

Hauska harrastus voi pelastaa hengen

Punaisen Ristin ensiapuryhmät päivystävät yleisötapauksissa ja harjoittelevat onnettomuuksissa auttamista. Vapaaehtoistyössä ei puurreta veren maku suussa, mutta verta ei saa pelätä.

.....

TYRNÄVÄ (MT)
Vanhan meijerialueen sympaattinen pieni ravintola täyttyy punaisiin heijastinliiveihin sonnustautuneista ihmisistä. Miehiä ja naisia, nuoria ja vähän varttuneempia.
Puheensorinasta putkahtelevat sanat onnettomuus, hätäkeskus ja pelastushelikopteri. Vakavista aiheista huolimatta naurunremakka raikaa.
Vuoden päivät toiminut Tyrnävän ensiapuryhmä kokoontuu harjoittelemaan taitojaan. Illan ohjelmassa on elvytystä, tajuttoman kääntämistä kylkiasentoon ja verenvuotojen tyrehtyttämistä.

Päivystyksiä tapahtumissa
Suomen Punaisen Ristin (SPR) tavoite on, että jokaisessa kunnassa olisi toimiva ensiapuryhmä.
Ryhmien tehtävä on päivystää erilaisissa yleisötapauksissa ja huolehtia paikalla olevien ensiavusta.
SPR:n Oulun piirissä toimiva Tyrnävän osasto on perustettu jo 60 vuotta sitten, mutta se on pitänyt viime vuodet hiljaiseloa.
”Osasto tarjosi kaikille halukaille ensiavun alkeis- ja jatkokurssin ilmaiseksi, jos he sitoutuvat vuodeksi ryhmän toimintaan”, Tyrnävän ensiapuryhmän johtaja **Jari Huhtakallio** kertoo.
Ryhmässä aloitti vuosi sitten 17 ihmistä, nyt mukana on 21. Kukaan ei ole lopettanut.
Tyrnävän ensiapuryhmä on päivystänyt muun muassa Perunamarkkinoilla ja Tractor pullingissa. Lisäksi ryhmä on avustanut naapurikuntien tapahtumissa.
Ryhmään voi tulla mukaan, vaikka ei olisi käynyt yhtään ensiapukurssia. Harjoituksissa opitaan ensiaputaitojen lisäksi radiopuhelinten käyttöä, suunnistusta, ryhmän johtamista ja koulutamista.
”Päivystäjät ovat käyneet ensiavun alkeis- ja jatkokurssin sekä erillisen päivystyskurssin. Heidän taitonsa testataan vuosittain”, Huhtakallio valottaa.

Onnettomuus herätti
Tyrnävän ensiapuryhmä kokoontuu joka toinen maanantai-ilta ravintola Pömilään, jossa **Marika Keränen** toimii yrittäjänä.
Työssään Keränen on joutunut todistamaan puolenkymmentä tapausta, jossa asiakas on ollut tukehtua ruu-palaan.
”Ensiaputaidot antavat varmuutta. Tiedän, että osaan toimia, jos jotakin sattuu”, hän toteaa.
Ensiapuryhmässä toimiva **Maarit Stålnacke-Inkala** on samoilla linjoilla. Hänet herätti ohikulkijana kohdalle sattunut onnettomuus, jossa uhri menehtyi.
”Varsinkin nyt, kun on omia lapsia, on helpottavaa tietää, että osaa tarvittaessa antaa ensiapua.”
Ensiapuharrastus vaatii tietynlaista mielenlujuutta.
”Kovin herkkä ei saa olla. Jos esimerkiksi pelkää verta, harrastus ei sovi”, naiset pohtivat.

Siviiliammattilla ei välttä
Ensiapuryhmiin hakeutuu monesti hoitoalalla työskenteleviä henkilöitä. Siviiliammattilla ei kuitenkaan ole merkitystä, Jari Huhtakallio vakuuttaa. Halu auttaa riittää.
Vapaaehtoistoiminta on halpa harrastus, josta tulee monelle elämäntapa.
Huhtakalliolle kävi niin, että vapaaehtoistyö Punaisessa Ristissä houkutteli hoitoalalle. Hän työskentelee nykyisin Oulun yliopistollisessa sairaalassa hoitajana.
”Harrastuksesta tuli myös palkkatyö.”

Herätys, hälytys, hengitys
Haastatteluiltana ryhmä harjoittelee myös tulevia ensiavun SM-kisoja varten. Tärkeintä on huolehtia potilaan peruselintoiminnoista.
”Muistakaa kolme hoota: Jos potilas makaa maassa, tarkista ensin, herääkö hän ravisteluun. Jos ei, hälytä 112. Sitten



PEKKA FALI

Painelu-puhalluselvitys ja defibrillaattorin käyttö yhdessä parantavat elottoman potilaan selviytymismahdollisuuksia merkittävästi. Defibrillaattori analysoi sydämen rytmin ja ilmoittaa, tarvitaanko sähköiskua. Elvytysharjoituksessa Pirita Piipari odottaa puhallusvuoroa, kun Saara Leinonen painelee.

tarkista, hengittääkö hän”, Huhtakallio kertoo.
Mikäli potilas hengittää, hänet käännetään kylkiasentoon. Jos ei hengitä, aloitetaan elvytys.

Näyttelijän lahjoja
Ensiapuryhmän harjoituksissa tarvitaan myös näyttelijän lahjoja. Osa porukasta esittää potilaita, joille on sattunut tapaturma tai sairaskohtaus.
Potilaana oppii siinä missä auttajanaakin. Ensiavun antajan on hyvä tiedostaa, miltä tuntuu kun vieras ihminen tulee lähelle, kyselee, kääntelee ja koskettelee. Ihmiset voivat reagoida avunantoon eri tavoin.
Harjoituksia värittää hurtti huumori, mutta tositalanteessa ei vitsailla.
”Tajutonkin voi kuulla. Siksi pitää aina miettiä, mitä potilaan kuullen puhutaan”, Huhtakallio muistuttaa.

Henkistä tukea
Fyysisen ensiavun lisäksi vapaaehtoiset harjoittelevat henkisen tuen antamista. Sitä tarvitaan esimerkiksi järkyttyviin onnettomuuksiin joutuneiden ja heidän omaistensa kohtaamisessa.
”Tässä hommassa täytyy olla kiinnostunut ihmisistä”, Huhtakallio pohtii.
Maaseudulla esimerkiksi navetan tulipalon jälkeen paikalle voidaan hyllyttää palokunnan lisäksi ensihuolto-ryhmä tukemaan tilallisia.

Kadonneen etsintää
Tyrnävän ensiapuryhmä liittyi osaksi Vapaaehtoista pelastuspalvelua eli Vapepaa viime syksynä.
Viranomaiset saattavat hälyttää vapaaehtoisia auttamaan esimerkiksi isoissa onnettomuuksissa, etsinnöissä ja evakuoinneissa.
Yksi ryhmän nuorimmista, 25-vuotias **Pirita Piipari** innostui harrastuksesta, kun hänen isänsä oli mukana etsimässä kadonnutta henkilöä.
”Halusin kovasti mukaan, joten täällä ollaan”, hän kuvailee.
Myös Piiparille on käymässä niin, että harrastuksesta tulee työ. Hän opiskelee Iissä lähihoitajaksi.
”Haaveissa on päästä ensihoitajaksi ambulanssiin.”

SUVI NIEMI
Paikalliseen ensiapuryhmään voi liittyä ottamalla yhteyttä ryhmän vetäjään tai piirin vastuuhenkilöön.
Ryhmään voi ilmoittautua myös osoitteessa rednet.punainenristi.fi/earyhmat.



Ensiapuharjoituksissa osa saa näytellä potilaita. Pertti Romppainen ja Maarit Stålnacke-Inkala (myös keskimmäisessä kuvassa) sitovat Marjo Juolan käsivarren avohaavan painesiteellä. Paineside voidaan myös tehdä päähän. Irronnut ruumiinosa, harjoituksissa nakkimakkara, täytyy muistaa ottaa mukaan, kun lähdetään terveyskeskukseen.



Maallikkoapu tuo arvokkaita lisäminuutteja

OULU/TYRNÄVÄ (MT)
Uusi terveydenhuoltolaki siirsi vastuun sairaankuljetuksesta – jota nykyisin kutsutaan ensihoidoksi – kunnilta sairaanhoitopiireille tämän vuoden alussa.
Sairaanhoitopiirien täytyi määritellä koko alueelle tavoiteajat, joiden puitteissa ensihoitoyksikkö tavoittaa potilaan.
Lapin sairaanhoitopiirissä ambulanssin tai pelastushelikopterin saapuminen tavoiteajassa on kaikkein haastavinta.
”Lapin maaseudulla puolen tunnin tavoiteaika ei aina toteudu”, ensihoito-lääkäri **Antti Saari** kertoo.
Myös saaristossa avun perilletulo voi olla vaikeaa.
Tutkimusten mukaan eloton potilas ei selviä hengissä, ellei elvytystä aloiteta kymmenen minuutin sisällä. Jo minuutin elottomuus heikentää selviämismahdollisuuksia kymmenen prosenttia.
”On kiistatonta, että maallikon aloittamasta elvytyksestä on apua. Selviämisen mahdollisuus paranee huomattavasti”, ensihoitopäällikkö **Ari Ehrola** Oulu-Koillismaan pelastusliikelaitoksesta toteaa.

Sekä rikos- että pelastuslaki velvoittavat kansalaista antamaan tai hankkimaan apua onnettomuustilanteessa tai kun ihmisen henki tai terveys on muuten vaarassa.
Avun tarve ei katso aikaa eikä paikkaa. Suomen Punaisen Ristin Tyrnävän osaston ensiapuryhmän johtajan **Jari Huhtakallion** mielestä ensiapukurssi voisi hyvin olla pakollinen kaikille.
Nykyisin ensiavun jatkokurssilla opetetaan defibrillaattorin käyttöä. Kyseessä on laite, joka antaa tarvittaessa sähköisen impulssin. Se voi palauttaa sydämen rytmin kammiovärinästä normaalitylän.
”Useissa tapauksissa asiantuntevasti aloitettu elvytys on auttanut, varsinkin jos käytössä on ollut defibrillaattori”, Antti Saari rohkaisee.

SUVI NIEMI



”Rintakipu, hengenahdistus, tajunnantason häiriö ja halvausoireet ovat tilanteita, joissa täytyy aina soittaa hätäkeskukseen”, Ari Ehrola muistuttaa.