

SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU

Tiia-Maria Makkonen

Kati Teelmäki

ENSIAPUPÄIVÄ KANKAANPÄÄN KESKUSTAN KOULUN 4A-
LUOKAN OPPILAILLE

Sosiaali- ja terveysala Pori
Hoitotyön koulutusohjelma
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

2007

ENSIAPUPÄIVÄ KANKAANPÄÄN KESKUSTAN KOULUN 4A-LUOKAN OPPILAILLE

Makkonen Tiia-Maria

Teelmäki Kati

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Sosiaali- ja terveysala Pori, Maamiehenkatu 10, 28500 Pori

Maaliskuu 2007

Ohjaajat: FM Myllymäki Päivi, TtM Westergård Airi

YKL 59.23

48 s. (liitteitä 26 s.)

Asiasanat: ensiapu, projektityö, opettaminen ja ohjaaminen

Opinnäytetyön tarkoituksena oli antaa ensiapuopetusta Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille. Tarkoituksena oli tuottaa PowerPoint-esitys, jota käytettiin ensiapuopetuksessa luennon runkona. PowerPoint-esityksen pohjalta tehtiin ensiapuopas luokan oppilaiden käyttöön.

Opinnäytetyö toteutettiin projektityönä yhteistyössä Kankaanpään keskustan koulun kanssa. Projektityö suunnattiin koulun 4A-luokan oppilaille, joille järjestettiin ensiapupäivä. Projektityön aiheen koimme ajankohtaiseksi, koska uudessa käypä hoito – suosituksessa on painotettu nopean ammattiavun paikalle saamista hätänumeroon soittamalla.

Projektityön ensimmäisenä tavoitteena oli opettaa ensiavun perustaitoja Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille PowerPoint-esityksen sekä heidän käyttöönsä laaditun ensiapuoppaan avulla. Ensiapuoppaasta he voivat myöhemmin kerrata opetettuja asioita. Toisena tavoitteena oli kartoittaa oppilaiden ensiapuvalmiuksia sekä arvioida oppilaiden kehittymistä ensiapupäivän aikana. Oppilaille tehtiin esikysely ennen ensiapupäivää sekä palautekysely ensiapupäivän jälkeen.

Koulun 4A-luokan oppilaille järjestettiin ensiapupäivä, jonka aikana opetettiin ja ohjattiin hätäilmoituksen tekemistä, ensiavun antamista pyörtyneelle, tajuttomalle, vaikeutuneesta hengityksestä kärsivälle ja raajansa nyrjäyttäneelle henkilölle. Opetettiin myös pienen haavan ja pienen palovamman ensiapua sekä miten tyrehdytetään verenvuoto. Päivän aikana ensiapuopetus toteutettiin sekä teoriaopetuksen että käytännönharjoitusten avulla.

Ensiapupäivä toteutui suunnitelmien mukaisesti esikyselyä hyödyntäen. Suunnitellussa aikataulussa pysyttiin hyvin ja tavoitteet toteutuivat. Oppilaat osoittivat kiinnostusta opetettavaa asiaa kohtaan ja olivat opetuksessa hyvin mukana vastailemalla heille esitettyihin kysymyksiin. Oppilailta ja opettajalta saadun palautteen mukaan ensiapupäivä oli mukava ja hyödyllinen.

THE FIRST AID DAY FOR THE 4TH GRADE OF KANKAANPÄÄN KESKUSTAN SCHOOL

Makkonen Tiia-Maria

Teelmäki Kati

Satakunta polytechnic

Health Care studies

Degree Programme in Nursing

Social Services and Health Care in Pori,

Maamiehenkatu 10, 28500 Pori

March 2007

Tutors: Myllymäki Päivi, MA, Wertergård Airi, MNSc

48 p. (26 app.)

Key words: first aid, project, teaching and guiding

Purpose of this thesis was to give first aid tuition for the pupils of the 4th grade of Kankaanpään Keskustan School. As a skeleton for the tuition, a PowerPoint slide show was created. Furthermore, based on the PowerPoint show, a first aid guide was produced for the pupils.

Thesis was carried out as a cooperation project with the Kankaanpään Keskustan School. The project was aimed to the pupils of the grade 4A, for which a first aid day was offered. The topic of the project is a contemporary one, since the renewal of the revival guidelines in 2006 the role of fast revival is further emphasized.

A first objective of the project was to teach basic first aid skills for the pupils of the grade 4A, in order to improve their ability to act in situations where first aid is needed. Based on the produced PowerPoint slide show and the first aid guide, a second objective of the project was to map the first aid skills of the pupils and to evaluate the development of their skills during the first aid day. To accomplish this objective, a small-scale survey before the first aid day and a feed-back questionnaire after the first aid day were conducted.

On the agenda of the first aid day was to teach the students how to make an emergency announcement, and to give first aid to a person either collapsed, unconscious or suffering breathing difficulties or to a person with sprained ankle. It was also taught how to give first aid in situations of small wounds and little scalds, as well as how to stop bleeding. During the day, the first aid tuition was carried out both in theory and in practice.

The first aid day went according to plan and on schedule. Pupils were interested in the topic and actively participated in the tuition by answering to the questions proposed to them. Pupils judged the first aid day as nice and useful. Also the teacher of the grade 4A gave positive feedback.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 PROJEKTITYÖN TAUSTA	8
2.1 Projektityön tarkoitus ja tavoitteet	8
2.2 Projektityön tekijöiden henkilökohtaiset tavoitteet.....	8
2.3 Projektityön rajaus	9
2.4 Projektityön tekijät	9
2.5 Projektityöskentely.....	10
2.6 Projektityön kohderyhmä.....	11
3 PROJEKTITYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	12
3.1 Projektityön keskeiset käsitteet.....	12
3.1.1 Ensiapu.....	12
3.1.2 Ensiaputaitojen opettaminen ja ohjaaminen	12
3.1.3 Terveysviestintä	14
3.2 Projektityön sisältöaines.....	15
3.2.1 Häätäilmoituksen tekeminen.....	15
3.2.2 Pyörtyminen	17
3.2.3 Tajuttomuus	18
3.2.4 Vaikeutunut hengitys ja sen ensiapu	19
3.2.5 Pienen haavan ensiapu	20
3.2.6 Verenvuodon tyrehtyttäminen.....	21
3.2.7 Nyrjähdysten ensiapu	21
3.2.8 Pienen palovamman ensiapu	22
4 ENSIAPUPÄIVÄN SUUNNITELMA.....	23
4.1 Ensiapupäivän tavoitteet	23
4.2 Ensiapupäivän toteutuksen suunnitelma	24
4.3 Esikyselyn laatiminen ja sen toteuttaminen	26
5 ENSIAPUPÄIVÄN POWERPOINT-ESITYS	28
5.1 Yleistä PowerPoint-ohjelmasta	28
5.2 PowerPoint-esityksen käsikirjoitus	29
5.3 PowerPoint-esityksen tukena käytettävät kuvat ja muu käytettävä materiaali	34
6 ENSIAPUPÄIVÄN KAYTÄNNÖN HARJOITTELU	35
7 ENSIAPUOPPAAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS	36

8 PROJEKTITYÖN VAIHEET	37
9 PROJEKTITYÖN ARVIOINTI	39
9.1 Oman työskentelyn ja oppimisprosessin arviointi	39
9.2 Ensiapupäivän suunnittelun ja toteutuksen arviointi.....	40
9.3 Ensiapuopetuksen arviointi palautteiden perusteella	41
10 POHDINTA	44
10.1 Projektityön arviointi	44
10.2 Projektityön eettisyys ja luotettavuus	46
10.3 Jatkokäyttöehdotukset	46
LÄHTEET	47
LIITTEET	
LIITE 1. Projektisuunnitelma	
LIITE 2. Tiedote oppilaille ja heidän vanhemmilleen	
LIITE 3. Esikysely	
LIITE 4. Palautekysely	
LIITE 5. Ensiapuopas	
LIITE 6. PowerPoint-esitys	
LIITE 7. Ensiapupäivän aikataulusuunnitelma	

1 JOHDANTO

Ensiaputaidot kuuluvat kansalaistaitoihin ja avun antaminen ensiapua vaativissa tilanteissa on kansalaisvelvollisuus. Onnettomuuden tai sairaskohtauksen sattuessa jokainen meistä odottaa saavansa apua joltakin. Siksi onkin tärkeää, että mahdollisemman moni osaa toimia tilanteessa, jossa tarvitaan ensiapua. Suomen lainsäädännössä myös ajatellaan, että jokainen on kaikin tavoin kaikissa olosuhteissa velvollinen auttamaan vakavasti sairastunutta tai loukkaantunutta, ottaen tietenkin huomioon ensin oman turvallisuutensa. (Sahi, Castrèn, Helistö & Kämäräinen 2006, 17–18.)

Maallikolla on auttamisketjussa usein tärkeä tehtävä ensimmäisenä paikalle saapuvana. Hänen tulisi osata tunnistaa auttamistilanne, tehdä hätäilmoitus ja antaa välitöntä ensiapua tilanteessa. Kaikella ensiavulla pyritään turvaamaan autettavan hengitys ja verenkierto. Viranomaiset odottavat valistuneen maallikon osaavan tunnistaa hätätilanteen, tekemään oikeanoppisen hätäilmoituksen, tajuttoman kääntämisen kylkiasentoon, elottoman potilaan puhallus- ja paineluelvytyksen, tukehtuvan ensiavun sekä suuren, ulkoisen verenvuodon tyrehtyttämisen. Tässä työssä ei kuitenkaan käsitellä puhallus-paineluelvytystä, koska työn kohderyhmään kuuluvat ovat iältään liian nuoria ja kooltaan liian pieniä sen opettelemiseen. (Kuisma 2004,191.)

Ensiaputaitojen opettaminen on peruskouluikäisille tärkeää. Nuoret ovat lisäksi jo sen verran kehittyneitä fyysisesti lapsesta aikuiseksi ja heidän kognitiivinen tasonsa on siinä vaiheessa, että he pystyvät auttamaan apua tarvitsevaa ihmistä.

Opinnäytetyö haluttiin toteuttaa projektimuotoisena, mikä mahdollistaa ensiapuopetuksen antamisen. Kohderyhmäksi valittiin Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaat, joille haluttiin opettaa ensiavun perustietoja ja -taitoja. Opetettujen tietojen ja taitojen toivotaan tuovan oppilaille lisää uskallusta toimia erilaisissa ensiaputilanteissa, ja niin kynnys auttamiseen olisi matalampi.

Projektityön tarkoituksena on antaa ensiapuopetusta Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille. Tarkoituksena on tuottaa PowerPoint-esitys, jota käytetään ensiapuopetuksessa luennon runkona. PowerPoint-esityksen pohjalta tehdään ensiapuopas luokan oppilaille. Heille halutaan antaa mahdollisuus asioiden kertaamiseen, sillä tutkimuksissa on todettu, että ensiapukoulutuksessa saadut tiedot ja taidot heikkenevät merkittävästi sen jälkeen kun opetuksesta on kulunut yli puoli vuotta. (Kuisma 2004, 192).

Projektityön ensimmäisenä tavoitteena on opettaa ensiavun perustaitoja Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille PowerPoint-esityksen sekä heidän käyttöönsä laaditun ensiapuoppaan avulla. Ensiapuoppaasta he voivat myöhemmin kerrata opetettuja asioita. Toisena tavoitteena on kartoittaa oppilaiden ensiapuvalmiuksia sekä arvioida oppilaiden kehittymistä ensiapupäivän aikana. Oppilaille tehdään esikysely ennen ensiapupäivää sekä palautekysely ensiapupäivän jälkeen.

Ennen järjestettyä ensiapupäivää Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaiden ensiapuvalmiuksia selvitettiin kyselylomakkeen avulla. Ensiaputietoa koskevien väittämien aihealueet valittiin koulussa opettujen aihealueiden perusteella. Niitä olivat ensiapu, hätäilmoitus, pyörtyminen, tajuttomuus, vaikeutunut hengitys, haavanhoito, nyrjähdyksen hoito ja palovamman hoito. Ensiapupäivä järjestettiin helmikuussa 2007. Sen jälkeen oppilaille teetettiin palautekysely, jonka tarkoituksena oli selvittää oppilaiden kehittymistä ensiapupäivänä.

Projektityöstä on tehty sopimus Kankaanpään keskustan koulun rehtorin, Satakunnan ammattikorkeakoulun sekä projektityön tekijöiden kesken. Näin työhön saatiin myös mukaan työelämälähtöisyys.

2 PROJEKTITYÖN TAUSTA

2.1 Projektityön tarkoitus ja tavoitteet

Projektityön tarkoituksena on antaa ensiapuopetusta Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille. Tarkoituksena on tuottaa PowerPoint-esitys, jota käytetään ensiapuopetuksessa luennon runkona. PowerPoint-esityksen pohjalta tehdään ensiapuopas luokan oppilaille.

Projektityön ensimmäisenä tavoitteena on opettaa ensiavun perustaitoja Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille PowerPoint-esityksen sekä heidän käyttöönsä laaditun ensiapuoppaan avulla. Ensiapuoppaasta he voivat myöhemmin kerrata opetettuja asioita.

Toisena tavoitteena on kartoittaa oppilaiden ensiapuvalmiuksia sekä arvioida oppilaiden kehittymistä ensiapupäivän aikana. Oppilaille tehdään esikysely ennen ensiapupäivää sekä palautekysely ensiapupäivän jälkeen. Näin voimme kyselyistä saatujen vastausten avulla arvioida oppilaiden oppimista ensiapupäivän aikana. Lisäksi saamme ennen ensiapupäivää tehtävästä esikyselystä tietoa myös siitä, mitä oppilaat jo tietävät ensiavusta ja siitä mitä heille täytyy tarkemmin opettaa ensiapupäivän aikana.

2.2 Projektityön tekijöiden henkilökohtaiset tavoitteet

Ensimmäisenä tavoitteenamme on kehittyä projektityöskentelyssä. Kumpikaan meistä ei ole aikaisemmin ollut mukana projektityössä, joten projektimuotoinen opinnäytetyö on haaste meille molemmille. Toisena tavoitteenamme on kehittyä ensiavun opettamisessa ja ohjaamisessa.

2.3 Projektityön rajaus

Projektityön aiheen rajaus alkoi jo ensimmäisessä tapaamisessa projektityön ohjaajien kanssa. Projektityön esittämiseen koululla on aikaa kaksi kertaa 45 minuuttia, joten mietimme tarkkaan opetettavat aihekokonaisuudet. Aluksi suunnitelmissa oli opettaa luokan oppilaille myös peruselvytystä, mutta se jouduttiin oppilaiden nuoren iän vuoksi jättämään pois. Rajauksen apuna käytettiin projektityössä käytettäviä asiasanoja, joiden mukaan lopulliset opetettavat aihekokonaisuudet alkoivat hahmottua.

2.4 Projektityön tekijät

Opiskelemme Satakunnan ammattikorkeakoulussa, Porin sosiaali- ja terveysalan koulutuksessa sairaanhoitajiksi. Suuntaavina opintoina ovat ensihoito ja perioperatiivinen hoitotyö. Opintomme olemme aloittaneet syksyllä 2003. Opintoihimme kuuluvan opinnäytetyön aiheen valitsimme molempien opiskelijoiden kiinnostuksen mukaan. Meillä molemmilla on kokemusta hoitotyöstä. Molemmat opiskelijat ovat suorittaneet melkein kaikki hoitotyön koulutukseen kuuluvat opinnot työharjoitteluineen ja toinen meistä suorittaa harjoitteluaan projektityön työstämisen aikana yliopistollisen sairaalan päivystyspoliklinikalla. Molemmat meistä ovat käyneet koulutukseen kuuluvan ensiapukurssin, joka toimii myös osaltaan tietopohjana. Halusimme tehdä opinnäytetyön projektimuotoisena, mikä mahdollistaa ensiapukoulutuksen järjestämisen koulun oppilaille.

Projektityö jaettiin suunnitteluvaiheessa siten, että toinen meistä keskittyy pääasiassa teorian tiedon hankkimiseen ja kirjoittamiseen ja toisen vastuulle jää PowerPointesityksen ja ensiapuoppaan suunnittelu ja toteutus sekä osaksi teorian tiedon kirjoittaminen.

2.5 Projektityöskentely

Projekti määritellään Heikki Stenlundin kirjassa Projektijohtamisen perusteet seuraavasti: ” Projekti on mikä tahansa kokonaisuuteen ohjattu, kertaluonteinen ja tavoitteellinen työsuoritus” (Stenlund 2001,18). Projektilla on tarkoitus saavuttaa jokin ennalta määritelty tavoite. Tavoite pyritään saavuttamaan projektityöksi kutsutulla työllä. Projektin läpiviennissä tulee olla selkeä suunnitelma ja sitä pitää ohjata johdetusti. Yleensä projektia varten kootaan tietty ryhmä, jota johtaa projektipäällikkö. Tähän ryhmään kuuluvat asiantuntijat jakavat keskenään kokemuksellista tietoa, pohtivat ja neuvottelevat sekä katsovat samaa asiaa eri näkökulmista. Projektin organisaatiomuoto edellyttää siis enemmän kuin yhtä henkilöä. Projektityöskentely vaatii selkeää aikataulutusta ja ihmisten välistä yhteistoimintaa. Projekti ei ole jatkuvaluonteista toimintaa, vaan sillä tulee olla selkeä alkamis- ja loppumisajankohta. Lisäksi projektilla on kiinteä budjetti ja aikataulu. (Anttila 2001, 14, 22–25; Kettunen 2003, 15 - 16; Ruuska 2001, 9.)

Sana projekti on peräisin latinasta ja tarkoittaa ehdotusta tai suunnitelmaa. Projekti on terminä yleisesti käytetty, ja projektin lopputuloksena syntyvät tuotteet täysin erilaisia. Lopputulos ei välttämättä ole mikään konkreettinen tuote, vaan se voi olla myös ratkaisu johonkin ongelmaan. (Ruuska 2001, 11.)

Projektin hallinta perustuu projektisuunnitelmaan. Projektisuunnitelmassa määritellään, mitä projektin on saatava aikaan ja missä aikataulussa, paljonko rahaa, henkilöitä ja muita voimavaroja siihen on käytettävissä. Projektisuunnitelma laaditaan jo projektin suunnitteluvaiheessa, jonka perusteella päätetään projektityön käynnistymisestä (Ruuska 2001, 12; Stenlund 1996, 21.)

Projekti on tehtäväkokonaisuus, jolla on selkeä alkamis- ja päättymisajankohta, elinkaari. Elinkaarensa aikana projekti jakautuu useisiin eri vaiheisiin. Kullakin vaiheella on omat tyypilliset ongelmansa ja toimintamallinsa. Päätyneeseenkin työvaiheeseen joudutaan usein palamaan seuraavan vaiheen ollessa jo käynnissä, joten aina ei voi tarkkaan sanoa, missä vaiheessa projekti tietyllä hetkellä on. (Ruuska 2001, 13.)

Onnistuneessa projektissa saavutetaan selkeästi asetetut tavoitteet suunnitellun aikataulun mukaisesti ja sovitulla kustannuksilla. Projektin epäonnistuminen puolestaan tarkoittaa sitä, etteivät projektiin kohdistuneet odotukset ole täyttyneet. Projektin alussa onkin hyvä määritellä tarkasti, mitä ja minkälaista lopputuotetta ollaan tekemässä tai projektin päättämisvaiheessa on odotettavissa vaikeuksia. (Anttila 2001, 66; Ruuska 2001, 33.)

Tämän opinnäytetyön menetelmäksi oli mielekästä valita projekti, sillä opinnäytetyön tuloksena syntyi oppilaille pidettävä ensiapupäivä ja sen pohjalta syntyi kaksi viestinnän tuotetta, PowerPoint-esitys ja ensiapuopas. Projekti on selkeä tehtäväkokonaisuus, jolla on selkeä alkamis- ja päättymisajankohta eli elinkaari. Näin on myös tällä opinnäytetyöllä. Tämä projektimainen opinnäytetyö alkaa aiheen valitsemisesta ja päättyy valmiin työn raportointiin ja palautukseen.

2.6 Projektityön kohderyhmä

Ensiapupäivän ja PowerPoint-esityksen kohderyhmänä ovat 10–11 vuoden ikäiset oppilaat, jotka eivät ole saaneet koulun puolesta ensiapuopetusta. Kaksi luokan oppilaista käy partiossa, jossa on opetettu ensiapua. PowerPoint-esitys koostuu hätäilmoituksen tekemisestä, pyörtyneen henkilön ensiavusta, tajuttoman henkilön kylkiasennosta, vaikeutuneen hengityksen ensiavusta, pienen haavan ensiavusta, verenvuodon tyrehdyttämisestä, nyrjähdyksen ensiavusta sekä pienen palovamman ensiavusta. Esitys suunnataan lapsille, joten PowerPoint-esityksen teimme yksinkertaiseksi, lasten luettavaksi. Siitä on jätetty pois kokonaan ammattisanasto ja kaikki ammattilaisille suunnatut ohjeet.

3 PROJEKTITYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

3.1 Projektityön keskeiset käsitteet

3.1.1 Ensiapu

Ensiapu on sairastuneelle tai loukkaantuneelle annettavaa apua tapahtumapaikalla. Sitä voidaan antaa ilman apuvälineitä tai toimintaa tehostaen yksinkertaisin välinein. Ensiavun antajana on yleensä maallikko, ei terveydenhuollon ammattilainen. Potilaan rauhoittaminen ja tarvittaessa lisäävun hälyttäminen ovat tärkeä osa ensiapua. (Sahi ym. 2006, 14.)

Avun antaminen ensiapua vaativissa tilanteissa on kansalaisvelvollisuus ja ensiaputaidot kuuluvat kansalaistaitoihin. Oikealla toiminnalla voidaan onnettomuustilanteissa pelastaa loukkaantuneen tai äkillisesti sairastuneen henki ja vaikuttaa hänen lopulliseen parantumiseensa. Auttamatta jättäminen voi huonontaa ratkaisevasti potilaan tilaa ja selviämismahdollisuuksia. Maallikolla on tärkeä tehtävä auttamisketjussa; hän saapuu paikalle ensimmäisenä, jolloin hänen tulisi kyetä tunnistamaan ja arvioimaan tilanne, tekemään hätäilmoitus ja antamaan välitöntä ensiapua. Tässä työssä keskitymme sellaiseen ensiapuun, jota 10–11 vuoden ikäinen lapsi osaa ja pystyy antamaan. (Määttä 2004, 32; Sahi ym. 2006, 16–18.)

3.1.2 Ensiaputaitojen opettaminen ja ohjaaminen

Opettaminen on tavoitteellista toimintaa, jolla pyritään ohjaamaan oppimista haluttuun suuntaan. Kyseeseen tulee tällöin myös vuorovaikutus opettajan ja oppilaan välillä. Sen vuoksi opetustilanne muuttuu jatkuvasti, koska opetustilanteessa osanottajien puheenvuorot vaikuttavat koko ajan myös muiden osanottajien käyttäytymiseen,

asenteisiin ja tietoihin. Opetustilanteen jatkuva eläminen ja muuttuminen ovatkin edellytys oppimiselle. (Peltonen 2000, 70–71; Keravuori 1990, 13.)

Yhtenä opetuksen muotona voidaan pitää myös ohjaamista. Ohjaustilanteessa tulee ottaa huomioon nuorten aikaisemmat tiedot, taidot, kokemukset ja asenteet sekä heidän kykynsä vastaanottaa tietoa. Huomioida tulee myös nuorten tunnetila, motivaatiotaso ja mielekkyykokemukset samoin kuin heidän kognitiivinen tasonsa. Esittämällä heille kysymyksiä varmistetaan, että he ovat ymmärtäneet opetetun asian. Vain tärkeimmät asiat otetaan esille, sillä ihmisen tiedonkäsittely on rajallista. Erittäin tärkeää on pyrkiä luomaan tasa-arvoinen ohjaustilanne ja varmistaa vastavuoroisuus opetustilanteen aikana. (Peltonen 2000, 94–95.)

Tehokkaimpana opetusmenetelmänä voidaan pitää omaa tekemistä, kun opetellaan taitoja, kuten ensiapua. Oppilaalle on tärkeää saada myös palautetta omasta tekemisestä. Olisi myös hyvä tehdä riittävä määrä toistoja yhdessä muiden kanssa. Kun halutaan vaikuttaa oppilaan asenteisiin, on opetustilanteessa syytä korostaa selkeästi, mikä on oikein ja mikä väärin. Kouluttaja voi myös ohjata nuoria itsenäisesti pohtimaan näitä asioita. (Kangaskesti 1999, 68.)

Opetettävien asioiden tulee olla oppilaille merkityksellisiä ja niiden tulee auttaa nuoria selviytymään arkipäivän yllättävistäkin tilanteista. Lisäksi opettamisessa tulee ottaa huomioon nuorten tapa oppia. Samoin tulee huomioida heidän kielelliset ja motoriset valmiutensa sekä heidän mahdollisuutensa oppia turvallisuuteen liittyviä asioita. (Kangaskesti 1999, 68.)

Opetusmenetelmänä käytimme ensiapuopetuksessa Kankaanpään keskustan koululla luennointia ja opetuskeskustelua, jossa PowerPoint-esitys on ensiapuopetuksen luennon runkomateriaali. Se soveltuu hyvin tiedon esittelyyn ja siitä oppilaat voivat myös itse seurata opetuksen kulkua. Pelkästään kuuntelemalla oppii tekemistä heikommin, joten opetustilanteessa käytetään lisänä myös käytännön taitojen harjoittelua. Opetus koostuu ensiapupäivänä ensimmäisellä tunnilla pidettävästä luennoinnista ja opetuskeskustelusta sekä toisella tunnilla pidettävästä opettujien asioiden käytännön harjoittelusta.

3.1.3 Terveysviestintä

Terveysviestinnäksi voidaan lukea kaikki sellainen viestintä, joka tavalla tai toisella liittyy terveyteen, sairauteen, terveydenhuoltoon sekä lääketieteeseen. Maailman terveysjärjestön WHO:n mukaan terveysviestintä on keskeisin keino välittää ihmisille terveystietoa sekä pitää yllä julkista keskustelua merkittävistä terveystieteellisistä. WHO:n mukaan terveysviestinnällä tarkoitetaan viestintää, jonka päämääränä on terveyden edistäminen. Terveysviestintä on kanava, jonka kautta voidaan saattaa ihmisten tietoisuuteen terveyteen liittyviä asioita. Terveysviestintä siis pyrkii levittämään tietoa ihmisille sekä edistämään terveyttä, hoitoa ja kuntoutusta kuin myös ehkäisemään sairauksia. Terveysviestintään voidaan lukea kuuluvaksi myös terveystietoisuus, joka on tavoitteellista terveyden edistämiseen pyrkivää joukkoviestintää. Terveystietoisuus on osa terveysviestintää, joka voidaan lukea osaksi joukkoviestintää, jolla puolestaan pyritään esimerkiksi erilaisten kampanjoiden avulla vaikuttamaan ihmisten terveystietoisuuteen juuri sinä hetkenä tärkeänä pidetystä asiasta. Terveystietoisuus ei kuitenkaan ole aina välttämättä pelkästään tavoitteellista toimintaa, vaan siihen kuuluu osana myös mainonta, erilaiset potilasohjeet sekä terveydenhuollon sisäinen viestintä ja Internetin terveystietosivustot. (Torkkola 2004.)

Tämän projektityön tuotos eli ensiapuopetuksen luennoiminen PowerPoint-esitystä runkona käyttäen on terveysviestintää, koska aihe liittyy ihmisten terveyteen ja ensiaputilanteissa toimimiseen. Projektityöllä pyritään vaikuttamaan luokan oppilaiden terveystietoisuuteen ja opettamaan heille ensiaputaitoja, joten projektityö on tavoitteellista terveysviestintää. Projektityöllä pyritään välittämään tutkittuun tietoon ja kansainvälisiin suosituksiin perustuvaa tietoa ja näin pyritään välittämään ensiaputietoutta lapsille sekä edistämään välillisesti ihmisten terveyttä, sillä ensiaputaitojen hallitseminen voi vähentää terveystietoisuuden syntymistä.

3.2 Projektityön sisältöaines

3.2.1 Häätöilmoituksen tekeminen

Ensiaputilanteisiin ennakkoon valmistautuminen helpottaa kohdattaessa äkillisen avuntarpeessa oleva. Onnettomuuspaikalle ensimmäisenä saapunut tekee nopean tilannearvion ja tarpeen vaatiessa soittaa hätäkeskukseen, jotta lisäapu ehtii paikalle ajoissa. Ennen hätöilmoituksen tekemistä tulee selvittää onko kysymyksessä sairauskohtaus tai onnettomuus, sijainti ja tilanteen vakavuus sekä avuntarvitsijoiden lukumäärä ja avuntarve. Tilanteen arvioimisen jälkeen päätetään, vaatiiko tilanne lisäapua paikalle. Avunantajan tulee kuitenkin ensimmäiseksi huomioida oma ja muiden paikallaolijoiden turvallisuus. (Sahi ym. 2006, 22.)

Hätäkeskus suosittaa soittamaan yleiseen hätänumeroon 112 kiireellisissä, todellisissa hätötilanteissa hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön ollessa uhattuna tai vaarassa, tai jos on syytä epäillä näin olevan. (Hätäkeskuslaitos 2006.)

Hätötilanteissa on tärkeintä muistaa yleinen hätänumero 112 ja soittaa siihen mahdollisemman nopeasti, jotta apu saadaan pikaisesti paikalle. Hätänumeroon soittamista ei tarvitse pelätä, eikä siihen soittamiseen tarvitse opetella mitään erityistä ohjetta. Ammattitaitoiset hätäkeskuspäivystäjät tekevät tarvittavat kysymykset ja antavat neuvoja sekä opastavat soittajaa. (Hätäkeskuslaitos 2006.)

Hätäkeskukseen pitää mieluiten soittaa sellaisen henkilön, joka on nähnyt tapahtuman. Näin vältetään turhilta välisiltä. Soitettaessa matkapuhelimesta ei tarvita suuntanumeroa. Hätäpuhelut ovat maksuttomia puheluita myös automaateista soitettuna. Arvion ja päätöksen avun laadusta ja mahdollisesta lisäavusta tekee hätäkeskuksen päivystäjä. Hätäkeskuksen ammattitaitoiset päivystäjät kysyvät tarvittavia kysymyksiä, antavat neuvoja sekä opastavat soittajaa siihen asti kunnes ammattiapu saapuu paikalle. Ammattiapu lähtee pelastuspaikalle heti hälytyksen saatuaan. Rauhallinen ja selkeä hätöilmoitus takaa nopean avun paikalle. (Sahi ym. 2006, 23.)

Nykyaikana on myös mahdollista, että hätänumeroon soittaessa joutuu jonottamaan vuoroaan. Silloin olisi hyvä, että soittaja ei sulje puhelinta, vaan odottaa kärsivällisesti omaa vuoroaan, jolloin puheluun vastataan nopeammin. Jonottaminen johtuu siitä, että hätäkeskuksessa on rajallinen määrä hätäkeskuspäivystäjiä ja soittoja hätäkeskukseen tulee paljon. (Mäkinen, J. Henkilökohtainen tiedonanto 22.12.2006.)

Hätäilmoituksen tulisi soittaa henkilö, jota asia koskee. Soittajalla on silloin sellaisia tietoja, joita päivystäjä tarvitsee määritellessään millaista apua paikalle lähetetään. Välikäsiä kautta tuleva puhelu voi viivästyttää avun tuloa tapahtumapaikalle. Hätäkeskukseen soitettaessa on selvitettävä tilanne ja tarvittavat tiedot, mitä tarvitaan oikeanlaisen avun saamiseksi paikalle. Ensimmäisenä tulee kertoa mitä on tapahtunut. Kenelle on sattunut jotain ja miten on sattunut. Kerro tarkka kunta ja osoite, jos ne ovat tiedossa. Vastaa hätäkeskuspäivystäjän esittämiin kysymyksiin. Toimi saamiesi ohjeiden mukaisesti. Lopeta puhelu vasta saatuaasi siihen luvan. (Hätäkeskuslaitos 2006.)

Hätäkeskuksessa hätäkeskuspäivystäjä kysyy soittajalta tietoja tapahtuneesta, jotta hän osaa tarvittaessa lähettää juuri siihen tilanteeseen oikean tarvittavan avun ja pyrkii näin saamaan lisätietoa tapahtumasta. Kysymysten esittäminen ei hidasta avun paikalle saamista. Kiireellisissä tapauksissa hätäkeskuspäivystäjä hälyttää apua tapahtumapaikalle jo puhelun aikana antaen auttajille lisätietoa tapahtuneesta. Hätäkeskuspäivystäjät ovat koulutettuja antamaan ohjeita erilaisiin tilanteisiin. Sen vuoksi on tärkeää noudattaa annettuja ohjeita. Oikein suoritetuilla ensitoimenpiteillä on usein merkitystä tilanteen lopputuloksen ja autettavan paranemisen kannalta. (Hätäkeskuslaitos 2006.)

Puhelun saa lopettaa vasta, kun siihen annetaan lupa. Liian aikainen puhelun lopettaminen voi hidastaa auttajien paikalle saapumista. Puhelu lopetetaan vasta sitten, kun hätäkeskuspäivystäjä on antanut siihen luvan, siihen saakka linja pidetään auki. Hätäkeskuspäivystäjä tai kohteeseen saapuva auttaja saattavat tarvita vielä lisätietoa tapahtuneesta, minkä vuoksi linjan auki pitäminen on tärkeää. Puhelun jälkeen opastetaan auttajat paikalle. Hätänumeroon soitetaan uudestaan siinä tapauksessa, jos tilanne tai autettavan tila muuttuu. (Hätäkeskuslaitos 2006.)

3.2.2 Pyörtyminen

Ihmisen tajunnan häiriöt voivat kehittyä hitaasti tai nopeasti, minkä vuoksi auttajan on seurattava autettavan tajunnassa tapahtuvia muutoksia, kunnes ammattiauttajat ovat paikalla ja vastuu siirtyy heille. Tajunnan arvioiminen alkaa siitä hetkestä, jolloin puhutellaan potilasta esimerkiksi tervehtimällä. Tajuntaa voi myös arvioida käyttäen yksinkertaisia ilmaisuja, jotka ovat yksiselitteisiä ja tarkkoja. (Reitala 2005, 194–195; Sahi ym. 2006, 53.)

Tavallisin tajunnan häiriö on pyörtyminen. Pyörtyminen on lyhytaikainen tajuttomuus, johon liittyy lihasten äkillinen veltostuminen. Pyörtyminen aiheutuu aivojen verensaannin hetkellisestä häiriöstä. Yleisin syy pyörtymiseen on verisuonten jätneyden alentuminen. Veri pakkautuu pystyasennossa liaksi alaraajoihin ja kehoon, jolloin aivot eivät saa tarpeeksi verta. Pyörtymisen oireet ovat heikotus, kalpeus ja huimaus. (Mustajoki 2006.)

Syynä pyörtymiseen voi olla pitkään paikallaan seisominen, kipu, pelko tai epämiellyttävät kokemukset, kuten verinäytteen otto tai veren näkeminen, pahoinvointi, oksentaminen tai voimakas yskiminen. Pyörtymisessä tajunta palaa nopeasti. Herätessään henkilö on säikähtäneen oloinen ja tuntee väsymystä. Muistikuvia itse lypsähtämisestä, pyörtymisestä hänellä ei yleensä ole, mutta hän voi muistaa ennen pyörtymistä olleita ennakoivia oireita. (Mustajoki 2006.)

Jos kyseessä on tyypillinen, tavallinen pyörtyminen ei sen vuoksi tarvitse mennä lääkäriin. Jos pyörtymistä esiintyy toistuvasti, on lääkäriin meneminen aiheellista. Nestehukka esimerkiksi runsaan hikoilun, oksentelun tai ripulin vuoksi altistaa myös pyörtymiselle. Tällöin nestehukkaa pitää korjata juomalla vettä tai mehua. (Mustajoki 2006.)

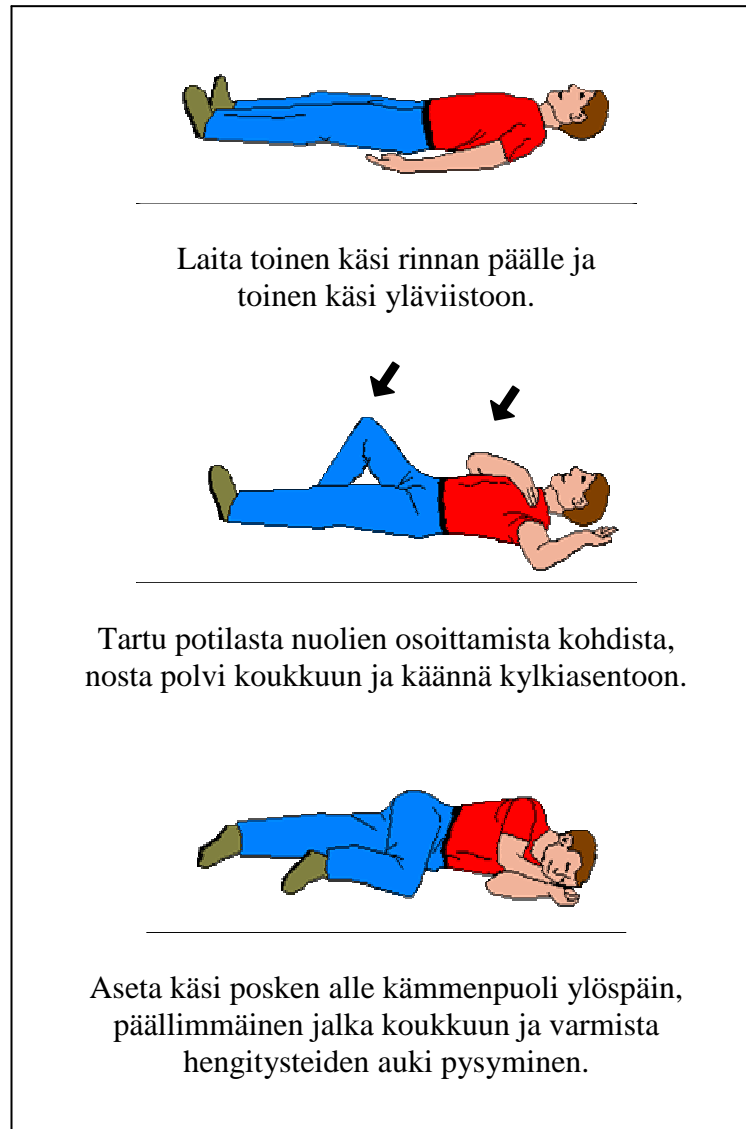
Pyörtyneen ensiavussa kohotetaan pyörtyneen jalkoja, aukaistaan ikkuna tai ovi, avataan kiristävät vaatteet ja jos pyörtynyt ei virkoa heti, soitetaan hätänumeroon 112. (Sahi ym. 2006, 53.)

3.2.3 Tajuttomuus

Tajuttomuuden mahdollisia syitä ovat alhainen verensokeri, epileptiakohtauksen jälkitila, alkoholin väärinkäyttö, erilaiset myrkytystilat, erilaiset päänvammat, infektio, hapenpuute, verenkiertohäiriö kuten matala verenpaine ja teeskentely. (Alaspää 2004, 279.)

Henkilö on tajuton, kun hän äkillisesti menettää tajuntansa ja näyttää elottomalta, mutta hengittää, joten on heti selvitettävä onko hän herätettävissä puhuttelemalla tai ravistelemalla. Jos tajuton ei reagoi puhutteluun eikä ravisteluun, huuda apua ja pyydä jonkun tekemään hätäilmoitus numeroon 112. Jos olet paikalla yksin, tee hätäilmoitus itse ja noudata hätäkeskuksen ohjeita. (Mustajoki 2006.)

Tajuton henkilö on aina tukehtumisvaarassa, koska nielun lihakset ovat tajuttomalla veltot ja kieli pyrkii painumaan nieluun. Sen vuoksi tajuttomalta on aina avattava hengitystiet ja tarkistettava hengittääkö hän normaalisti. Tukehtumisvaara on suuri silloin, kun tajuton makaa selällään tai pää on etukenossa. Varmistamalla hengityksestä tajuttoman päätä voi taivuttaa varovasti leuasta taaksepäin kohottamalla toisen käden sormilla tajuttoman alaleukaa sen kärjen luisesta osasta samalla painaen toisen käden kämmenosalla otsalta niin, että pää kääntyy taaksepäin. Jos tajuton hengittää normaalisti, hänet on käännettävä kylkiasentoon, jolloin hengitystiet pysyvät parhaiten auki. Tajuttomalle ei saa antaa suuhun mitään, ei edes lääkkeitä tukehtumisvaaran vuoksi. Tukehtumisvaaran vuoksi suun voi tarvittaessa puhdistaa muun muassa oksennuksesta. Tajuton pidetään kylkiasennossa hengityksen turvaamiseksi avun tulon asti. (Kurola 2006; Saikko 2005, 85; Sahi ym. 2006, 54.)



Kuva 1. Kylkiasentoon kääntäminen

3.2.4 Vaikeutunut hengitys ja sen ensiapu

Vaikeutuneen hengityksen tunnistaminen on yleensä helppoa. Potilas hengittää yleensä normaalia nopeammin ja puhuminen on usein hengitysvaikeudesta kärsivälle henkilölle vaikeaa ja hän on hätäntynyt ja tuskainen. Hengitys voi olla korisevaa, vinkuvaa tai muuten äänekkästä ja silmin nähden vaikeutunutta. Hengitys voi olla myös pinnallista, haukkovaa, nopeaa tai hidasta. Myöhemmässä vaiheessa kasvat ja huulet muuttuvat hapenpuutteen takia sinertäviksi. (Hiltunen 2005, 355.)

Hengitysvajaukseen voi äkillisesti sairastuneen kohdalla olla monia syitä. Se voi johtua muun muassa hengitysteissä olevasta esteestä, tajuttomuudesta, jolloin kieli pyrkii taipumaan nieluun tai hengitysteiden vammasta. Työssämme keskitymme kuitenkin vain hengitysesteestä johtuvan hengitysvajauksen ensiapuun. Esimerkkinä käytämme kurkkuun juuttunutta ruuanpalaa ja siihen liittyvää ensiapua. Vierasesineen, esimerkiksi ruuanpalan ollessa hengitysvajeen syynä, kehotetaan tajuissaan olevaa henkilöä yskimään. Mikäli tästä ei ole apua, tehdään hätäilmoitus numeroon 112. Seuraavaksi vierasesinettä yritetään saada irtoamaan lyömällä potilasta selkään lapaluiden väliin viisi kertaa. Tämä tapahtuu siten, että asetutaan autettavan taakse ja taivutetaan autettavan ylävartaloa alaspäin niin, että tavoitteena on saada pään taso vartaloa alemmaksi. Tällöin painovoima voi auttaa vierasesineen irtoamista. (Sahi ym. 2006, 40–41).

Opetamme oppilaille ensiapuna ainoastaan lyönnit lapaluiden väliin, koska he ovat vielä liian pienikokoisia toteuttaakseen Heimlichin otetta. Heimlichin otetta ei saa koskaan edes harjoitella harjoituspotilaan kanssa sisäisten vammojen riskin vuoksi.

3.2.5 Pienen haavan ensiapu

Haava on ihon tai limakalvon vaurio, johon voi liittyä syvempien kudosten tai sisäelinten vammoja. (Hietanen, Iivanainen, Seppänen & Juutilainen 2002, 17.)

Ennen haavaan koskemista on hyvä pestä kädet. Haava puhdistetaan vedellä, saippualla tai haavanpuhdistusaineella. Verenvuoto tyrehdytetään painamalla haavakohtaa puhtaalla liinalla, jonka jälkeen haava suojataan puhtaalla laastarilla tai sidoksella ja annetaan haavan parantua rauhassa. Jos haava tulehtuu, on hakeuduttava lääkäriin. (Sahi ym. 2006, 74.)

3.2.6 Verenvuodon tyrehtyttäminen

Pienikin, näkyvä verenvuoto koetaan usein dramaattiseksi ja vaaralliseksi, sillä veri on hyvin värjäävää ja tahraa helposti vaatteet ja ympäristön. Tästä syystä vuodon määrää on usein vaikea arvioida luotettavasti. Jos verenvuoto on kovin runsasta, vähenee ihmisessä kiertävän veren määrä, mistä saattaa vähitellen kehittyä verenkierron vakava häiriötila, sokki. Sen estämiseksi näkyvä, ulkoinen verenvuoto on tyrehtytettävä nopeasti. (Aaltonen 2004, 354.)

Jos verenvuoto on kovin runsasta, tulee heti soittaa hätänumeroon 112. Tämän jälkeen autettava asetetaan välittömästi makuulle. Mikäli vuotokohta on raajassa, kohotetaan vuotava raaja kohoasentoon, jolloin suonistossa oleva paine saadaan laskemaan ja vuodon määrä vähentymään. Verenvuoto tyrehtytetään painamalla vuotokohtaa sormin tai kämmenellä. Vuotokohdan voi sitoa puhtaalla liinalla, jos se on mahdollista ilman ajanhukkaa. Tarvittaessa vuotokohdan päälle voi asettaa painesiteen, jossa haavalle asetetaan sidetaitos ja painamista jatketaan sen päältä. Suojasiteen painoksi laitetaan esimerkiksi 1-2 siderullaa tai jokin muu siihen sopiva esine, joka voi olla joustava ja verta imevä. Haavalle laitettava sidetaitos ja paino sidotaan painesiteeksi joustositeellä, huivilla tai muulla siihen sopivalla liinalla. Sidosta ei saa tehdä niin kireäksi, että raajan verenkierto estyy. (Sahi ym. 2006, 76.)

3.2.7 Nyrjähdysten ensiapu

Nyrjähtäessään nivel vääntyy yli normaalin liikelaajuuden, jolloin sidekudosluita yhdistävä joustava kudos venyy tai repeytyy. Myös elimistöön kohdistunut liian suuri ärsyke harjoittelun yhteydessä voi aiheuttaa nyrjähdysvammoja. Yleisin on nilkkanivelen nyrjähdys, mutta nyrjähdykselle alttiita ovat myös ranne, kyynärpää, olkapää, polvi ja lantio. (Kangasniemi & Opas 2007, 44. Seppänen 2005.)

Nivelvammojen kuten nyrjähdysten ensiapuna käytetään kolmen K:n hoitoa eli kylmää, kohoasentoa ja kompressiota eli puristusta. Kolmen K:n hoito vähentää verenvuotoa,

turvotusta ja kipua sekä nopeuttaa vamman paranemista. (Koivula, Marttila & Tanninen 2005, 300.)

Kylmä supistaa verisuonia vähentäen vamma-alueen verenvuotoa, turvotusta ja kipua. Kylmähoitoon voidaan käyttää jääpusseja, geelipakkausta, lunta tai kylmää vettä. Kylmähoito saa kestää kerrallaan enintään puoli tuntia ja se uusitaan ensimmäisen vuorokauden aikana 1-2 tunnin välein. Ihon ja kylmän väliin on aina asetettava kangasta esimerkiksi side tai paperi paleltumavammojen ehkäisemiseksi. (Sahi ym. 2006, 92; Renström, Peterson, Koistinen, Malcom, Mattson, Keurulainen & Airaksinen 1998, 122–123.)

Raajan kohottaminen vähentää verenvuotoa kudoksiin, kun paine verisuonistossa pienentyy. Verenkierron vähentämiseksi kohoasennon tulisi olla vähintään 45 astetta alustasta. Vammautunutta raajaa voi kohottaa esimerkiksi käsin kannattelemalla, asettamalla polvelle tai laittamalla se tuolin päälle. (Renström ym. 1998, 122-123; St. John Ambulance, St Andrew`s Ambulance Association, British Red Cross 1992, 143.)

Kompressio eli puristus vähentää kudoksen verenkiertoa ja vammautuneen alueen turvotusta. Kompressio voidaan aluksi tehdä käsin tukemalla ja jatkaa sitten painesiteen avulla. Mitä nopeammin kolmen K:n hoito toteutetaan, sitä vähäisempi on verenvuoto kudoksiin. (Renström ym. 1998, 120,123; Sahi ym. 2006, 92.)

3.2.8 Pienen palovamman ensiapu

Palovamma on avoimen tulen, lämmön tai syövyttävän kemikaalin aiheuttama kudostuho, jossa iho ja mahdollisesti sen alaiset kudokset vaurioituvat. Palovammalle on yleistä kudosturvotukset, joilla on merkitystä palovamman paranemisprosessissa. Pienen palovamman hoidossa ovat tärkeintä arvioida vamman syvyys ja estää lämpövaikutuksen tunkeutuminen syvemmälle kudokseen, ehkäistä tulehtuminen ja huolehtia kivun lievittämisestä. Kotona hoidetaan palovamma, joka on kämmentä pienempi. Sairaalahoitoa vaatii palovamma, joka on kämmentä suurempi tai sijaitsee

kasvojen, sormien, nivelten tai genitaalien alueella. (Anthony 2005; Jokinen 2005, 282; Schou 1992, 164.)

Pienten palovammojen ensiapuna kotona on vammautuneen alueen välitön jäähdytys kylmän veden alla noin 10–20 minuutin ajan. Siistillä iholla olevia rakkuloita ei saa puhkaista. Palovamma on hyvä suojata puhtaalla, kosteutta imevällä taitoksella. Jos palovamma on kämmentä suurempi, on hakeuduttava lääkärin hoitoon tai soitettava yleiseen hätänumeroon 112. (Jokinen 2005, 282.)

4 ENSIAPUPÄIVÄN SUUNNITELMA

4.1 Ensiapupäivän tavoitteet

Ensiapupäivän ensimmäisenä tavoitteena on opettaa ja ohjata ensiaputietoa ja – taitoja 4A-luokan oppilaille. Opetettavia asioita ovat hätäilmoituksen tekeminen, pyörtyneen henkilön ensiapu, tajuttoman potilaan ensiapu, vaikeutuneen hengityksen ensiapu, pienen haavan ensiapu, verenvuodon tyrehtyttäminen, nyrjähdyksen ensiapu sekä palovamman ensiapu.

Hätänumeroon soittamisesta oppilaille kerromme muun muassa, että sinne soittaessa ei tarvitse osata oikeanlaista kaavaa eikä sinne soittamista tarvitse pelätä. Hätäkeskuksessa hätäkeskuspäivystäjä tekee tarvittavat kysymykset, antaa ohjeita ja hälyttää tarvittaessa lisäävun paikalle. Seuraavaksi oppilaille opetetaan pyörtyneen ja tajuttoman henkilön ensiapu sekä kylkiasentoon ohjaaminen. Oppilaille kerromme perustellen, miksi pyörtyneen henkilön jalkoja on hyvä kohottaa ja miksi tajuton tulee kääntää kylkiasentoon. Seuraavana aiheena on vaikeutunut hengitys. Oppilaille kerromme koska ja mistä syystä hengitys voi olla vaikeutunut. Vaikeutuneesta hengityksestä kerromme ehkä tuttuakin esimerkkiä apuna käyttäen vaikeutuneen hengityksen ensiapu. Seuraavana aiheena on pienen haavan ensiapu, jossa haavan synnystä keskustelemme

yhdessä oppilaiden kanssa ja kerrotaan sen ensiapu. Verenvuodon tyrehtyttämisessä korostamme sitä, että heti kannattaa soittaa yleiseen hätänumeroon 112, koska vuoto voi olla runsasta ja kun aikuisessakin ihmisessä verta on keskimäärin vain noin 5 litraa. Myös nyrjähdyksen synnystä keskustelemme oppilaiden kanssa ja kerromme heille perustellen nyrjähdyksen ensiapu ja kolmen K:n hoito. Viimeisenä aiheena oppilaille opetamme pienen palovamman eli kämmentä pienemmän palovamman ensiapu.

Ensiapupäivän toisena tavoitteena on rohkaista oppilaita toiminaan ensiapua vaativissa tilanteissa. Oppilaille korostamme esimerkiksi sitä, että hätänumeroon soittamista ei tarvitse pelätä ja että sinne voi soittaa aina kun arvioi tilanteen sitä vaativan.

Kolmantena ensiapupäivän tavoitteena on luoda oppilaille mukava ja turvallinen oppimisilmapiiri opetuksen ajaksi, jotta he pystyisivät osallistumaan opetuksen aikana käytävään keskusteluun ja toisella tunnilla käytännön harjoitteluun.

4.2 Ensiapupäivän toteutuksen suunnitelma

Ensiapupäivä toteutetaan Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille yhden koulupäivän aikana. Aikaa ensiapuopetukseen on varattu kaksi kertaa 45 minuuttia (Liite 7), välissä viidentoista minuutin välitunti. Luokassa on oppilaita yhteensä 23. Ensiapupäivä pidetään samanaikaisesti koko luokalle siten, että ensimmäisellä tunnilla käsitellään ensiapuasioita teoriassa ja toisella tunnilla harjoitellaan ensiavun taitoja käytännössä. PowerPoint-esitys on ensiapuopetuksen luennon runkomateriaali.

Käytännönharjoittelussa meille molemmille tulee noin kaksi ja puoli ryhmää, joita on helppo valvoa ja opastaa yhtä aikaa. Tarkoituksena on se, että jaamme luokan neljän hengen ryhmiin, joissa oppilaat voivat pareittain opetella ensiavun taitoja käytännössä. Oppilaat valitsevat parinsa itse, koska kavereiden hyväksyvä suhtautuminen ja positiivinen palaute ovat oppilaille tärkeää. Näin menetellen oppilaat uskaltavat paremmin tuoda esille omia mielipiteitään ja antaa palautetta tutulle kaverille. Käytännön harjoittelun tilanne tulisi olla mahdollisemman mukava kaikille osapuolille, jotta mielenkiinto asiaan säilyisi myös ensiapupäivän jälkeen.

Ensiapupäivän toteuttamiseen tarvitaan ainoastaan luokkahuone, josta pulpetit voi siirtää nopeasti syrjään käytännön harjoittelua varten. Näin saadaan riittävästi tilaa muun muassa kylkiasennon harjoittelemista varten. Välineiksi itse käytännönharjoittelua varten tarvitaan huopia, kylmäpusseja ja siteitä. Luokkahuoneeseen tarvitaan lisäksi videotykki, josta saa suoraan tietokoneelta heijastettua PowerPoint-esityksen (Liite 6) seinälle. Piirtoheitintä tarvitaan puolestaan kalvojen heijastamiseen seinälle. Lisäksi tarvitaan videot videon katselua varten.

Ensiapupäivän päätteeksi jaamme oppilaille tekemämme ensiapuoppaan, Satakunnan hätäkeskukselta ja Suomen Punaisen Ristin Satakunnan alaosastolta saatuja tarvikkeita kuten kyniä, rintamerkkejä, heijastimia, esitteitä, karamelleja ja magneetteja. Tarvikkeissa on teemana yleinen hätänumero 112.

Opetustilanteen toteutamme itse. Opetuksen kulkua ovat seuraamassa myös luokan opettaja sekä projektityötämme ohjaavat opettajat. He varmistavat sen, että oppilaille ei opeteta virheellistä tietoa.

Olimme jo aikaisemmin sopineet Kankaanpään keskustan koulun rehtorin kanssa ensiapupäivän pitämisestä keskiviikkona 14.2.2007 klo 10–12 välisenä aikana. Ennen ensiapupäivää kävimme vielä tapaamassa koulun rehtoria ja sovimme käytännön asioista. Lisäksi tutustuimme luokkaan, jossa ensiapupäivä pidetään. Lähempänä ensiapupäivää lähetämme luokan opettajalle sähköpostitse oppilaiden kotiin vietäväksi kirjeen (Liite 2), jossa kerrotaan lyhyesti ensiapupäivästä. Lisäksi lähetämme oppilaille tehtävän esikyselyn (Liite 3), jonka oppilaat tekevät ennen ensiapupäivää. Ensiapupäivän jälkeen teetämme palautekyselyn oppilaille, jossa kysytään samoja asioita kuin esikyselyssäkin, mutta lisänä siinä on palautekysely (Liite 4), jossa on lisäksi avoimia kysymyksiä ensiapupäivästä.

4.3 Esikyselyn laatiminen ja sen toteuttaminen

Projektityön tavoitteiden mukaisesti projektityössä kartoitimme oppilaiden ensiapuvalmiuksia sekä arvioimme oppilaiden kehittymistä ensiapupäivän aikana. Teetimme oppilaille esikyselyn (Liite 3) ennen ensiapupäivää ja ensiapupäivän jälkeen (Liite 4). Näin pystyimme kyselyistä saatujen vastausten perusteella arvioimaan oppilaiden oppimista ensiapupäivän aikana. Saimme näin ennen ensiapupäivää tehtävän kyselyn perusteella tietoa siitä mitä oppilaat jo tietävät ensiavusta ja mitä heille täytyy opettaa tarkemmin.

Ennen sovittua ensiapupäivää kartoitimme Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaiden ensiapuvalmiuksia kyselylomakkeen avulla. Ensiapuopetus oli jo suunniteltu ennen kuin saimme kyselyn tulokset nähtäväksi. Tarkoituksena oli, että kyselystä saatavat tulokset antoivat viitteitä siitä, mitä kohtaa pitää oppilaille painottaa enemmän ja mistä he kyselyn perusteella eivät vielä tienneet paljoakaan. Kaksisivuinen kyselylomake sisälsi kymmenen kysymystä opetettavista asioista. Ensiapua koskevien väittämien aihe-alueet olivat ensiapu, hätänumeroon soittaminen, tajuttoman kylkiasento, vaikeutunut hengitys, pienen haavan ensiapu, verenvuodon tyrehtyttäminen, nyrjähdysten ensiapu sekä pienen palovamman ensiapu. Kyselylomakkeessa olevien väittämien vastaukset analysoitiin tilastointiohjelmaa apuna käyttäen.

Kyselylomakkeeseen vastasi ennen ensiapupäivää 23 4A-luokan oppilasta, joista tyttöjä oli kahdeksan ja poikia viisitoista. Jokaiseen väittämään oli laitettu vastausvaihtoehdot, ja jokaisessa kohdassa oli vain yksi selvästi oikea vastaus. Kyselylomakkeessa oli väittämiä, joista luokan oppilaille oli jo entuudestaan hyvät tiedot. Seuraavassa käsitellään kyselylomakkeessa olleiden väittämien tuloksia.

Kysyimme oppilailta, mitä ensiapu on. Oppilaista 91 prosenttia tiesi, että ensiapu on sairastuneelle tai loukkaantuneelle annettavaa apua tapahtumapaikalla. Neljä prosenttia oppilasta vastasi, että ensiapu on ainoastaan ammattihenkilöiden antamaa hoitoa sairaalassa ja neljä prosenttia oli sitä mieltä, että ensiapu on terveydenhoitajan antamaa terveysneuvontaa.

Yleinen hätänumero oli oppilailla hyvin tiedossa. Kaikki tiesivät, mikä on yleinen hätänumero Suomessa. Oppilaista 87 prosenttia vastasi soittavansa tapaturman sattuessa ensimmäiseksi yleiseen hätänumeroon. Ensimmäiseksi vanhemmilleen vastasi soittavansa kolmetoista prosenttia oppilaista. Väittämänä oli myös paikalta poistuminen. Sitä vaihtoehtoa ei yksikään valinnut.

Tajuttoman kylkiasennosta kysyttäessä oppilaista kolmentoista prosentin mielestä kylkiasento on potilaan asettamista selälleen jalat koukussa. Oppilaista 87 prosenttia tiesi, että kylkiasento on potilaan asettamista toiselle kyljelle päällimmäinen jalka koukussa. Yksikään oppilaista ei ollut sitä mieltä, että kylkiasento on potilaan asettamista vatsalleen.

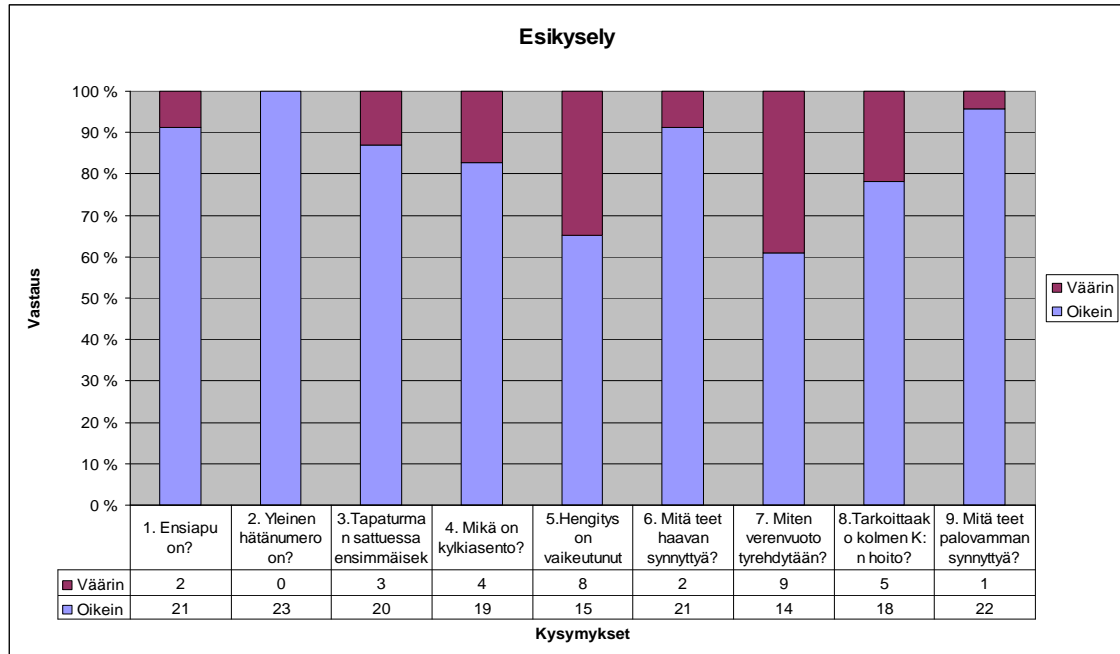
Kyselylomakkeen toisella sivulla oli väittämiä vaikeutuneesta hengityksestä. Vastaajista 65 prosenttia tiesi, että hengitys on vaikeutunut, kun autettavan kasvot tai huulet muuttuvat sinisiksi. Vastaajista 35 prosentin mielestä hengitys on vaikeutunut silloin, kun autettava yskii ja puhuu. Yksikään ei ollut sitä mieltä, että hengitys on vaikeutunut silloin, kun hengitys kuulostaa normaalilta.

Haavan hoitoon liittyvään väittämään 91 prosenttia tiesi miten toimia haavan syntyessä, eli he suojaavat haavan laastarilla, kun neljä prosenttia jättää haavan suojaamatta tai ei välitä asiasta.

Oppilaista 61 prosenttia tiesi, että verenvuoto tyrehtytään tukemalla vuotava raaja kohoasentoon ja että sen jälkeen tulee soittaa hätänumeroon. Vastaajista 39 prosentin mielestä verenvuoto tyrehtytetään laittamalla raajaan kylmäpussi. Yksikään vastaajista ei jättänyt verenvuotoa ilman hoitoa.

Nyrjähdysen ensiapuun liittyvää kolmen K:n hoitoa kysyttäessä hajontaa tuli kaikkein eniten. Oppilaista 78 prosenttia tiesi kolmen K:n hoidon tarkoittavan kylmää, kohoasentoa ja kompressiota eli puristusta. Oppilaista 13 prosenttia oli sitä mieltä, että kolmen K:n hoito tarkoittaa kuumaa, kohoasentoa ja kiristystä ja yhdeksän prosentin mielestä se tarkoittaa painamista, puhdistamista ja paranemista.

Palovamman hoitoon liittyvään väittämään melkein kaikki eli 96 prosenttia vastaajista tiesi miten toimia eli he jäähdyttivät palovamman ja suojaavat sen puhtaalla sidoksella. Vastaajista neljä prosenttia vastasi jättävänsä palovamman hoitamatta.



Kuvio 1. Esikyselyn vastaukset ennen ensiapuopetusta.

5 ENSIAPUPÄIVÄN POWERPOINT-ESITYS

5.1 Yleistä PowerPoint-ohjelmasta

PowerPoint-ohjelmalla voidaan laatia erilaisia esityskalvoja sekä muita multimediaesityksiä käytettäväksi erilaisissa luennointitilaisuuksissa. PowerPoint-esityksen on oltava selkeä, jotta se herättäisi kuulijoissa kiinnostusta. Kalvoissa on syytä välttää suurta määrää yksityiskohtia eikä kalvojen määräkään saisi olla liian suuri. Paras esitys syntyy, kun käytetään riittävän suurta kirjasintyyliä ja muistetaan säilyttää selkeä linja työn alusta loppuun asti. (Ensio, Kentala, Laiho & Väisänen 2000, 65.)

Tässä projektityössä käytetään PowerPoint-ohjelmaa ensiapuopetuksen opettamisessa, sillä sen avulla saadaan tehtyä selkeä diasarja esitettäväksi luokan oppilaille. Diaesityksen avulla oppilaiden on helppo seurata esityksen kulkua. PowerPoint-ohjelmaan on mahdollista lisätä kuvia ensiaputoimenpiteistä, mikä auttaa kuulijaa hahmottamaan paremmin sen, mistä on kysymys. PowerPoint-esitystä suunniteltaessa oli muistettava kenelle se esitetään. Koska tämän projektityön kohderyhmänä ovat 10 - 11 vuoden ikäiset lapset, piti esityksestä tehdä erittäin selkeä, helposti luettava ja ymmärrettävä. Sen tekemisessä kiinnitettiin huomioita muun muassa siihen, että yhteen diaan ei saa laittaa paljon tekstiä ja siihen, että tekstien ja ohjeiden pitää olla mahdollisimman yksinkertaisesti esitettyjä.

5.2 PowerPoint-esityksen käsikirjoitus

PowerPoint-esityksen (Liite 6) taustaväriksi valitsimme vaalean sinisen, mikä on suhteellisen neutraali väri ja josta näkyy selkeästi mustalla kirjoitettu teksti ja värilliset kuvat. Kirjasinlajiksi valitsimme Arial:n ja väriksi mustan. Tämä kirjasinlaji on helppolukuista ja musta väri erottuu taustasta hyvin. Sama taustaväri ja teksti toistuvat koko esityksessä, koska tällä tavalla esityksestä saatiin yhtenäinen eikä oppilaiden huomio kiinnitty vaihtuvaan taustaan. PowerPoint-esityksessä olevat ohjeet on kirjoitettu sinä-muotoon, koska se auttaa oppilaita hahmottamaan itsensä kyseisestä tilanteesta. Lisäksi ohjeet ovat luettelomaiset mieleen painamisen helpottamiseksi. Esityksessä pyrimme siihen, että ensiapuun kuuluvat asiat sekä esiintyvät että opetetaan loogisessa järjestyksessä.

PowerPoint-esityksen aloittaa dia, joka sisältää esityksen nimen, päivämäärän ja ensiapuopetuksen antajien nimet. Tässä yhteydessä esittelemme itsemme luokan oppilaille.

Seuraavaksi johdattelemme sisään aiheeseen esittämällä heille kysymys: ”Tiedätkö, missä ensiapua tarvitaan?” Sen jälkeen on vuorossa ensiapua vaativaa tilannetta esittävä kuva ja ensiapu-käsitteen määrittely.

Seuraavaksi käsittelevistä aiheista on vuorossa hätänumeroon soittaminen. Oppilaille kerromme tilannearvion tekemisestä ja tilanteen selvittämisestä. Tilannearvion tekemällä auttaja kartoittaa mitä on tapahtunut ja päättää onko paikalle kutsuttava ammattiapua yleisestä hätänumerosta. Kahdessa seuraavassa diassa kerromme, että yleinen hätänumero on 112 ja se toimii ilman suuntanumeroa ja on maksuton. Kerromme myös, että on tärkeää muistaa se, että vaikka hätänumero ei vastaa heti, niin puhelinta ei saa sulkea. Muistutamme myös, että hätänumeroon voi soittaa aina, kun arvioi tilanteen sitä vaativan. Hätänumerossa ammattitaitoiset hätäkeskuspäivystäjät tekevät tarvittavat kysymykset, antavat neuvoja ja opastavat soittajaa.

Seuraavassa diassa hätäilmoituksen tekeminen neuvotaan seuraavasti.

1. Soita hätäilmoitus itse, jos voit.
2. Kerro mitä on tapahtunut.
3. Kerro missä on tapahtunut.
4. Vastaa esitettyihin kysymyksiin.
5. Lopeta puhelu vasta luvan saatuasi.
6. Soita uudelleen numeroon 112, jos autettavan tila muuttuu.

Seuraavaksi käsittelemme pyörtymistä; sitä mitä se on ja sen ensiapua. Kerromme, että pyörtyminen tarkoittaa lyhytaikaista tajuttomuutta ja että se johtuu aivojen verensaannin hetkellisestä häiriintymisestä. Kerromme pyörtymisen oireita olevan heikotus, kalpeus ja huimaus. Pyörtymisestä kerromme, että se voi tapahtua kenelle tahansa luokan oppilaistakin ja että se voi johtua pitkäaikaisesta paikallaan seisomisesta, kivusta, pelosta, pahoinvoinnista tai pitkään yskimisestä. Oppilaille kerromme myös, että jos pyörtynyt ei virkoa heti, niin kyseessä on muu tajunnan tason laskeminen ja vaatii lisätoimia.

Pyörtymisen ensiapuna ovat seuraavat ohjeet.

1. Kohota autettavan jalkoja.
2. Aukaise ikkuna tai ovi.
3. Avaa kiristävät vaatteet.
4. Jos pyörtynyt ei virkoa heti, soita hätänumeroon 112.

Pyörtyneen jalkojen kohottamisessa näytämme oppilaille Suomen Punaisen Ristin kalvo aiheesta.

Seuraavaksi käsiteltävämme aihe on tajuttomuus. Johdatamme oppilaat aiheeseen kysymällä heiltä: ”Miten tunnistat tajuttoman?” Sen jälkeen heille kerromme, että tajuton on henkilö, joka hengittää, mutta jota ei saa hereille puhuttelemalla eikä ravistelemalla. Tajuton on aina tukehtumisvaarassa, koska tajuttoman ihmisen kieli pyrkii taipumaan nieluun. Aiheesta näytämme oppilaille Suomen Punaisen Ristin kalvo.

Tajuttoman henkilön ensiapuna opetetaan seuraavat ohjeet.

1. Herätä tajuton henkilö puhutellen ja ravistellen.
2. Jos hän ei herää, SOITA numeroon 112.
3. Avaa tajuttoman henkilön hengitystiet taivuttamalla hänen päätään taaksepäin.
4. Käännä hänet kylkiasentoon.
5. Muista, että tajuttoman suuhun ei saa laittaa mitään.

Tajuttomuutta koskevan ensiapudian jälkeen näytämme Suomen Punaisen Ristin kalvot aiheista tajuttoman herättäminen, soittaminen hätänumeroon 112 sekä hengitysteiden avaaminen. Lisäksi selitämme kuvia apuna käyttäen tarkasti hengitysteiden avaamisen asettamalla toinen käsi autettavan otsalle ja toinen käsi tämän leuan alle. Taivuttamalla autettavan päätä tällä tavoin taaksepäin varmistetaan hengitysteiden auki pysymisestä.

Tajuttoman kylkiasentoon asettamista käsittelevässä diaosuudessa käytämme itse piirrettyjä kuvia havainnollistamaan aihetta. Ensimmäisessä kuvassa ohjataan nostamaan autettavan henkilön toinen käsi rinnan päälle ja toinen käsi yläviistoon. Seuraava kuva näyttää nuolilla, mistä kohdista tajutonta henkilöä on hyvä pitää kiinni, jotta hänet saisi helpommin käännettyä kylkiasentoon. Kolmas kuva esittää millaiseen asentoon tajuton henkilö on tarkoitus saada ja se myös muistuttaa varmistumaan tajuttoman henkilön hengitysteiden auki pysymisestä.

Seuraavaksi käsiteltävämme aihe on vaikeutunut hengitys ja vierasesineen poisto hengitysteistä. Aluksi oppilaille kerromme, että hengitys on vaikeutunut silloin kun autettava ei pysty puhumaan tai yskimään silloin, kun autettavan hengitys kuulostaa

epänormaalilta tai hänen kasvonsa tai huulensa muuttuvat sinisiksi. Oppilaille näytämme dian, jossa esitetään esimerkkinä vaikeutuneesta hengityksestä ruuanpalan juuttuminen kurkkuun. Näin oppilaiden on helppo sisäistää vaikeutuneen hengityksen aihe käyttäen esimerkkinä tuttua asiaa arkielämästä.

Tukehtumaisillaan olevan henkilön ensiapu

Jos ruuanpala juuttuu kurkkuun, toimi näin:

1. Kehota tukehtumaisillaan olevaa autettavaa yskimään.
2. Jos tämä ei auta, soita numeroon 112.
3. Lyö autettavaa lapaluiden väliin 5 kertaa.

Opetamme ja kerromme oppilaille tukehtumaisillaan olevan autettavan ensiavusta ainoastaan lyönnit lapaluiden väliin, koska he ovat vielä liian nuoria toteuttamaan Heimlichin otetta, jota ei saa koskaan edes harjoitella harjoituspotilaan kanssa sisäisten vammojen riskin vuoksi.

Lyönneistä lapaluiden väliin näytämme itse piirtämämme kuvan, jossa autettavan vartalo taivutetaan vyötärötason alapuolelle ja asetutaan itse autettavan taakse ja lyödään tätä lapaluiden väliin viisi kertaa.

Seuraavaksi käsiteltävämme aihe on pienten haavojen ensiapu. Pienellä haavalla tarkoitamme sellaista haavaa, joka voi syntyä arkiaskareissa eikä vaadi verenvuodon vähäisyyden perusteella lääkärin hoitoa. Oppilaille kerromme lyhyesti, että haava on ihon tai limakalvon vaurio, johon voi liittyä syvempien kudosten tai sisäelinten vammoja. Sen jälkeen keskustelemme oppilaiden kanssa siitä, miten heidän käsityksensä mukaan pieni haava voi syntyä.

Pienen haavan ensiapu

- Pese kätesi.
- Puhdista haava vedellä ja haavanpuhdistusaineella tai saippualla.
- Tyrehdytä verenvuoto painamalla haava kuivaksi puhtaalla liinalla.
- Suojaa haava laastarilla tai puhtaalla taitoksella.
- Anna haavan parantua rauhassa.

Verenvuotojen tyrehtyttäminen -aiheessa kerromme heti aluksi, että jos verta vuotaa paljon on syytä heti soittaa hätänumeroon 112. Tämän jälkeen autettava asetetaan välittömästi makuulle ja mikäli vuotokohta on raajassa, kohotetaan vuotava raaja kohoasentoon, jolloin suonistossa oleva paine saadaan laskemaan ja vuodon määrä siten vähentymään. Vuotokohtaa painetaan puhtaalla liinalla. Tarvittaessa siihen laitetaan paineside. Seuraavaksi ohjataan painesiteen laittamista seuraavasti:

Paineside

- Laita paineside runsaasti vuotavan haavan päälle.
- Laita haavalle suojaside, jonka päälle laitetaan painoksi 1 - 2 siderullaa, jotka toimivat painona haavalla.
- Paino saa olla joustava ja verta imevä.

Paineside diassa on myös itse piirretty kuva sen laitosta.

Nyrjähdyksen ensiapu-kappaleessa kerromme aluksi mistä nyrjähdys voi syntyä. Esimerkiksi nyrjähtäneen nilkan oireena on se, että nivel on nilkassa kipeä, aristava ja turvonnut ja että siihen tulee mustelma. Kerromme myös, että venähdysten ja nyrjähdysten hoitona käytetään kolmen K:n hoitoa eli kohoasentoa, kompressiota ja kylmää. Kerrotaan myös milloin lääkäriin meneminen on tarpeellista.

KKK=

- K= Kohoasento= Raaja kohotetaan kohoasentoon.
- K= Kompressio eli puristus= Raajaan sidotaan tukiside.
- K= Kylmä= Loukkaantuneelle raajalle asetetaan jää- tai kylmäpussi.

Lisäksi diassa on itse piirretty kuvasarja kohoasennosta, kompressiosta ja kylmän asettamisesta raajalle.

Palovammoista oppilaille kerromme ainoastaan pienten palovammojen ensiapu eli kämmentä pienempien palovammojen ensiapu. Palovammojen syntyä käymme läpi yhdessä oppilaiden kanssa johdattaen heidät näin mukaan viimeiseen aiheeseen.

Oppilaille kerromme, että palovamman ollessa kämmentä suurempi, on syytä hakeutua lääkärin hoitoon. Muuten ensiapu on seuraava:

Pienen palovamman ensiapu

- Jäähdytä palovammaa kylmän, juoksevan veden alla 10–20 minuutin ajan.
- Älä puhkaise rakkuloita.
- Suojaa palovamma puhtaalla siteellä.
- Jos palovamma on kämmentä suurempi, soita hätänumeroon 112.

PowerPoint-esityksen päättää internetistä 112-päivän sivuilta otettu kuva ja teksti, jossa kiitetään oppilaita kiinnostuksesta ja osallistumisesta opetukseen.

5.3 PowerPoint-esityksen tukena käytettävät kuvat ja muu käytettävä materiaali

Tarkoituksenamme oli alusta lähtien käyttää kuvia PowerPoint-esityksessä ja sen tukena, koska kuvista oppilaiden on helpompi hahmottaa oikeanlaiset toimintamenetelmät. Kuvat myös elävöittävät esitystä. PowerPoint-esitykseen päädyimme tekemään mahdollisimman paljon kuvia piirtämällä niitä itse käsin tai tietokoneen Paint-ohjelmalla, koska tekijänoikeudelliset seikat rajoittavat esimerkiksi internetistä saatavien kuvien käyttöä.

Piirsimme itse PowerPoint-esitykseen kuvat tajuttoman henkilön kylkiasennosta, lyönneistä lapaluiden väliin sekä kolmen K:n kohoasennosta, kompressiosta ja kylmästä. PowerPoint-esityksen tukena käytettiin Suomen Punaisen Ristin kalvoja. Saimme luvan kalvojen käyttämiseen Suomen Punaisen Ristin Satakunnan piirin aluekoordinaattorilta. Näytämme kalvoja ensiapua vaativista tilanteista, pyörtyneen autettavan jalkojen kohottamisesta, tajuttoman henkilön kielen taipumisesta nieluun, tajuttoman henkilön herättämisestä, hengitysteiden avaamisesta sekä soittamisesta hätänumeroon.

PowerPoint-esityksen (Liite 6) lopussa käytämme kuvaa, joka oli otettu 112-päivän Internet- sivuilta. Sivun tietojen mukaan 112-päivän materiaaleja saa kopioida vapaasti opetustarkoitukseen. Sivustolta otimme kaksi julistetta luokan seinille hätänumeroon

soittamisesta sekä 112-aiheeseen sopivan laulun, jota soitimme luokan oppilaille ennen ja jälkeen ensiapuopetuksen.

Lisäksi oppilaille näytämme hätänumero-osuuden jälkeen Suomen Punaisen Ristin videon ensiapua vaativasta tilanteesta. Lainasimme videon oman koulumme kirjastosta. Näytämme oppilaille kohdan, jossa noin kymmenen vuoden ikäinen poika sairastaa diabetesta ja unohtaa syödä välipalansa. Poika alkaa voida huonosti verensokerin laskun vuoksi ja hänen kaverinsa soittaa hätänumeroon ja toimii sieltä saatujen ohjeiden mukaan.

6 ENSIAPUPÄIVÄN KÄYTÄNNÖN HARJOITTELU

Käytännön harjoittelu tapahtuu ensiapupäivän toisella tunnilla ja aikaa on siihen käytettävissämme 45 minuuttia (Liite 7). Käytännön harjoittelussa opetellaan teoritunnin aikana käytyjä asioita kuten tajuttoman henkilön herättely, soittaminen hätänumeroon 112, hengitysteiden avaaminen ja kääntäminen kylkiasentoon, kolmen K:n hoito sekä verenvuodon tyrehtyttäminen painesiteellä. Harjoittelupaikkana toimii 4A-luokan oma luokkahuone. Harjoitteluun oppilaat jaetaan neljän hengen ryhmiin, joita tulee yhteensä viisi kappaletta. Ryhmänsä ja ryhmässä olevat parinsa oppilaat saavat valita itse.

Luokkahuoneeseen levitämme lattialle käytännön harjoittelun ajaksi huopia ja mattoja, joissa oppilaiden on mukavampi harjoitella erilaisia ensiaputoimenpiteitä. Ensimmäiseksi oppilaille jaamme käytännön harjoittelussa käytettäviä materiaaleja kuten kylmäpusseja ja sidetarvikkeita. Sen jälkeen opetamme luokan oppilaille tajuttoman henkilön herättelyn, soittamisen hätänumeroon 112, hengitysteiden avaamiseen ja kääntämisen kylkiasentoon. Opettaminen tapahtuu siten, että aluksi näytämme tajuttoman henkilön ensiavun oppilaille ja sen jälkeen oppilaat saavat itse parinsa kanssa harjoitella omatoimisesti tajuttoman ensiapua meidän opastuksellamme.

Seuraava opeteltava aihe on kolmen K:n hoito, jota varten oppilaille jaamme tunnin alussa siihen tarvittavia materiaaleja. Oppilaille näytämme aluksi, miten kolmen K:n hoito toteutetaan. Sen jälkeen oppilaat saavat itse omatoimisesti parinsa kanssa harjoitella kolmen K:n hoitoa.

Viimeinen opeteltava aihe on verenvuodon tyrehtyttäminen painesiteellä. Oppilaille näytämme aluksi, miten verenvuodon saa tyrehtytettyä painesiteellä, jonka jälkeen oppilaat saavat harjoitella parinsa kanssa painesiteen sitomista heille jaettujen sidetarvikkeiden avulla omatoimisesti.

Käytännön harjoittelun jälkeen oppilaat vastaavat palautekyselyyn ja sen jälkeen heille jaetaan 112-päivä-tuotteita.

7 ENSIAPUOPPAAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Ensiapupäivä on sisällöltään laaja, joten halusimme antaa oppilaille mahdollisuuden kerrata päivän aikana opetettavia asioita omatoimisesti myöhemmin. Tähän tarkoitukseen sopii hyvin oppilaille jaettava ensiapuopas, joka sisältää tiivistettynä tietoa ja kuvia opetetuista asioista. Ensiapuoppaan (Liite 5) tarkoituksena on toimia kertausmateriaalina. Ensiapuoppaasta haluamme mahdollisimman yksinkertainen, jotta oppilaiden on jälkeenpäin siitä helppo lukea opetettuja asioita. Ensiapuoppaan tekstit ovat samat, joita käytettiin PowerPoint-esityksessä.

Ensiapuoppaan asiat kokosimme yhdelle A4-kokoiselle paperille, joka taitettiin kolmeen osaan. Siinä on kuusi sivua, joista viidessä on ensiapuohjeita ja kuudennessa ensiapuoppaan tekijöiden nimet. Ensiapuoppaan tekstiosuudet kirjoitimme siten, että yhdelle A4-paperille mahtui vierekkäin kolme palstaa. Kuvat oppaassa havainnollistivat sitä, mitä ei kirjoiteta ja näin saimme oppaaseen lisää kiinnostavuutta kuvien avulla.

Ensiapuoppaan ensimmäisenä sivuna on teksti, mikä se on ja kenelle se on tarkoitettu sekä kuva 112-päivän internet sivulta, jossa kuvateksti: Hädässä ystävä tunnetaan. Ensimmäinen sivu johdattaa lukijan mukaan ensiapuoppaaseen ja muistuttaa heti siitä, mikä on yleinen hätänumero. Seuraavalla sivulla käsitellään hätänumeroa ja hätäilmoituksen tekemistä. Siinä on myös kuva 112-päivän internet sivuilta, jossa muistutetaan vielä yleisestä hätänumerosta. Seuraavalla sivulla käsitellään tajuttoman henkilön ensiapua ja kylkiasentoa. Sivulla on itse piirretty kuvasarja kylkiasentoon kääntämisestä ja pyörtyneen ensiavusta.

Neljäs sivu antaa tietoa vaikeutuneesta hengityksestä, tukehtumisillaan olevan henkilön ensiavusta ja nyrjähdyksen ensiavusta. Sivulla on myös kuvat kolmen k:n hoidosta. Viimeisellä sivulla on pienen haavan ensiapu, verenvuodon tyrehtyttäminen ja pienen palovamman ensiapu.

Valokopioimme ensiapuoppaat tavallisen, valkoisen paperin molemmille puolille ja taitoimme sen kolmeen osaan niin, että siitä tuli selkeä ja helposti luettava kokonaisuus.

8 PROJEKTITYÖN VAIHEET

Projektityö lähti käyntiin keväällä 2005 aiheen suunnittelulla ja valinnalla sekä ohjauspyyntöanomuksen jättämisellä Satakunnan ammattikorkeakoululle. Aihe sai alkunsa projektityön tekijöiden omasta kiinnostuksesta järjestää oppilaille ensiapuopetusta. Varsinainen projektin työstäminen alkoi syksyllä 2006. Projektityölle valittiin myös ohjaajat.

Kevät 2005

Otimme yhteyttä Kankaanpään keskustan koululle ja kysyimme oltaisiinko siellä kiinnostuneita ensiapuopetuksesta. Sovimme yhdessä koulun rehtorin kanssa siitä, että ensiapuopetusta järjestetään 4A-luokan oppilaille.

Syksy 2006

Aloitimme lähdemateriaalin kokoamisen ja siihen tutustumisen. Ensiavusta löytyy paljon tietoa ja suurin työ olikin aineiston läpikäymisessä ja hakemisessa. Mietimme pääkäsitteiden sekä aiheen rajausta yhdessä ohjaavien opettajien kanssa. Mietimme myös minkälaista ensiapua olisi hyvä opettaa 10–11 vuoden ikäisille oppilaille. Päätimme yhdessä, että peruselvytystä ei oppilaille opeteta heidän nuoren ikänsä vuoksi.

Kevät 2006

Täsmensimme projektityön tarkoitusta ja tavoitteita ja tehtiin projektisuunnitelma. Projektisuunnitelma on todella iso osa työtä ja sen tekeminen auttaa valtavasti koko työn tekemistä. Jos projektisuunnitelma on hyvä ja sitä noudattaa täsmällisesti etenee projekti tavoitteiden mukaisesti. Kevään aikana olimme yhteydessä myös koulun rehtorin kanssa. Keväällä aloitettiin myös teoreettisen viitekehysten kirjoittaminen.

Syksy 2006

Pidimme ensimmäinen seminaarimme, joka oli suunnitteluseminaari. Teimme sisällysluetteloja ja kirjoitimme teoreettista viitekehystä. Syksyllä suunnittelimme alustavasti koululla pidettävää päivää ja siinä käytettävää PowerPoint-esitystä.

Talvi 2006

Kirjoitimme edelleen teoreettista viitekehystä ja suunnittelimme PowerPoint-esitystä. Suunnittelimme kyselylomakkeitten sisältöä. Otettiin yhteyttä koulun opettajaan ja mietimme kaikille yhteensopivaa päivää ensiapupäivän toteuttamiseksi. Päiväksi sovittiin ystävänpäivä 14.2.2007. Teimme omalla koulullamme esitettävää PowerPoint-esitystä ja laadimme kyselylomakkeita.

Tammikuussa PowerPoint-esitys sai melkein lopullisen muotonsa ja opinnäytetyön kirjallinenkin osuus alkoi muodostua. Kyselylomakkeiden kysymykset olivat valmiit. PowerPoint-esitys ja kyselylomakkeet saivat lopullisen muotonsa ja pidimme ensiapupäivän koululla. Päivän jälkeen aloimme työstää kyselylomakkeiden analysointia ja loppuraportin kirjoittamista muun muassa päivän toteutuksesta.

Kevät 2007

Maaliskuussa opinnäytetyö sai lopullisen muotonsa ja sen kirjallinenkin osuus valmistui. Raportointiseminaari sovittiin pidettäväksi maaliskuussa 2007 ja sovittiin, että työ jätetään arvioitavaksi maaliskuun loppuun mennessä.

9 PROJEKTITYÖN ARVIOINTI

9.1 Oman työskentelyn ja oppimisprosessin arviointi

Opimme projektityön suunnittelua, toteuttamista, arviointia ja hallintaa käytännössä. Projektityön periaatteet tulivat tutuiksi. Oppimista tapahtui koko opinnäytetyön tekemisen ajan. Opimme laatimaan kirjallisen työn ja tekemään ensiavusta PowerPoint-esityksen, jonka pohjalta syntyi ensiapuopas koulun oppilaiden käyttöön. Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekemisestä on hyötyä meille myös tulevaisuudessa työelämässä ja mahdollisissa jatko-opinnoissa.

Projektityön tekeminen oli hyvin mielenkiintoista, haastavaa ja opettavaista. Työn tekemiseen kului paljon aikaa, koska työ koostui monesta osiosta: ensiapupäivästä ja sen suunnittelusta, PowerPoint-esityksestä, ensiapuoppaan laatimisesta, kahden eri kyselyn tekemisestä ja niiden analysoinnista. Projektin eläminen ja suunnitelmien muuttuminen pitkitti aikataulua ja lisäsi meille haasteita. Kun suunnitelmiin tuli muutoksia sisältöaineksen osalta, oli tekijöiden mukautettava projektityön tarkoitusta ja sen tavoitteita sopivammiksi.

Henkilökohtaisina tavoitteinamme oli kehittyä projektityöskentelyssä sekä ensiavun opettamisessa ja ohjaamisessa. Kummankin projektityöntekijän henkilökohtaiset tavoitteet toteutuivat heidän omasta mielestään hyvin. Projektityö toi paljon uutta tietoa meille molemmille ja kehitti henkilökohtaisia taitoja, jotka ovat hyödyksi meille molemmille ammatillisessa kehityksessä.

9.2 Ensiapupäivän suunnittelun ja toteutuksen arviointi

Ensiapupäivän suunnittelua ja toteutusta rajoitti oppilaiden lukumäärä suhteessa opinnäytetyön tekijöihin. Projekti toteutettiin yhdelle luokalle. Muuten työmäärä olisi kasvanut liian suureksi kahden ihmisen hallita.

Suunnittelua ja toteutusta rajoitti myös käytettävissä oleva aika. Koululla ensiapuopetukseen oli antaa vain kaksi 45 minuutin tuntia. Tämän vuoksi opettavat aiheet piti tarkkaan miettiä, jotta käytettävissä olevassa ajassa ehdittäisiin käsitellä kaikki tärkeät asiat, joita neljäsluokkalaisille voi opettaa. Ensiapupäivänä onnistuimme opettamaan sen, mitä neljäsluokkalaisen ajateltiin tarvitsevan näistä ensiapuun liittyvistä asioista tietää. Ensiapupäivän toteuttamiseen varatussa aikataulussa (Liite 7) pysyimme hyvin, mutta aikataulu ei olisi juuri sallinutkaan mitään poikkeamia suunnitellusta.

Ensiapupäivän ensimmäinen tavoite opettaa ja ohjata ensiaputietoa ja -taitoja 4A-luokan oppilaille toteutui hyvin. Otimme oppilaat mukaan opetukseen esittämällä heille kysymyksiä, joiden tarkoituksena oli aina johdattaa heidät mukaan seuraavaan käsiteltävään aiheeseen. Oppilaat vastasivat kysymyksiin hyvin ja olivat kiinnostuneita opetettavasta aiheesta. Opetettavien aiheiden järjestys oli valittu niin, että edellinen aihe tuki seuraavan aiheen oppimista.

Ensiapupäivän aikana oppilaat tuntuivat osaavan opetetut asiat hyvin. Sitä tukee myös se, että he osasivat vastata todella hyvin palautekyselyyn. Siitä huolimatta ei voida tietää, miten oppilaat toimisivat tositilanteessa. Ensiapupäivän aikana asiat käytiin läpi nopeasti ja käytännön harjoituksiin käytettävä aika oli lyhyt. Sen perusteella voisi olettaa, että oppilaat eivät ehtineet sisäistää opetettuja asioita kunnolla.

Toisena tavoitteena oli rohkaista oppilaita toiminaan ensiapua vaativissa tilanteissa. Opetuksen aikana rohkaisimme oppilaita useaan otteeseen kertomalla heille, että he voivat omalla toiminnallaan vaikuttaa ihmishengen pelastamiseen, vaikka vain soittamalla yleiseen hätänumeroon. Lisäksi korostimme, että hätänumeroon voi aina soittaa, kun arvioi tilanteen sitä vaativan.

Kolmantena tavoitteena oli luoda oppilaille mukava ja turvallinen oppimisilmapiiri opetuksen ajaksi, jotta he pystyisivät osallistumaan opetuksen aikana käytävään

keskusteluun ja toisella tunnilla käytännön harjoitteluun. Tämän tavoitteen saavutimme todella hyvin. Oppilaat olivat rennon oloisia ja olivat hyvin opetuksessa ja käytännön harjoituksissa mukana. Turvallisen oppimisilmapiirin syntymistä auttoi se, että oppilaat saivat istua omilla paikoillaan ja valita käytännön harjoittelun ajaksi itse parinsa. Lisäksi käytännön harjoittelut tehtiin tutun ryhmän kanssa. Jokaista harjoittelua valvottiin koko ajan, joten oppilaille ei varmastikaan tullut sellaista tunnetta, että heidät olisi jätetty yksin harjoittelemaan eri asioita.

Kokonaisuudessaan ensiapupäivä onnistui hyvin, vaikka käytettävissä oli lyhyt aika. Opetus olisi kuitenkin ollut hyvä toteuttaa pienemmälle ryhmälle, jolloin käytännönharjoitteluun olisi saatu enemmän toistokertoja yhtä asiaa kohden.

9.3 Ensiapuopetuksen arviointi palautteiden perusteella

Palautekyselylomakkeeseen vastasi kaksikymmentä oppilasta, joista tyttöjä oli seitsemän ja poikia kolmetoista. Jokaiseen väittämään oli laitettu vastausvaihtoehtoja ja jokaisessa kohdassa oli vain yksi selvästi oikea vastaus. Seuraavassa käsitellään palautekyselylomakkeessa olleiden väittämien tuloksia.

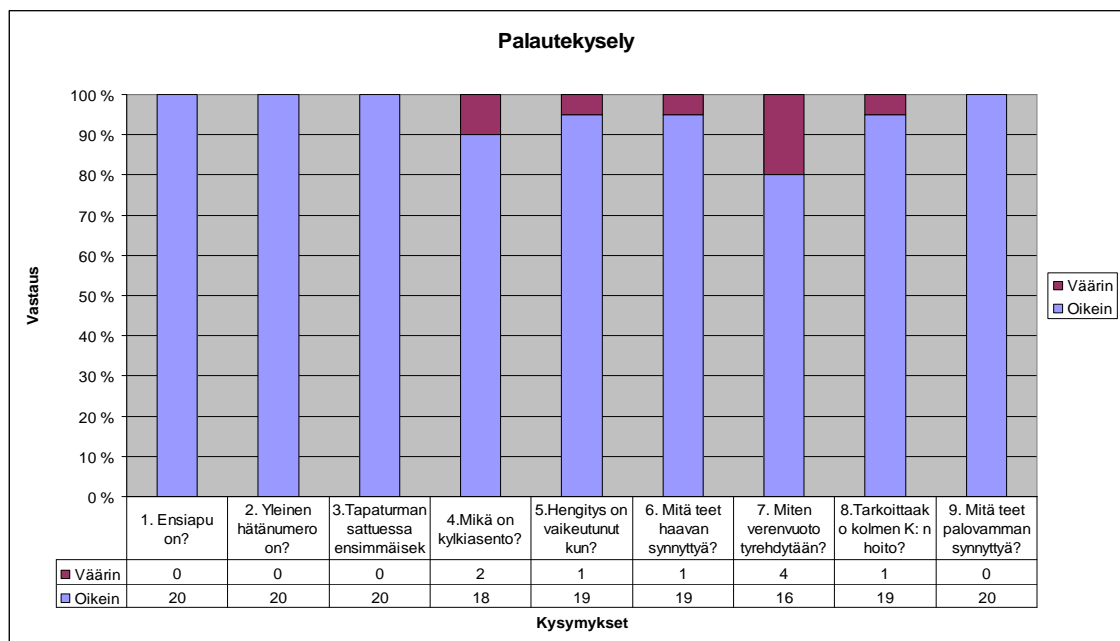
Tulosten perusteella voi tulkita oppimista selvästi tapahtuneen ensiapupäivän aikana, joskin oppilaille oli jo entuudestaan hyvät tiedot ensiavusta. Ensiapupäivän jälkeen jokainen oppilas tiesi mitä ensiapu on. Yleisen hätänumeron jokainen oppilas tiesi jo ennen ensiapupäivää. Ensiapupäivän jälkeen kaikki tiesivät soittaa yleiseen hätänumeroon tapaturman sattuessa.

Kylkiasennon tietämisessä oli myös tapahtunut ensiapuopetuksen ansiosta parannusta. Opetuksen jälkeen 90 prosenttia oppilaista tiesi, mikä on kylkiasento. Myös hengityksen vaikeutumisen merkit olivat opetuksen jälkeen paremmin tiedossa. Oppilaista 95 prosenttia tiesi, että hengitys on vaikeutunut silloin, kun autettavan kasvot tai huulet muuttuvat sinisiksi.

Haavan synnyttyä 95 prosenttia tiesi suojata haavan laastarilla. Vain viisi prosenttia oppilaista vastasi, ettei välitä asiasta. Väittämävastaus pysyi melkein samana kuin ennen ensiapupäivää tehdyssä kyselyssäkin, kun taas 80 prosenttia oppilaista osasi ensiapupäivän jälkeen tyrehdyttää verenvuodon kohottamalla raajan kohoasentoon. He tiesivät myös soittaa hätänumeroon 112. Oppilaista kaksikymmentä prosenttia vastasi väärin kertoessaan laittavansa raajalle kylmämpussin.

Kolmen K:n hoidossa väärää vastauksia oli enemmän ennen ensiapupäivää tehdyssä kyselyssä, mutta päivän jälkeen peräti 95 prosenttia oppilaista tiesi, mitä kolmen K:n hoito tarkoittaa.

Palovamman ensiapu oli opetuspäivän jälkeen myös kaikilla tiedossa; kaikki vastasivat oikein sitä koskevaan kysymykseen.



Kuvio 2. Palautekyselyn vastaukset ensiapuopetuksen jälkeen.

Jokaisen oppilaan mielestä ensiapuopetus oli tarpeellinen ja melkein kaikki saivat mielestään osallistua tarpeeksi tehtyihin harjoituksiin. Oppilailta kysyttiin myös ensiapupäivän jälkeen avoimina kysymyksinä palautetta ensiapupäivästä. He vastasivat omin sanoin mitä oppivat, ja mitä mieltä he olivat ensiapuopetuksesta. He kirjoittivat

myös miten me onnistuimme oppilaiden mielestä opettamaan ensiaputaitoja ja olisivatko he halunneet oppia vielä jotain muuta ensiavusta.

Palautteen oppilaat antoivat nimettöminä heti ensiapuopetuksen jälkeen. Heille korostettiin, että jokainen tekee palautteestaan omanlaisensa, ilman kaverin apua. Palautetta auki kirjoitettaessa huomattiin, että oppilaat olivat antaneet palautetta eri kysymyksiin vain parilla lauseella. Tämä saattaa johtua siitä, että palaute sai olla vapaamuotoinen, ja ruokatunti oli seuraavana vuorossa.

Jokainen palaute kirjoitettiin tietokoneelle ja eriteltiin osiksi kysymysten mukaan. Palautteista etsittiin vastausta kysymyksiin. Vastausten perusteella muodostettiin arvio ensiapupäivän sujumisesta.

Jokainen oppilas oli vastannut ensimmäiseen kysymykseen eli siihen mitä oppi ensiapuopetuksesta. Palautteesta tuli esille, että suurin osa oppilaista oppi ”kaikkea tarpeellista”. Seitsemän oppilasta oli eritellyt eri asioita, joita oli oppinut kertoen oppineensa muun muassa kylkiasennon, haavan tyrehdyttämisen ja kolmen K:n hoidon. Kaksi oppilasta on käynyt partiossa, joten he mainitsivat tässä kohtaa sen ja kertoivat tienneensä opetetuista asioista siitä johtuen jonkin verran jo ennestään.

Toiseen kysymykseen eli siihen mitä mieltä he olivat ensiapuopetuksesta, vastasivat yhtä lukuun ottamatta kaikki oppilaat. Suurimman osan mielestä ensiapuopetus oli ”tarpeellinen”, ”kiva” ja ”tärkeä”.

” Se oli todella tarpeellinen, sillä moni ei tiennyt joistakin asioista yhtään mitään, mutta opetuksen jälkeen se oli selvä asia.”

” Se oli hyvää opetusta ja hyödyllistä.”

” Se on todella tarpeellista, jos tapahtuu jotain.”

Kolmanteen kysymykseen, jossa kysyttiin, miten me onnistuimme opettamaan ensiaputaitoja vastasi jokainen oppilas. Suurin osa vastasi, että onnistuimme todella hyvin tai hyvin.

”Onnistuitte opettamaan ensiaputaitoja hyvin.”

” Mielestäni onnistuitte hyvin. Teistä tulee varmaan hyviä sairaanhoitajia.”

Viimeiseen kysymykseen, jossa kysyttiin olisivatko oppilaat halunneet oppia vielä jotain muuta, ja mitä se olisi voinut olla, vastasivat myös yhtä lukuun ottamatta kaikki oppilaat. Suurin osa vastaajista ei olisi halunnut oppia enää mitään muuta. Yksi olisi halunnut oppia jotain paleltumisesta.

” Olisi voinut jotain mainita paleltumisesta.”

” Mielestäni opein kaiken tarpeellisen.”

” Tuossa oli varmasti kaikki tärkeimmät asiat.”

Kankaanpään keskustan koulun 4 A-luokan opettaja antoi suullisen palautteen, jossa hän oli erittäin tyytyväinen ja kiitollinen ensiapupäivästä. Hänen mielestään tällaisia ensiapupäiviä pitäisi järjestää enemmän.

10 POHDINTA

10.1 Projektityön arviointi

Projektityön tekemisessä oli mielestämme haasteellisinta aikataulussa pysyminen. Alun perin projektimme oli tarkoitus valmistua joulukuussa 2006. Alkuperäisenä tarkoituksenamme oli opettaa kohderyhmälle ensiapuopetuksen lisäksi myös elvytystä. Kohderyhmän nuoresta iästä ja pienikokoisuudesta johtuen se ei ollutkaan mahdollista, mistä johtuen projektityön tavoitteet ja tarkoitus muuttuivat kesken työn tekemisen. Projektityön tekeminen oli vaativampaa mitä kuvittelimme, koska yhteisen ajan

löytäminen oli välillä hankalaa. Alkuun pääseminen vaati aikaa, mutta työ eteni vauhdikkaasti sen jälkeen kun saimme sen tarkoituksen ja tavoitteet määriteltyä oikeaan muotoonsa.

PowerPoint-esityksen nimi saatiin lopulliseen muotoonsa vasta kun saimme aikataulun sopimaan kohderyhmämme ja ohjaajiemme aikataulujen kanssa. Alkuperäisen suunnitelman mukaan kohderyhmän piti olla laajempi, mutta ensiapuopetuksen antamiseen kuluva aika rajoitti kohderyhmän kokoa.

Projektin sisältöaineksen kirjoittamisen koimme mielenkiintoisena. Ensiksi kirjoitimme ammattilaisille suunnatun teoriaosan ja PowerPoint-esityksen, jotka sitten muokkasimme kohderyhmälle sopivaan muotoon. Kohderyhmän ikäisen lapsen tasolle asettuminen ei ollut PowerPoint-esitystä tehtäessä kovinkaan helppoa, mutta onnistuimme tekemään korjaukset omasta mielestämme erittäin hyvin.

Ensiapua koskevan ajankohtaisen lähdemateriaalin suppeuden takia koimme ongelmalliseksi sen, että jouduimme toistamaan samoja lähteitä sisältöaineksessa. Tosiasia kuitenkin on, että lähteenä käyttämämme aineisto on alansa parasta ja luotettavinta, joten taataksemme projektityön luotettavuuden ja ajankohtaisuuden päädyimme siihen.

Yhteistyö Kankaanpään keskustan koulun, ohjaajiemme ja muiden yhteistyötahojen kanssa on sujunut erittäin hyvin. Keskinäisiltä ristiriidoilta projektityön tekemisessä on myös vältytty. Yhteydenpito sujui kaikkien osapuolten kesken mutkattomasti sähköpostilla, puhelimitse ja tapaamisina riittävässä määrin.

Ensiapuoppaan ulkonäkö on mielestämme täydellinen. PowerPoint-esitys sen sijaan olisi voinut olla visuaalisesti tyylikkäämpi. Projektityön lähtökohdan muututtua alkuperäisestä, jouduimme tekemään projektityöhön muutoksia.

Kokonaisuudessaan projektityö oli mielestämme onnistunut ja saavutti asetetut tavoitteet. Koemme, että olemme saaneet valmiuksia projektityöskentelyyn ja olemme ottaneet opiksemme työssämme eteen tulleista ongelmakohdista. Aikataulun pitkittyminen harmitti aluksi, mutta se ei kuitenkaan lannistanut meitä. Tämän jälkeen

osaamme sairaanhoitajan työssämme eteen tulevissa projekteissa ottaa paremmin huomioon projektityön suunnittelun ja aikataulun täsmällisyyden tarpeellisuuden. Olemme hyvin tyytyväisiä siihen, että opinnäytetyömme on valmis ja lopputulos on mielestämme onnistunut.

10.2 Projektityön eettisyys ja luotettavuus

Projektityön edetessä eettisyyden rooli korostui siinä vaiheessa kun aloimme liittää työhömmme kuvia. Kuvien käyttö 112-päivän Internet-sivuilta onnistui, koska muistimme merkitä lähteen kuvien läheisyyteen. Luotettavuuden takia on tärkeitä, että projektityössä ei esiinny virheellistä tietoa. Oli pidettävä huoli siitä, että oppilaat eivät saa väärää informaatiota ensiavusta.

Lähteiden suppeus johtuu siitä, että olemme pyrkineet käyttämään työssämme lähteitä, jotka ovat ehdottoman luotettavia ja ajankohtaisia. Lähdemateriaali on aiheeseen perehtyneiden asiantuntijoiden kirjoittamaa. Lähteet on koottu tarkasti lähdeluetteloon, jotta lukija voi halutessaan tarkistaa niiden alkuperän. Ohjaajamme, joista toinen on ensihoidon asiantuntija, ovat varmistaneet projektityön oikeellisuuden. Ohjaajamme olivat myös valvomassa oppilaille antamaamme opetusta, jolloin he saattoivat varmistua siitä, että emme anna heille väärää tietoa.

10.3 Jatkokäyttöehdotukset

Tämän opinnäytetyön tuloksena syntyi ensiapuopas Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokalle. Oppaan avulla he voivat kerrata saamaansa opetusta. Opasta he voivat pitää mukanaan siltä varalta, että sattuvat paikalle tilanteeseen, jossa ensiapuohjeille on tarvetta. Jakamamme 112-aiheisen oheismateriaalin avulla oppilaat muistavat hätänumeron ja siihen soittamisen tärkeyden. Luokan opettaja toivoi, että oppilaat saisivat jatkossakin ensiapuopetusta. Oppilaiden saadessa lisää ikää heille voidaan opettaa laajemminkin ensiaputaitoja.

LÄHTEET

- Aaltonen, J. 2004. Sokkipotilas. Teoksessa Alaspää, A. Kuisma, M. Rekola, L. & Sillanpää, K. (toim.) 2004. Uusi ensihoidon käsikirja. Kustannusosakeyhtiö Tammi, 354.
- Alaspää, A. 2004. Tajuttomuus. Teoksessa Alaspää, A. Kuisma, M. Rekola, L. & Sillanpää, K. (toim.) 2004. Uusi ensihoidon käsikirja. Kustannusosakeyhtiö Tammi, 279.
- Anthony, P. 2005. Experimental Thermal Injury. Väitöskirja. Kuopion yliopisto; Kopijyvä.
- Anttila, P. 2001. Se on projekti – vai onko? Kulttuurialan tuotanto- ja palveluprojektin hallinta. Hamina: Akatiimi.
- Ensio, S. Kentala, J-P. Laiho, R. & Väisänen, K. 2000. Microsoft. Office 2000-opas. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hietanen, H. Iivanainen, A. Seppänen, S. & Juutilainen V. 2002. Haava. Helsinki: WSOY.
- Hiltunen, T. 2005. Hengitysvaikeus. Teoksessa Castrèn, M. Kinnunen, A. Paakkonen, H. Pousi, J. Seppälä, J. & Väisänen, O. 2005. Ensihoidon perusteet. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy, 355.
- Hätäkeskuslaitos: Kansalaiset – Hätätilanteessa soita 112.[online]. [Viitattu 28.12.2006] <http://www.112.fi/index.php?pageName=kansalaiset>
- Jokinen, M. 2005. Pienet palovammat. Teoksessa Mustajoki, M. Maanselkä, S. Alila, A. Rasimus, M. (toim.) 2005. Sairaanhoidajan käsikirja. Hämeenlinna: Duodecim, 282.
- Kangaskesti, R. 1999. Turvallisuuskasvatuksen opetussuunnitelman kehittäminen. Hätänumeron opettaminen kakkosluokkalaisten opettajille. [online] Jyväskylän yliopisto. Chydenius-Instituutti. Kasvatustieteiden pro- gradu-työ. [Viitattu 1.3. 2007]. Saatavissa: <http://selene.lib.jyu.fi:8080/gradu/g/1769.pdf>
- Kangasniemi, K. & Opas, H. 1997. Suomalainen lääkärikeskus 5. Porvoo: WSOY.
- Kettunen, S. 2003. Onnistu projektissa. Helsinki: WSOY.
- Keravuori, K. 1990. Tapa puhua – tapa oppia. Painokaari Oy: Helsinki.
- Koivula, A. Marttila, P. & Tanninen, S. 2005. Nivelside- ja jännevammat. Teoksessa Mustajoki, M. Maanselkä, S. Alila, A. Rasimus, M. (toim.) 2005. Sairaanhoidajan käsikirja. Hämeenlinna: Duodecim, 300.

Kuisma, M. 2004. Sydänpysähdys ja elvytys. Teoksessa Alaspää, A. Kuisma, M. Rekola, L. & Sillanpää, K. (toim.) 2004. Uusi ensihoidon käsikirja. Kustannusosakeyhtiö Tammi. 191–192.

Kurola, J. 2005. Evaluation of Pharyngeal devices for prehospital airway management. Väitöskirja. Kuopion yliopisto: Kopijyvä.

Mustajoki, P. 2006. Pyörtyminen, [online]. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. [Viitattu 2.1.2006]. Saatavissa:
http://www.terveysportti.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_haku=py%F6rtyminen&p_artikkeli=dlk00069

Mäkinen, J. 2006. Toimiala-asiantuntija, Satakunnan hätäkeskus. Pori, Henkilökohtainen tiedonanto 22.12.2006.

Määttä, T. 2004. Ensihoitopalvelu. Teoksessa Alaspää, A. Kuisma, M. Rekola, L. & Sillanpää, K. (toim.) 2004. Uusi ensihoidon käsikirja. Kustannusosakeyhtiö Tammi, 32.

Peltonen, H. 2000. Kasvattajana sosiaali - ja terveysalan ammattiteissa. Helsinki: Tammi.

Reitala, J. 2005. Potilaan kohtaaminen ja tilanarviointi. Teoksessa Castrèn, M. Kinnunen, A. Paakkonen, H. Pousi, J. Seppälä, J. & Väisänen, O. 2005. Ensihoidon perusteet. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy, 194–195.

Renström, P. Peterson, L. Koistinen, J. Malcom, R. Mattson, J. Keurulainen, J. & Airaksinen, O. 1998. Urheiluvammat, ennaltaehkäisy, hoito ja kuntoutus. Jyväskylä: Gummerus Oy.

Ruuska, K. 2001. Projekti hallintaan. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Saikko, S. 2005. Potilaan peruselintoimintojen tutkiminen ja turvaaminen. Teoksessa Koponen, L. & Sillanpää, K. (toim.) Potilaan hoito päivystyksessä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 85.

Sahi, T. Castèn, M. Helistö, N. Kämäräinen, L. 2006 Ensiapuopas. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Schou, J. 1992. Prehospital emergency medicine. Germany: Alix.

Seppänen, M. 2005. Nopeuden ja keston vaikutukset tasavauhtisten juoksuharjoitusten kuormittavuuteen. Pro-gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Liikuntabiologian laitos.

St. Ambulance, Sr. Andrew`s Ambulance Association & British Red Cross. 1992. First Aid Manual. London, New York, Stuttgart: Dorling Kindersley.

Stenlund, H. 2001. Projektijohtamisen perusteet. Helsinki: Hakapaino Oy.

Torkkola, S. 2004. Johdanto terveystieteen viestintään. [online]. Viestintätieteiden yliopistoverkosto. [Viitattu 1.3.2007]. Saatavissa:
http://www.uta.fi/viesverk/terveysviestinta/index.php?s=3&d=3_3

SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU

Tiia-Maria Makkonen

Kati Teelmäki

ENSIAPUPÄIVÄ KANKAANPÄÄN KESKUSTAN KOULUN 4A

LUOKAN OPPILAILLE

Projektisuunnitelma

HOITOTYÖN KOULUTUSOHJELMA

Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

2007

SISÄLLYS

1 PROJEKTITYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA RAJAUS.....	3
2 PROJEKTITYÖN TEKIJÄT JA YHTEISTYÖKUMPPANIT.....	4
3 PROJEKTITYÖN RAJAUS JA RESURSSIT.....	5
4 PROJEKTITYÖN TOTEUTUS- JA AIKATAULUSUUNNITELMA.....	6
5 PROJEKTITYÖN RISKIT JA NIIHIN VARAUTUMINEN.....	9
LÄHTEET.....	12

1 PROJEKTITYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA RAJAUS

Projektityön tarkoituksena on antaa ensiupuopetusta Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille. Tarkoituksena on myös tuottaa PowerPoint-esitys, jota käytetään ensiupuopetuksessa luennon runkona. PowerPoint-esityksen pohjalta tehdään ensiupuopas luokan oppilaille.

Projektityön ensimmäisenä tavoitteena on opettaa ensiavun perustaitoja Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille PowerPoint-esityksen sekä heidän käyttöönsä laaditun ensiupuoppaan avulla. Ensiupuoppaasta he voivat myöhemmin kerrata opetettuja asioita.

Toisena tavoitteena on kartoittaa oppilaiden ensiapuvalmiuksia sekä arvioida oppilaiden kehittymistä ensiapupäivän aikana. Oppilaille tehdään esikysely ennen ensiapupäivää sekä palautekysely ensiapupäivän jälkeen. Näin voimme kyselyistä saatujen vastausten avulla arvioida oppilaiden oppimista ensiapupäivän aikana. Lisäksi saamme ennen ensiapupäivää tehtävästä esikyselystä tietoa myös siitä, mitä oppilaat jo tietävät ensiavusta ja siitä mitä heille täytyy opettaa tarkemmin ensiapupäivän aikana.

Projektityön tekijöiden ensimmäisenä tavoitteena on kehittyä projektityöskentelyssä. Kumpikaan meistä ei ole aikaisemmin ollut mukana projektityössä, joten projektimuotoinen opinnäytetyö on haaste molemmille meille. Toisena tavoitteenamme on kehittyä ensiavun opettamisessa ja ohjaamisessa.

Projektityön aiheen rajaus alkoi jo ensimmäisessä tapaamisessa projektityön ohjaajien kanssa. Koska projektityön pitämiseen Kankaanpään keskustan koululla on aikaa 2 x 45 minuuttia, niin opetettavat aihekokonaisuudet piti miettiä tarkkaan. Aluksi projektityön tekijöillä oli suunnitelmissa opettaa luokan oppilaille myös peruselvytystä, mutta kun se jäi pois, niin piti miettiä kuinka monta aihekokonaisuutta mahtuu sovittuun aikaan. Rajauksen apuna käytettiin projektityössä käytettäviä asiasanoja, joiden mukaan lopulliset opetettavat aihekokonaisuudet alkoivat hahmottua.

2 PROJEKTITYÖN TEKIJÄT JA YHTEISTYÖKUMPPANIT

Projektityön tekijät opiskelevat Satakunnan ammattikorkeakoulussa, Porin sosiaali- ja terveysalan koulutuksessa sairaanhoitajiksi. Suuntaavina opintoina ovat ensihoito ja perioperatiivinen hoitotyö. Opintonsa tekijät ovat aloittaneet syksyllä 2003. Opintoihin kuuluvan opinnäytetyön aihe valittiin molempien opiskelijoiden kiinnostuksen mukaan. Projektin tekijöillä on myös tietoa ja taitoja hoitotyöstä. Molemmat opiskelijat ovat suorittaneet melkein kaikki hoitotyön koulutukseen kuuluvat opinnot työharjoitteluineen. Toinen opiskelijoista suorittaa harjoitteluaan projektityön työstämisen aikana yliopistollisen sairaalan päivystyspoliklinikalla. Molemmat opiskelijoista ovat myös käyneet koulutukseen kuuluvan ensiapukurssin, joka toimii myös tietopohjana. Opinnäytetyön tekijät halusivat tehdä opinnäytetyön projektimuotoisena, mikä mahdollistaa ensiapukoulutuksen järjestämisen koulun lapsille.

Projektityö tehdään Kankaanpään keskustan koululle, 4A- luokan oppilaille. Projektista on tehty sopimus Kankaanpään keskustan koulun rehtorin, opinnäytetyön tekijöiden ohjaajien sekä opinnäytetyön tekijöiden kesken. Näin työhön saatiin myös mukaan työelämälähtöisyys. Lisäksi yhteistyössä on Satakunnan pelastuslaitoksen Porin yksikkö, jossa opinnäytetyön tekijät ovat käyneet tutustumassa ja hankkimassa näin tietopohjaa opettamisen tueksi itselleen. Satakunnan pelastuslaitoksen Porin yksikkö sekä Satakunnan Suomen punainen risti ovat lupautuneet antamaan lapsille jaettavaksi materiaalia liittyen ensiapuun.

3 PROJEKTITYÖN RAJAUS JA RESURSSIT

Projektityössä käsitellään perusensiaputaitoja, joita 10–11 vuoden ikäinen oppilas voi oppia ja sisäistää pienessä ajassa. Aikaa opettamiseen itse projektipäivänä on kaksi kertaa 45 minuuttia, mikä on suunniteltu jaettavaksi siten, että ensimmäisellä tunnilla käydään läpi teorian tietoa ja toisella tunnilla harjoitellaan yhdessä luokan lapsien kanssa opetettuja teorian tietoja käytännössä. Teoriassa käsitellään ensiavusta hätänumeroon soittaminen, tajunnan häiriöt, hengitysvajauksesta kärsivän ihmisen auttaminen, nyrjähdykset, pienten palovammojen ja haavojen ensiapu ja verenvuotojen tyrehdyttäminen.

Teorian tiedot projektityön tekijät valitsevat pääasiassa itse hyväksyttäen ne kuitenkin ohjaajilla. Teorian tietoa haetaan aiheeseen liittyvästä uudesta kirjallisuudesta, internet-sivustoista sekä käyttäen hyväksi hieman omia tietoja ja taitoja.

Teorian tiedoista kootaan selkeä PowerPoint-esitys, jota käytetään luennon runkona. PowerPoint-esityksestä lapsille kootaan ensiapuopas.

Projektityön tekijöillä molemmilla on käytettävissä omat kannettavat tietokoneet opinnäytetyön tekemiseen, joka mahdollistaa sen että opinnäytetyön tekeminen onnistuu hyvin yhdessä kannettavan tietokoneen ominaisuuden myötä. Ohjelmista käytettävissä ovat MS Word-ohjelma sekä MS Excel- ohjelma. Myös internetin käyttäminen on mahdollista. Tarvittaessa on myös mahdollista käyttää hyväksi Satakunnan ammattikorkeakoulun Porin yksikön tietokoneita. Projektityöhön mahdollisesti käytettävät kuvat ja piirrokset opinnäytetyön tekijät ovat ajatelleet tehdä itse. Näin vältetään mahdollisilta tekijänoikeusrikkomuksilta.

Projektityö toteutetaan pienellä budjetilla. Kustannuksia kertyy paperista, valokopioinnista, matkakuluista, puhelimen sekä internetin käytöstä, kirjastokirjojen varaus- ja myöhästymismaksuista sekä opinnäytetyön kansituksesta. Projektityön kustannukset projektin tekijät maksavat itse.

4 PROJEKTITYÖN TOTEUTUS- JA AIKATAULUSUUNNITELMA

4.1 Toteutussuunnitelma

Projektityön toteuttamiseksi on valittu projektimuotoinen menetelmä. Menetelmä sopii hyvin opinnäytetyöhän, koska työllä on selkeä tarkoitus ja selkeät tavoitteet. Kyseessä on kertaluonteinen ajallisesti rajattu kertaluonteinen kokonaisuus, jonka tekijät ovat sopineet suorittamaan tehtävän yhdessä. Projektityössä on kyse ensiaputaitojen opettamisesta neljäsluokkalaisille lapsille, PowerPoint-esityksen tekeminen opettamisen tueksi sekä ensiapuoppaan tekeminen luokan lapsille. Toteuttamismenetelmäksi ei tällöin voida valita esimerkiksi tutkimuksen tekemistä, koska tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, kuvata, arvioida, kartoittaa, tutkia, ennustaa sekä vartaila jotakin asiaa tutkimuksen avulla. Tutkimuksen avulla syntyy aina jotain uutta tietoa tutkittavasta asiasta.

Projektityön toteutussuunnitelmana on, että projektityön tiedonhaku tapahtuu kirjoista, lehdistä, internetistä ja alan asiantuntijoita haastattelemalla ja heiltä neuvoa kysymällä. Projektissa pyritään etenemään vaiheittain ja vaiheiden jälkeen seminaarien pito. Ohjaajilta ohjausta saadaan opinnäytetöille erikseen perustetusta opinnäytetyö ohjausryhmältä sekä lisäksi ohjausta saadaan tarvittaessa tapaamalla ohjaajat tai puhelimitse tai sähköpostitse. Projektia työestetään kotona, projektin tekijöiden kotona yhdessä tai erikseen. Tekijät sopivat aina kun he eivät tee työtä yhdessä, että mitä kumpikin tekee itsekseen. Näin pyritään aina etenemään projektin etenemisessä.

4.2 Projektityön aikataulusuunnitelma

Projektityön ajankäyttösuunnitelma aloitettiin keväällä 2005, jolloin koko projekti lähti käyntiin. Varsinaisesti projektityö lähti vasta kunnolla käyntiin syksyllä 2005, jolloin oli ensimmäisiä tapaamisia ohjaajien kanssa sekä yhteydenottoja Kankaanpään keskustan

koululle. Alustavien suunnitelmien mukaan projektityön esitys eli ensiapuopetuksen pito Kankaanpään keskustan koululla piti olla toukokuussa 2006, mutta tekijöillä ei ollut vielä siihen mennessä aikaa keskittyä kunnolla projektityön tekemiseen. Joten yhteisymmärryksessä työn tekijät sopivat ohjaajien sekä Kankaanpään keskustan koulun rehtorin kanssa aikataulumuutoksesta. Syyskuussa 2006 sovittiin uudesta aikataulusuunnitelmasta. Alustavien suunnitelmien mukaan projektityö sovittiin esitettäväksi joko vuoden 2006 lopulla tai vuoden 2007 alussa. Lopullinen päivämäärä muotoutui syksyn 2006 aikana, jolloin projektityön toteutuspäiväksi sovittiin 14.2.2007.

Seuraavalla sivulla olevasta kuviosta (Kuvio 1) selviää suunnitelma projektityön aikataulusta. Aikataulusuunnitelmaa on tehty projektityön aloituksesta lähtien, mutta lopullinen suunnitelma alkoi muotoutua vasta kun projektityön toteuttamispäivämäärä muuttui eli syksyn 2006 aikana. Kuvioista 1 on nähtävissä projektin työvaiheet (projektin vaihe), jonka jälkeen kuvioissa 1 on esitetty konkreettinen tulos (projektin tulokset). Nämä kaksi on mahdollista toteuttaa projektin tehtävien kautta, jolloin projektissa saadaan tulosta aikaiseksi.

LIITE 1 (8)

			Kuvio 1
	PROJEKTITYÖN VAIHEET	PROJEKTITYÖN TULOKSET	PROJEKTITYÖN TEHTÄVÄT
Kevät 2005	Valmisteluvaihe	Aiheen ja toteuttamismenetelmän valinta	> Aiheen ideointi > Ohjauspyyntöanomus > Työn suunnittelua > Lähteiden hakeminen ja tutustuminen > Aiheen sopiminen Kankaanpään keskustan koulun rehtorin kanssa
Syksy 2005		Projektiorganisaation perustaminen	> Sopimukset koulun ja SAMK:n kanssa > Lähteiden hankintaa > Yhteydenottoja koulun kanssa
		Projektin alustava tarkoitus ja tavoitteet	> Pääkäsitteiden rajausta > Ohjausta ohjaajilta > Arvio resursseista
Kevät 2006	Suunnitteluvaihe	Sisällysluettelon suunnittelu	> Aiheen rajusta > Käsiteltävien asioiden suunnittelua > Opettajien ohjaus > Yhteydenottoja koulun rehtoriin
		Projekti-suunnitelma	> Tarkoituksen ja tavoitteiden täsmentäminen > Projektipäivän toteutussuunnitelma > Aikataulusuunnitelma > Riskien arvioiminen > Dokumentointi
		Teoreettisen taustan suunnittelua	> Teoreettisen viitekehyksen kirjoittaminen ja tiedonhakua > PowerPoint-esityksen suunnittelua
Syksy 2006		Suunnitteluseminaari	> Käsitteiden ja sisällysluettelon määrittely
Talvi 2006		Teoreettisen taustan suunnittelua	> Teoreettisen viitekehyksen hahmottuminen > Tapaamisia ohjaajien kanssa
		Projektin toteutuspäivän suunnittelua	> Yhteydenottoja koululle projektin toteutuspäivästä > Käynti Porin hätäkeskuksessa
Talvi 2007	Raportointivaihe	Projektin teoreettinen viitekehys	> Teoreettisen viitekehyksen kirjoittaminen ja tiedonhakua
		PowerPoint-esitys	> PowerPoint-esityksen kokoominen > Esityksen muokkaaminen
Kevät 2007	Toteutus	Loppuraportti	> Arviointi projektipäivästä > Tarkistukset ja korjaukset
	Päätäminen	Raportointiseminaari	> Projektityön tiedottaminen > Opinnäytetyön kansitus > Arvio opinnäytetyöstä

5 PROJEKTITYÖN RISKIT JA NIIHIN VARAUTUMINEN

Projektityö on nopearytmistä sekä tiukkoihin aikatauluihin sidottua toimintaa. Projektityön tekijöiden on pystyttävä toimimaan tehokkaasti tiiminä, jotta projektille asetetut tavoitteet saavutetaan. (Ruuska 2001, 30.) Projektin hallinnan keskeisin osa on se, että organisoidaan joukko ihmisiä toimimaan siten, että projektille asetetut tavoitteet saavutetaan ja työ saadaan päätökseen. Projektin hallinnassa on kysymys ihmisten johtamisesta, jolla voidaan arvioida projektin onnistumisedellytyksiä. Projektin hallinta on myös epävarmuuden ja vaihtelevien olosuhteiden hallintaa, joten projektityöskentelyssä voi aina tapahtua jotain mitä ei osattu ennalta odottaa. (Ruuska 2001, 166.) Riskien hallinnan tehtävänä on vähentää tätä epävarmuutta (Ruuska 2001, 166). Projektitoiminnan yhteydessä on siten tavallista puhua pelkästään riskianalyysistä. (Ruuska 2001, 166.)

Riskien hallinnassa on energia syytä suunnata riskien eliminoimiseen eikä niiden analysoimiseen. Riskianalyysillä pyritään eristämään ne tekijät, jotka voivat vaikuttaa projektin lopputulokseen. Riskien vaikutuksia voidaan tarkastella suhteessa aikatauluun, työmääriin, kustannuksiin sekä lopputulokseen. Riskien hallinta on jokin menettely, jolla voidaan todeta, että riskien minimoimiseksi on ryhdytty toimenpiteisiin. Käytännössä tehokas riskien hallinta johtaa siihen, että ajan kuluessa riskilistalta tippuu yksittäinen riskitekijä ja lopulta se poistuu riskilistalta. Projektin riskejä analysoitaessa on etsittävä riskin todellinen aiheuttaja, jonka eliminoiminen johtaa myös riskin poistumiseen. (Ruuska 2001, 167.) Tässä projektissa riskianalyysin pohjalta syntyi lista riskeistä, jotka saattavat vaikuttaa projektin lopputulokseen asetettujen tavoitteiden mukaisesti. Alla on esitetty lista riskeistä ja miten niihin voidaan varautua, jotta saavutetaan tavoitteiden mukainen lopputulos.

1. Projektin tekijöiden välillä syntyy henkioristiriitoja, jolloin voi syntyä epäluottamusta projektin tekijöiden välillä. Koska projektityö on nopearytmistä ja tiukkoihin aikatauluihin sidottua, on projektin tekijöiden

pystyttävä toimimaan tehokkaasti tiiminä. Näin voidaan myös jakaa projektin tekimistä eri vastuualueisiin.

Riskiin varautuminen: Varmistetaan projektin tekijöiden sitoutuminen projektiin. Jotta projektin tekijät voivat tehdä työtä myös itsenäisesti, on hyvä tehdä tarkka työjako ja aikataulu jo heti alussa. Projektin tekijöiden toimenkuvat ja vastuu tulee myös kartoittaa heti projektin alussa.

2. Projektin aikataulussa syntyy ongelmia, jolloin projekti ei valmistu suunnitellussa aikataulussa. Aikataulun koossa pitämiseen vaikuttaa myös projektin tekijöiden ajan puute, projekti toteutetaan koulun, harjoittelun ja työn ohessa. Projektia tehdään pitkällä aikavälillä, joten vaarana on, että ajatukset harhailevat ja projektin tekemiseen on paneuduttava aina uudelleen, koska edellisestä tekokerrasta on kulunut jo aikaa.

Riskiin varautuminen: Projektin aikataulun suunnittelu tarkkaan. Aikataulusuunnitelmassa on huomioitava projektin tekijöiden koulun käynti, harjoittelu ja työn teko. Molempien tekijöiden on tehtävä itselleen myös aikataulusuunnitelmaa, miten hoitaa kaikki asiat niin, että myös projekti etenee koko ajan ilman pidempiä katkoja.

3. Projekti laajenee hallitsemattomasti. Projektin rajauksessa syntyy ongelmia, jolloin projektia mahdotonta toteuttaa suunnitellun aikataulun puitteissa.

Riskiin varautuminen: Selkeän projektisuunnitelman tekeminen ja sen noudattaminen projektin aikana. Koska projektin tekijöillä ei ole kokemusta projektityöskentelystä, voi projekti laajeta hallitsemattomasti, joten projektin asiasanojen miettiminen ja niistä päättäminen on tärkeää projektin alkuvaiheessa, johon myös projektin ohjaajat osallistuvat.

4. Projektin läpiviemiseen tarvittavat tiedot ja taidot puuttuvat. Koska projektin tekijöillä ei ole aikaisempaa kokemusta projektityöskentelystä, projektin tekemisessä voi tulla ongelmia.

Riskiin varautuminen: Hyvä perehtyminen projektityöskentelyyn ja opinnäytetyön tekemiseen alan kirjoista. Ohjaajilta projektin tekijät tulevat tarvitsemaan myös paljon ohjausta.

5. Projektin tekijät eivät osaa tehdä Kankaanpään keskustan koulun 4A-luokan oppilaille sopivaa ensiapukoulutusta. Projektin tekijöillä ei ole kokemusta ensiapuohjeiden tekemisistä eikä sen ikäisistä lapsista, joita luokalla on. Joten ensiapuopetuksesta voi tulla liian vaikea, mitä lasten on vaikea omaksua tai puolestaan liian helppo, mikä taas ei saa lapsia innostumaan ensiapuopetuksesta.

Riskiin varautuminen: Projektin tekijöiden on perehdyttävä 10–11 vuoden ikäisen oppilaan kehitykseen ja valmiuksiin sekä siihen miten oppaita tehdään. Projektin edetessä projektin tekijät käyvät ohjaus seminaareissa, joista he voivat tarvittaessa saada ohjausta. Projektin tekijät voivat myös antaa ensiapuopetuksessa käytettävää materiaalia luettavaksi ulkopuolisille, joilla on kokemusta sen ikäisistä lapsista.

LÄHTEET

Ruuska, K. 2001. Projekti hallintaan. Helsinki. Satku - Kauppakaari. Asiantuntijasarja.

HEI 4A-LUOKAN OPPILAS JA VANHEMMAT!

Olemme kaksi hoitotyön opiskelijaa Satakunnan ammattikorkeakoulusta, Porin sosiaali- ja terveysalan koulutuksesta. Valmistumme sairaanhoitajiksi kevään 2007 aikana. Teemme koulutukseemme liittyvää opinnäytetyötä yhteistyössä Kankaanpään keskustan koulun kanssa.

Järjestämme ystäväpäivänä **14.2.2007** ensiapuopetusta 4A-luokan oppilaille kello 10.00 - 12.00.

Tarkoituksenamme on kertoa ensiavusta sekä teoriassa että käytännössä. Käymme läpi ensimmäisellä tunnilla ensiavun perusteita ja toisella tunnilla harjoittelemme yhdessä ensiaputaitoja. Käsiteltäviä asioita ovat hätänumeroon soittaminen, tajuttoman henkilön kylkiasento, nyrjähdysten hoito, pienen haavan, verenvuodon ja pienen palovamman ensiapu.

Tunneille on hyvä varustautua laittamalla ylle mukavat vaatteet sekä ottamalla mukaan paljon iloista mieltä!

Terveisin

Tiia-Maria



Yhteystiedot:

Tiia-Maria Makkonen
puh. 0400-657206

Kati Teelmäki
puh. 044-3402882

HEI SINÄ 4A-LUOKAN OPPILAS!

Olemme kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa Satakunnan ammattikorkeakoulusta, sosiaali- ja terveysalalta Porista. Pidämme ensiapukoulutusta luokallesi 14.2.2007 kello 10 - 12, mutta sitä ennen meillä on tavoitteenamme selvittää Sinun ja muiden luokkalaistesi ensiaputaitoja tämän kyselylomakkeen avulla. Näin saamme tietoa oppimisestasi päivän aikana. Päivän jälkeen selvitämme uudelleen kyselyllä, mitä olet oppinut sekä mitä mieltä olit ensiapuopetuksesta. Palaute auttaa meitä kehittymään sairaanhoitajina ja ensiavun opettamisessa.

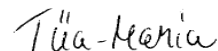
Toivomme sinun vastaavan lomakkeessa oleviin kysymyksiin huolellisesti, sillä se on osa sinun oppimistasi sekä tärkeä osa työtämme.

Kiitos vastauksestasi!

Terveisin



Kati



Tiia-Maria

KYSELY ENSIAPUTAIDOISTASI ENNEN ENSIAPUOPETUSTA

Valitse vaihtoehdoista mielestäsi sopivin ja rastita se jokaiseen kohtaan.

Jokaisessa kohdassa on yksi oikea vaihtoehto.

1. Olen tyttö.

poika.

2. Ensiapu on

sairastuneelle tai loukkaantuneelle annettavaa apua tapahtumapaikalla.

ainoastaan ammattihenkilöiden antamaa hoitoa sairaalassa.

terveydenhoitajan antamaa terveysneuvontaa.

3. Mikä on yleinen hätänumero?

112.

118.

911.

4. Mitä teet ensimmäiseksi tapaturman sattuessa?

Soitan hätänumeroon.

Soitan vanhemmilleni.

Poistun paikalta.

5. Onko kylkiasento

potilaan asettamista selälleen jalat koukussa?

potilaan asettamista toiselle kyljelle päällimmäinen jalka koukussa?

potilaan asettamista vatsalleen?

6. Hengitys on vaikeutunut, kun

- autettava yskii ja puhuu.
- kasvot tai huulet muuttuvat sinisiksi.
- hengitys kuulostaa normaalilta.

7. Mitä teet haavan synnyttyä?

- Suojaan haavan laastarilla.
- Jätän haavan suojaamatta.
- En välitä asiasta.

8. Verenvuoto tyrehtyy

- tukemalla vuotava raaja kohoasentoon ja soittamalla hätänumeroon.
- laittamalla raajaan kylmäpussi.
- jättämällä verenvuoto ilman hoitoa.

9. Tarkoittaako kolmen K:n hoito

- kylmää, kohoasentoa, kompressiota eli puristusta?
- painamista, puhdistamista, paranemista?
- kuumaa, kohoasentoa, kiristystä?

10. Mitä teet palovamman synnyttyä?

- Jäähdytän palovamman ja suojaan sen puhtaalla sidoksella.
- Puhkaisen syntyneet rakkulat.
- Jätän palovamman hoitamatta.

Kiitos vastauksestasi!

I KYSELY ENSIAPUTAIDOISTASI ENSIAPUOPETUKSEN JÄLKEEN

Valitse vaihtoehdoista mielestäsi sopivin ja rastita se jokaiseen kohtaan.

Jokaisessa kohdassa on yksi oikea vaihtoehto.

1. Olen tyttö.

poika.

2. Ensiapu on

sairastuneelle tai loukkaantuneelle annettavaa apua tapahtumapaikalla.

ainoastaan ammattihenkilöiden antamaa hoitoa sairaalassa.

terveydenhoitajan antamaa terveysterveystietoa.

3. Mikä on yleinen hätänumero?

112.

118.

911.

4. Mitä teet ensimmäiseksi tapaturman sattuessa?

Soitan hätänumeroon.

Soitan vanhemmilleni.

Poistun paikalta.

5. Onko kylkiasento

potilaan asettamista selälleen jalat koukussa?

potilaan asettamista toiselle kyljelle päällimmäinen jalka koukussa?

potilaan asettamista vatsalleen?

6. Hengitys on vaikeutunut, kun

- autettava yskii ja puhuu.
- kasvot tai huulet muuttuvat sinisiksi.
- hengitys kuulostaa normaalilta.

7. Mitä teet haavan synnyttyä?

- Suojaan haavan laastarilla.
- Jätän haavan suojaamatta.
- En välitä asiasta.

8. Verenvuoto tyrehtyy

- tukemalla vuotava raaja kohoasentoon ja soittamalla hätänumeroon.
- laittamalla raajaan kylmäpussi.
- jättämällä verenvuoto ilman hoitoa.

9. Tarkoittaako kolmen K:n hoito

- kylmää, kohoasentoa, kompressiota eli puristusta?
- painamista, puhdistamista, paranemista?
- kuumaa, kohoasentoa, kiristystä?

10. Mitä teet palovamman synnyttyä?

- Jäähdytän palovamman ja suojaan sen puhtaalla sidoksella.
- Puhkaisen syntyneet rakkulat.
- Jätän palovamman hoitamatta.

II KYSELY ENSIAPUOPETUKSEN TOTEUTUKSESTA

1. Ensiapuopetus oli mielestäni

tarpeellinen.

tarpeeton.

en osaa sanoa.

2. Saitko osallistua mielestäsi tarpeeksi tehtyihin harjoituksiin?

Kyllä.

En.

3. Mitä opit ensiapuopetuksesta?

4. Kerro vapaasti, mitä mieltä olit ensiapuopetuksesta.

5. Miten onnistuimme mielestäsi opettamaan ensiaputaitoja?

6. Olisitko halunnut oppia vielä jotain muuta, ja mitä se olisi voinut olla?

Kiitos vastauksistasi!

Pienen haavan ensiapu

- Pese kädet.
- Puhdista haava vedellä ja haavanpuhdistusaineella tai saippualla.
- Tyrehdytä verenvuoto painamalla haava kuivaksi puhtaalla liinalla.
- Suojaa haava laastarilla tai puhtaalla taitoksella.
- Anna haavan parantua rauhassa.

Verenvuodon tyrehdyttäminen

- Soita hätänumeroon 112.
- Aseta autettava välittömästi makuulle.
- Kohota vuotava raaja kohoasentoon.
- Paina vuotokohtaa puhtaalla liinalla tai laita paineside.

**Pienen palovamman ensiapu**

- Jäähdytä palovamma kylmän, juoksevan veden alla 10-20 minuuttia.
- Älä puhkaise rakkuloita.
- Suojaa palovamma puhtaalla siteellä.
- Jos palovamma on kämmettä suurempi, soita hätänumeroon 112.

Tekijät:
Tiia-Maria Makkonen
Kati Teelmäki
Satakunnan ammattikorkeakoulu
sosiaali- ja terveysala Pori
2007

**ENSIAPUOPAS
4A-LUOKAN OPPILAILLE**

(www.112-paiva.fi)

Hätännumero

- Hätännumero on 112.
- Se toimii ilman suuntanumeroa.
- Soittaminen on maksutonta.
- Jos numero ei vastaa heti, älä sulje puhelinta!

Hätäilmoituksen tekeminen

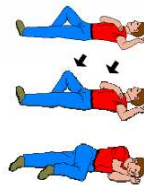
1. Soita hätäilmoitus itse, jos voit.
2. Kerro, mitä on tapahtunut.
3. Kerro, missä on tapahtunut.
4. Vastaa esitettyihin kysymyksiin.
5. Lopeta puhelu vasta luvan saatua.
6. Soita uudelleen hätänumeroon 112, jos autettavan tila muuttuu.



(www.112-paiva.fi)

Tajuttoman ensiapu

- Herätä tajuton puhutellen ja ravistellen.
- Jos hän ei herää, soita hätänumeroon 112.
- Avaa tajuttoman hengitystiet taivuttamalla päätä taaksepäin.
- Käännä hänet kylkiäisentoon.
- Muista, että tajuttoman suuhun ei saa laittaa mitään.

Tajuttoman kylkiäisento**Pyörtyneen ensiapu**

1. Kohota jalkoja.
2. Aukaise ikkuna tai ovi.
3. Avaa kiristävät vaatteet.
4. Jos pyörtnyt ei virkoe heti, soita hätänumeroon 112.

Vaikeutunut hengitys

- SOITA HÄTÄNUMEROON 112, jos
- hengitys ei ole normaalia.
 - autettava ei pysty puhumaan tai yskimään.
 - hänen hengityksensä kuulostaa epänormaailta.
 - hänen kasvonsa tai huulensa muuttuvat sinisiksi.

Tukehtuvan ensiapu

Kun ruuanpala juuttuu kurkkuun, tee näin:

1. Kehota tukehtuvaa yskimään.
2. Jos tämä ei auta, soita hätänumeroon 112.
3. Lyö lapaluiden väliin 5 kertaa.

Nyrjähdysen ensiapu

- Nivel on kipeä, aristava, turvonnut ja siihen tulee mustelma.
- Venähdyksissä ja nyrjähdyksissä hoitona on kolmen k:n hoito eli kohoasento, kompressio ja kylmäpussi.
- Lääkärin hoito on tarpeen.



Ensiapupäivä 14.2.2007

Tiia-Maria Makkonen
Kati Teelmäki

1

Tiedätkö, missä ensiapua tarvitaan?

2

Kuva ensiaputilanteesta

3

Ensiapu

- On apua, joka annetaan sairastuneelle tai loukkaantuneelle tapahtumapaikalla.
- Rauhoittaminen ja tarvittaessa lisäavun hälyttäminen paikalle on tärkeä osa ensiapua.

4

Hätänumero

- Hätänumero on 112.
- Se toimii ilman suuntanumeroa.
- Soittaminen on maksutonta.
- Jos numero ei vastaa heti, älä sulje puhelinta!!!

5

Hätänumeroon soittaminen

- Hätänumeroon voi soittaa aina, kun arvioit tilanteen sitä vaativan.
- Ammattitaitoiset hätäkeskuspäivystäjät kysyvät tarvittavat kysymykset ja antavat neuvoja sekä opastavat soittajaa.

6

Hätäilmoituksen tekeminen

1. Soita hätäilmoitus itse, jos voit.
2. Kerro, mitä on tapahtunut.
3. Kerro missä on tapahtunut.
4. Vastaa esitettyihin kysymyksiin.
5. Lopeta puhelu vasta luvan saatuasi.
6. Soita uudelleen 112, jos autettavan tila muuttuu.

7

Pyörtyminen

- Pyörtyminen tarkoittaa lyhytaikaista tajuttomuutta.
- Se johtuu siitä, että aivojen verensaanti on hetkellisesti häiriintynyt.
- Oireita ovat heikotus, kalpeus ja huimaus.

8

- Syynä voi olla pitkään paikalla seisominen, kipu, pelko, pahoinvointi, oksentaminen tai voimakas yskiminen.
- Pyörtynyt virkooa heti.

9

Pyörtyneen ensiapu

1. Kohota jalkoja.
2. Aukaise ikkuna tai ovi.
3. Avaa kiristävät vaatteet.
4. Jos pyörtynyt ei virkooa heti, soita hätänumeroon 112.

10

Kuva pyörtyneen jalkojen kohottamisesta

11

Miten tunnistat tajuttoman?

12

Tajuttomuus

- Tajutonta ei saa hereille puhuttelemalla eikä ravistelemalla.
- Tajuton hengittää.
- Tajuton on tukehtumisvaarassa, koska kieli pyrkii taipumaan nieluun.

13

Kuva kielen taipumisesta nieluun

14

Tajuttoman ensiapu

1. Herätä tajuton puhutellen ja ravistellen.
2. Jos hän ei herää, SOITA 112.
3. Avaa tajuttoman hengitystiet taivuttamalla päätä taaksepäin.
4. Käännä hänet kylkiasentoon.
5. Muista, että tajuttoman suuhun ei saa laittaa mitään.

15

Kuva tajuttoman herättämisestä ja soittamisesta hätänumeroon 112.

16

Kuva hengitysteiden avaamisesta

17

Tajuttoman kylkiasento



Laita toinen käsi rinnan päälle ja toinen käsi yläviistoon.

18



Vaikeutunut hengitys

SOITA 112, jos

- hengitys ei ole normaalia.
- autettava ei pysty puhumaan tai yskimään.
- hänen hengitys kuulostaa epänormaalilta.
- hänen kasvot tai huulet muuttuvat sinisiksi.

21

Tukehtuvan ensiapu

Kun ruuanpala juuttuu kurkkuun, toimi näin.

1. Kehota tukehtuvaa yskimään.
2. Jos tämä ei auta, soita 112.
3. Lyö lapaluiden väliin 5 kertaa.

22



Pienen haavan ensiapu

- Pese kädet.
- Puhdista haava vedellä ja haavanpuhdistusaineella tai saippualla.
- Tyrehdytä verenvuoto painamalla haava kuivaksi puhtaalla liinalla.
- Suojaa haava laastarilla tai puhtaalla taitoksella.
- Anna haavan parantua rauhassa.

24

Verenvuodon tyrehtyttäminen

- Soita hätänumeroon 112.
- Aseta autettava välittömästi makuulle.
- Kohota vuotava raaja kohoasentoon.
- Paina vuotokohtaa puhtaalla liinalla tai laita paineside.

25

Paineside

- Laita paineside runsaasti vuotavan haavan päälle.
- Laita haavalle suojaside, jonka päälle laitetaan painoksi 1 - 2 siderullaa, jotka toimivat painona haavalla.
- Paino saa olla joustava ja verta imevä.



26

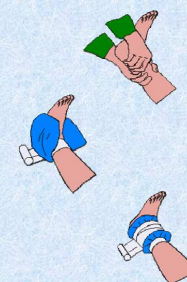
Nyrjähdysten ensiapu

- Nivel on kipeä, aristava, turvonnut ja siihen tulee mustelma.
- Venähdyksissä ja nyrjähdyksissä hoitona on kolmen k:n hoito eli kohoasento, kompressio ja kylmäpussi.
- Lääkärin hoito on tarpeen.

27

KKK=

- K= Kohoasento= raaja kohotetaan kohoasentoon.
- K= Kompressio eli puristus: raajaan sidotaan tukiside.
- K= Kylmä= loukkaantuneelle raajalle asetetaan jää- tai kylmäpussi.



28

Pienen palovamman ensiapu

- Jäähdytä palovamma kylmän, juoksevan veden alla 10-20 minuuttia.
- Älä puhkaise rakkuloita.
- Suojaa palovamma puhtaalla siteellä.
- Jos palovamma on kämmentä suurempi, soita hätänumeroon 112.

29

Kiitos!



www.112-paiva.fi

30

ENSIAPUPÄIVÄN AIKATAULUSUUNNITELMA 14.2.2007

Alkuvalmistelut

kello

- 8.30 lähtö koululle
- 8.50 saapuminen koululle
- 9.00 rehtorin tapaaminen
- 9.05 – 9.30 luokan valmistelu
- 9.30 – 9.55 orientoituminen ensiapupäivän aloitukseen
- 9.55 – 10.00 oppilaat saapuvat luokkaan ja ensiapuopetus on valmis alkamaan

Ensiapuopetus

- 10.00 – 10.05 (5min) esittäytyminen
- 10.05 – 10.20 (15min) ensiapu, hätänumeroon soittaminen, video
- 10.20 – 10.30 (10min) pyörtyneen ensiapu ja tajuttoman ensiapu
- 10.30 – 10.35 (5min) vaikeutuneen hengityksen ensiapu
- 10.35 – 10.40 (5min) pienen haavan ensiapu ja verenvuodon tyrehdyttäminen
- 10.40 – 10.45 (5min) nyrjähdysten ensiapu ja pienen palovamman ensiapu

Tauko (15min)

Käytännön harjoittelu

- 11.00 – 11.05 (5min) materiaalien jako ja kerrontaa harjoittelun kulusta
- 11.05 – 11.20 (15min) tajuttoman henkilön ensiapu
- 11.20 – 11.25 (5min) kolmen K:n hoito
- 11.25 – 11.30 (5min) verenvuodon tyrehdyttäminen
- 11.30 – 11.45 (15min) palautekysely ja 112-päivä-tuotteiden jako