa (laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta) salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, vaan ne jätetään työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyön arvioinnissa otetaan huomioon sekä julkaistava että salassa pidettävä osa.

#### OIKEUDET

Opinnäytetyön tekijänoikeus kuuluu tekijälle eli opiskelijalle. Tekijänoikeuden lisäksi myös muiden immateriaalioikeuksien osalta noudatetaan kulloinkin voimassa olevaa kyseessä olevaa oikeutta koskevaa lainsäädäntöä.

Opinnäytetyön toimeksiantaja ja opiskelija sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat.

#### TYÖSUHDE JA KUSTANNUKSET

Mahdollisesta työsuhteesta, työstä maksettavasta palkki- osta ja työstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten korvaamisesta toimeksiantaja ja opinnäytetyön tekijä sopivat erikseen.

Toimeksiantajan edustajalle varataan mahdollisuus tutustua opinnäytetyöraporttiin viimeistään neljätoista (14) päivää ennen aiotua julkaisemista. Toimeksiantaja antaa työstä ennen edellä mainittua julkaisemisajankohtaa lausunnon, jossa voidaan määritellä opinnäytetyöraporttiin mahdollisesti sisältyvät liike- tai ammattisalaisuudet, joita ei julkaista.

#### TULOSTEN JULKISTAMINEN JA LUOTTAMUKSELLISUUS

Opinnäytetyöstä laaditaan Turun ammattikorkeakoulun ohjeen mukainen kirjallinen raportti.

Mitä liike- tai ammattisalaisuuksiin liittyviä asioita ei esitetä opinnäytetyöraportissa?

### OLEMME YHTEISESTI SOPINEET OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUKSESTA YLLÄ ESITETTYLLÄ TAVALLA

05.10.2015

05.10.2015

Pauli Laine Pauli Laine  
Riiko Järviö RIIKO JÄRVIÖ

Opiskelija

PERNIÖN V.P.K.

Toimeksiantaja

### LIITE : OPINNÄYTETYÖSUUNNITELMA

\* Turun ammattikorkeakoulun toiminnan yhtiöittämistä vuoden 2014 alusta valmistellaan. Osakeyhtiön toiminnan alettua tämä sopimus siirtyy Turun AMK:n toiminnan vastaanottavalle yhtiölle.

Turun ammattikorkeakoulu  
Joukahaisenkatu 3 A, 20520 Turku  
puh. 02 263 350 faksi 02 2633 5791  
sposti etunimi.sukunimi@turkuamk.fi

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
Terveysala, Salo  
Yhäistentie 2  
24130 SALO  
Puh. (02) 263 350  
Fax. (02) 2633 6179

### ANOMUS OPINNÄYTETYÖNÄ TOTEUTETTAVASTA PROJEKTISTA

Projektin nimi	ENSIAPUUKOULUTUSTA PERMÖN VPK-NUORILLE	
Projektitehtävä	ENSIAPUUKOULUTUS	
Projektin kuvaus	NUORTEN VIILUKOHARJOITUSTEN YHTYESSÄ ENSIAPUUKOULUTUS PERMÖN 1A TENON NUORILLE UUSILLA TAVOILLA	
Projektin toteuttamis- ajankohta		
Projektin arvioitu val- mistusajankohta		
Projektsuunnitelma hyväksyty	1 20	
Projektin ohjaajat	SIRPA NIKKUNEN puh. 044 90 75 494 Sirpa Nikkunen TIINA PELANER puh. 044 90 75 486	
Sitoudumme toteuttamaan projektimme projektsuunnitelmassa esitettyjen vaiheiden puitteissa ja siten, että projektiin osallistuvien henkilöiden anonymiteetti säilyy.		
Projektin tekijät	HOITOTYÖ (suuntautumisvaihtoehto)	NKSHK 13 (ryhmä)
	DIIRKO JÄRVIO (nimi)	Pauli Laine
	VUODILUUNNANTIE 1A95 (osoite)	25200 PERMIÖ
	040 376 7267 (puhelinnumero)	

Anomus käsitelty

1 20  
 lupa myönnetty  
 lupa eväty, peruste \_\_\_\_\_

Allekirjoitus H. AALTONEN

Anomus ja projektsuunnitelma toimitetaan yhtenä kappaleena, josta toimeksiantaja lähettää kopiot yhdelle opiskelijalle, yhdelle ohjaavalle opettajalle ja kullekin työhön osallistuvalla toimipisteelle. Alkuperäinen jää toimeksiantajalle. Valmis työ toimitetaan toimeksiantajalle sovitulla tavalla.

## Oppituntirakenne

Oppitunnit pidetään seuraavan rakenteen mukaisesti:

Esittäytymiset ja nimenhuuto (palokunnan tyyliin kolmirivi)

Aiheeseen suuntaava leikki	5min	
Teoria osuus	15min	Hätäpuhelu, ensiarvio, turvallisuus
Toimintaosuus	20min	Haavat + sidonnat ja tuennat
Tauko	5 min	
Toimintaosuus	20min	Sähköiskut, putoamiset ym.
Toimintaosuus	20min	Elvytys Saku Sammakon tahtiin
Lopetus, kolmirivi kuten alussa	5 min	

Seuraavalla viikolla koe 15 min, kirjallinen ja ryhmätilanne

Sisältö	Tavoite	Menetelmä	Aika	Arviointi
Esittäytyminen ja nimenhuuto	Esittäytyminen ja opetussisällön läpikäyminen	Vapaapalokuntalaisten, ohjaavan henkilökunnan ja EA-koulutuksen pitäjien esittäytyminen	5 min	Vapaapalokuntalaisten kiinnostuneisuus
Ensiapuun suuntaava leikkimielinen meikkaus	Herättää mielenkiinto ensiapuun	Vapaapalokuntalaiset meikataan	5 min	Vapaapalokuntalaisten aktiivisuus
Teoriaosuus Hätäpuhelu, ensiarvio, turvallisuus	Hätäpuhelun soittaminen	Käydään hätäpuheluohje läpi, kerrotaan mitä tulisi huomioida ennen puhelua	15 min	Aikataulussa pysyminen
Toimintaosuus Haavat, sidonnat, tuennat	Sidontaoppien ylläpitäminen	Erialaisten haavojen sidonta, paineside. Virheasentojen ensiapu	20 min	Mielenkiinnon ylläpitäminen Harjoitusten toteutus
Tauko	Mielenkiinnon ylläpito, virkistäytymisen	Mehua ja pullaa	5 min	Ajankäyttö
Toimintaosuus sähköiskut, putoamiset ym.	Sähköonnettomuuden ensiapu. Puhonnan ensiapu	Havaintoesitykset. Tilanneharjoituksia	20 min	Aikataulussa pysyminen, harjoitusten mielekyys aktiivinen osallistuminen
Toimintaosuus Elvytys Saku Sammakon/ vaihtoehtoisen laulun tahtiin	Elvytyksen perusteiden osaaminen, sekä elvytystarpeen huomaaminen.	PPE harjoituksia musiikin ja esimerkin tahtiin	20 min	Laulun valinta kohde-ryhmän iän perusteella, Vapaapalokuntalaisten aktiivisuus
Lopetus	Mahdollisten pelkojen ja kysymysten purku	Kolmirivi ja kiitossanat	5 min	

## Koekysymykset

Perniön VPK nuoriso-osaston ensiapukoulutuksen teoriakoe: Ympyröi mielestäsi oikeat vastaukset. Oikeita vaihtoehtoja voi olla useampia.

Osallistuitko koulutukseen A) Kyllä B) Ei

1. Miten tunnistat onko potilas eloton vai tajuton

A) hajusta B) asennosta C) hengityksestä

2. Aloitetaanko puhallus-paineluelvytys A) puhaltamalla B) painelemalla

3. Palovammoja saaneen ihmisen vaatteet A) riisutaan

B) annetaan olla päällä

4. Pauli on ajanut polkupyörällä kolarin auton kanssa ja makaa tiellä. Mitä teet?

A) Juokset Paulin vierelle (2 poissa koulutuksesta)

B) Jatkat matkaasi, koska muuten myöhästyit koulusta

C) Soitat 112 ja pyydät apua

D) Varoitat muuta liikennettä

5. Hannes on syömässä kun hän muuttuu äkisti punaiseksi, ja heiluttelee käsiään muttei sano mitään. Mitä teet?

A) Jatkat omaa syömistäsi

B) Kaadat vesilasin Hanneksen suuhun

C) Taputat lujasti Hannesta selkään

6. Olet viemässä naapurin mummulle kukkia, sisällä huomaat mummon makaavan silitysrauta kädessä lattialla. Mitä teet?

A) Jätät kukat pöydälle ja annat mummon torkkua

B) Heität mukillisen vettä mummon kasvoille

C) Koitat herätellä mummoa

D) Irrotat silitysraudan sähköjohdon ja koetat herätellä mummoa

7. Riiko ja Pauli ovat olleet kiipeilemässä puissa, Riiko on pudonnut risukasaan ja oksa on mennyt mahan läpi. Pitäisikö Paulin:

A) Irrottaa oksa ja tukkia verenvuoto

B) Siirtää Riiko pois risukasasta ja soittaa 112

C) Soittaa heti 112



8. Pauli saa jonkinlaisen sairaskohtauksen ja makaa luokassa sätkien ja suusta tulee vaahtoa. Mitä teet?

- A) Pyyhit suusta vaahton ja pitelet jaloista ja käsistä
- B) Avaat vyön ja muut kiristävät vaatteet
- C) Huudat apua
- D) Siirrät tuoleja kauemmaksi, jottei Pauli satuta itseään
- E) Odottelet ja seuraat kunnes kohtaous menee ohi

Mielipiteesi koulutuksesta:

## Saku Sammakko elvytysmatkallaan

Saku Sammakko elvytysmatkallaan,

ahaa, ahaa.

Saku Sammakko elvytysmatkallaan

katseli ensiapu oppaitaan,

ahaa, ahaa, ahaa.

Hän elottoman Hiiren tavatessaan

ahaa, ahaa.

Hän elottoman Hiiren tavatessaan,

koitti herättää silmiään avaamaan,

ahaa, ahaa, ahaa.

Hiiripä ei avannut silmiään,

ahaa, ahaa.

Hiiripä ei avannut silmiään,

Ei kuulunut edes hengitystä,

ahaa, ahaa, ahaa.

Ei tuntunut puhallusta ollenkaan,

ahaa, ahaa.

Ei tuntunut puhallusta ollenkaan,

Hiiren hengitysreitti avataan

ahaa, ahaa, ahaa.

Saku Sammakko soittelee apua vaan

ahaa, ahaa

Saku Sammakko soittelee apua vaan

Lähtee ambulanssi paikalle auttamaan

ahaa, ahaa, ahaa