

Anto Heidi, Typpö Henni ja Jani Varjo

MERIPELASTUSTAITOKILPAILUT RAUMALLA 2016

Hoitotyön koulutusohjelma

2018

## MERIPELASTUSTAITOKILPAILUT RAUMALLA 2016

Anto Heidi, Typpö Henni ja Jani Varjo  
Satakunnan Ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Helmikuu 2018  
Sivumäärä: 24  
Liitteitä: 6

Asiasanat: meripelastus, ensiapu, hypotermia, rankavamma

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa ensiapurasti Meripelastustaitokilpailuihin 3.9.2016. Kilpailu on jokavuotinen meripelastusyhdistysten järjestämä syksyinen tapahtuma, joka toimii kilpailuun osallistuvien joukkueiden tieto-taitotason mittarina. Kilpailun tavoitteena on lisätä pelastustaitoja, oppimishalua ja motivaatiota. Tavoitteenamme oli tuottaa kilpailuun mahdollisimman käytännönläheinen, riittävän vaativuustason omaava, ensiaputaitoja mittaava sekä kehittävä ensiapurasti. Teoreettisessa osuudessa käsiteltiin toiminnallisen opinnäytetyön periaatteita ja toteutustapoja, ensiavun osalta hypotermiapotilaan ja rankavammapotilaan ensiapua vesiliikenneonnettomuuden tapahduttua.

Kilpailun suunnittelu alkoi keväällä 2016. Rauman Meripelastusyhdistyksellä oli kilpailua varten oma työryhmänsä, jolla oli päävastuu kilpailun kokonaissuunnittelusta sekä kilpailuradasta. Opinnäytetyöryhmämme teki yhteistyötä yhdistyksen ryhmän kanssa alusta alkaen. Kilpailuradan rastit sisälsivät navigointia, merimiestaitoja, vedestä pelastamista sekä ensiapua. Ensiapurastin sijainti oli vedestä pelastamisen rastin jälkeen. Aiheeksi työryhmällemme annettiin soutuveneeseen kaatuminen – veneessä kaksi henkilöä. Uhrikuvaukset suunnittelimme rastille itse. Rastin sisältönä oli hypotermiapotilaan sekä rankavammapotilaan tilan arviointi sekä ensiapu. Aikuisjoukkueita kilpailussa mukana 23kpl, juniorijoukkueita 6kpl.

Toiminnallisen opinnäytetyön haastavuus tuli projektin alkuvaiheessa selkeästi esille. Ongelmanratkaisukykyä tarvittiin jo suunnitteluvaiheessa. Rastin potilaskuvauksia jouduttiin miettimään monen eri toimijan näkökulmasta. Kilpailu on valtakunnallinen, joukkueita on paljon ja näiden joukkueiden sisällä eri tasoisia jäseniä. Tämän vuoksi ensiapurastin vaativuustaso päätettiin pitää ensiapu/ensivastetasoisena. Projektin edetessä Rauman Meripelastusyhdistys järjesti sisäisen harjoituskilpailun, jossa olimme läsnä opinnäytetyöryhmämme kanssa. Harjoituskilpailupäivän aikana ensiapurastin käytännön toimivuus alkoi konkreettisesti näkyä. Viimeiset ongelmakohdat saatiin tuolloin korjattua ja projektimme alkoi olla entistä valmiimpi varsinaiseen kilpailupäivään.

Varsinainen kilpailupäivä oli pitkä ja rankka. Aamubarhain aloitettu työ saatiin päätökseen alkuillasta. Aikataulut pitivät ja yhteistyö oli kaikin puolin hyvää. Ensiapurasti havaittiin toimivaksi. Haasteet, mahdolliset toiminnalliseen projektiin liittyvät riskit ja ongelmatilanteet osattiin kartoittaa ja ennakoita. Suoriuduimme tavoitteistamme hyvin.

## SEA RESCUE SKILL COMPETITIONS IN RAUMA 2016

Anto Heidi, Typpö Henni, Varjo Jani  
Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing  
February 2018  
Number of pages: 24  
Attachments: 6

Key words: sea rescue, first aid, hypothermia, spine injury

---

Subject of thesis was Sea rescue skill competitions first aid checkpoint planning and practical implementation. Competition is arranged every year by sea rescue association, it's held in the fall and it works as a skill level meter for the teams that participate in the competition. The purpose of the competition is to increase rescue skills, willingness to learn and motivation. First aid checkpoints target was to evaluate every teams first aid skills and to improve thesis team members own personal first aid skill. The competition was held in Rauma at September of 2016. At theoretical part was mooted principles of functional thesis and implementation methods, a semi-structured interview, for first aid skills was mooted hypothermia patients and spine injury patients first aid when water traffic accident had happened.

The planning of the competition began in the spring 2016. The sea rescue association of Rauma had their own working group for the competitions, they had the main responsibility of competitions overall planning and race track. Our thesis group cooperated with associations working group from the beginning. Race tracks check points included navigation, sailor skills, rescue from the water and first aid. The location of first aid check point was right after the check point of rescuing from water. Our thesis group was given an occasion where two people had toppled over with rowing boat. We planned the victim descriptions ourselves. The first aid check point included hypothermia- and spine injury patients assessment of status and first aid. The competition included 23 adult teams and six junior teams.

Challenging of functional thesis came clear at the beginning of the project. Problem solving skills was needed early on at the planning stage. Checkpoints descriptions of the patients needed to be thought from many different operators point of view. The competition is nationwide, there are a lot of teams and within teams there are different skill levels. Because of that it was decided to keep first aid checkpoints complexity level first aid/first respond level. As the project moved on the sea rescue association of Rauma arranged an internal training competition where we were with our thesis group. During the training competition day first aid checkpoints practical functionality began to appear concretely. The last problem areas were then corrected and our project started to be even more ready for the actual competition day.

The actual race day was long and hard. Work started early in the morning and was completed in the evening. Schedules worked and cooperation was good. First aid checkpoint was found to be working. Challenges, potential risks for a functional project and problem situations were charted and anticipated. We achieved our goals well.

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	PROJEKTIN KESKEISET KÄSITTEET.....	7
2.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	7
2.2	Puolistrukturoitu haastattelu.....	7
2.3	Ensiapu.....	8
2.4	Hypotermia.....	8
2.5	Rankavamma.....	10
2.6	Kyynärnivelen luksaatio.....	13
2.7	Oppiminen projektityön menetelmänä.....	13
2.8	Kokemuksia ensiapukoulutuksesta.....	16
3	PROJEKTIN TOTEUTUSSUUNNITELMA.....	18
3.1	Toiminnallinen projekti.....	18
3.2	Kohdeorganisaatio.....	19
3.3	Projektin toiminnallinen osuus.....	19
3.3.1	Rastin uhrikuvaukset.....	20
3.3.2	Aikuisjoukkueet.....	20
3.3.3	Juniorijoukkueet.....	21
3.4	Projektin resurssit ja riskit.....	21
3.5	Arviointisuunnitelma.....	22
4	PROJEKTIN TOTEUTUS.....	23
4.1	Harjoituskilpailut.....	24
4.2	Kisapäivän kulku.....	25
5	PROJEKTIN ARVIOINTI.....	27
5.1	Rauman Meripelastusyhdistyksen palaute.....	28
5.2	Pisteytyskorttien tarkastus.....	29
5.3	Kyselylomakkeen purku.....	29
5.4	Yhteenveto projektista.....	30
	LÄHTEET.....	31
	LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyönämme on projekti, joka toteutetaan Rauman Meripelastusyhdistyksen tilauksesta. Meripelastustaitokilpailun tarkoituksena on edistää meri- ja järvipelastajien henkilökohtaisia pelastustaitoja kilpailuun valmistautumisen ja siinä saatavien kokemusten avulla, lisätä pelastustyössä toimivien yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä keskinäistä kanssakäymistä ja tuntemusta. Kilpailu toimii myös vuosittaisena valtakunnallisena koulutustarkastuksena (Meripelastustaitokilpailut Rauma [www-sivut](http://www.sivut)). Kohderyhmänä projektissa on Meripelastustaitokisoihin osallistuvat kilpailuryhmät. Projektin tarkoituksena on suunnitella, toteuttaa ja arvioida ensiapurasti Meripelastustaito-kilpailuihin 3.9.2016. Projektin tavoitteena on kehittää sekä omia, että kilpailijoiden ensiaputaitoja. Yleisö pääsee myös seuraamaan kilpailuja rasteille, joten yhtenä tavoitteena voidaan pitää myös yleisön ensiaputaitojen kehittämistä.

Tarkoituksena on järjestää onnistunut ensiapurasti kilpailuun, jonka pisteytys on kaikille kilpailijoille tasapuolinen huolimatta kilpailijoiden taustoista. Kilpailu on meripelastusalan merkittävin vuotuinen tapahtuma ja toimii myös meripelastajien yhteishengen kohottajana sekä valtakunnallisena koulutustarkastuksena.

Ryhmämme tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman käytännönläheinen, sekä vaativuudeltaan vähintään keskitasoa oleva ensiapurasti. Projektin keskeisenä käsitteenä voimme pitää ensiaputaitoja, sillä koko projekti suunnittelusta toteutukseen pyörii ensiavun ympärillä. Järjestämämme kilpailupiste on vedestä pelastamisen pisteen jälkeen, joten olemme keskittyneet hakemaan tietoa hypotermiasta ja erilaisista traumoista, sillä nämä sopivat edellisen pisteen tapahtumiin ja näin saamme kilpailijoille jatkumon potilaan pelastamisesta ensiavun antamiseen. Mittareina toimivat ajan oton lisäksi useat eri pisteytettävät asiakokonaisuudet, sekä yksittäiset huomioitavat asiat potilaan tilan tunnistamiseen, tilannearvioon, tarvittavaan ensiapuun sekä potilaan käsittelyyn liittyen. Tavoitteena on myös itse kunkin ryhmän jäsenen kehittyminen ensiapukoulutustehtävissä.

## 2 PROJEKTIN KESKEISET KÄSITTEET

### 2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on työelämän tai yhteisön kehittämistyö, jolla tavoitellaan ammatillisen kentän käytännön toiminnan kehittämistä, ohjeistamista, järjestämistä tai järjeistämistä. Toiminnallinen opinnäytetyö tehdään useimmiten toimeksiannosta. Toteutustapa voi olla esimerkiksi kirja, opas, cd-rom, messuosasto, näyttely, kehittämissuunnitelma tai jokin muu tuotos, produkti jokin tuote tai projekti. Toiminnallinen opinnäytetyö voi siis olla myös jonkin tilaisuuden tai tapahtuman suunnittelu ja organisointi. ( Monimuotoinen/toiminnallinen opinnäytetyö 2006.)

Toiminnallinen opinnäytetyö on kaksiosainen kokonaisuus, sisältäen:

1. Toiminnallinen osuus eli produkti
2. Opinnäytetyöraportti, eli opinnäytetyöprosessin dokumentointi ja arviointi tutkimusviestinnän keinoin.

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksen tulisi pohjata ammattiteorialle ja sen tuntemukselle. Toiminnallisen opinnäytetyöraportin tulee sisältää myös ns. teoreettinen viitekehysosuus. Toiminnallisen opinnäytetyön tekijältä/työryhmältä edellytetään tutkivaa ja kehittävää otetta, vaikka tutkimus monesti onkin toiminnallisessa opinnäytetyössä pitkälti selvityksen tekemistä ja selvitys tiedonhankinnan apuväline. Tutkiva ote näkyy toiminnallisessa opinnäytetyössä teoreettisen lähestymistavan perusteltuna valintana, opinnäytetyöprosessin valintojen ja ratkaisujen perusteluina sekä pohtivana, kriittisenä suhtautumisena omaan tekemiseen ja kirjoittamiseen. (Monimuotoinen/toiminnallinen opinnäytetyö, 2006)

### 2.2 Puolistrukturoitu haastattelu

Puolistrukturoitu haastattelu etenee niin, että kaikille haastateltaville esitetään samat tai likipitään samat kysymykset samassa järjestyksessä. Joidenkin määritelmien mukaan puolistrukturoidussakin haastattelussa – kuten teemahaastattelussa – voidaan

vaihdella kysymysten järjestystä. Täysin yhtenäistä määritystä osittain strukturoitujen haastattelujen toteutuksesta ei ole olemassa. Osittain järjestelty ja osittain avoin haastattelu sijoittuu formaaliudessaan täysin strukturoidun lomakehaastattelun ja teema-haastattelun välille. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47.) Käytännössä puolistrukturoidusta haastattelustakin käytetään toisinaan nimitystä teema-haastattelu; esimerkiksi silloin, jos siinä esitetään tarkkoja kysymyksiä tietyistä teemoista, muttei välttämättä käytetä juuri samoja kysymyksiä kaikkien haastateltavien kanssa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto).

Olemme käyttäneet puolistrukturoitua haastattelua apuna työssämme. Haastattelu toteutettiin verkkokyselynä kilpailun jälkeen. (kts. LIITE 6). Kaavake Word-muodossa.

### 2.3 Ensiapu

Ensiapu tarkoittaa toisen ihmisen tai itsensä auttamista onnettomuustilanteessa tai sairaskohtauksen sattuessa. Ensiavun antamiseen ei tarvita erityistä ammattitaitoa tai välineistöä. Ensiaputilanteessa maallikko voi olla yhtä pätevä kuin sairaalamaailmaan tottunut ammattilainen. Hätäensiavuksi luokitellaan maallikon antama henkeä pelastava toiminta. Hätäensiavun tarkoituksena on turvata uhrin peruselintoiminnot, kunnes ensihoito saapuu paikalle. Onnettomuustilanteessa vapaalla oleva, sattumalta paikalle tullut, terveydenhuollon ammattilainenkin lasketaan maallikoksi. (Kuisma, Holmström, Nurmi, Porthan & Taskinen 2017, 18.)

### 2.4 Hypotermia

Ihminen on tasalämpöinen vain ytimensä osalta. Ihmiskehon lämmönsäätely voidaan siis jakaa ydinosaan ja kuoriosaan. Ydinosaan kuuluvat kaikki eloonjäämisen kannalta tärkeät elimet, kuten sydän, keuhkot, aivot ja sisäelimet. Kuoriosaan kuuluvat iho, rasvakudos, raajat ja lihakset. Ydinosan lämpötila pyrkii pysymään noin 37 asteessa, mutta lämpötila voi vaihdella eri vuorokauden aikoina 0,5 astetta ylös- tai alaspäin. Kuoriosan tehtävänä on pyrkiä estämään ydinosan jäähtyminen muun muassa vähentämällä pintaverenkiertoa. (Kuisma ym. 2017, 633.)



Hypotermia eli alilämpöisyys määritellään tilaksi, jossa kehon lämpötila on alle 35 °C. Lievä alilämpöisyys kehon lämpötilan ollessa 32–35 °C, keskivaikea alilämpöisyys 28–32 °C ja vaikea-asteinen alilämpöisyys alle 28–30 °C. Suomalaisessa akuuttihoitokirjallisuudessa vaikean alilämpöisyyden rajana ja invasiivisten lämmitysmuotojen käyttöönoton indikaationa pidetään 30°C kehon lämpötilaa. Kansainvälisissä julkaisuissa vaikean alilämpöisyyden rajaksi on useammin määritelty 28°C, mutta toimenpiteiden tarvetta ei ole määritelty lämpötilan mukaan. Alilämpöisyyden vaikeusasteen luokittamiseksi voidaan lämpötilan sijaan käyttää potilaan tilan löydöksiä. Swiss staging system jakaa alilämpöisyyden viiteen vaikeusasteeseen oirekuvan mukaan:

HT I Lievä alilämpöisyys, normaali tajunta ja lihasvärinä

HT II Keskivaikea alilämpöisyys, laskenut tajunta ilman lihasvärinää

HT III Vaikea alilämpöisyys, tajuton, elonmerkkejä on

HT IV Syvä alilämpöisyys, ei elonmerkkejä (ei hengitystä, pulssia)

(Hypotermiapotilaan hoito, 2013, 46)

Hukuksiin joutumisen yhteydessä kehon lämpötila laskee erityisen nopeasti, koska ihon kylmettymisen lisäksi kylmää vettä joutuu vatsaan ja keuhkoihin viilentäen kehon sisäosia. Nopeasta kehon ja erityisesti aivojen jäähtymisestä voi hukkumistapauksissa olla elvytyksestä toipumisen kannalta hyötyä, koska aivot kestävät jäähtyneinä hapenpuutetta paremmin kuin normaalissa ruumiinlämmössä. (Saarelma, 2017) Aivot sietävät hypotermiassa hapenpuutetta, koska jäähtyminen hidastaa solujen aineenvaihduntaa. Jo yhden asteen lämmön lasku, saa kehon hapenkulutuksen vähenemään 5-6%. (Kuisma ym. 2017, 634.)

Hypotermista ihmistä tulee käsitellä varovasti. Tavoitteena on pitää uhri elossa, estää mahdollinen lisääntyminen ja saada hänet lämpiämään. Ensiapua antavan henkilöstön on hyvä tutkia hypotermisen uhri, samalla periaatteella kuin muutkin potilaat ABCDE- mallin mukaisesti, jossa A on lyhenne sanasta Airways (ilmatie), B on lyhenne sanasta Breathing (hengitys), C on lyhenne sanasta Circulation (verenkierto), D

on lyhenne sanasta Disability (taju) ja E on lyhenne sanasta Exposure (paljastaminen). (Wilkinson, & Skinner 2000, 6). Hypotermisen uhrin tutkiminen voi aiheuttaa haasteita, sillä hengitystaajuus voi olla vain 4krt/min ja syketaajuus 10-20krt/min. Suositeltavaa on käyttää noin 60 sekuntia uhrin elintoimintojen etsintään ennen elvytyspäättöksen tekoa. Mikäli uhrin elintoiminnot löytyvät, on ensisijaisen tärkeää estää lisääjähtyminen leikkaamalla märät vaatteet pois uhrin päältä, kuivata märkä iho ja kääriä uhri huopaan tai avaruuslakanaan. Uhri kuljetetaan ma-kuuasennossa, jotta raajoista ei lähtisi liikkeelle kylmää verta aiheuttamaan sydämen kylmenemistä entisestään ja mahdollisen kammiovärinän. Uhrin avoimista hengitysteistä on huolehdittava, mutta suuhun tai nieluun ei lisääntyneen kammiovärinäriskin vuoksi saa laittaa mitään. Esimerkiksi nielutuubin käyttö hypotermiapotilaalla ei ole suositeltavaa. Hengitystä voi tukea rauhallisesti maskiventilaatiolla, mutta tällöin on vältettävä hyperventiloimista. (Kuisma ym. 2017, 638.)

## 2.5 Rankavamma

Selkäranka voidaan jakaa viiteen eri osa-alueeseen, jotka sisältävät yhteensä 42 erillistä nikamaa, sekä risti- ja häntäluut. Ylimpänä sijaitsee kaularanka, kaularanka koostuu seitsemästä kaulanikamasta (C1-C7). Seuraavana sijaitsee rintaranka, joka koostuu 12 rintanikamasta (Th1-Th12). Alaselän aluetta kutsutaan lannerangaksi ja se koostuu viidestä lannenikamasta (L1-L5). Näiden alapuolella on niin sanottu ristiluu, joka koostuu viidestä yhteen sulautuneesta nikamasta (S1-S5). Alimpana sijaitsee häntäluu, joka koostuu noin neljästä häntänikamasta (Co1-Co4). Selän tärkeimpiä tehtäviä ovat sekä tukea vartaloon, että suojata selkäydintä. (Kauranen 2017, 77.)

Selkärangan vamma voidaan luokitella vammamekanismin mukaan fleksio-, ekstensio-, rotaatio-, kompressio tai distraktiovammaksi. Selkäydin- tai hermovamman sijainti vaikuttaa siihen, minkälaisia oireita se aiheuttaa. Jokainen selkärangan nikamaväli hermottaa tiettyjä raajoja ja elimiä. Mitä ylempänä vamma sijaitsee, sitä merkittävämmät vauriot se aiheuttaa. (Rokkanen, Slätis, Alho, Ryöppy & Huittinen 1987, 428.)

Selkärangan vammaa on epäiltävä aina, jos ihminen on pudonnut yli kahden metrin korkeudesta, ollut liikenneonnettomuudessa, jossa nopeus on ollut yli 100km/h, kyseessä on polkupyöronnettomuus, tai ajoneuvo on osunut lapsipotilaaseen. Mikäli yksikin edellä mainituista kriteereistä täyttyy, tulisi ranka tukea esimerkiksi rankalaudalla tai tyhjiöpatjalla. Myös kipu selän tai niskan alueella, sekä tuntopuutokset raajoissa ovat indikaatioita selän tukemiselle. (Alanen, Jormakka, Kosonen & Saikko 2017, 224.)

Aina epäiltäessä selkärangan vammaa on potilas syytä kuljettaa välittömästi makuuasennossa paikkaan, jossa selkäranka voidaan tutkia tarpeellisin kuvantamistutkimuksin (röntgen, tietokonetomografia tai magneettikuvaus). Vammautunutta siirrettäessä on toimittava varoen ja vältettävä selkärangan taivuttelua. Siirroissa tulee käyttää ns. ”log roll” -tekniikkaa, jossa usean henkilön avustamana huolehditaan siitä, että vammautuneen pää ja koko selkäranka pysyvät liikkumattomina ja samassa linjassa kaikissa siirron vaiheissa. Vammautuneen alle laitettava tyhjiöpatja auttaa asennon säilyttämistä. Tajuton potilas kuljetetaan kylkiasennossa, muuten selkäasento on suositeltava. (Saarelma 2017)

Traumapotilaan tuennan tarpeen arvio tehdään ensihoidossa potilaskohtaisesti. Selkä- ja kaularankamurtumapotilaat tulee tukea hyvin. Tuentavälineistöllä voidaan aiheuttaa potilaille myös haittoja, minkä vuoksi tarpeetonta tukemista tulee välttää. Tuennan tarvetta arvioidaan potilaan iän, tapahtumatietojen, vammalöydösten ja NEXUS-kriteereiden perusteella.

NEXUS-kriteerejä käytetään 15 – 65 -vuotiailla. Tuennan tarvetta arvioidaan viidellä kliinisellä kysymyksellä:

1. Onko kaularangan keskilinjassa palpaatiokipua?
2. Onko neurologisia puolieroja/puutosoireita?
3. Onko tajunta alentunut? GCS < 15?
4. Onko merkkejä intoksikaatiosta?
5. Onko vakavia lisävammoja?

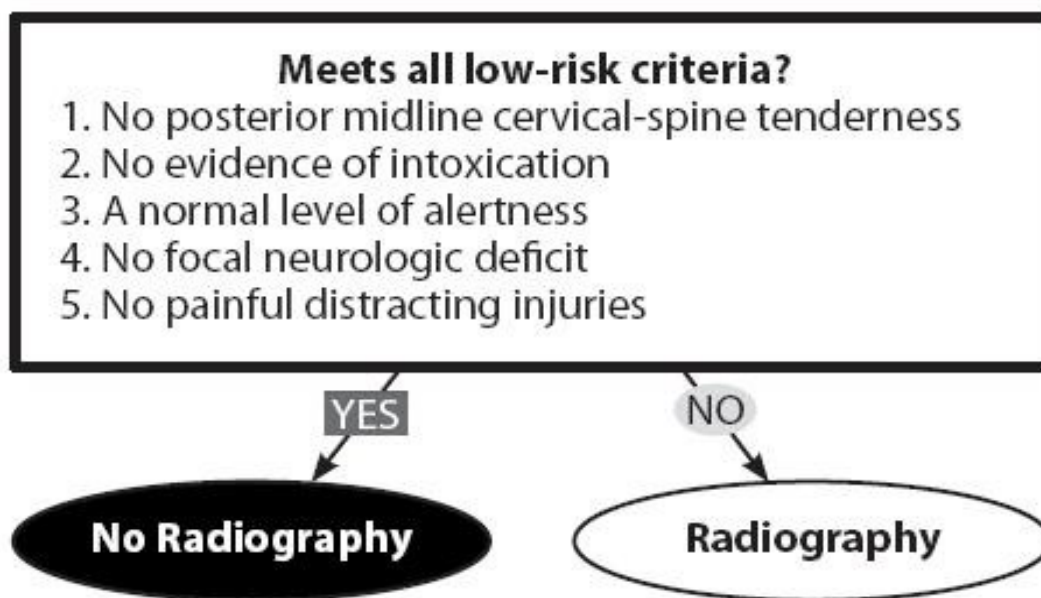
Jos vastaus yhteenkin kysymykseen on KYLLÄ, niin silloin NEXUS on positiivinen ja potilas pitää immobilisoida, eli tukea liikkumattomaksi. Mikäli vastaus kaikkiin kysymyksiin on EI, niin silloin NEXUS on negatiivinen. Merkittävän kaularangan selkäydinvamman todennäköisyys on tällöin minimaalinen eikä potilasta tarvitse immobilisoida, elleivät vammalöydökset tai potilaan ikä aiheuta tarvetta tähän. Lapsilla ja yli 65-vuotiailla kaularanka tuetaan herkemmin vammamekanismi ja –energia huomiioon ottaen. (Traumapotilaan tuenta ja kuljetus. 2017)

Kaularankavamman kliininen poissulku on 99,8 %:n negatiivisella ennustearvollaan miltei täydellinen diagnostinen testi. Poissulku, esimerkiksi NEXUS-tutkimuksen kriteerejä käyttäen, on mahdollista silloin, kun kaularanka on takaa keskiviivasta palpoiden aritamaton eikä potilaalla esiinny neurologisia puutosoireita, muita kivuliaita vammoja, myrkytysoireita tai tajunnantason alenemista. (Koivikko, 2015, 131)

---

### Figure 11. National Emergency X-Radiography Utilization Study (NEXUS) Criteria

---



Kuvio 1. NEXUS-kriteerit  
(Cervical spine collars immobilisation, 2015)

## 2.6 Kyynärnivelen luksaatio

Kyynärnivel voi mennä sijoiltaan niin, että kyynärluun pää siirtyy taaksepäin. Mikäli luuta ja nivelsiteitä ei rikkoudu, paikalleen laittaminen ja hoito kulmalastalla onnistuvat yleensä ilman leikkausta. Kyynärnivelen luksaation ensiapu tapahtumapaikalla on tukea raaja kantositeen avulla liikkumattomaksi siirron ajaksi. Potilas kuljetetaan jatkohoitopaikkaan. (Saarelma 2017)

Kyynärnivelen luksaatio on aikuisiällä toiseksi tavallisin suuren nivelen sijoiltaanmeno. Vammamekanismi on useimmiten kaatuminen ojennetun yläraajan varaan. Kyynärnivelen luksaatiossa kyynärpää turpoo merkittävästi. Siitä huolimatta on usein nähtävillä tyypillinen virheasento. Diagnostiikka perustuu anamneesiin, kliiniseen kuvaan sekä röntgentutkimukseen. Primaarihoito tutkimuksen jälkeen on paikalleen asettaminen. Suurimpaan osaan kyynärnivelen luksaatioista ei liity merkittäviä nivelsidevammoja. Siksi reponointi on yleensä riittävä hoitomuoto. Reponoinnin jälkeen nivel tuetaan kantositeeseen 2 viikon ajaksi. (Aro, Böstman, Kröger, Lassus & Salo. P.2010, 448)

## 2.7 Oppiminen projektityön menetelmänä

Oppiminen on elinikäinen prosessi. Se alkaa varhaislapsuudessa, kestäen aina vanhuuteen asti. Jo varhaislapsuuden aikana ihminen oppii hallitsemaan monia asioita, jotka liittyvät elämässä selviytymiseen ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Oppiminen on yksilöllinen tapahtuma ja samalla kokemus, vaikka se tapahtuukin kulttuurin tai ympäristön vaikutuspiirissä. Oppiminen on muutosprosesseista merkittävin ja määrätietoisin. Oppiminen kokonaisvaltaisesti psyykkistä toimintaa, jolla on vahva fysiologinen perusta. Tarkoituksena on muutoksien aiheuttaminen oppijan tiedoissa, taidoissa sekä asenteissa. (Salmi 2010, 13)

Koulutuksen tavoite on pyrkiä täydelliseen oppimisprosessiin. Täydellinen oppimisprosessi kognitiivisen oppimiskäsityksen mukaan on jaettavissa kuuteen osatekijään

jotka ovat motivoituminen, orientoituminen, sisäistäminen, ulkoistaminen, arviointi ja kontrolli. Motivoitumisella tarkoitetaan sisällöllisen mielenkiinnon herättämistä opettavaa asiaa kohtaan. Aikaisemmin opittu ei riitä ratkaisemaan ongelmaa. (Salmi 2010, 15). Koulutuksen suunnitteluvaiheessa tuleekin kiinnittää huomiota siihen, miten koulutettavien oppimismotivaatiota saadaan pidettyä yllä. Koulutukseen valmistautumisessa tulee koulutettavat saada motivoitua tulevaan oppimistapahtumaan. Koulutettavan motivaatio on riippuvainen oppimiskokemuksista varsinaisen oppimisvaiheen aikana. Lähtötilanteessa syntynyt motivaatio voi heiketä, jos koulutettava ei kykene suoriutumaan koulutettavasta asiasta. Niinpä opetussuunnitelma tuleekin rakentaa koulutettavan aiempien valmiuksien varaan. Oppimisen tulee edetä askeleittain ja olla sopivan haasteellista. Oppimistehtävät tulee liittyä käytännön tilanteisiin. Palaute on hyvin tärkeä osa oppimistapahtumaa. Tutkimuksien mukaan palaute lisää motivaatiota opittavaa asiaa kohtaan. Palaute parhaimmillaan vahvistaa oppijan uskoa, että hän asiaa riittävästi opetellessaan saavuttaa tavoitteensa. Useimmiten paras keino palkita oppiminen on rakentava palaute, se parantaa oppimista ja auttaa opitun siirtämistä käytännön tilanteisiin. (Salmi 2010, 18).

Ohjaukseksi luetaan yksilöohjaus ja ryhmäohjaus. Menetelmiä ryhmän ohjauksessa on useita. Niitä on tutkittu paljon, mutta mitään erinäistä ohjausmenetelmää ei ole tutkimuksissa todettu toistaan paremmaksi. Hyvään ohjaukseen vaikuttavat sekä ohjausmenetelmän valinta ja tärkeämpänä on ohjaajan persoonallisuus. Näistä rakentuu ohjaus kokonaisuudessaan. Ohjaus -käsitettä käytetään hyvin paljon synonyymina sanoille: neuvonta, tiedon antaminen, opettaminen ja opastus. Kyseiset sanat tosin eivät ole synonyymeja keskenään. Ohjausta käsitellessä oppimisprosessina, nousevat esille käsitteet opettaminen ja kasvatus. Opettaminen ja kasvatus auttavat ryhmän asenteiden ja tieto-taitojen hankinnan muutokseen. Ohjauksen tavoitteena onkin antaa ohjattaville tietoa ja taitoa, jotka vastaavat tavoitteisiin. (Rämänen 2011,7)

Ohjausmenetelmä on työtapa, jonka tarkoituksena on opiskelijan oppimisen edistämien. Hyvällä ohjausmenetelmällä sisältää monta kriteeriä, jotta sen avulla saataisiin paras mahdollinen oppimisen tulos. Ohjauksen tulee olla suhteellisen konkreettista, ei liian yksitoikkoista. Ohjausmenetelmien vaihtelu on tärkeää ja sen tuleekin aktivoida oppilas työskentelemään ja oppimaan opetettava asia. Ohjausmenetelmissä tulee ottaa myös yksilö huomioon. Sen tehtävä on antaa palautetta puolin ja toisin. Oppilaiden

antama palaute on ohjaajalle tärkeää, täten hän saa tietoa siitä onko ohjausmenetelmä hyvä, vai tarvitseeko sitä muuttaa. (Rämänen 2011, 7)

Koulutus on interventiota, jonka avulla pyritään muuttamaan käytäntöjä ja ratkaisemaan ongelmia. Koulutuksella tavoitteena on saada aikaan muutoksia koulutettavien tiedoissa, taidoissa, arvoissa, asenteissa ja motivaatiossa. Opittavan asian oppimista edistää opetuksen looginen eteneminen, tavoitteellisuus sekä ilmapiiri. Oppimista edistää lisäksi asiakokonaisuuksien hahmottaminen, opittavan asian mielekkyys sekä vuorovaikutus ja saatu palaute. (Jalonen & Saarto 2013, 15)

Opetustilanteessa pitää huolehtia siitä, että oppilaiden motivaatio opetettavaan asiaan herää ja säilyy koko opetuksen ajan. Motivaatio ohjaakin pitkälti käyttäytymistä. Motivaatiota käytetään tarpeiden ja halujen ilmaisemisessa, sekä myös tavoitteiden saavuttamisessa. Ulkoisia motivoivia tekijöitä voivat olla esimerkiksi kehuminen ja moite. Sisäisessä motivaatiossa yksilöllä on halu suorittaa annettu tehtävä ilman siitä saatua palkintoa. Siinä tilanteessa, kun jokin toiminta on yksilön kannalta mielekästä ja hän on halukas tavoittelemaan asetettua päämäärää, on hän myös valmis tekemään ponnisteluja asian hyväksi. (Jalonen & Saarto 2013, 17)

Tekemällä oppiminen eli ”learning by doing” on ensimmäisiä ihmisten välisiä oppimismenetelmiä. Ajatuksena on: ”Ota mallia ja tee perässä”. Oppiminen tapahtuu tekemällä ja osallistumalla. Oppiminen sisältää erilaisia aktiiviseen toimintaan perustuvia opetusmenetelmiä. Kyseessä ei ole tarkoin määritelty oppimismenetelmä, vaan se on tarkoitettu erilaisille lähestymistavoille. (Jalonen & Saarto 2013, 18)

Kokemuksellisessa oppimisessä tärkeää on kokemusten tuottaminen ja pohdinta. Koulutustilanteessa voidaan lähteä liikkeelle osallistujien omista kokemuksista ja käsityksistä. Näin kokemukset aktivoituvat ja uutta asiaa voidaan suhteuttaa aikaisemmin koettuun. Silloin kun opiskeltava aihe on uusi, voidaan lähteä liikkeelle teoreettisesti ja edetä myöhemmin teorian soveltamiseen. Näin pystytään tuottamaan oppijoille uusia kokemuksia, joita sitten voidaan pohtia. Kokemuksellisen oppimisen tärkeä vaihe on reflektio. Reflektiovaiheessa pohditaan tietoisella tasolla omaa toimintaa sekä ajattelua, käsityksiä ja uskomuksia. Kokemus on potentiaalinen perusta oppimiselle, mutta

kokemuksesta voi tulla merkityksellinen oppimisen kannalta vain reflektion avulla. (Jalonen & Saarto 2013, 18)

Simulaatiolla tarkoitetaan realistisen kohteen ja sen kanssa toteutettavaa työn jäljitteilyä opetuksessa. Simulaatio on jäljitelmä tietystä järjestelmästä tai tilanteesta. Perinteisesti simulaattoreita on käytetty aloilla, joilla koulutus on aidoissa ympäristöissä haasteellista. Simulaattoreiden tai simulaatioon perustuvien oppimisympäristöjen käyttö on jatkuvasti laajentunut. Simulaatioharjoitteita kuvataan konstruktivistiseksi ja kokemusperäiseksi oppimiseksi. Oppijat tekevät itse ja soveltavat hankkimiaan perustaitojaan aitoa ympäristöä monipuolisemmin. Simulaatio-oppiminen perustuu ennalta annettuun malliin, jota tilaisuudessa noudatetaan. Havainnointiin perustuva oppiminen koostuu osioista, joita yhdistelemällä saadaan toimiva ja oikea kokonaissuoritus. Oikeiden asioiden huomioiminen, riittävät toistot, muistaminen ja motivaatio ovat keskeiset simulaation osaprosessit. Oppijoiden kokemukset ovat olleet simulaatioiden avulla positiivisia. (Jalonen & Saarto 2013, 19).

## 2.8 Kokemuksia ensiapukoulutuksesta

Samuli Nikusen ja Mika Väänäsen opinnäytetyötä Ensiaputapahtuma peruskoulussa (2017) tutkiessa voidaan löytää seuraavia asioita. Opinnäytetyön tarkoituksena on ollut yläasteikäisten nuorten ensiaputietouden ja toimintavalmiuden lisääminen ensiapua vaativissa tilanteissa. Samalla tarkoituksena on ollut selvittää oppilaiden käsitystä omista ensiaputaidoista sekä vastaako osallistujien käsitys omista taidoista taitotasoa realistisesti. Opinnäytetyön tavoitteena on ollut, että oppilaat osaavat tunnistaa hätätilanteet ja reagoida niihin oikeaoppisesti tilanteen vaatimalla tavalla. Tavoitteena on ollut oppilaiden tietouden lisääminen omista ensiaputaidoista ja siitä miten opittua teoriaa sovelletaan arkielämän tilanteisiin. Henkilökohtaisena tavoitteena heillä oli kehittää omia tapahtuman suunnittelu- ja organisointitaitoja vastaavan työtehtävän ilmaantuessa omassa työelämässä. Lisäksi tavoitteena on ollut ohjauskyvyn parantaminen (Nikunen & Väänänen 2017).



Pääasiallisesti oppimistapahtumasta mieleen on jäänyt yhdeksäsluokkalaisten vaikea motivointi oppimiseen. Aikaisemman kokemuksen puuttuminen vastaavan tapahtuman järjestämisestä toi oman haasteensa. Toisaalta ohjaamisen oppiminen sekä tämän ikäisten motivoinnista paljon, koska oppilaat toivat lisähaastetta ohjaamiseen. Ilmi tuli myös, että suunnitteluvaiheessa olisi hyvä varautua odotettua yllättäen tapahtuvaan ohjaajan poisjäämiseen sekä yllättäviin muutoksiin aikataulussa (Nikunen & Väänänen 2017, 31)

Päivi Salmen opinnäytetyö Ensiapukurssi Anjalan koulun henkilökunnalle (2010) kertoo seuraavaa. Opinnäytetyön tarkoituksena on ollut ensiapukoulutuksen suunnittelu ja järjestäminen Anjalan koulun henkilökunnalle. Koulussa on luokat 1-6, eli kyseessä on alakoulu. Koulun henkilökunnan ensiaputaidot ovat puutteelliset. Osa henkilökunnasta oli saanut ensiapukoulutusta aikaisemmin, mutta koulutuksesta on vuosia aikaa. Koulutus suunniteltiin huomioiden, että kaikki koulutettavat olivat aikuisia. Koulutusmateriaalien laatiminen aloitettiin heti, kun ensiapukoulutuksessa käsiteltävät aihealueet olivat rajattu. (Salmi 2010, 7,8,9)

Palautteen perusteella voitiin pohtia ensiapukoulutuksen onnistumista ja tarpeellisuutta. Kaikki ensiapukoulutukseen osallistuneet olivat yhtä mieltä siitä, että vastaavanlaisia koulutuksia pitäisi koulun henkilökunnalle järjestää tulevaisuudessakin. Koulutukseen osallistuneet olivat yksimielisiä siitä, että koulutus oli tarpeellinen ja koulutuksen sisältö vastasi odotuksia. Koulutus oli suunniteltu heidän tarpeidensa mukaan. (Salmi 2010, 40,41)

### 3 PROJEKTIN TOTEUTUSSUUNNITELMA

#### 3.1 Toiminnallinen projekti

Rauman Meripelastusyhdistys järjestää yhteistyössä Suomen Meripelastusseuran kanssa valtakunnalliset meripelastustaitokilpailut 2.-4.9.2016 Raumalla. Varsinainen kilpailu käydään lauantaina 3.9. mutta luvassa on kilpailuun liittyvää toimintaa koko viikonlopun ajan. Valtakunnallisten meripelastustaitokilpailujen kolmihenkiset joukkueet edustavat Suomen Meripelastusseura ry:n jäsenyhdistyksiä, turvallisuusalan viranomaisia tai muita meripelastuksesta kiinnostuneita yhteisöjä. Mukana on usein ollut joukkueita myös Suomen rajojen ulkopuolelta. (Meripelastustaitokilpailut 2016)

Kilpailualueena on Rauman edustan merialue, sekä ranta Otanlahden ja Syväraumanlahden Merijakamon välissä, jossa yleisö pääsee seuraamaan kilpailuja. Kilpailuissa on kuusi rastia joiden aihealueet ovat merimiestaito, viestiliikenne, vedestä pelastaminen, merenkulku, ensiapu sekä ajankohtainen meripelastustehtävä. (Meripelastustaitokilpailut 2016)

Meripelastustaitokilpailut ovat vapaaehtoisten meri- ja järvipelastajien, sekä meripelastustyötä tekevien viranomaisten kilpailu. Joukkueet mittelevät vuorovuosin rannikolla ja sisävesillä valtakunnallisissa meripelastustaitokilpailuissa. Kilpailuissa arvioitavina ovat tiedot ja taidot, jotka ovat keskeisiä silloin, kun vesillä pelastetaan ja autetaan ihmisiä. (Meripelastustaitokilpailut 2016)

Kilpailun tarkoituksena on lisätä pelastustaitoja, oppimishalua ja motivaatiota sekä verrata pelastustoimen eri toimijoiden tasoa keskenään. Kilpailujen järjestelyvastuu on vuorovuosina sisävesien ja rannikon paikallisyhdistyksellä. Joukkueet pääosin kuntien meri- ja järvipelastusyhdistyksiä, jotka jakaantuivat edelleen junioreihin sekä varttuneempiin meripelastajiin. Mukana myös joukkueet Rajavartiolaitolta, Poliisista sekä Meriturvasta. (Meripelastustaitokilpailut 2016)

Kilpailurata muodostuu tänä vuonna seitsemästä tehtävästä, jotka sääntöjen mukaan ovat ensiapu, navigointi, viestiliikenne, vedenvarasta pelastaminen, merimiestaito

sekä ajankohtainen meripelastustehtävä. Kilpailuissa painotetaan myös paineensietokykyä sekä fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä haastavissa tilanteissa. Raumalla 2016 järjestettävät kilpailut ovat 31. valtakunnalliset meripelastustaitokilpailut. Olemme olleet yhteydessä Rauman Meripelastusyhdistyksen yhteyshenkilön Marika Helkiön, sekä ratamestari Mikko Väisäsen kanssa. (Meripelastustaitokilpailut 2016)

### 3.2 Kohdeorganisaatio

Rauman Meripelastusyhdistys on vuonna 1953 perustettu Suomen Meripelastusseura ry:n alainen jäsenyhdistys. Vapaaehtoista meripelastusta on Suomessa harjoitettu jo yli sadan vuoden ajan ja Rauman Meripelastusyhdistys ry on tärkeä osa tätä koko Suomen meri- ja sisävesialueet kattavaa organisaatiota. (Rauman Meripelastusyhdistyksen verkkosivut).

Etsintä-, pelastus- ja palontorjuntatehtävien lisäksi toimintaan kuuluvat sairaankuljetukset sekä saattotehtävät veneilykilpailuissa ja tapahtumissa kuten myös näytökset ja esiintymiset veneily- ja rantatapahtumissa. Toiminta rahoitetaan pääosin lahjoitus- ja jäsenmaksuvaroin. Henkilöjäseniä on noin 1000. Jäsenet edustavat kaiken kattavaa kirjoa ammattikunnista. (Rauman Meripelastusyhdistyksen verkkosivut)

Rauman Meripelastusyhdistys noudattaa Suomen Meripelastusseuran koulutusjärjestelmää, jossa on mahdollisuus edetä nousujohteisesti meripelastuksellisten taitojen hankkimisessa ja harjoittamisessa aivan alkeista lähtien vaativimpiin koulutustasoihin saakka. (Meripelastusseuran verkkosivut, Rauman Meripelastusyhdistyksen verkkosivut)

### 3.3 Projektin toiminnallinen osuus

Projektipäivä on 3.9.2016, paikkana on Rauman Otanlahden ja Merijakamon välinen alue. Ensiapurastin paikka on Fåfångan tanssilavan edessä. Kisapäivän aikataulu on alustavasti klo 7-16.

Ensiapurastilla on paikalla kolmen projektijäsenen lisäksi rastivastaava ja kuusi avustajaa. Kaikista rasteista vastaa Rauman Meripelastusyhdistys ja ratamestari. Arviointia suoritetaan rastien eri osa-alueista yhdistyksen toimesta sekä kyselylomakkeella.

### 3.3.1 Rastin uhrikuvaukset

Uhri 1 on veteen pudonnut, pelastettu rannalle. Potilas ei ole loukkaantunut, mutta rannalla on kehittynyt hypotermia jonka seurauksena tajuttomuus. Potilaalla on keski-vaikkea hypotermia, jossa ruumiinlämpö on 30-32 astetta. Tällöin myös kammiovärinän riski on kohonnut.

Uhri 2 on lentänyt veneestä veteen ja kolhinut itseään veneen laitoihin, sekä mahdollisesti veden alla oleviin kiviin. Uhri on perusterve 30-vuotias mies. Uhrilla on päällään märkä märät vaatteet. Hän on tajuissaan, makaa maassa oikealla kyljellään. Kyssyttäessä potilas kertoo jalkojen tuntuvan puutuneilta ja alaselässä olevan lievää kipua. Uhri huutaa kivusta, koska vasemman käden kyynärnivel on virheasennossa.

### 3.3.2 Aikuisjoukkueet

Kilpailevia aikuisjoukkueita kisoissa on 20. Jokaisessa joukkueessa on kolme jäsentä. Kilpailijoiden ensiaputaidot vaihtelevat ammattilaisista harrastelijoihin, mutta jokaisella on vähintään Meripelastusyhdistyksen laatima ensiapukoulutus.

Rastin pisteytyksessä on 14 kohtaa, joista saa yhteensä 20 pistettä (kts. liite 2). Harjoituskilpailut järjestetään 20.8. aamupäivällä, jolloin harjoitusryhmä kilpailee kaikki rasti läpi. Pidämme viimeisen palaverin ennen kisoja 31.8. Tuolloin käymme läpi avustajien kanssa heidän roolinsa kisapäivänä. Projektipäivä eli kilpailupäivä on 3.9. jolloin kisat alkavat aamulla klo 7 ja päättyvät n. klo 16. Jokainen kilpailuryhmä on rastilla n. 10 minuuttia, jonka jälkeen on viisi minuuttia aikaa kasata ensiapuvälineet ja laittaa rasti kuntoon seuraava joukkuetta varten. Meripelastusyhdistys hankkii tarvit-

tavan välineistön kilpailurastille. Välineistö on Rauman meripelastusyhdistyksen pienimmän aluksen mukainen. Siihen kuuluu kauhapaarit, stifneck tukikauluri, kaksi huopaa, suojahanskoja ja ensiapulaukku, joka sisältää rastilla tarvittavan mitellan ja avaruuslakanan. Yleisö pääsee seuraamaan ensiapurastia.

### 3.3.3 Juniorijoukkueet

Kisoihin osallistuu kuusi juniorijoukkuetta, joiden ikäjakauma on 12-15 vuotta. Junnujen ensiapurastin pisteytys poikkeaa aikuisjoukkueista siten, että heiltä jätetään pois potilaan siirto maalialueelle. Heillä ei myöskään ole käytössään Virveä, kuten aikuisjoukkueilla. Juniorijoukkueet aloittavat kisapäivän klo 7:00 ja ensiapurastilla ensimmäisen joukkueen on määrä olla klo 7:15. Joukkueiden pisteytyksestä puuttuu potilaan siirtoa koskevat arvostelukohdat, joten heidän maksimi pistemääränsä on aikuisjoukkueita vähäisempi (kts. liite 4).

### 3.4 Projektin resurssit ja riskit

Projektiin osallistuu kolme Satakunnan ammattikorkeakoulun opiskelijaa, tehtävänä suunnitella ensiapurasti ja kisapäivänä toimia rastin pisteyttäjinä. Projektiin tulee lisäksi avustajiksi viisi Satakunnan ammattikorkeakoulun palveluyrityksen Soteekin opiskelijaa. Yksi vapaaehtoinen ja yksi opiskelija tarkkailijan rooliin. Rastivastaava Mikko Väisänen on ensiapurastin tuomarina sekä ajanottajana kisapäivän ajan.

Rastilla tarvittavat välineet tulevat Meripelastusyhdistykseltä, rahallisia kustannuksia ei synny opiskelijoille tai oppilaitokselle. Tarvittaviin välineisiin kuuluvat kaksi pelastuspukua, jotka puetaan uhrien päälle ja ne toimivat ”ihona”. Pelastuspuvun päälle tulee valkoinen, kertakäyttöinen haalari, joka kastellaan ja jonka kisaajat saavat leikata pois. Kertakäyttöhaalareita tarvitaan laatikollinen. Meripelastusyhdistys toimittaa ensiapurastille myös kaiken heidän pienimmän resurssin veneissä käytössä olevan ensiapuvälineistön eli ensiapulaukun, kauhapaarit, huopaa ja hanskoja. Yhdistys tulostaa myös pisteytyskortit harjoituskisoihin ja varsinaiselle kisapäivälle.

Kisapäivän ruoka- ja juomatarjoilusta henkilökunnalle vastaa Meripelastusyhdistys. Ruokalahetti toimittaa ruuat, juomat, kahvit ja teet jokaiselle rastille aamupäivän aikana.

Rastin paikan tarjoaa Rauman Fåfånga, jonka piha-alueelle rastipaikka rajataan lippusiimalla. Rastin viereen kootaan katos sateen varalta. Rastipaikka rajataan harjoituski-soissa ja valmisteluista vastaa rastivastaava.

Henkilökohtaisina resursseina projektille on aiempi koulutuksemme lähihoitajina. Olemme kaikki käyneet ensiapu 1- koulutuksen, jonka Suomen Meripelastusseura vaatii kaikilta jäseniltään. Ensiapukoulutuksen pohjalta lähdemme rakentamaan rastia. Tärkeää on pysyä nimenomaan ensiavussa, eikä tehdä asioista ensihoidollisia, sillä tähän kisaajilla ei ole tasapuolista koulutusta.

Suurimpana riskinä projektissa on jonkun mahdollinen sairastuminen. Olemme saaneet kasaan kuusi avustajaa ja he osallistuvat sitoutuvasti kisapäivään. Jos kuitenkin joku sairastuu, on yksi avustaja varalla. Jos opinnäytetyöryhmästä joku sairastuu tai on muusta syystä estynyt tulemaan paikalle, jakaa kaksi muuta pisteytyksen keskenään kahteen osaan. Tällä hetkellä pisteytyskortti on jaettu kaikille kolmelle, jolloin jokaisella on 4-5 arvioitavaa kohtaa. Jakamalla pisteytys, vältetään kilpailijoiden eriarvoiselta kohtelulta. Jokainen on perehtynyt omiin pisteytettäviin kohtiinsa ja arvioi joukkueet samoilla periaatteilla.

### 3.5 Arviointisuunnitelma

Arviointia projektista suunnittelimme aluksi perinteisellä paperilomakkeella tehtäväksi heti kunkin joukkueen päästyä maaliin ja edelleen varustehuoltoon. Varustehuollon yhteydessä Rauman Meripelastusyhdistyksen toimihenkilö olisi jakanut, sekä kerännyt lomakkeet. Tämä jäi kuitenkin toteutumatta käytännön syistä. Alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen arviointiin saatiin materiaalia sähköisen kyselylomakkeen

avulla, jonka web-kyselylinkki jaettiin jokaisen joukkueen johtajalle kilpailun jälkeisellä viikolla. Joukkueenjohtajat jakoivat linkit edelleen eteenpäin joukkueiden jäsenille. Arvioinnin kriteereinä ensiapurastin tehtäväkäsken selkeys, rastin haastavuus, potilastilanteiden suunnittelu sekä rastihenkilöstön toiminta.

## 4 PROJEKTIN TOTEUTUS

Projekti on alkanut keväällä 2016. Ensimmäinen palaveri pidettiin Rauman meripelastusyhdistyksen tiloissa 22.6. jolloin paikalla oli Marika Helkiö ja silloinen rastivastaava Janika Väisänen. Suunnittelimme palaveria varten ensiapurastille kaksi potilasta, joista toinen on tajuton ja hypotermisen. Toisella uhrilla on rankavamma kahden moottoriveneen törmäyksen johdosta. Molemmat potilaat on pelastettu vedestä rannalle. Palaverissa kuitenkin selvisi, että moottoriveneiden törmäys olikin vaihtunut soutuveneen kaatumiseen, mikä laittoi potilaiden tilan suunnittelun uusiksi, sekä valmiiksi tehdyt esitietolaput piti päivittää.

Kesän aikana suunnittelimme potilaille kaksi erillistä pisteytysuunnitelmaa. Heinäkuun lopussa tuli tieto, että valmiina tulisi olla tehtäväkäsky (kts. LIITE 1) sekä yhteinen pisteytyskortti (kts. LIITE 2), joka annetaan joukkueille rastille saavuttaessa. Nämä saimme valmiiksi 9.8. mennessä jolloin kaikki kisojen rastisuunnitelmat käytiin läpi Meripelastusyhdistyksen johdon toimesta. Lupa projektiin saatiin 31.8.2016. Myöntäjänä projektin tilaaja, meripelastusyhdistyksen jäsen Marika Helkiö.

Pisteytykset käytiin vielä 15.8. palaverissa läpi ja pieniä muutoksia piti tehdä. Tässä vaiheessa saimme tietää, että kisoihin osallistuu myös 5-6 juniorijoukkuetta joille pitää tehdä oma tehtäväkäsky (kts. LIITE3) ja pisteytyskortti (kts. LIITE4). Rasti-vastaava myös vaihtui ja jatkoimme projektin tekoa Mikko Väisäsen kanssa.

## 4.1 Harjoituskilpailut

20.8.2016 järjestettiin harjoituskilpailut varsinaisella kisa-alueella. Harjoituksen tarkoituksena oli testata rastien toimivuutta, joukkueiden liikkuvuutta rastien välillä ja ajankäyttöä.

Ensiapurasti kasattiin Fåfångan pihalle ja avustajista saimme paikalle kaksi. Harjoitusjoukkue kävi läpi kaikki rastit ja harjoituksen jälkeen kokoonnuimme Meripelastusyhdistyksen tiloihin purkutilaisuuteen, jossa käytiin läpi radan ja rastien puutteita.

Ensiapurasti toimi kohtalaisesti, mutta muutoksia harjoituksen jälkeen tehtiin. Ensiapurastilaukku, huovat ja kauhapaarit oli laitettu rastipaikalle uhrien viereen ja rastivastaava antoi raportin tapahtuneesta joukkueelle rastipaikalla. Tästä saimme harjoitusjoukkueelta palautetta, raportin aikana pystyi jo katsomaan mikä uhreilla mahdollisesti on ja mitä välineitä on käytössä. Rastin haastavuutta lisättiin siirtämällä raportin antopaikka ja välineet kauemmas rastipaikasta. Uudeksi paikaksi valittiin Fåfångan tanssilavan takana kulkeva hiekkatie, jota pitkin kisaajat tulivat rastille. Tällä lisättiin haastavuutta myös välineiden valinnassa. Rastivastaava ei ohjeista raportin yhteydessä otamaan kaikkia tarjolla olevia välineitä mukaan, vaan päätös mitä mahdollisesti tarvitaan jää kisaajille.

Harjoituksissa huomattiin, että pienimmän aluksen valikoimaan ei kuulu Stifneckkauluria, jonka käyttö rankavammapotilaalla oli yksi pisteytettävä asia. Rastivastaava oli kuitenkin tulostanut jo kaikki pisteytyskortit, joten päädyimme vain vetämään kohdan yli pisteytyskortista ja laskemaan kokonaispistemäärää yhdellä pisteellä.

Kisaajien kulkua ensiapurastilta seuraavalle rastille päätettiin harjoituksen jälkeen muuttaa. Suunniteltu kulkureitti antoi harjoitusjoukkueelle mahdollisuuden nähdä seuraava rastipaikka. Varsinaisissa kisoissa joukkueilla olisi siis mahdollisuus nähdä edellä menevän joukkueen toiminta ensiapurastista seuraavalla rastilla.

Rastille oli suunniteltu 10 minuutin aikaraja jonka aikana kisaajien tulisi joko selviytyä rastista ja jatkaa eteenpäin tai ajanottajana toiminut rastivastaava ilmoittaisi ajan päättyneen ja pyytäisi joukkuetta siirtymään seuraavalle rastille. Siirtymäaika joukkueiden



välillä oli viisi minuuttia, jonka aikana välineet tulisi ehtiä keräämään takaisin paikalleen, avustajien mahdollinen vaihto ja pukeutuminen, sekä pisteyttäjien korttien vaihto ja aseisiin palaaminen. Ajallisesti rasti toimi hyvin ja 15 minuuttia per joukkue aikaa ei lähdetty muuttamaan.

## 4.2 Kisapäivän kulku

Kisoihin osallistui yhteensä 23 kolmihenkistä joukkuetta, joista 14 edusti Meripelastusseuran jäsenyhdistyksiä, 6 pelastusalan viranomaisia ja 1 muita pelastusalan toimijoita. Lisäksi mukana oli vapaaehtoisten meripelastajien joukkueet Ahvenanmaalta ja Virosta. (Meripelastusseura, uutiset.)

3.9.2016 olimme kaikki kolme projektin jäsentä Fåfångan rastipaikalla aamulla klo 5:30. Rastivastaava Mikko Väisänen ja rastille avuksi tullut Rauman Meripelastusyhdistyksen jäsen Jarno Jalonen olivat jo pystyttäneet paviljongin ja rajanneet rastipaikan lippusiimalla. Opinnäytetyöryhmämme kaikki kolme jäsentä toimivat suunnitellusti rastin valvonta- ja pisteytystehtävissä. Kaksi henkilöä arvioi tajuttoman hypotermiapotilaan kohtaamista ja ensiapua. Yhden ryhmän jäsenen tehtävänä valvoa ja pisteyttää rankavammapotilaan hoitoa.

Saimme käyttää henkilökohtaiseen huoltoon Fåfångan paviljongin sisätiloja, joissa avustajat pystyivät pukeutumaan. Kuuden avustajan kanssa oli sovittu parit, jotka ovat kerrallaan paikalla noin kolme tuntia. Ensimmäisten avustajien saapuessa alkoi valmistelut olla kunnossa. Avustajat pukeutuivat pelastuspukuihin ja kertakäyttöhaalareihin ja tarkistimme heidän kanssaan vielä paikan jossa ovat rastilla joukkueiden saapuesssa.

Ensimmäisen juniorijoukkueen oli määrä olla rastilla klo 7, mutta Virven kautta tuli tieto, että joukkue on tulossa ennen seitsemää. Kaikki juniorijoukkueet tulivat rastille sujuvasti 15 minuutin välein ja tämän jälkeen ilmoitettiin kisoissa olevan pieni tauko.

Kisapaikalla oli vaihtelevasti yleisöä. Heille oli järjestetty tilaa rastipaikan vierestä aidan takana. Median edustajille annettiin lupa tulla ottamaan kuvia myös aidan toiselta puolelta. Ohjeistettuna he saivat olla pisteyttäjiä kanssa samoilla paikoilla kisaajia häiritsemättä.

Aikuisjoukkueet lähtivät matkaan klo 9 ja ensimmäinen aikuisjoukkue oli ensiapurastilla 9:30. Kaikki 23 joukkuetta lähtivät radalle porrastetusti 15 minuutin välein ja puoleksavälissä kisapäivää pidettiin 45 minuutin tauko, jotta rastipaikkojen henkilökunta ja avustajat ehtivät pitää ruokatauon.

Klo 7 alkaneet kisat päättyivät virallisesti klo 17 aikaan. Viimeinen ensiapurastille tullut joukkue poistui eteenpäin klo 16 jälkeen. Rastin siivoamiseen ja tavaroiden pakkaamiseen käytimme vielä pari tuntia aikaa ja projektiryhmän kisapäivä päättyi klo 18 illalla.

Pisteytyskortit lähtivät rastivastaavan mukana Meripelastusyhdistyksen tiloihin, jossa suoritettiin virallinen pisteiden laskenta. Pitkin kisapäivää oli alustavia pisteytyksiä tullut ensimmäisiltä rasteilta nettiin katsottavaksi. Puolen päivän jälkeen pisteiden lasku salattiin ja lopulliset voittajat julkaistiin ja palkintojen jako suoritettiin illalla järjestetyssä juhlassa Rauman Juhlahovissa.

Meripelastustaitokilpailut voitti Meriturva Lohjan joukkue, jonka muodostivat Heikki Hämäläinen-Voima, Marko Aalto ja Harri Rosberg. Toiseksi kilpailuissa sijoittui SMPS Pirkanmaan joukkue kilpailijoina Toni Laine, Aku Virjula ja Tuomas Mäkinen sekä kolmanneksi Helsingin Meripelastusyhdistyksen joukkue HMPY 1 kilpailijoina Katja Rajala, Sampo Rajala ja Maria Arvonen. (Meripelastusseura, uutiset.)

Nuorten omat kisat voitti Porkkalan Meripelastajien joukkue kilpailijoina Tommy Rönberg, Victor Valkama ja Jussi Virtanen. Toiseksi sijoittui Espoon Meripelastajien joukkue Furuno 2, kilpailijoina Anna Henriksson, Julia Vuorela, Jessica Montonen ja kolmanneksi Helsingin Meripelastusyhdistyksen ja Porvoon Meripelastajien yhteisjoukkue, Helsinki-Porvoon nuoret, kilpailijoina Kimi Eskelinen, Max Jääskeläinen, Tinja Kuosmanen. (Meripelastusseura, uutiset.)

## 5 PROJEKTIN ARVIOINTI

Kaikille oli selvää, että opinnäytetyön aihe on ensihoitoon liittyvä, koska se on jokaisen ryhmäläisen ensisijainen kiinnostuksen kohde. Saimme tilauksen Rauman Meripelastusyhdistykseltä ja se oli heti innostava ja mielenkiintoinen.

Haastetta rastin suunnittelulle toi ensiavun ja ensihoidon erottaminen toisistaan. Saimme Rauman Meripelastusyhdistykseltä koulutuspaketin, jonka kaikki Suomen vesillä meripelastajina toimivat suorittavat. Saimme myös välineluettelon pienimmän aluksen ensiaputarvikkeista. Näiden pohjalta oli hyvä lähteä työstämään rastin potilastapauksia.

Projektimme koki monta takaiskua matkanvarrella. Aluksi keväällä 2016 meillä oli vaikeuksia saada sovitettua aikatauluja niin, että pääsimme pitämään aloituspalaverin Meripelastusseuran asemapaikalle. Ensiapurastin uhrikuvaukset muuttuivat pariin kertaan ja aloitimme niiden laatimisen uudestaan.

Suunnittelimme projektin laajentamiseksi myös ensiapupistettä yleisölle, jossa olisi tietoa ja ensiapuvälineitä esillä. Tästä suunnitelmasta luovuttiin, kun heinäkuussa 2016 tuli ilmoitus, että kisoihin osallistuu myös juniorijoukkueita, joille pitää laatia kokonaan omat uhrikuvaukset ja pisteytyskortit.

Rastivastaava vaihtui loppukesästä ja pidimme vielä ylimääräisen palaverin. Pienessä kiireessä saimme kasaan ensiapurastin ja sen suunnitellun toiminnan. Avustajat pyysimme viimeiseen palaveriin asemapaikalle ja he saivat silloin kokeilla pelastuspukuja ja kävimme yhdessä aikataulua läpi.

Rastin potilastapaukset osoittautuivat hyvin suunnitelluiksi. Rankavamman saaneelle potilaalle ”lisättiin” kyynärnivelen luksaatio ja pyydettiin potilaana toimivaa avustajaa huutamaan kivusta ja pitelemään kättään. Näin hämättiin kisaajia, kaikki eivät osanneet epäillä rankavammaa vaan keskittyivät pelkästään käden hoitoon ja kantositeen laittoon. Huutava uhri myös vei huomiota pois toisesta uhrista, joka makasi maassa

tajuttomana hypotermiasta kärsien. Ne joukkueet, joilla oli selkeä tilannejohtaja, onnistuivat rastilla parhaiten. Tajuton uhri ei jäänyt huomiotta ja kaikki eivät auttaneet vain huutavaa uhria, kun tilannetta johtanut kisaaja jakoi potilaat auttajien kesken. Tämä oli myös yksi pisteytettävä kohta.

Vertailimme pisteityksiä keskenämme ja kyselimme toisiltamme, jos jokin pisteytettävä kohta jäi epäselväksi. Teimme yhteistyötä koko kisapäivän ajan. Olimme jakaneet pisteytyskorttien kohdat kolmeen osaan ja jokaisella oli omat kohdat joihin keskittyä. Tämä toimi hyvin. Joukkueen poistuttua yhdistimme pisteet yhteen korttiin ja veimme katoksessa olevaan kansioon pisteiden laskentaa varten.

Kisapäivä oli pitkä ja rankka. Osa henkilökunnasta ja avustajista kärsi kylmästä ja osan aikaa päivästä satoi vettä, jonka seurauksena sekä avustajat, että välineet kastuvat. Täydennyshuolto toimi silti hyvin ja jos meiltä puuttui jotain, lähetti toimitti sen nopeasti. Ruokahuolto toimi myös moitteettomasti.

Yhteistyö ja ajankäyttö meni suunnitellusti. Välttyimme yhteydenpito-ongelmilta ja kisajoukkueita tuli tasaisesti, eikä pitkiä odotuksia tullut rastihenkilökunnalle tai joukkueille. Kisat pysyivät melko hyvin asetetussa klo 7-16 aikarajassa.

## 5.1 Rauman Meripelastusyhdistyksen palaute

Yhteistyökumppanimme Rauman Meripelastusyhdistys oli kokonaisuutena tyytyväinen rastin suunnitteluun ja organisointiin. Potilaskuvauksiin ja -tilanteisiin oltiin pääpiirteittäin tyytyväisiä ja tehtäväkäskeyjen muokkauksetkin saatiin sovittua yhteisymmärryksessä. Rakentavaa ja hyvää palautetta tuli kilpailupäivän aikana myös yhdistyksen ylimmältä johdolta rastihenkilöstön lisäksi. Yhteistyökumppanimme yhdistyksen mukaan oli hyvää.

## 5.2 Pisteytyskorttien tarkastus

Joukkueiden suoriutumista rastilla voidaan kilpailun jälkeen tutkia ja arvioida ensiapurastin pisteytyskortin avulla. Kokonaisuutena joukkueet selvittivät rastin keskitasoa paremmin. Paikalle lavastetun vesiliikenneonnettomuuden kahden eri uhrin ensiaputoimenpiteissä joukkueet pärjäsivät parhaiten onnettomuuden toisen uhrin mahdollisen elottomuuden poissulkemisessa ja lisäjäähtymisen estämisessä. Toisen uhrin rangan tuenta ja tämän jälkeinen siirtotehtävä kauhapaareilla sujui myös hyvin. Eniten hajontaa tuli ryhmän johtamisessa ja tehtävien jakamisessa.

Rastin kokonaispistemäärä oli 19p, parhaimman yksittäisen joukkueen pistemäärän ollessa 18p ja heikoimmin menestyneen 9p. Keskiarvoksi 23:n joukkueen pisteitä tarkisteltaessa saadaan 13p. Ensiapurastille asetettiin suorituksen aikarajaksi 10:00 min. Nopein joukkue selvitti rastin ajassa 5:04 min. Joukkueista 11 kohtasi rastilla edellä mainitun 10:00 min aikarajan. Ajallisesti hajontaa syntyi joukkueiden välille hyvin.

## 5.3 Kyselylomakkeen purku

Ensiapurastin suunnittelun ja toteutuksen arvioinnin apuna käytämme kyselylomaketta, joka toteutettiin webkyselynä. Tähän vastasi 12 eri ikäistä henkilöä eri kilpailujoukkueista. Ryhmän jäsenten siviilikoulutustaustoissa paljon eroja. Vastaajista neljä kertoi käyneensä EA1:n, kolme vastaajaa suorittanut EA1 + EA2, yhdellä vastaajalla lisäksi paikallisen meripelastusyhdistyksen oma EA-kurssi. Vastanneista puolet piti rastia melko haastavana. Tehtäväkäsken selkeys sai kiitosta. Rastin potilastilanteiden suunnittelua piti hyvänä seitsemän vastaajaa, kaksi henkilöä antoi arvosanaksi tyydyttävä. Rastihenkilöstön toimintaa pidettiin yleisesti ottaen melko hyvänä. Vapaamuotoisen palautteen osalta vastaajat kritisoivat välittömän palautteen puuttumista oppimisen kannalta sekä tilanteen simuloinnin vaikeutta, kuitenkin yleisesti ottaen rastin ollessa kokonaisuutena luokkaa hyvä.

#### 5.4 Yhteenveto projektista

Tavoitteenamme oli tuottaa kilpailuun mahdollisimman käytännönläheinen, riittävän vaatavuustason omaava, ensiaputaitoja mittaava sekä kehittävä ensiapurasti. Rastin potilastilanteet olivat pääasiallisesti palautteen mukaan hyvin suunniteltuja. Opinnäytetyöryhmämme toiminta sai hyvää palautetta osana rastihenkilöstöä. Sujuneesta yhteistyöstä saimme kiitosta järjestävältä yhdistykseltä. Kiitokset annoimme puolestamme myös heille. Yhteistyö sujui mallikkaasti yhteydenpidon alkuhankaluuksia lukuun ottamatta. Projektin aikatauluun suhtauduimme alusta alkaen sillä periaatteella, että ylimääräistä aikaa ei juurikaan ole. Tämä osoittautui projektin edetessä realistiseksi. Työryhmämme tehtäväksi annettiin myös rastilla tarvittavien avustajien hankinta. Satakunnan ammattikorkeakoulun palveluyritys Soteekki oli aluksi suunnitelmassa mukana. Soteekista emme kuitenkaan avustajia saaneet, joten turvauduimme oman ryhmämme Satakunnan ammattikorkeakoulun AHT15SR:n hoitotyön opiskelijoihin. Sitoutuvasti tähän vastasikin neljä opiskelijaa ryhmämme sisältä. Avustajien merkitys rastin onnistumisen kannalta oli huomattava.

Ensiapurastin suunnittelu ja organisointi sekä rastin valvontatehtävät tämän laajuudessa meripelastustaitokilpailussa kehittää hyvin omaa ammattitaitoa, kasvattaa omaa tietämystä meripelastustoiminnasta sekä täydentää myös opinnäytetyöryhmän jäsenten ensiaputaitoja. Rastin valvontatehtävissä toimiminen antaa kokonaan uutta näkökulmaa tämän kaltaiseen toimintaan.

Vastaavien kilpailujen alkuvaiheen suunnittelussa työn tai projektin tilaajan tulisi ottaa huomioon aikataulun merkitys. Tilaajan tulee olla yhteydessä yhteistyötahoonsa riittävän aikaisin. Työn aloittamista ja eteenpäin viemistä helpottaa mahdollisimman vähäinen kontaktihenkilöiden määrä ja henkilöiden vaihtuvuuden minimoiminen. Rastin aihe sekä potilaskuvaukset olisi hyvä pitää määrätietoisesti ainakin pääasiallisesti kovin radikaalisti muuttumattomina. Hyvässä ja rakentavassa yhteishengessä aina voidaan toki soveltaa suunnitelmia, kuten meidänkin työssämme toimittiin. Työssä tuli selkeästi esille tarkan teoreettisen suunnitelman tärkeys. Käytännön osuuden aloittaminen ja eteenpäin vieminen oli siksi koko yhteistyöryhmällemme helpompaa.

## LÄHTEET

Alho, A., Huittinen, V-M., Rokkanen, P., Ryöppy, S., Slätis, P. 1987. Traumatologia. Helsinki: Kandidaattikustannus.

Aro, H., Böstman, O., Kröger, H., Lassus, J. & Salo, J. 2010. Traumatologia. 7. uud. p. Helsinki: Kandidaattikustannus.

Finnanest. 2013. Kuopio. Hypotermiapotilaan hoito. Viitattu 26.1.2018.  
[http://www.finnanest.fi/files/nyyssonen\\_hypotermiapotilaan\\_hoito.pdf](http://www.finnanest.fi/files/nyyssonen_hypotermiapotilaan_hoito.pdf)

HEFT EMLCast. 2015. Cervical spine collars immobilisation. Viitattu 29.1.2018  
<http://www.heftemcast.co.uk/cervical-spine-collars-immobilisation/>

Jalonen, M., Saarto, S. 2010. Ensiaputaidot nuorille. AMK-opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 16.2.2018.

Koivikko, M. 2015. Kaularangan vammojen diagnostiikka. Duodecim-lehti 12, 1170-5. Viitattu 13.2.2018. <http://www.duodecimlehti.fi/lehti///duo12320>

Kuisma, M., Holmström, P., Nurmi, J., Porthan, K. & Taskinen, T. Ensihoito. 2017. 6. uud. p. Helsinki: Sanoma Pro

Menetelmäopetus, strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html)

Meripelastusseuran verkkosivut. <http://www.meripelastus.fi/fi/uutiset/2499> Viitattu 10.11.2017.

Meripelastustaitokilpailujen verkkosivut. <http://www.mptk2016.fi/>. Viitattu 11.8.2016

Nikunen, S., Väänänen, M. 2017. Ensiaputapahtuma peruskoulussa. AMK-opinnäytetyö. Laurea ammattikorkeakoulu. Viitattu 16.2.2018.

Rauman Meripelastusyhdistyksen verkkosivut. <http://rauma.meripelastus.fi/>. Viitattu 11.8.2016, 7.11.2017.

Rämänen, A. 2011. Ensiapua 9-12-vuotiaille – tuntiopas opettajille ja ohjaajille. AMK-opinnäytetyö. Laurea ammattikorkeakoulu. Viitattu 16.2.2018.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 11.2.2018  
<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>

Saarelma, O. 2017. Selkävammat. Viitattu 26.1.2018. <http://www.terveyskirjasto.fi>

Saarelma, O. 2017. Yläraajan vammat. Viitattu 26.1.2018. <http://www.terveyskirjasto.fi>

Salmi, P. 2010. Ensiapukurssi Anjalan koulun henkilökunnalle. AMK-opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Viitattu 16.2.2018.

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri. 2017. Turku. Traumatilaa tuenta ja kuljetus. Viitattu 29.1.2018. [http://www.vsshp.fi/fi/ammattilaisille/ensihoito/Documents/EH\\_Toimintaohje\\_Traumatilaa\\_tuenta\\_ja\\_kuljetus\\_ensihoidossa.pdf](http://www.vsshp.fi/fi/ammattilaisille/ensihoito/Documents/EH_Toimintaohje_Traumatilaa_tuenta_ja_kuljetus_ensihoidossa.pdf)

Virtuaaliammattikorkeakoulu. 2006. Monimuotoinen/toiminnallinen opinnäytetyö. Viitattu 7.2.2018.

Wilkinson, D. & Skinner, M. 2000. Primary trauma care manual: ABCDE of trauma. [http://www.primarytraumacare.org/wp-content/uploads/2011/09/PTC\\_ENG.pdf](http://www.primarytraumacare.org/wp-content/uploads/2011/09/PTC_ENG.pdf)



TEHTÄVÄKÄSKY / RASTI 5 / ENSIAPU

SOUTUVENE KAATUNUT. KAKSI POTILASTA PELASTETTU VEDEN VARASTA.

ANTAKAA VAMMOJEN / POTILAIEN TILAN MUKAINEN ENSIAPU.

POTILAIEN PÄÄLLÄ OLEVA PELASTUSPUKU ON ”IHO”.

AIKA PÄÄTTYY, KUN TOINEN POTILAS ON SIIRRETTY MERKITYLLE / RAJATULLE ALUEELLE TOISEN POTILAAN VIEREEN.



## LIITE 3

TEHTÄVÄKÄSKY / RASTI 5 / ENSIAPU / NUORET

KAHDEN KAVERUKSEN VENE KAATUNUT KALASTUSREISSULLA.  
POTILAAT PELASTETTU RANTAAN.

SAAVUTTE KOHTEESEEN OMALLA VENEELLÄNNE LEPPÄKARIN  
SAAREEN, JOKA SIJAITSEE RAUMAN EDUSTALLA.

ANTAKAA POTILAILLE VAMMOJEN / TILAN MUKAINEN ENSIAPU.

KUN TEHTÄVÄ ON SUORITETTU, ILMOITAKAA SE RASTITUOMARILLE.



## LIITE 5

Tervehdys!

Onnittelut meripelastustaitokilpailun radan suorittamisesta. Olemme kolme Satakunnan Ammattikorkeakoulun hoitotyön amk-opiskelijaa. Tavoitteenamme on siis valmistua sairaanhoitajiksi kahden vuoden kuluttua. Koulutukseemme sisältyy opinnäytetyö, joka on toimintamuotoisena meripelastustaitokilpailujen ensiapurasti. Olemme tehneet tätä projektia yhteistyönä Rauman Meripelastusyhdistyksen kanssa toukuusta 2016 lähtien.

Tarkoituksenamme on kyselylomakkeen avulla selvittää ensiapurastin organisointia, toteutusta, vaativuustasoa sekä mahdollisia ongelmakohtia. Kyselylomakkeet osoitetaan kaikille kilpailuun osallistuneille joukkueiden jäsenille. Pyydämme siis ystävällisesti sinua vastaamaan kysymyksiin. Vastauksesi käsitellään täysin luottamuksellisesti eikä henkilöllisyytesi tule ilmi opinnäytetyössä. Työmme ohjaavana opettajana toimii lehtori Sirke Ajanko, e-mail: [sirke.ajanko@samk.fi](mailto:sirke.ajanko@samk.fi). Saatekirjeen alaosasta löytyvät myös meidän yhteystietomme, mikäli rastin organisoinnista herää kysymyksiä.

Kun olet vastannut, palauta kyselylomake varusteiden huoltopaikalla olevaan postilaatikkoon, jossa teksti `kyselylomakkeet`.

Vastauksesi ovat meille tärkeitä.

Kiitos osallistumisestasi!

Heidi Anto  
[heidi.anto@student.samk.fi](mailto:heidi.anto@student.samk.fi)

Henni Typpö  
[henni.typpo@student.samk.fi](mailto:henni.typpo@student.samk.fi)

Jani Varjo  
[jani.varjo@student.samk.fi](mailto:jani.varjo@student.samk.fi)

KYSELYLOMAKE

Ikä: \_\_\_\_\_

Ammatti: \_\_\_\_\_

Suoritettut kurssit/koulutus ensiapuun liittyen:

---

---

---

Oliko ensiapurasti kokonaisuutena mielestäsi? (rasti ruutuun)

haastava [ ] melko haastava [ ] melko helppo [ ] helppo [ ]

Oliko ensiapurastin tehtäväkäsky riittävän selkeä? (rasti ruutuun)

kyllä [ ] ei [ ] jos vastasit EI, perustelut:

---

---

Rastilla oli kaksi potilasta. Vakavammin loukkaantunut oli tajuton / hypoterminen. Toisella potilaalla pidettiin mahdollisena selkärangan vammaa ja vasemman kyynärvarren murtumaa. Olivatko potilasesimerkit suunniteltu (rasti ruutuun):

kiitettävästi [ ] hyvin [ ] tyydyttävästi [ ] huonosti [ ] en osaa sanoa [ ]

Miten arvostelisit rastihenkilöstön (tuomari, suunnittelijat, avustajat) toiminnan?

hyvä [ ] melko hyvä [ ] melko huono [ ] huono [ ]

Haluatko antaa lopuksi vapaamuotoisen palautteen rastista kokonaisuutena?:

---

---

---

---

---

Kiitos vastauksistasi!