



SAVONIA

AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO

SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

ENSIAPUOPETUS 7–9 -VUOTIAILLE LAPSILLE MUISTIPELIN AVULLA

TE - Anssi Asikainen

KIJÄ/T: Nina Paunonen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Anssi Asikainen ja Nina Paunonen	
Työn nimi Ensiapuopetus 7-9-vuotiaille lapsille muistipelin avulla	
Päiväys 12.5.2015	Sivumäärä/Liitteet 33/7
Ohjaaja(t) Merja Jokelainen ja Annikki Jauhiainen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kallan Tytöt ry	
Tiivistelmä <p>Partiossa lapset aloittavat ensiaputaitojen opetteluun sudenpentuina, eli 7–9 -vuotiaina. Ensiapuharjoitteet ovat usein toteutettu ohjaajan omien kykyjen ja tietojen perusteella joko toiminnallisena tai informatiivisena opetusena. Tässä opinnäytetyössä pyrittiin tuomaan ensiapuopetukseen uusi toimintatapa ja toteuttamisen helppoutta valmiina pelinä.</p> <p>Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa ensiapumuistipeli sudenpentujen ohjelmaan kuuluvista ensiaputilanteista sekä laatia opasvihko peliä ohjaavalle aikuiselle. Tavoitteena oli opettaa ja antaa 7–9-vuotiaille lapsille valmiuksia toimia mahdollisissa ensiaputilanteissa huomioiden heidän kehitystasonsa. Pelin tavoitteeksi asetettiin myös päivittää ohjaajien ensiapuvalmiuksia sekä helpottaa ensiaputilanteiden opettamista.</p> <p>Toimeksiantaja oli tyytyväinen tuotettuihin materiaaleihin. Ensiapumuistipeli esitettiin kaikille ryhmänohjaajille kuukausittaisessa lippukunnan johtajistossa. Toteutunut ensiapumuistipeli vastasi täysin tarvetta sekä toimeksiantajan odotuksia. Osa johtajista oli mukana seuraamassa kun peliä testattiin sudenpentujen illassa. He kokivat, että peliä on helppo pelata lasten kanssa ilman valmistautumista. Pelin sisältö koettiin myös erittäin sopivaksi 7-9-vuotiaan kehitystasolle.</p> <p>Tulevissa opinnäytetöissä voisi kehittää ensiapumuistipeliä myös muille ikäryhmille vastaamaan heidän suorituksiensa.</p>	
Avainsanat lapset, ensiapu, ohjaaminen, partio	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Nursing			
Author(s) Anssi Asikainen and Nina Paunonen			
Title of Thesis First Aid Education for 7-9-year-old Children with Help of Memory Game			
Date	12.5.2015	Pages/Appendices	33/7
Supervisor(s) Annikki Jauhiainen and Merja Jokelainen			
Client Organisation /Partners Kallan Tytöt ry			
<p>Abstract</p> <p>In scout children start learning first aid skills as 7-9-year-olds. First aid practices are carried out scout leader and according to his or her skills. They are practical or informational. This thesis tried to bring out a new practice and also help scout leader to have an easy way to teach with a game.</p> <p>The goal of this practical thesis was to make a first aid memory game following the scouts' first aid program. Another goal was to make an informative guide for the scout leader who is in charge. The first aid game's goal is to teach and give advice for children to act in first aid situations, of course bearing in mind their age. A further goal was to update scout leaders' first aid skills and give some help for teaching first aid for children.</p> <p>The first aid memory game turned out as we planned and also the expectations of the client were fulfilled. We played the game with scouts. The client was very satisfied with the materials. We introduced the game for all scout leaders in their monthly meeting. Some of the scout leaders were also watching when we played the game with children. They said that the game was easy to play and did need any bigger preparations. The contents were also good and suited well for the know-how of 7-9-year-old scouts.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Children, First Aid, Tutoring, Scout</p>			

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	PARTIOTOIMINTA	8
2.1	Partion kasvatustavoitteet	8
2.2	Turvallisuus partiossa	9
3	7–9 -VUOTIAAN LAPSEN KEHITYS, OPPIMINEN JA OHJAAMINEN	10
3.1	Lapsen kehitys.....	10
3.2	Lapsi oppijana	10
3.3	Lapsen ohjaaminen leikin avulla.....	11
4	SUDENPENTUJEN ENSIAPU	13
4.1	Ensiapu -jäljen askeleet.....	13
4.1.1	Ensiapulaukun sisältö	13
4.1.2	Avun hälyttäminen ja toiminta hätätilanteessa	14
4.1.3	Pyörtyneen ensiapu.....	15
4.1.4	Kudosvaurioiden ensiapu	16
4.1.5	Allergisten reaktioiden ennakointi ja ensiapu.....	17
5	OPINNÄYTETYÖNTYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT	19
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	20
6.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	20
6.2	Ensiapumuistipelin tekeminen.....	20
7	POHDINTA.....	22
7.1	Ensiapumuistipelin toteuttamisen tarkastelua.....	22
7.2	Luotettavuus ja eettisyys.....	23
7.3	Ammatillinen kasvu ja jatkokehittämisaiheet.....	23
	LÄHTEET	24
	LIITE 1: MUISTIPELIN KUVAPARIT	28
	LIITE 2: OPASVIHKO OHJAAJALLE	29

1 JOHDANTO

Jokaisella ihmisellä on velvollisuus antaa ensiapua taitojensa mukaan ja oikeus saada sitä. Suomen laki velvoittaa huolehtimaan ja auttamaan apua tarvitsevaa henkilöä omien taitojensa ja tilanteen mukaisesti. Tämä tulee ilmi rikoslain 21 luvussa (21.4.1995/578) 14 § Heitteillepano ja 15 § Pelastuksen laiminlyönti. Myös pelastuslaki (379/2011) velvoittaa varautumaan onnettomuuksiin sekä osallistumaan onnettomuuksien uhatessa ja sattuesssa. Laki velvoittaa toimimaan huolellisesti onnettomuuksien välttämiseksi. Tieliikennelain 4. luvun 57 §:n mukaan ihmisellä on kykyjensä mukaan yleinen auttamisvelvollisuus sekä 58 § mukaan onnettomuuteen osallisella on auttamisvelvollisuus. Lakeihin viitaten myös lapsilla on velvollisuus auttaa apua tarvitsevaa taitojensa mukaan, joten pidämme tärkeänä opettaa lapsille heidän kehitystasoaan vastaavia ensiaputaitoja. Tieliikennelaki on myös huomioitava, sillä 7-9-vuotias lapsi liikkuu ahkerasti liikenteessä polkupyörällä ja jalankulkijana.

Tapaturmat ovat edelleen lasten yleisimpiä kuolinsyitä. 1–4 -vuotiaiden lasten ja nuorten tapaturmaisten kuolemien osuus on suurempi kuin muissa ikäluokissa. Suurin osa 1–25 -vuotiaiden kuolemista on tapaturmaisia. Tilastokeskuksen kuolemansyytilaston mukaan alle 7-vuotiaiden yleisimpinä kuolinsyinä vuosina 2010-2012 olivat liikenteessä sattuneet onnettomuudet, hukkuminen sekä tukehtuminen. 7–14 -vuotiailla lapsilla onnettomuudet liikenteessä olivat ylivoimaisesti yleisin kuoleman aiheuttaja. 7–9 -vuotias lapsi liikkuu aiempaa moninaisemmissa ympäristöissä, minkä vuoksi suurin osa tapaturmista sattuu vapaa-ajalla, kodin ulkopuolella. Positiivisena huomiona 7–9 -vuotiaat lapset käyttävät turvalaitteita, kuten heijastimia ja pyöräilykypärää, aktiivisesti. (THL 2014.)

Suomen Partiolaiset tarjoavat monipuolista harrastustoimintaa, jonka tarkoituksena on tukea lapsen kasvua huomioon ottaen lapsen kehitysvaihe ja yksilölliset ominaispiirteet. Partiokasvatuksen tavoitteena on yksilön toimiminen aktiivisesti ja vastuuntuntoisesti suhteessa omaan itseensä, toisiin ihmisiin, yhteiskuntaan ja ympäristöön. Partio opettaa taitoja, tietoja, asenteita ja arvoja, jotka tukevat lasta elämään kokonaista ja täysipainoista elämää. Partio toiminnassa turvallisuus on kaiken toiminnan lähtökohta. (Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry 2009.) Toimeksiantajamme, kuopiolainen tyttöpartiolippukunta Kallan Tytöt ry, on toivonut paneutumista sudenpentuikäisten lasten (7-9 -vuotiaat) ensiapuopetukseen. Ensiapuharjoitteet ovat partiossa usein toteutettu ohjaajan omien kykyjen ja tietojen perusteella, joko toiminnallisena tai informatiivisena opetuksena. Opinnäytetyömme pyrkii tuomaan lasten ensiapuopetukseen uuden toimintatavan ja toteuttamisen helppoutta valmiin pelin muodossa.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli valmistaa ensiapumuistipeli sudenpentujen ohjelmaan kuuluvista ensiaputilanteista sekä opasvihko peliä ohjaavalle aikuiselle. Tavoitteena oli opettaa ja antaa 7-9 -vuotiaille lapsille valmiuksia toimia mahdollisissa ensiaputilanteissa huomioiden heidän kehitystasonsa. Pelin tavoitteena on myös päivittää ohjaajien ensiapuvalmiuksia sekä helpottaa ensiaputilanteiden opettamista. Tärkeimpinä asioina näemme leikin kautta oppimisen ja ryhmässä toimimisen aikuisen johdolla. Keskeisinä käsitteinä työssämme ovat lapset, ensiapu, ohjaaminen ja partio.

7–9 -vuotiaille lapsille suunniteltuja ensiapuopetusmateriaaleja on vähän. Suomen Punaisen Ristin (SPR) sivustolla on saatavissa esi- ja alakoululaisille valmiiksi suunniteltuja ensiapupaketteja, joissa opetellaan muun muassa haavan sitomista ja hätäpuhelun soittamista. SPR on laatinut myös kouluille liikenneturvallisuus- sekä hygieniaohjeet. (SPR 2014a.) Suomen Punaisella Ristillä on varhaisnuorille suunnattua kerhotoimintaa, jossa turvallisessa ja hausassa ympäristössä tutustutaan ensiapuun leikkien ja pelien kautta (Heinonen 2012).

2 PARTIOTOIMINTA

Partioliike on perustettu Robert Baden-Bowellin toimesta vuonna 1907 Englannissa. Partion perusajatukset ovat tasa-arvoisuus, vastuun antaminen nuorille ja luonnon arvojen kunnioittaminen. Partiolaisia on yhteensä 45 miljoonaa, joista Suomessa yli 650 000. Maamme ensimmäiset partioryhmät on perustettu vuonna 1910. Suomessa toiminta on jaettu partiopiireihin ja niiden alaisuudessa toimiin lippukuntiin (lippukunta Kallan Tytöt ry kuuluu Järvi-Suomen partiopiriin) (J-SP s.a.). Toiminta on avointa kaikille katsomatta etniseen tai kulttuuriseen taustaan, kieleen, uskontoon tai vakaumukseen, toimintakykyyn, sukupuoli-identiteettiin, sukupuolen ilmaisuun tai seksuaaliseen suuntautumiseen. Partio tarjoaa toimintaa kaiken ikäisille. Toiminta on jaettu ikäryhmittäin: sudenpennut (7-9v.), seikkailijat (9-12v.), tarpojat (12-15v.), samoajat (15-17v.), vaeltajat (17-22v.) ja aikuiset. Partiotointa tarjoaa sudenpennuille yhdessä tekemistä sekä uusiin asioihin tutustumista leikin avulla. Sudenpenturyhmässä on sekä tyttöjä että poikia. (Partio 2013.)

2.1 Partion kasvatustavoitteet

Monipuolisen partioharrastuksen tarkoituksena on tukea ihmisen kasvua ottaen huomioon eri kehitysvaiheet sekä yksilölliset ominaispiirteet. Kasvatuksen tavoitteena on yksilön toimiminen aktiivisesti ja vastuuntuntoisesti suhteessa neljään eri näkökulmaan; itsen, toisiin, yhteiskuntaan ja ympäristöön. Nämä tavoitteet on huomioitu kaikkien ikäkausien ohjelmien rakenteissa ja aktiviteeteissa. Partio opettaa tietoja, taitoja, asenteita ja arvoja, jotka tukevat elämän eri osa-alueilla. (Kivimäki ym. 2010, 6.)

Suhteella itseensä tarkoitetaan, että partiolainen kehittää itseään ihmisenä sekä pitää huolta itsestään ja terveydestään terveillä elämäntavoilla. Lapselle kehittyy käsitys oikeasta ja väärästä sekä kyky toimia oikeaksi katsomallaan tavalla. Luova lapsi heittäytyy uusiin tilanteisiin ja löytää ratkaisuja pulmiin. Hän tarttuu toimeen sekä suhtautuu tulevaisuuteen toiveikkaasti ja ennakkoluulottomasti. (Kivimäki ym. 2010, 6.)

Suhde toisiin ihmisiin tulee esille lapsen haluna auttaa ja pitää huolta toisista. Hän ymmärtää yhdessä tekemisen merkityksen ja mielekkyyden. Partiolainen osaa arvostaa ja toimia erilaisten ihmisten kanssa. Tunteiden ja mielipiteiden ilmaisu on tilanteen huomioiden sopivaa. Partiolainen pitää tärkeänä oikeudenmukaisuutta ja siihen pyrkimistä. (Kivimäki ym. 2010, 6.)

Suhteessa yhteiskuntaan lapsi on kiinnostunut arkielämän asioista. Partiossa lapsi oppii ohjaus- ja viestintätaitoja oman ryhmänsä sisällä. Hän oppii järjestelmällisyyttä ja ottamaan vastuuta. Hänen organisointikykynsä kehittyy ja kiinnostun yhteisten asioiden hoitamiseen kasvaa. Toiminnassa tutustutaan omaan sekä vieraisiin kulttuureihin. (Kivimäki ym. 2010, 6.)

Suhde ympäristöön tulee esille tutustuessa erilaisiin toimintaympäristöihin (esimerkiksi luonto, liikenne ja erilaiset tapahtumat). Partiolainen viihtyy luonnossa kunnioittaen sitä. Hän on kiinnostunut

asuin- ja toimintaympäristönsä siisteydestä, viihtyvyydestä ja hyvinvoinnista sekä huolehtii sen säilymisestä seuraaville sukupolville. Partiolainen noudattaa kestävästä kehitystä. (Kivimäki ym. 2010, 6.)

2.2 Turvallisuus partiossa

Turvallisuus otetaan huomioon partiossa monipuolisesti. Toiminnassa, materiaaleissa ja koulutuksissa turvallisuusajattelua pidetään tärkeänä. Partio toiminnassa huomioidaan, että jokaisen toimintaympäristö on sekä fyysisesti että henkisesti turvallinen. Lähtökohtana on oma asenne turvalliseen toimintaan. Koulutuksien tavoitteena on varmistaa, että jokaisella aikuisella ja nuorella johtajalla on toimenkuvaansa tukevat turvallisuustaidot. (Schildt & Sauliala 2013, 5.)

Jokaisen ikäkauden toiminnassa opetellaan ensiapuun, luonnontuntemukseen, retkeilyyn ja ihmisen suhdetaitoihin liittyviä asioita. Johtajien pätevyysvaatimuksena ovat riittävät turvallisuustaidot. Taitoja opetellaan turvallisuutta käsittelevissä koulutuskokonaisuuksissa, joita on neljä: turvallisesti partiossa, turvallinen toiminta, turvallisuusjohtaminen ja ensiapu. Sudenpentujen toiminnassa otetaan huomioon turvallisuus soveltaen koulutuskokonaisuuksien osia. Partiopiiri ja SPR –järjestävät partiolaisille ensiapukoulutusta. (Schildt & Sauliala 2013, 5-16.) Lisäksi lippukunnat voivat järjestää sisäistä koulutusta, joissa kouluttajana toimii esimerkiksi palomies, lääkäri tai sairaanhoitaja (Dahlgren & Makkonen 2011, 30).

3 7–9 -VUOTIAAN LAPSEN KEHITYS, OPPIMINEN JA OHJAAMINEN

Sudenpentuikäinen lapsi on luonteeltaan usein tasapainoinen, sopeutuva, yhteistyömyönteinen sekä innokas, nopea ja halukas oppimaan uusia asioita (7-9-vuotias s.a.). Oppimisen edellytykseen kuuluu, että lapsi pystyy olemaan paikallaan sekä keskittymään opetukseen kuluvan ajan (Katajamäki 2009, 68). Ajattelun ja oppimisen asiantuntijoiden mukaan lapsi oppii mielekkään tekemisen, eli pelien ja leikkien, kautta. Leikkipedagogiikkaan perehtynyt kasvatustieteiden tohtori Riitta Korhonen on todennut mielihyvän tunteiden edesauttavuutta oppimista. (Kalajoki 2010.)

3.1 Lapsen kehitys

Lapsen oppimisen valmiudet koostuvat fyysisestä, motorisesta, älyllisestä, sosiaalisesta ja tunne-elämän kehityksestä. Lapsen motoriset taidot kehittyvät nopeasti jatkuvan harjoittelun myötä. Kömpelyys muuttuu hiljattain hioutuneeksi motorikaksi ja toiminta nopeutuu. (Katajamäki 2009, 68-72.) Omaehtoinen leikki ja liikunta kuuluvat vapaa-aikaan. Usein tässä iässä lapsi on halukas liittymään seuratoimintaan, kuten esimerkiksi partioon. Hienomotoriset taidot, kuten silmän ja käden yhteistyö kehittyvät. (Liikunnallinen kehitys s.a.)

Lapsen mielialat saattavat vaihdella nopeasti. Pelästyminen voi saada lapsen itkemään, kun taas suuttuminen tappelmaan ja huutamaan. (Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys s.a.) Koululainen tekee asioita jo omalla tyylillään ja näyttää niitä mielellään muille (Katajamäki 2009, 68). Aikuisella on tärkeä rooli sanoittaa tunteita ja opettaa lasta tunnistamaan niitä. Lapsi tarvitsee onnistumisen kokemuksia, joita hän saa sopivien tehtävien loppuun saattamisesta. Epäonnistumisiakin on tärkeä opetella sietämään. Ne kasvattavat lasta ja antavat eväitä selviämään tulevaisuudessa väistämättä eteen tulevista vastoinkäymisistä. (Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys s.a.)

Monet lapset ovat sisäistäneet sosiaalisia taitoja ennen partion aloittamista esimerkiksi leikkiessä kavereiden kanssa. (Sosiaalisten taitojen kehitys s.a.) Sosiaaliin valmiuksiin liittyy omien mielipiteiden ilmaiseminen ja näkemysten puolustaminen, toisten kuunteleminen sekä vieraassa lapsiryhmässä selviytyminen (Katajamäki 2009, 68). Kaverit ovat tärkeitä riippumatta sukupuolesta. Heidän mielipiteillään on suuri merkitys. Vaikka lapsi touhuu paljon kavereiden kanssa, hän tarvitsee myös aikuisen aikaa ja turvaa. Lapselle on kehittynyt kuva oikeasta ja väärästä. (Sosiaalisten taitojen kehitys s.a.)

3.2 Lapsi oppijana

Samanikäiset lapset voi olla kehitykseltään tai ominaisuuksiltaan hyvinkin erilaisia, mikä on otettava opetuksessa huomioon. Partiossa opetellaan arvostamaan erilaisuutta ja toimimaan ryhmässä. Jokaiselle on tarjottava mahdollisuus osallistua omien kykyjensä mukaan. Jokaisella on vahvuuksia, joita kannattaa hyödyntää ja heikkouksia, joiden kanssa pitää työskennellä. Partiossa positiivinen palaute auttaa vahvistamaan lapsen positiivista minäkuvaa. (Kivimäki ym. 2010, 22.)

Ennen itsetunnon kehittymistä lapsi toimii valmiiksi annettujen ohjeiden ja sääntöjen mukaan. Opiessa uusia taitoja lapsen toiminta muuttuu, joka lisää itsenäisyyden tunnetta ja vahvistaa itsetuntoa. Itsetunnon kehittyttyä lapsi on tarkka säännöistä ja saattaa huomautella aikuisellekin virheistä. Säännöt luovat lapselle turvallisuutta ja varmuutta. Lapsi on kuitenkin herkkä kritiikille ja vähätelylle. Oma arvostelukyky kehittyy kun hänestä tulee vähemmän riippuvainen ulkopuolisen ohjauksesta. (Sosiaalisten taitojen kehitys s.a.)

3.3 Lapsen ohjaaminen leikin avulla

Sairaanhoidaja tarvitsee erityisosaamista hoitaessaan lasta eri ikäkausina. Urasuunnittelussa tulee kiinnittää huomiota laaja-alaiseen osaamiseen lapsen hoitotyössä. Tämä tarkoittaa arviointia laaja-alaisesti lapsen hoitotyön lisäksi kansainvälisyyden, kehittämisen, perhehoitotyön, terveyden edistämisen, tietoperusta- ja viestintä sekä yhteytysosaamisen näkökulmista. Lapsen ohjaaminen ja hoitotyön osaaminen on hyvin samankaltaista riippumatta toimintaympäristöstä. (Tuomi 2008, 138.)

Ranskalainen Roger Caillois (1958) on määritellyt leikin toiminnaksi, joka on vapaaehtoista, muusta toiminnasta erillistä, ennakoimatonta, säännönmukaista ja kuvitteellista. Leikin avulla lapsen kieli kehittyy, samoin hypoteettinen ajattelu, joustava yhdisteleminen, luova ajattelu, assosiativinen sujutus, ongelmanratkaisukyky sekä kyky erottaa leikki ulkoisesta todellisuudesta. (Kalliala 2010, 116.) Tanja Kyronlampi-Kylmänen (2010) on osoittanut väitöskirjatutkimuksessaan, että leikki opettaa luovuutta sekä toiminnallisuutta. Leikki on lapsen tapa oppia. Opetuksessa kannattaa hyödyntää erilaisia leikin muotoja, kuten rooli-, sääntö-, rakentelu- sekä näytelmällisiä leikkejä. (Palasmaa 2014, 81-82.) Sairaanhoidajat hyödyntävät ohjauksessa myös visualisointia, kuten näyttämällä ensin itse tai kuvien ja piirrosten avulla. Tämän jälkeen sitä harjoitellaan yhdessä lapsen tai koko perheen kanssa. Pienten lasten kanssa käytetään apuna leikkiä, esimerkiksi pistämällä nukkea, mittaamalla paino, pituus ja verenpaine ensin esimerkiksi pehmolelulta sekä astmalääkkeen ottamista imemällä syvään pillimehua. (Savolainen, Sirviö & Tarvainen 2008, 23.) Tärkeää on myös antaa tarpeeksi aikaa kiireettömälle leikille (Palasmaa 2014, 81-82).

Riitta Korhosen mukaan lapsi oppii mielekkään tekemisen kautta. Mielekkästä tekemistä lapselle ovat pelit ja leikit. Peleissä ja leikeissä lapsi käsittelee oppimiaan asioita ja vahvistaa niitä. Sääntöleikit alkavat kiehtoa lasta, joten ajankohta on otollinen oppimispeleille ja -leikeille. Nämä didaktiset pelit vahvistavat lapsen oppimista, ja oppiminen tulee ikään kuin sivutuotteena. (Kalajoki 2010.) Didaktiset pelit ovat oppimistarkoitukseen suunniteltuja ja näin uuden oppiminen tulee lapselle sivutuotteena. Säännöt ovat tärkeä osa didaktivista peliä, mikä auttaa lasta hallitsemaan omaa toimintaansa sekä toimimaan ryhmässä. (Heikkinen 2013.) Yhteisistä pelisäännöistä voidaan usein sopia, mutta joskus yhteisymmärryksen löytäminen voi olla haastavaa (Sosiaalisten taitojen kehitys s.a.).

Kehittyminen, oppiminen ja uuden oivaltaminen auttavat lasta näkemään omat kykynsä positiivisesti. Hyvä ohjaaja kannustaa lasta ja antaa palautetta kehittävästi. Kehitysalueet tulee esittää niin, että lapsi näkee itsensä realistisesti, mutta ei lannistu pienestä kritiikistä. Ohjaajan tulee olla lapselle positiivinen esikuva, mikä auttaa lasta saamaan kokemuksen siitä, että häntä arvostetaan ja hänet

otetaan vakavasti. Turvallisessa ympäristössä lapsi oppii sietämään pettymyksiä ja oppimaan niistä. Kaikki tämä auttaa lasta hyvään ja turvalliseen kasvuun. (Kukkasniemi & Kukkasniemi 2010, 163-164.) Kalajoen (2010) mukaan ohjaajan tehtävänä on valita sopivan tasoinen peli tai leikki, jotta oppiminen on mieluisaa.

4 SUDENPENTUJEN ENSIAPU

Partiolaiset aloittavat ensiaputaitojen harjoittelun sudenpentuina. Sudenpentujen ohjelma koostuu jäljistä ja askeleista. Jälkiä eli aktiviteettikokonaisuuksia on yhteensä 35, jotka sisältävät pienempiä askelia. Jäljet on suunniteltu neljän kasvatustavoitteen mukaisesti: suhde itseen, toisiin, yhteiskuntaan ja ympäristöön. Ensiapu -jälki kuuluu kasvatustavoitteeseen: suhde toisiin ihmisiin. (Partio 2014.)

Ensiapuun kuuluu vammautuneen tai äkillisesti sairastuneen pelastaminen, hänelle annettava ensiapu, kuljetus hoitopaikkaan sekä hoito (Ensiapuopas s.a.). Ensiaputilanteet ovat usein tulleet lapsille tutuiksi alakouluissa esimerkiksi poliisien, palolaitoksen tai ambulanssin henkilökunnan vierailuiden myötä. Nämä resurssit ovat valitettavasti vähäisiä, joten vierailuita pystytään toteuttamaan paikkakunnasta riippuen vaihtelevasti. (Ambulance Service of NSW.) Hätätilanteissa toimimista ja hätäpuhelun soittamista on tärkeää harjoitella lapsen kanssa. Lapselle tyypillisissä ympäristöissä, kuten kotona tai koulumatkalla, lapsi voi kohdata hätätilanteen yksin ja hänen on osattava toimia ripeästi. (Hätäkeskuslaitos 2015.) Hätätilanteen kohdatessa lapsen on hyvä osata tutut osoitteet, kuten oman kodin osoite (Ambulance Service of NSW).

4.1 Ensiapu -jäljen askeleet

Sudenpentujen ohjelma koostuu jälkien ja askelien suorittamisesta. Jälkiä eli aktiviteettikokonaisuuksia on yhteensä 35, joista yksi on ensiapujälki. Jokainen jälki sisältää 8-12 aktiviteettia eli askelta. (Partio 2014.)

Ensiapu -jälki sisältää kymmenen 7-9-vuotiaille suunniteltua ensiapuun liittyvää askelta. Nämä askeleet ovat ensiapulaukun sisältöön tutustuminen, vaaratilanteen tunnistaminen ja hädässä olevan kaverin lohduttaminen, avun hälyttäminen, pienten haavojen hoitaminen, nenäverenvuodon tyrehtyttäminen, nyrjähtäneen nilkan hoitaminen, pyörtyneen hoito, pienten paleltumien ja palovammojen hoito, toimiminen kyynpuremassa ja ampiaisen pistossa (Kirjalainen ym. 2008, 50.) Kun ensiapujälki on suoritettu, lapsi saa todistuksena suorituksesta jälkimerkin. (Partio 2014.)

4.1.1 Ensiapulaukun sisältö

Ensiapulaukku sisältää haavanhoitotarvikkeita, lääkkeitä sekä muita tarvikkeita, joita on osattava käyttää tarkoituksenmukaisella tavalla. Lääkkeet tulee pitää alkuperäispakkauksissaan ja käyttöohjeet paikoillaan. Ulkoisesti ja sisäisesti käytettävät lääkkeet on hyvä sijoittaa esimerkiksi eri taskuihin. Erityisesti laastarit ja sidetarvikkeet tulisi olla helposti kaikkien retkeläisten, kuten lasten, saatavilla. (Castren, Korte & Myllyrinne 2012a.) Partioleireillä on aina mukana kaksi ensiapulaukkuja. Lippukunnan yhteinen ensiapulaukku sisältää kattavan varustelun (kts. taulukko 1). (Schildt & Sauliala 2013, 17.) Ensiapulaukku tulee huoltaa ja täydentää jokaisen tapahtuman jälkeen (Yrjänä ym. 2009, 273).

TAULUKKO 1. Kattavan varustuksen sisältävä ensiapulaukku (Schildt & Sauliala 2013, 17.)

Sidetarvikkeet	Lääkkeet	Muut
- pikasiteitä	- kuumelääke	- sakset
- haavateippiä	- särkylääke	- pinsetit
- perhoslaastaria	- lääkehiili	- kuumemittari
- kiinnelaastaria	- allergialääke	- suojakäsineet
- puhdistusainetta	- kortisonivoide	- ensiapuohjeet
- haavapyyhkeitä	- kyypakkaus	- hätänumero
- sidetaitoksia		- päivystävän terveyskeskuksen yhteys-
- suojasiteitä		tiedot
- ensiapuside		- taskulamppu
- joustositeitä		- kynä ja lehtiö
- tukiside		- punkkipihdit
- kolmioliina		- lämpöpeite
- voideside		- kylmäpakkaus

Suuren yhteisen ensiapulaukun lisäksi jokaisella partiolaisella on mukana aina henkilökohtainen ensiapulaukku (kts. taulukko 2). (Schildt & Sauliala 2013, 17.)

TAULUKKO 2. Henkilökohtaisen ensiapulaukun sisältö (Yrjänä ym. 2009, 273.)

- avaruuslakana	- jämäkkä tukiside, leveys 8 cm
- kangaslaastaria, monenko-	- iso ensiapuside
koisia valmiiksi leikattuja	- parasetamolia tai ibuprofeiniä kuumeeseen
- haavateippejä (leukostrip,	ja särkyyn
ster-strip)	- omat lääkkeet
- rulla urheiluteippiä	- kyypakkaus
- sidetaitoksia	- korvatulpat
- haavapyyhkeitä	
- 2 joustosiderullaa	

4.1.2 Avun hälyttäminen ja toiminta hätätilanteessa

Tässä luvussa käsittelemme henkisen ensiavun antamista, hätäpuhelun soittamista sekä pyörtyneen auttamista. Fyysiset vammat, tapaturmat tai vaaratilanteet voivat aiheuttaa myös henkistä loukkaantumista. Henkinen eli psyykinen ensiapu on läsnä olemista, rauhoittamista ja kuuntelemista. Auttajan on pysyttävä rauhallisena, pidettävä uteliaat loitolla ja kerrottava rehellisesti mitä on tapahtunut. Autettavaa ei saa jättää yksin, vaan on pysyttävä hänen vierellään. Jotkut selviävät järkyttävistä

tilanteista yksin ja läheisten avulla, mutta apua voi hakea myös kouluterveyshuollosta tai omasta terveyskeskuksesta. (Myllyrinne, Korte & And 2013, 24.)

Hätäkeskus ottaa vastaan hätäpuhelun ja välittää avuntarpeen joko poliisille, pelastustoimelle, terveystoimelle tai sosiaalitoimelle. Hätänumeroon 112 on soitettava hätätilanteissa, joita ovat hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön vaaratilanteet ja uhat. Puhelua tehtäessä on pysähdyttävä onnettomuuspaikalle, jotta se yhdistyy lähimpään hätäkeskukseen. SPR:n ohjeiden mukaisesti hätäilmoitus tehdään seuraavanlaisesti:

1. "Soita hätäpuhelu numeroon 112.
2. Kerro mitä on tapahtunut.
3. Anna tarkka osoite ja kunta.
4. Vastaa sinulle esitettyihin kysymyksiin.
5. Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.
6. Lopeta puhelu vasta luvan siihen saatuasi.
7. Soita uudelleen, mikäli tilanne muuttuu." (Myllyrinne, Korte & And 2013, 4.)

Numero 112 toimii kaikkialla Euroopassa. Se on maksuton eikä suuntanumeroa tarvita. Hätäilmoitus tulee tehdä rauhallisesti ja selkeästi, jotta lisäapu saapuisi mahdollisimman nopeasti. (Myllyrinne, Korte & And 2013, 4.)

4.1.3 Pyörtyneen ansiapu

Pyörtyminen on lyhytkestoinen tajunnan häiriö, jossa lihakset veltostuvat ja vaara kaatumiselle on suuri. Pyörtyminen voi johtua monesta eri syystä. Pyörtymistä edeltää usein pitkään seisominen paikoillaan, pahoinvointi, voimakas yskiminen, kipu, pelko tai epämiellyttävä kokemus (esimerkiksi verikokeen otto tai veren näkeminen). Pyörtymistä ei heti voida erottaa vakavammasta tajuttomuudesta tai sydämen rytmihäiriöstä. Tämän vuoksi uhrin pulssia on tarkkailtava ja hengitystä seurattava. Mikäli pulssi ja hengitys eivät palaudu normaaliksi 20 sekunnissa, on aloitettava elvytys. Tavallisessa pyörtymisessä veri pakkautuu alaraajoihin, jolloin sitä ei riitä tarpeeksi aivoille. (Mustajoki 2014.)

Ensiapuna pyörtynyt asetetaan selälleen ja jalat nostetaan ylös, jotta veri kiertää aivoihin. Pyörtyneeltä tarkistetaan mahdolliset muut vammat ja annetaan ensiapu. Pyörtyneen tulisi herätä muutama minuuttiin kuluessa. (Myllyrinne, Korte & And 2013, 21.) Mikäli potilas on altis pyörtymiselle, tulisi hänen välttää pyörtymisen laukaisevia tilanteita sekä huolehtia nesteiden ja suolan saannista. Pyörtymisen voi joskus välttää nopealla reagoinnilla ennako-oireisiin, käsien puristaminen ristiin ja samalla yläraajojen vetäminen erilleen sekä jalkojen paneminen ristiin, samalla jännittäen pakaroitaa ja vatsalihaksia. (Raatikainen 2013.)

4.1.4 Kudosvaurioiden ensiapu

Kudosvaurio voi syntyä esimerkiksi kaatumisen seurauksena, iskun tai lämmön aiheuttamana (Vainio 2009). Tässä luvussa käsittelemme haavan, nenäverenvuodon, nyrjähdysten, palovamman ja paleltuman ensiapua. Tavallisesti verenvuodon syynä on jokin vamma (Myllyrinne, Korte & And 2013, 18). Verenvuoto tyrehdytetään painamalla suoraan vuotokohtaan. Haava puhdistetaan liasta viileän juoksevan veden alla. Mikäli kyseessä on pieni viiltohaava, reunat suljetaan vastakkain haavateipillä. Haava peitetään puhtailla sidoksilla. Jos haava on syvä, likainen tai vuotava, on hakeuduttava hoitoon. Potilaalta tarkistetaan jäykkäkouristusrokotuksen voimassa olo. (SPR 2014b.)

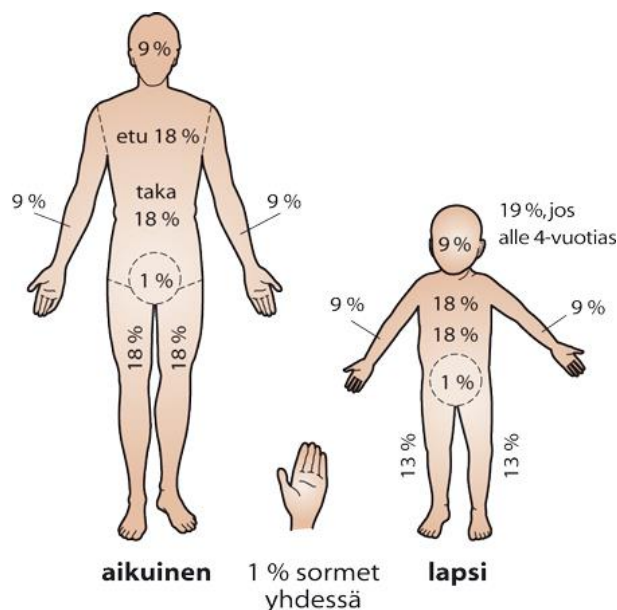
Nenäverenvuoto voi johtua voimakkaasta niistämisestä, nuhasta, tapaturmasta, korkeasta verenpaineesta tai yksilöllisestä alttiudesta (Myllyrinne, Korte & And 2013, 23). Autettava ohjataan istumaan etukumaraan asentoon, jotta veri ei valu nieluun. Sierainta painetaan nenäluuta vasten napakasti noin 10–15 minuuttia. Kylmä tyrehdyttää verenvuotoa. Kylmää käytetään siten, että esimerkiksi kankaalla päällystettyä kylmäpakkausta, painetaan otsaa tai niskaa vasten. Mikäli vuoto ei lakkaa, on hakeuduttava lääkäriin. (SPR 2014c.)

Kun nivel nyrjähtää, se aiheuttaa verenvuotoa ihonalaiseen kudokseen, jonka seurauksena vamma-kohtaan kerääntyy nestettä ja se turpoaa. Nyrjähdysiin pätee kolmen K:n ensiapu; kohoasento, kylmä ja kompressio eli puristus. Raaja nostetaan kohoasentoon sisäisen verenvuodon vähentämiseksi, sillä verenpaine raajan suonissa laskee. Kipukohtaa puristetaan käsillä, joka estää verenvuotoa ja vähentää turvotusta. Kipukohtaan laitetaan kylmää, jotta verisuonet supistuvat ja tämän seurauksena verenvuoto vähenee. Vammakohtaan laitetaan napakka ja joustava side. Kylmää pidetään vammakohdassa kerrallaan 20 minuuttia, jota toistetaan 1–2 tunnin välein. Mikäli nyrjähtänyt nivel ei parane parissa päivässä, kipu ei hellitä tai muodostuu iso mustelma, on hakeuduttava lääkäriin. (SPR 2014d.)

Palovamma on kuumuuden tai syövyttävän kemiallisen aineen seurauksena syntynyt kudostuho, jossa iho sekä mahdollisesti ihonalaiskudokset vaurioituvat. Alue on jäähdytettävä mahdollisimman nopeasti, jotta vamma ei leviä syvempiin ihokerroksiin. Pieni palovamma jäähdytetään viileällä vedellä 15–20 minuuttia, jonka jälkeen se peitetään puhtaalla tai palovammoihin tarkoitettulla sidetuotteilla. Mikäli iholle syntyy rakkuloita, ei niitä tule puhkaista. (SPR 2014e.)

Lääkäriin tulee hakeutua, mikäli palovamma todetaan lapsella, vanhuksella tai vakavasti sairaalla. Mikäli palovamma sijaitsee kasvoissa tai hengitysteissä, on tulehtunut tai syvä, kämmentä suurempi 2. asteen palovamma tai 3. asteen palovamma, on hakeuduttava jatkohoitoon. Sähköpalovammoissa on hoitoon hakeuduttava aina. (SPR 2014e.) Palovammat luokitellaan syvyyden ja laajuuden mukaan. Syvyyden perusteella vammat voidaan jakaa kolmeen asteeseen. 1. asteen palovammassa iho on punoittava ja kipeä, mutta rakkuloita ei synny. 2. asteen palovamman ihon pintakerros on palautumattomasti vaurioitunut ja siihen muodostuu rakkuloita. 3. asteen palovamma ulottuu kaikkien ihon kerrosten läpi. Toisen ja kolmannen asteen palovammoissa on sokin vaara, mikäli palanut

pinta-ala on aikuisella yli 15 % ja lapsella 5–10 % (ks. kuva 1). Voidaan ajatella, että potilaan kämmenen pinta-ala vastaa yhtä prosenttia. (Yrjänä ym. 2009, 280.)



KUVA 1. Palovamman laajuus (Castren, Korte & Myllyrinne 2012b).

Paleltumat ovat kylmässä oleskelun tai kylmään esineeseen koskemisen seurauksena syntyneitä kudostuhoja. Paleltumissa pintaverisuonet supistuvat, niiden verenkierto lakkaa ja suonet tukkeutuvat solujen pakkautuessa ja veren hyytyessä. Tyypillisimpiä paleltuneita osia ovat kasvat, kädet ja jalat. Paleltunut kohta muuttuu ensin punaiseksi, myöhemmin valkoiseksi ja tunnottomaksi. Iho voi tuntua kovalta, turvonneelta, siinä voi esiintyä pistelyä tai polttavaa tunnetta. Iholla voi olla rakkuloita. Mikäli iho on tumma ja ihonalaiset kudokset muuttuvat kovaksi, on kyseessä syvä paleltumavamma. Ensiapuna itseänsä palelluttanut lapsi viedään sisätiloihin ja paleltumaa lämmitetään noin 40 asteisella vedellä. Lisäksi aluetta voi hieroa varovasti jollain pehmeällä materiaalilla. Paleltunut raaja nostetaan koholle, mikä estää turvotusta. Paleltumaa ei koskaan tule lämmittää avotulella tai lämpöpatterilla, sillä tunnoton iho voi palaa helposti. Kun paleltuma sulaa ja jos siihen ilmaantuu kipua, tarjotaan kipulääkettä. Sairaalahoitoon tulee hakeutua, mikäli ihon tunto ja väri eivät palaudu tunnissa, paleltunut alue on laaja tai iholle ilmestyy rakkuloita. (Jalanko 2012.)

4.1.5 Allergisten reaktioiden ennakointi ja ensiapu

Tämä kappale käsittelee käärmeen puremaan ja ampiaisen pistoon annettavaa ensiapua. Suomessa kyy on ainoa myrkyllinen käärme. Kyy harvoin puree ihmistä, mutta säikähtäessään se saattaa puolustaa niin itseään. Puremakohtaan ilmaantuu yleensä turvotusta ja kaksi noin 3–4 mm etäisyydellä olevaa pistosreikää. Muita oireita ovat päänsärky, ripuli ja pahoinvointi. Puremakohtaan ei saa koskea. Ensiapuna uhria on rauhoitettava ja loukkaantuneen raajan liikuttelua tulee välttää sillä liikunta edistää myrkyä imeytymistä puremakohdasta (Lääketietokeskus 2010). Kyyppakkauksesta voi ottaa uhrin iän perusteella määritellyn määrän tabletteja. Kyy pistämä uhri on aina toimitettava lääkärin tarkastukseen. (Yrjänä ym. 2009, 279.) Kyytablettien vaikuttava aine on hydrokortisoni, jota on 50

mg jokaisessa tablettissa. Paketti sisältää kolme tablettia. Sitä voidaan käyttää kerta-annoksena ensiapuna käärmeenpuremaan sekä ampiaisen ja mehiläisen pistoihin. Hydrokortisoni vaimentaa piston tai pureman jälkeisiä reaktioita elimistössä. Koska piston yhteydessä voi esiintyä pahoinvointia, on tabletit otettava pienen vesimäärän kera. Kyypakkauksen tabletteja otetaan seuraavasti: 0-5-vuotiaat 1 tabletti, 5-15-vuotiaat 2 tablettia ja yli 15-vuotiaat 3 tablettia. (Lääketietokeskus 2010.)

Pistiäisten eli ampiaisen, mehiläisen ja kimalaisen pistot ovat hyönteisten pistoista vaarallisimpia. Useimmille se aiheuttaa punoitusta, turvotusta ja kipua. Oireet paikantuvat pistokohtaan ja häviävät yleensä parissa päivässä. Mikäli pistos on suun alueella tai pienellä lapsella tai pistoja on useita, oireet voivat vaatia kiireellistä hoitoa (anafylaktinen sokki). Ensiapuna pistokohdan kipua lievitetään kylmällä ja otetaan kyypakkauksesta tabletteja ohjeiden mukaisesti. Jos uhrilla on oma lääke (adrenaliinipistos EpiPen®), annetaan se välittömästi. Jos pistosta seuraa hengenvaarallinen tila tai anafylaktinen reaktio, soitetaan välittömästi 112. (Castren, Korte & Myllyrinne 2012c.)

Anafylaktinen reaktio tarkoittaa hengenvaarallista äkillistä yliherkkyysoireita, jonka ensioireet tyyppisesti ovat kämmenpohjien, hiuspohjan ja huulien voimakas kihelmöinti ja kutina. Muutamassa minuutissa kutina leviää ympäri kehoa ja ihoon nousee nokkospaukamia. Potilaan kurkkua ahdistaa, ääni käheytyy ja henki saattaa vinkua. Pulssi kiihtyy ja kasvot muuttuvat punaisiksi. Vakavimmissa tapauksissa verenpaine laskee ja sydämeen voi tulla rytmihäiriöitä. Oireet kehittyvät huippuunsa 10-30 minuutin kuluessa. Ensiapuna soitetaan hätäkeskukseen ja annetaan adrenaliiniruisku, mikäli sellainen on saatavilla. Hoitoa voi täydentää avaavalla astmalääkkeellä, antihistamiinilla ja kortisonitabeleilla. (Hannuksela-Svahn 2014.)

Adrenaliinia sisältävä injektio (EpiPen Jr.®) vaikuttaa sydämeen ja verenkierto- sekä hengityselimistöön. Se kumoo hengenvaarallisia elimistön reaktioita supistamalla verisuonia, kiihdyttämällä sydämen sykettä, vähentämällä turvotusta ja rentouttamalla keuhkojen lihaksia, jotta hengitys helpottuu. Tavanomainen annos lapsille (15-30 kg) on 150 mikrogrammaa adrenaliinia lihakseen. Yhdestä kynästä tulee kerta-annoksena 0,3 ml nestettä, joka vastaa 150 mikrogrammaa adrenaliinia. Mikäli oireet eivät lievene ensimmäisen injektorin jälkeen, voidaan antaa toinen injektio 5-15 minuutin kuluttua. Tämän vuoksi lapsen mukana on hyvä olla useampi lääkärin määräämä kynä. Kynää käytetään ottamalla siitä kiinni vahvemalla kädellä, peukalo kohti sinistä korkkia. Sininen korkki poistetaan ja kynä asetetaan 10 cm päähän oranssi pää kohti reiden ulkosivua. Injektori napautetaan napakasti ulkoreiteen ja pidetään sitä 10 sekuntia paikallaan 90 asteen kulmassa reiden ulkosivua vasten. Autoinjektorin on valmis ja tarkistusikkuna muuttuu tummaksi. EpiPen otetaan pois, oranssi suojuksen työntyy automaattisesti neulan ympärille ja kynä hävitetään turvallisesti. Injektio kohdalla hierotaan kymmenen sekuntia. Kynään jää nestettä käytön jälkeen, mutta sitä ei missään nimessä saa käyttää uudelleen. (Lääketietokeskus 2013.)

5 OPINNÄYTETYÖNTYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT

Työn tarkoituksena oli ensiapumuistipelin laatiminen 7–9-vuotiaille kuopiolaisen tyttölippukunta Kalan Tyttöjen sudenpennuille sekä opasvihko peliä ohjaavalle aikuiselle. Tavoitteena oli, että lapset oppivat ensiapua ensiapumuistipelin avulla ja se antaa heille valmiuksia toimia ensiaputilanteissa huomioiden heidän kehitystasonsa. Uusien asioiden oppiminen tapahtuu pelin ja leikin avulla ryhmässä toimien. Lisäksi pyrimme myös ylläpitämään ja päivittämään ohjaajien ensiapuvalmiuksia.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Työssämme etenimme Vilkan ja Airaksisen (2003) toiminnallisen opinnäytetyön prosessin mukaisesti. Ensimmäisenä vaiheena suoritimme aiheanalyysin eli aiheen ideoinnin. Pohdimme yhteisiä mielenkiinnon kohteitamme ja etsimme sitä vastaavan toimeksiantajan. Aiheen mielekkyys on tärkeä osa työtä, sillä se motivoi työskentelyssä. Opinnäytetyön idean ja tavoitteiden tulee olla tiedostettuja, harkittuja ja perusteltuja. Toiminnallisessa työssä tulee olla toimintasuunnitelma. Toimintasuunnitelmassa kuvataan toteuttamista ja työn etenemistä. Tässä vaiheessa on hyvä luonnostella alustava raportin rakenne ja budjetti sekä tutustua tietoperustaan ja lähdeaineistoihin. (Vilka & Airaksinen 2003, 23-37.)

Opinnäytetyömme tukee koulutusalaamme, sillä se vaatii alan tietojen ja taitojen osaamista. Ammatikorkeakoulujen ideana on, että osoitamme kykenevämmehdistämään ammatillisen teoreettisen tiedon käytäntöön, kykenemme pohtimaan teorioiden ja käsitteiden avulla kriittisesti käytännön ratkaisuja sekä kehitämme näiden avulla ammattikulttuuriamme (Vilka & Airaksinen 2003, 9, 41-43.)

Nykyään työnantajana yhä useammin toimivat yhdistykset, liitot ja seuramat. Näitä kannattaa hyödyntää opinnäytetyössä. Työmme toimeksiantaja on kuopiolainen partiolippukunta Kallan Tytöt. Toimeksiantajan avulla pääsimme kokeilemaan ja kehittämään omia taitojamme työelämän kehittämisessä. Pelin rakentaminen vaati myös luovuutta, missä voimme kehittää innovatiivisuutta. Usein toiminnallinen opinnäytetyö voi laajentua työn edetessä. Pyrimme pitämään työn suunnittelussa mittakaavassa, mutta tarvittaessa joustamaan ja muuttamaan suunnitelmiamme yhteistyössä toimeksiantajamme kanssa. (Vilka & Airaksinen 2003, 16-19.)

6.2 Ensiapumuistipelin tekeminen

Työmme on toiminnallinen ensiapumuistipeli. Testasimme peliä ryhmällä, johon kuului ohjaajan lisäksi viisi sudenpentua. Pelin esitestaaminen tapahtui sudenpentujen illassa huhtikuussa. Palautteesta ja kehittämisideoista keskustelimme ryhmässä suullisesti.

Toteutimme pelin ensiapumuistipelinä. Pelissä on kaksitoista kuvaparia kuvakortteina ensiaputilanteista (liite 1). Kuvakorttien lisäksi teimme opasvihkon peliä ohjaavalle aikuiselle (liite 2). Opasvihkossa on jokaiseen kuvapariin liittyvä sisällöllinen ohjeistus hätätilanteessa toimimisesta, keskusteluaiheita sekä toiminnallinen harjoitus. Kuvakortteihin valitsimme kuvat, jotka johdattelevat lasta ajattelemaan kyseistä ensiaputilannetta. Olemme itse tuottaneet kuvakorttien kuvat.

Peliä pelataan 4–7 hengen ryhmissä. Pelatessa on aina mukana aikuinen, joka ohjaa pelaamista. Ennen pelin aloittamista peliä ohjaava aikuinen on kerännyt ensiapulaukkuun tarvittavat välineet ja materiaalit. Pelaajat etsivät kuvapareja vuorotellen. Kaikki istuvat piirissä, aikuinen mukaan lukien.

Pelin alussa kuvakortit sekoitetaan ja asetetaan lattialle kuvapuoli alaspäin, niin että kaikki kortit ovat havaittavissa. Peliä ohjaavan aikuisen vasemmalla puolella istuva pelaaja aloittaa kääntämällä kaksi korttia. Mikäli käännettyjen korttien kuvat ovat erilaiset, kortit käännetään takaisin samalle paikalle kuvapuoli alaspäin ja vuoro siirtyy seuraavalle pelaajalle. Mikäli kuvat korteissa ovat samat, suoritetaan kuvaan liittyvä tehtävä aikuisen ohjeistuksella (ks. liite 2). Kaikki pelaajat osallistuvat toiminnallisiin harjoituksiin sekä keskusteluun. Vastauksia pohditaan ryhmässä. Kun tehtävä on suoritettu ja ensiaputilanteesta on keskusteltu seuraava pelaaja kääntää kaksi korttia. Peliä pelataan niin kauan, kunnes kaikki kuvaparit ovat löytyneet. Pelin kesto on noin 1-1½ tuntia.

Tehtävien suorittamiseen tarvittavat tarvikkeet löytyvät partiolta, tarvittaessa toimeksiantaja oli valmis hankkimaan tarvikkeita. Teimme työtä kotona sekä partion tiloissa, jotka sijaitsevat Kuopion keskustassa, joten matkakustannuksia ei tullut. Materiaalikustannukset kertyivät muistipelikorttien valmistuksesta ja opasvihkon painatuksesta, toimeksiantaja kustansi nämä. Muistipelikortit tilasimme Smartphoto – verkkokaupasta, jossa 30 pelikorttia maksoi toimituskuluineen 20,90 euroa. Kuvakorttien tilaaminen tapahtui internetissä, jossa valitsemamme kuvat lisättiin valmiina oleviin muistipelikorttipohjiin. Opasvihkon painatimme myös Smartphotolla, jossa se maksoi 15,00 euroa. Esitimme talouslaskelmamme Kallan Tyttöjen hallitukselle, jolta saimme hyväksynnän. Pelimme tekijänoikeudet siirtyivät toimeksiantajalle.

7 POHDINTA

7.1 Ensiapumuistipelin toteuttamisen tarkastelua

Olemme molemmat kiinnostuneita ensiapuun liittyvistä asioista. Aiheen valitsemiseen vaikutti vahvasti se, että kumpaakin kiinnostaa lasten kanssa tehtävä työ ja molemmilla on kokemusta kouluikäisten lasten kanssa toimimisesta. Toiminnallinen ja ryhmässä toteutettava opinnäytetyö oli luonnollinen valinta. Opinnäytetyömme tulee kehittämään meitä tulevassa sairaanhoitajan työssä hoidon tarpeen arvioinnissa, vuorovaikutus- sekä ohjaamistaidoissa.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia 7-9-vuotialle lapsille ensiapumuistipeli. Pelin teemat sijoittuivat sudenpentujen ensiapujäljen aiheisiin. Tarkoituksena oli toteuttaa peli, jota pelatessa tutustutaan ja opitaan ensiapuun liittyviä aiheita ja tehtäviä. Peli suunniteltiin yhteistyössä Kallan tyttöjen lippukunnan hallituksen kanssa. Peli toteutettiin ensiapumuistipelinä, jossa on 12 kuvaparia sekä opasvihko peliä ohjaavalle aikuiselle.

Ensiaputilanteet ja sisällölliset ohjeistukset opasvihkoon oli helppo ideoida, koska meillä molemmilla on kokemusta lasten kanssa pelaamisesta sekä ensiaputilanteiden luomisesta. Peliin loimme ensiaputilanteita niin, joissa on sekä keskusteltavia aiheita että toiminnallista tekemistä. Tämän ajattelimme pitävän lapsen mielenkiinnon yllä pelaamisen aikana. Kuvien kuvittamisesta hyödynsimme lapsien piirrustuksia.

Löysimme paljon tietoa ensiavusta eri tietokannoista. Hyödynsimme kaikissa 12 ensiaputilanteessa Suomen Punaisen Ristin uusimpia ensiapuohjeistuksia. Näiden lisäksi hyödynsimme Suomen Partiolaisten tuottamia ja julkaisemia omia materiaaleja sekä ohjeita. Lähteet valitsimme luotettavuuden perusteella, ja koemme, että kaikki ensiaputieto on luotettavaa.

Tuottamiimme materiaaleihin toimeksiantaja oli erityisen tyytyväinen. Esittelimme ensiapumuistipelin kaikille ryhmänohjaajille kuukausittaisessa lippukunnan johtajistossa. Osa johtajista oli mukana seuraamassa, kun testasimme peliä lasten kanssa. He kokivat, että peliä on helppo pelata lasten kanssa ilman suurempaa valmistautumista. Pelin sisältö myös koettiin erittäin hyväksi ja sopivaksi 7-9-vuotiaiden tietämykselle.

Pelin toteutus onnistui mielestämme sujuvasti ja pelinkulku toteutui suunnitelmien mukaan. Olimme seuraamassa sudenpentujen iltaa, jossa peliä pelattiin aikuisen johdolla kahdessa viiden sudenpentun ryhmässä. Kummankin ryhmän pelaaminen kesti hieman yli tunnin. HavaitSIMME, että pelin keston vaikuttaa huomattavasti se, että ryhmän lapset olivat todella sosiaalisesti ulospäinsuuntautuneita. Lähes jokaisella lapsella oli paljon kerrottavanaan omia mielipiteitä ja kokemuksia sattuneista tilanteista. Lapset halusivat kertoa tapahtumista kaikille ryhmäläisille, mutta erityisesti aikuiselle. Aikuisen rooli pelin etenemisessä on mielestämme tärkeä. Hänen tehtävänä on pitää pelaajat keskittyneinä aiheeseen.

Sisällöllisesti ensiapumuistipeli sopi 7-9-vuotiaille lapsille hyvin, sillä osa aiheista oli tuttuja ja osa hieman haastavia. Jokainen lapsi kertoi oppineensa jotain uutta. Sekä peliä ohjaava aikuinen, että lapset kokivat kuvakorttien olevan havainnollistavia. Kuvien takana olevat ensiaputilanteet selkenivät pelaajille nopeasti.

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyöprosessissa noudatettiin ammattieettisiä ja tutkimuseettisiä periaatteita. Eettisiä ristiriitoja syntyy usein, kun työn tulokset tai tuotokset eivät ole toimeksiantajan kannalta edullisia tai toivottuja. Vältimme nämä ristiriidat keskustelemalla ja kuuntelemalla toimeksiantajamme mielipiteitä opinnäytetyöprosessin kaikissa vaiheissa. Toiminnan tulee olla rehellistä, huolellista ja tarkkaa kaikissa prosessin vaiheissa. Käytimme eettisesti luotettavia tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointikriteereitä, sekä julkaisimme avoimesti opinnäytetyön tuloksia raportissamme. Kunnioitimme muiden tutkijoiden ja toistemme työtä ja saavutuksia sekä annoimme toisen työlle sille kuuluvan arvostuksen. Tutkimuksemme on perusteellisesti suunniteltu, toteutettu sekä raportoitu ja se perustuu näyttöönperustuvaan tietoon. Olemme kirjanneet ja hyväksyneet työmme jäsenten aseman, oikeudet, osuudet työn tekemisestä sekä vastuut ja velvollisuudet. Noudatimme hyviä käytänteitä, kuten kunnioitimme toisiamme, emme käyttäneet väärin opinnäytetyölle myönnettyä rahoitusta sekä vältimme plagiointia. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2002, 3.)

Opinnäytetyötä luonnehditaan usein kehittämishankkeiksi. Kehittämistehtävien tulee palvella opinnäytetyötä tekeviä opiskelijoita sekä organisaatiota ja sen tulee kehittää uutta osaamista. Ylempien ammattikorkeakoulututkintoja arviointien mukaan opinnäytetyön tulisi olla laajasti käytettävissä eri organisaatioissa ja vastaavissa tilanteissa. (Airaksinen & Friman 2008, 83.)

Olemme tutustuneet syvällisesti erilaisiin lapsille tehtyihin ensiapupeleihin, joita on julkaistu Suomessa sekä muualla maailmassa. Ensiapumuistipelimme tapaturmien ohjeistukset pohjautuvat muun muassa SPR:n sekä ohjeisiin ja käytäntöihin, joita pidämme luotettavina. Muistipelikorteissa käytämme itse otettuja kuvia, joten emme joudu hankkimaan erillisiä tekijänoikeuksia.

7.3 Ammatillinen kasvu ja jatkokehittämisaiheet

Opinnäytetyömme kehittää meitä tulevana sairaanhoitajina erityisesti lasten ohjaus- sekä vuorovaikutustaidoissa. Saimme kokemusta ja keinoja käyttää ohjaustilanteissa visuaalisia mielikuvia sekä leikin kautta ohjaamista. Näitä taitoja voi hyödyntää esimerkiksi ohjatessa lasta tulevaan toimenpiteeseen tai ohjatessa lasta omaisen roolissa.

Jatkotutkimusaiheina peliä voisi kehittää eri ikäryhmille. Samoja muistipelikortteja voisi hyödyntää, mutta toiminnalliset sisällöt voisivat olla esimerkiksi haasteellisempia case-tyyppisiä tilanteita. Kun pelaajat ovat opetelleet tarpeeksi ensiapua, voisi pelin sääntöjä muuttaa siten, että parin löytyessä muutamiin kysymykseen tulee tietää vastaus, ennen kuin parin saa omakseen.

LÄHTEET

- Airaksinen, T. & Friman, M. 2008. *Asiantuntija-ammattien etiikka*. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Ambulance Service of NSW. sine anno. Pre-school children – Emergency Helper Program [verkkodokumentti]. *Ambulance of Service Of New South Wales* [viitattu 16.1.2014]. Saatavissa: <http://www.ambulance.nsw.gov.au/Community-Info/Community-Education-Programs/Emergency-Helpers.html>
- Castren, M., Korte, H. & Myllyrinne, K. 2012a. Terveys ja turvallisuus. *Lääkärikirja Duodecim* [verkkojulkaisu]. Duodecim 31.5.2012 [viitattu 26.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00017
- Castren, M., Korte, H. & Myllyrinne, K. 2012b. Palovammat. *Ensiapuopas* [verkkojulkaisu]. Duodecim 31.5.2012 [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00009
- Castren, M., Korte, H. & Myllyrinne, K. 2012c. Puremat ja pistot. *Lääkärikirja Duodecim* [verkkojulkaisu]. Duodecim 31.5.2012 [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00012
- Dahlgren, N. & Makkonen, S. 2011. *Ensiaputaidot ja ensiavun opettaminen partiossa*. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Ensiapuopas. s.a. *Suomen ensiapuopas* [verkkodokumentti]. Suomen Ensiapuopas [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://www.ensiapuopas.com/>
- Hannuksela-Svahn, A. 2014. Anafylaktinen reaktio (äkillinen yliherkkyysoireyhtymä). *Lääkärikirja Duodecim* [verkkojulkaisu]. Duodecim 27.9.2014 [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00201
- Heikkinen, L. 2013. *Leikin kautta kulttuurikasvatukseen!* [verkkodokumentti]. Leinelän päiväkotikielipäiväkirja [viitattu 13.11.2014]. Saatavissa: <http://leikki.omasivu.fi/>
- Heinonen, K. 2012. Reddie Kids – varhaisnuorten kerhotoimintaa [verkkodokumentti]. Suomen Punainen Risti [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://rednet.punainenristi.fi/node/2604>
- Hätäkeskuslaitos. 2015. *Opeta lasta* [verkkodokumentti]. [viitattu 16.1.2014]. Saatavissa: http://www.112.fi/fi/hatanumero_112/kayta_hatanumeroa_oikein/opeta_lasta

- Jalanko, H. 2012. Paleltumavamma lapsella. Lääkärikirja *Duodecim* [verkkojulkaisu]. Duodecim 16.11.2012 [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00462
- J-SP. s.a. *Lippukunnat joilla www-sivu* [verkkodokumentti]. Järvi-Suomen Partiolaiset ry [viitattu 2.11.2014]. Saatavissa: <http://j-sp.partio.net/Lippukunnat/netissa.html>
- Kalajoki, M. 2010. *Lapsi oppii leikiten* [verkkodokumentti]. Oppi&iilo [viitattu 30.10.2014]. Saatavissa: http://www.oppijailo.fi/index/artikkelit/lapsi_oppii_leikiten
- Kalliala, M. 2010. Leikkivä lapsi. Teoksessa Jokela, E. & Pruuki, H. (toim.). *Jo iso, vielä pieni*. Helsinki: LK-kirjat / Lasten Keskus Oy, 113-129.
- Katajamäki, E. 2009. Terve lapsi ja nuori. Teoksessa Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. (toim.). *Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja*. Helsinki: Tammi, 52-116.
- Kirjalainen, K., Lindfors, S., Palomäki, E., Tuutti, O., Viita, H. & Jansson, J. 2008. *Sudenpennun jäljet*. Helsinki: Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry.
- Kivimäki, J., Aaltonen, M., Ertimo, M., Halonen, A., Lares, J., Majlund, M., Pietikäinen, S., Suominen, S. & Viikari, P. 2010. *Lippukuntakansio*. Helsinki: Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry.
- Kukkasniemi, M. & Kukkasniemi E. 2010. Harrastava lapsi. Teoksessa Jokela, E. & Pruuki, H. (toim.). *Jo iso, vielä pieni*. Helsinki: LK-kirjat / Lasten Keskus Oy, 163-175.
- Liikunnallinen kehitys* s.a. [verkkodokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto [viitattu 30.10.2014]. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/liikunnallinen_kehitys/
- Lääketietokeskus 2013. *EPIPEN 150 mikrog. injektioneste esitäytetyssä kynässä* [verkkojulkaisu]. Lääketietokeskus [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: http://www.laakeinfo.fi/Medicine.aspx?m=127&d=20177&i=MEDA_EPIPEN%2C+EPIPEN+JR._EPIPEN+Jr.+150+mikrog%2C+injectioneste+esit%C3%A4ytetyss%C3%A4+kyn%C3%A4ss%C3%A4
- Lääketietokeskus 2010. *KYYPAKKAUS 50 mg tabletti* [pakkausseloste]. Lääketietokeskus [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: <http://www.yliopistonapteekki.fi/Files/fi/190579.html>
- Mustajoki, P. 2014. Pyörtyminen (synkopee). *Lääkärikirja Duodecim* [verkkojulkaisu]. Duodecim 27.10.2014 [viitattu 29.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00069
- Myllyrinne, K., Korte, H. & And, R. 2013. *Livräddande första hjälpen*. Helsinki: Finlands Röda Kors.

Palasmaa, J. 2014. *Aktivoi oppilaasi*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Partio. 2013. *Partio on kaikille avoin harrastus* [verkkajulkaisu]. Suomen Partiolaiset [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: <http://www.partio.fi/uutiset/partio-on-kaikille-avoin-harrastus-0>

Partio. 2014. *Sudenpennut* [verkkajulkaisu]. Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://ohjelma.partio.fi/index.php?title=Sudenpennut>

Pelastuslaki L 379/2011. Finlex [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2011/20110379>

Raatikainen, P. 2013. Synkopen syyt ja selvittely. *Lääkärin käsikirja* [verkkajulkaisu]. Duodecim terveysportti [viitattu 30.10.2014]. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.savonia-amk.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00105&p_haku=py%C3%B6rtyminen

Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys s.a. [verkkodokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto [viitattu 30.10.2014]. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/

Rikoslaki L 19.12.1889/39. Finlex [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001#L21>

Savolainen, H., Sirviö, N. & Tarvainen N. 2008. *Lapsen, nuoren ja lapsiperheen ohjaus sairaanhoitajan kokemana*. Helsinki: Stadia – Helsingin ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Schildt, T. & Sauliala A. 2013. *TURVALLISUUS – ohjeet*. Helsinki: Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry.

Smartphoto 2014. *Muistipeli* [verkkodokumentti]. Smartphoto [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: <http://www.smartphoto.fi/tuotteet/kuvalahjat/muistipeli>

Sosiaalisten taitojen kehitys s.a. [verkkodokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto [viitattu 30.10.2014]. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/sosiaaliset_taidot/

SPR 2014a. *Ensiapu, terveys ja hyvinvointi* [verkkodokumentti]. Suomen Punainen Risti [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://www.punainenristi.fi/koulusivut/opetusmateriaalit/alakouluille/ensiapu-terveys-ja-hyvinvointi>

- SPR 2014b. *Haavat* [verkkodokumentti]. Suomen Punainen Risti [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/haavat>
- SPR 2014c. *Nenäverenvuoto* [verkkodokumentti]. Suomen Punainen Risti [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/nenaverenvuoto>
- SPR 2014d. *Nyrjähdykset* [verkkodokumentti]. Suomen Punainen Risti [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/nyrjahdykset>
- SPR 2014e. *Palovammat* [verkkodokumentti]. Suomen Punainen Risti [viitattu 23.10.2014]. Saatavissa: <http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/palovammat>
- Suomen Partiolaiset ry. 2009. *Kasvatustavoitteet* [verkkójulkaisu]. Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: http://ohjelma.partio.fi/index.php?title=1.2._Kasvatustavoitteet
- THL 2014. *Lasten ja nuorten tapaturmatilastot* [verkkodokumentti]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/pistetapaturmille-fi/tilastot/tilastokat-saukset/lasten-ja-nuorten-tapaturmat
- Tieliikennelaki* L 3.4.1981/267. Finlex [viitattu 14.10.2014]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1981/19810267>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2002. *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen* [verkko-opas]. [viitattu 16.1.2015]. Saatavissa: http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Hyva_Tieteellinen_FIN.pdf
- Tuomi, S. 2008. *Sairaanhoidajan ammatillinen osaaminen lasten hoitotyössä*. Kuopio: Kuopion yliopisto. Väitöskirja.
- Vainio, A. 2009. *Kudosvaurio ja kipu* [verkkójulkaisu]. Duodecim [viitattu 20.12.2014]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kha00015
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Tammi.
- Yrjänä, M., Lempiäinen, H., Laitinen, K., Niemenmaa, H., Sandholm, H. & Turpeinen, T. 2009. *Reppu – opas seikkailijoille*. Helsinki: Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry.
- 7-9-vuotias* s.a. [verkkodokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto [viitattu 30.10.2014]. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/

LIITE 1: MUISTIPELIN KUVAPARIT



LIITE 2: OPASVIHKO OHJAAJALLE

Saatteeksi pelin ohjaajalle

Tässä pelissä käsitellään kokonaisuudessaan sudenpentuohjelman ensiapu-jälki. Peli sisältää sekä pakolliset että vapaaehtoiset askeleet. Peliä pelataan noin 4-7 hengen ryhmissä. Pelatessa on aina mukana aikuinen, joka ohjaa pelaamista. Sudenpennut etsivät kuvapareja vuorotellen. Parin löytyessä kaikki pelaajat osallistuvat tehtävien suorittamiseen ja keskusteluun. Vastauksia pohditaan ryhmässä.

Ennen pelaamisen aloittamista aikuinen kerää kätensä ulottuville ensiapulaukun, joka sisältää desinfiointiaineen, laastaria (jokaiselle pelaajalle), sidetaitoksia, siderulla, idealside/joustoside (jokaiselle pelaajalle), kolmioliina, teippiä, nenäliinoja, kylmäpusseja, kyypakkaus, sakset sekä kuumemittarin. Ohjaajan on hyvä ottaa lisäksi puhelin hätäpuhelun soittamisen harjoittelua varten.

Pelin alussa kuvakortit sekoitetaan ja asetetaan lattialle kuvapuoli alaspäin, niin että kaikki kortit ovat havaittavissa. Kaikki istuvat piirissä, aikuinen mukaan lukien. Peliä ohjaavan aikuisen vasemmalla puolella istuva pelaaja aloittaa kääntämällä kaksi korttia. Mikäli kuvat korteissa ovat samat, suoritetaan kuvaan liittyvä tehtävä aikuisen ohjeistuksella (ks. liite 2). Kun tehtävä on suoritettu ja ensiaputilanteesta on keskusteltu seuraava pelaaja kääntää kaksi korttia. Mikäli käännettyjen korttien kuvat ovat erilaiset, kortit käännetään takaisin samalle paikalle kuvapuoli alaspäin ja vuoro siirtyy seuraavalle pelaajalle. Peliä pelataan niin kauan, kunnes kaikki kuvaparit ovat löytyneet.

Vinkki: Kuvapareista ei tarvitse kerralla suorittaa kaikkia tehtäviä. Ohjaaja voi päättää, että ensimmäisellä perikeralla suoritetaan esimerkiksi puolet askeleista ja seuraavalla kerralla loput.

Osaan hoitaa pieniä haavoja

Tarvikkeet: laastareita, haavanhoitovälineet (puhdistusaine, haavalappuja, sideharso, sakset, haavateippi)

1. paina haavaa napakasti, jotta vuoto tyrehtyy
2. puhdista haava liasta vedellä tai puhdistusaineella
3. peitä puhtailla sidoksilla tai laastarilla

Hakeudu lääkäriin, mikäli haava on syvä, likainen tai erittäin vuotava.

- Tutustukaa haavanhoitovälineisiin ja kuinka niitä käytetään.
- Harjoitelkaa pareittain puhdistamaan kaverin kuvitteellinen haava ja laittamaan siihen laastari.

Osaan tyrehtyttää nenäverenvuodon.

Tarvikkeet: kylmäpussi, kangas kylmäpussin ja ihon väliin, nenäliinoja

Nenäverenvuoto voi johtua voimakkaasta niistämisestä, nuhasta, tapaturmasta, korkeasta verenpaineesta tai yksilöllisestä alttiudesta.

1. potilas etukumaraan asentoon, jotta veri ei valu nieluun
2. paina sierainta nenäluuta vasten noin 10-15 minuuttia
3. aseta kankaaseen kääritty kylmäpakkaus niskaan tai otsaan, sillä kylmä tyrehtyttää vuotoa

Mikäli vuoto ei lakkaa, on hakeuduttava lääkäriin.

- Onko lapsilla kokemusta nenäverenvuodosta?
- Kuinka nenäverenvuoto alkaa ja millaista se on?
- Harjoitelkaa nenäverenvuodon tyrehtyttämistä itseltä ja kaverilta.

Tunnistan vaaratilanteen ja tiedän miten toimia.

- Jokainen lapsi saa vuorotelleen kertoa mieleen tulevan/tapahtuneen vaaratilanteen ja kertoa, kuinka se estettiin/olisi voinut estää.

Lohdutan kaveria.

Henkinen eli psyykinen ensiapu on läsnä olemista, rauhoittamista ja kuuntelemista. Auttajan on pysyttävä rauhallisena ja kerrottava rehellisesti mitä on tapahtunut. Autettavaa ei saa jättää yksin, vaan on pysyttävä hänen vierellään.

- Millaisissa tilanteissa kaveria voisi lohduttaa?
- Mitä voisi sanoa tai tehdä
 - o Leenalle, joka on kaatunut polkupyörällä ja käsiin on tullut pieni asfaltti-ihottuma?
 - o Tiinalle, joka on jätetty välitunnilla yksin. Luokan muut lapset pelaavat yhdessä palloa, mutta he eivät halua ottaa Tiinaa mukaan. Yksi lapsista on sanonut Tiinalle, että Tiina on hidas juoksemaan ja on sen vuoksi huono pelaaja. Nyt Tiina itkee ja istuu yksin maassa kentän laidalla.
 - o Annelille, joka on juuri saanut uudet housut, mutta ne ovat menneet polvista rikki Annelin kaaduttua kotimatalla?

Osaan hälyttää apua.

Tarvikkeet: puhelin

Hätänumeroon 112 on soitettava hätätilanteissa, joita ovat hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön vaaratilanteet ja uhat.

1. Soita hätäpuhelu numeroon 112
2. Kerro mitä on tapahtunut
3. Anna tarkkaosoite ja kunta
4. Vastaa sinulle esitettyihin kysymyksiin
5. Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti
6. Lopeta puhelu vasta luvan siihen saatuasi
7. Soita uudelleen, mikäli tilanne muuttuu

- Mikä on yleinen hätänumero?
- Käykää läpi hätäkeskukseen soitettavia tilanteita, joissa tulee esille hengen, terveyden, omaisuuden ja ympäristön vaaratilanne tai uhka.
- Keksikää jokaiselle lapselle erilainen tilanne, josta lapset vuorollaan soittavat hätäkeskukseen. Hätäkeskusten työntekijänä toimii ohjaaja.

Tutustun ensiapulaukun sisältöön

Tarvikkeet: ensiapulaukku tarvikkeineen

Ensiapulaukku sisältää haavanhoitotarvikkeita, lääkkeitä sekä muita tarvikkeita, joita on osattava käyttää tarkoituksenmukaisella tavalla.

Lääkkeet tulee pitää alkuperäispakkauksissaan ja käyttöohjeet paikoillaan.

Sidetarvikkeet	Lääkkeet	Muut
- pikasiteitä	- kuumelääke	- sakset
- haavateippiä	- särkylääke	- pinsetit
- perhoslaastaria	- lääkehiili	- kuumemittari
- kiinnelaastaria	- allergialääke	- suojakäsineet
- puhdistusainetta	- kortisonivoide	- ensiapuohjeet
- haavapyyhkeitä	- kyypakkaus	- hätänumero
- sidetaitoksia		- päivystävän terveyskeskuk-
- suojasiteitä		sen yhteystiedot
- ensiapuside		- taskulamppu
- joustositeitä		- kynä ja lehtiö
- tukiside		- punkkipihdit
- kolmioliina		- lämpöpeite
- voideside		- kylmäpakkaus

- Käykää läpi ea-laukun keskeisimmät tarvikkeet sekä lapsille tuntemattomat välineet
- Harjoituksena kootaan lattialle keskeisimmät ensiapulaukun tarvikkeet. Lapset sulkevat silmät ja aikuinen poistaa yhden (tai useamman) tavaroista. Lapset avaavat silmät ja koettava muistella, mikä on kadonnut.

Osaan hoitaa nyrjähtäneen nilkan.

Tarvikkeet: siteitä, kylmäpussi

Kun nivel nyrjähtää, se aiheuttaa verenvuotoa ihonalaiseen kudokseen, jonka seurauksena vammakohtaan kerääntyy nestettä ja se turpoaa.

1. Nosta raaja kohoasentoon sisäisen verenvuodon vähentämiseksi, verenpaine raajan suonissa laskee
2. Purista kipukohtaa napakasta, joka estää verenvuotoa ja vähentää turvotusta
3. Laita kylmää verenvuodon vähentämiseksi, verisuonet supistuvat
4. Vammakohtaan napakka ja joustava side
5. Kylmää pidetään kerrallaan 20 min, joka toistetaan 1-2 tunnin välein

Hakeuduttava lääkäriin, mikäli nivel ei parane parissa päivässä, kipu ei hellitä tai muodostuu iso mustelma.

- Millaisessa tilanteessa nilkka tai ranne voi nyrjähtää?
- Miten nilkan nyrjähtämistä voisi estää? (kunnolliset kengät, varovaisuus)
- Käykää läpi kolmen K:n ohje.
- Harjoitelkaa pareittain nilkan sitomista kaverille.

Tiedän, mitä tehdä pyörtyneelle.

Pyörtyminen tarkoittaa lyhytkestoista tajunnan häiriötä, jossa lihakset veltostuvat ja vaara kaatumiselle on suuri. Veri pakkautuu alaraajoihin, jolloin sitä ei riitä tarpeeksi aivoille. Pyörtymistä edeltää usein pitkään seisominen paikoillaan, pahoinvointi, voimakas yskiminen, kipu, pelko tai epämiellyttävä kokemus.

1. Aseta pyörtynyt selälleen
2. Nosta jalat ylös, jotta veri kiertää aivoille
3. Tarkista muut vammat ja anna tarvittaessa niihin ensiapua

Pyörtyneen tulisi herätä muutamassa minuutissa.

- Miten pyörtyneen tunnistaa?
- Milloin joku saattaa pyörtä?
- Onko kukaan koskaan pyörtynyt tai nähnyt toisen pyörtyneen?
- Käykää läpi pyörtyneelle annettava ensiapu ja harjoitelkaa sitä pareittain

Osaan auttaa kyynpuremassa

Tarvikkeet: kyypakkaus

Säikähtäessään kyy saattaa purra ihmistä puolustaakseen itseään.

Puremakohtaan ilmestyy turvotusta ja kaksi noin 3-4 mm etäisyydellä olevaa pistosreikää. Muita oireita ovat päänsärky, ripuli ja pahoinvointi.

1. Vältä liikuttamasta loukkaantunutta raajaa, jotta myrkky ei leviä.
2. Anna kyypakkauksesta uhrin iän perustella määritelty määrä tabletteja pienen vesimäärän kera (0-5-vuotiaat 1 tabletti, 5-15-vuotiaat 2 tablettia ja yli 15-vuotiaat 3 tablettia).

Toimita kyynpureman saanut aina lääkärin tarkastettavaksi.

- Onko kellään kokemusta kyynpuremasta? Onko joku nähnyt kyyntä? Millainen se on?
- Miten kyynpuremaa voisi välttää? (pitkävartiset saappaat, tömistely, varovaisuus)
- Tutustukaa kyypakkaukseen ja käykää läpi otettavien tablettien määrä.

Osaan auttaa ampiaisenpistossa

Tarvikkeet:

Oireina punoitus, turvotus ja kipu. Oireet häviävät parissa päivässä.

1. Pistoskohdan kivun lievityksenä huuhdellaan kylmällä vedellä
2. Anna kyypakkauksesta uhrin iän perusteella määritelty määrä tabletteja pienen vesimäärän kera (0-5-vuotiaat 1 tabletti, 5-15-vuotiaat 2 tablettia ja yli 15-vuotiaat 3 tablettia).

Jos pistosta seuraa hengenvaarallinen tila eli anafylaktinen reaktio, soitetaan välittömästi 112.

- Ensioireina kämmenpohjien, hiuspohjan ja huulien voimakas kihelmöinti
- Muutamassa minuutissa kutinaa ympäri kehoa, nokkospaukamia
- Kurkkua ahdistaa, ääni käheytyy ja hengitys saattaa vinkua
- Pulssi kiihtyy ja kasvot muuttuvat punaiseksi

- Oireet kehittyvät huippuunsa 10-30 minuutissa

- Onko kukaan saanut ampiaisen pistoa?
- Miten ampiaisen pistoja voisi välttää?
- Mikäli henkilö on allerginen ampiaisille, voi hän saada anafylaktisen reaktion. Kuinka tunnistat anafylaktisen reaktion? (ks infolaatikko)

Osaan hoitaa pieniä paleltumia

Paleltumat ovat kylmässä oleskelun tai kylmään esineen koskemisen seurauksena syntynyt kudostuho. Paleltumissa pintaverisuonet supistuvat, niiden verenkierto lakkaa ja suonet tukkeutuvat solujen pakkautuessa ja veren hyytyessä.

Tyypillisiä paleltuneita alueita ovat kasvot, kädet ja jalat.

Paleltunut kohta muuttuu ensin punaiseksi, myöhemmin valkoiseksi ja turvonneeksi. Iho voi tuntua kovalta ja siinä voi ilmetä pistelyä tai rakkuloita.

Mikäli iho on tumma ja ihonalaiset kudokset muuttuvat kovaksi, on kyseessä syvä paleltuma.

1. Vie paleltunut henkilö sisätiloihin
2. Lämmitä paleltumakohtaa noin 40 asteisella vedellä
3. Voit hieroa kohtaa varovasti pehmeällä materiaalilla
4. Nosta paleltunut raaja kohoasentoon turvotuksen välttämiseksi

Älä koskaan lämmitä paleltunutta aluetta avotulella, lämpöpatterilla tai hankaa sitä voimakkaasti.

Mikäli ihon tunto ja väri eivät palaudu tunnissa, paleltunut alue on laaja tai iholle ilmestyy rakkuloita, hakeudu lääkäriin.

- Mitä paleltuma tarkoittaa ja miten se voi syntyä?
- Mitkä alueet ovat herkkiä paleltumaan? Miten niitä voisi ehkäistä?
- Miten paleltumia hoidetaan?

Osaan hoitaa pieniä palovammoja

Palovamma on kuumuuden tai syövyttävän kemiallisen aineen seurauksena syntynyt kudostuho, jossa iho sekä mahdollisesti ihonalaiskudokset vaurioituvat.

1. Jäähdytä alue mahdollisimman nopeasti viileällä vedellä 15-20 minuuttia,.
2. Peitä puhtaalla sidoksella. Älä puhkaise rakkuloita!

Palovammat luokitellaan syvyyden ja laajuuden mukaan:

1. asteen palovammassa iho on punoittava ja kipeä, rakkuloita ei synny
2. asteen palovamman ihon pintakerros on palautumattomasti vaurioitunut ja siihen syntyy rakkuloita
3. asteen palovamma ulottuu kaikkien ihon kerrosten läpi

Lääkäriin on hakeuduttava, mikäli palovamma sijaitsee kasvoissa tai hengitysteissä, on tulehtunut tai syvä, kämmentä suurempi 2.asteen palovamma tai 3.asteen palovamma. Sähköpalovammoissa hoitoon on hakeuduttava aina.

- Mistä palovamma voi syntyä?
- Onko joku saanut palovamman?
- Kuinka palovammoja voisi ehkäistä nuotiolla ollessa/ kotona/ ulkoillessa?
- Palovamman ensiapu.
- Tutustukaa viereisen sivun palovammoihin.