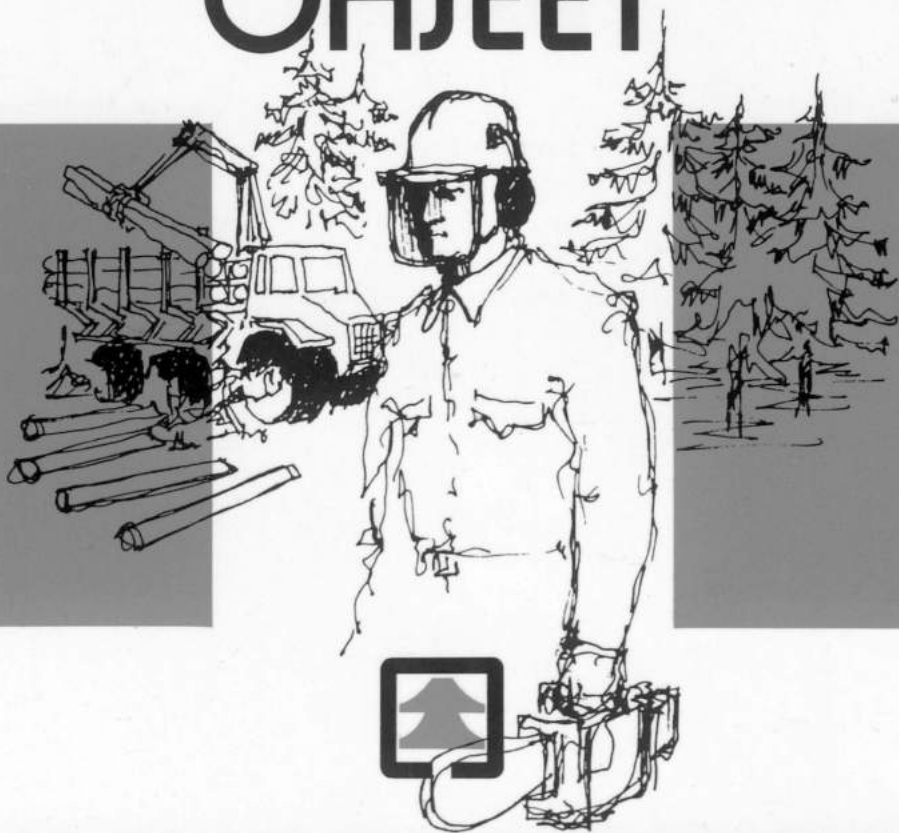
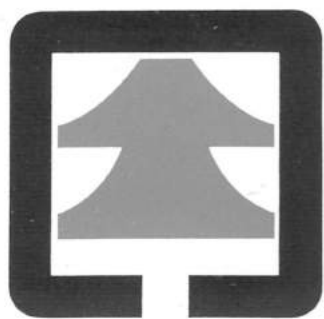


METSÄTEHO

METSURIN
ENSIAPU
OHJEET





METSÄTEHO

OPASTINSILTA 8 B
00520 HELSINKI 52

METSÄTEHON OPAS

METSÄTEHON OPAS

Metsätöiden nopea koneellistaminen on aiheuttanut sen, että työmaat ovat lyhytaikaisia ja niillä työskentelee entistä vähemmän miehiä. Metsätyömaat sijaitsevat myös usein syrjäisillä seuduilla, jonne tapaturman tai sairaustapauksen sattuessa on vaikeata saada ulkopuolista apua. Siksi on tärkeitä, että jokainen metsuri tietää ja osaa ne toimenpiteet, joilla loukkaantuneelle tai äkillisesti sairastuneelle annetaan ensiapu ja hänet toimitetaan hoitoon.

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa metsissä työskenteleville tiivistetyssä muodossa se tieto, jonka he ensiapua antaessaan tarvitsevat. Opas perustuu yleisiin ensiapuohjeisiin ja siinä on pyritty ottamaan huomioon metsätyön erityisolosuhteet.

Kiitämme kaikkia oppaan valmistumiseen myötävaikuttaneita henkilöitä ja yhteisöjä.

METSÄTEHO

Opas on SPR:n tarkastama ja työsuojeluhallituksen hyväksymä.

METSURIN ENSIAPUOHJEET

Mitä ensiapu on

Ensiavun tarkoitus

Ensiapua on kaikki se toiminta, jolla voimme pelastaa onnettomuuden uhrin tai äkillisesti sairastuneen hengen ja estää hänen tilansa huononeminen, kunnes hän pääsee lääkärin hoitoon.

- pelastaa potilas uhkaavasta hengenvaarasta
- estää potilan tilan huononeminen
- lievittää kipuja yksinkertaisin keinoin, esim. lastoittamalla murtumat
- saattaa loukkaantunut siihen kuntoon, että hänet vaaratta voidaan kuljettaa
- toimittaa potilas lääkäriin

Taitamaton ja huonosti tai hosuen annettu ensiapu voi pahentaa potilaan tilaa. Voidaksesi antaa onnettomuuden uhrille tai äkillisesti sairastuneelle oikean ja tehokkaan ansiavun tustuu tässä kirjasessa esitettyihin ohjeisiin.

Toimi näin.

**älä
hätköi!**

- ole rauhallinen ja rohkaise muutamalla sanalla potilasta.

tarkista!

1. Hengitys Kaikessa ensiavussa on ensiksi varmistauduttava potilaan hengittämisestä. Veri, lima, oksennus ja vieras esine voivat tukkia hengitystiet. Ne on saatava puhtaiksi esim. sormella puhdistamalla. Jos potilas ei tästä huolimatta hengitä, on heti annettava suusta suuhun tekohengitystä. Tajuton potilas asetetaan kyljelleen, ettei kieli tuki hengitysteitä.

2. Sydämen toiminta Sydämen sykintä voi lakata joko suoranaisten pysähdyksen vuoksi tai sydän voi, varsinkin sähköiskuissa, joutua niin sanottuun kammioväriinään. Nopean sydänelvytyksen aloitus voi saattaa sydämen jälleen toimimaan ja pelastaa potilaan hengen.

3. Šokki Šokki on hengenvaarallinen tila, jonka syntyminen tai jatkuminen on pyrittävä estämään. Potilas asetetaan maakuulle jalat lievästi kohotettuina. Tarpeetonta liikuttelua on vältettävä. Nopeasti sairaalaan.

4. Verenvuoto Jos verenvuoto on uhkaavan suuri eikä muuta ehditä tehdä, on käsin painettava haava tukkoon.

5. Luunmurtumat Murtumat on lastoitettava tai tuettava ennen kuljetusta. Varsinkin selkä- ja niskavammaisen uhrin varomaton liikuttelu on hengenvaarallista.

6. Muut mahdolliset vammat Kaikki vammat on pyrittävä saamaan selville, ettei potilaan tilaa ainakaan huononnettaisi ennen hoitoon pääsyä.

7. Kuljetus Kuljetus metsästä tien varteen hosumatta ja varoen. Yleensä on parempi odottaa sairaautoa kuin sulloa potilas ahtaaseen henkilöautoon.

Hengitys

Sydän

Šokki

Verenvuoto

Luunmurtumat

Muut vammat

Kuljetukset

Aseta potilas selälleen, taivuta niskasta tukien ja otsasta painamalla päätä taaksepäin.

Kannata alaleukaa toisella ja tuki sieraimet toisella kädellä.

Paina suusi potilaan suuta vasten ja puhalla oman hengityksesi tahdissa.

Tarkkaile jokaisen puhalluksen jälkeen, kohoako rintakehä, jolloin potilas saa ilmaa.



Elvyttämisellä tarkoitetaan toimenpiteitä, joilla heikentyneet ja lakanneet elintoiminnot saadaan jatkumaan.

Onnettomuuden tai äkillisen sairauskohtauksen sattuessa tarkista aina ensiksi, hengittääkö potilas ja toimiiko sydän.

Jos potilas ei hengitä, aloita heti **puhalluselvytys eli suusta suuhun tekohengitys**. Jo 3...5 minuutin kuluttua hengityksen pysähtymisestä aivot alkavat vaurioitua hapen puutteesta, joten toimi nopeasti.

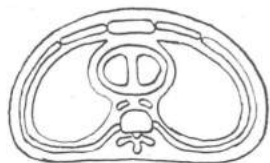
1. Aseta potilas selälleen.
2. Taivuta potilaan pää taaksepäin.
3. Nosta toisella kädellä niskaa toisen käden tukiessa otsaa ja puristaessa sieraimet kiinni.
4. Puhalla ilmaa potilaan keuhkoihin oman rauhallisen hengityksesi tahdissa, 15...20 kertaa minuutissa.
5. Puhdista sormella suu mahdollisesta verestä, oksennuksesta ynnä muusta, poista tekohampaat, mikäli et saa ilmaa menemään uhrin keuhkoihin.
6. Avaa kiristävät vaatteet.
7. Tarkkaile, että potilaan rinta nousee ja laskee, jolloin hän saa ilmaa.
8. Jatka elvytystä kunnes potilas hengittää itse tai hänet saadaan sairaalaan.

Jos tapaturman tai sairauskohtauksen uhrin sydän ei toimi, aloita sydän- eli painantaelvytys heti. Sydämen toiminnan tuntee parhaiten koettelemalla valtimoa.



Käännä potilas selälleen. Aseta kämmenesi päällekkäin rintalastan toisen alakolmanneksen rajalle.

Painele päällekkäin olevin käsin noin sekunnin väliajoin rintalastan alaosa voimakkaasti selkärankaa kohti.



1. Aseta potilas selälleen.
2. Jaa rintalasta kolmeen osaan. Aseta kämmenesi rintalastan kahden alakolmanneksen rajalle toinen käsi toisen päälle.
2. Painele noin kerran sekunnissa, niin että rintalasta painuu 3...5 cm.

Huom! Jos potilaalla on rintakehävamma, on noudatettava erityistä varovaisuutta.

Jos sekä hengitys että sydämen toiminta ovat lakanneet:

Toinen auttaja antaa suusta suuhun tekohengitystä ja toinen painantaelvytystä. Painantaelvytys keskeytetään siksi ajaksi, kun ilmaa puhalletaan keuhkoihin.

- toinen puhalttaa kaksi kertaa
- toinen painaa kymmenen kertaa
- toisen väsyessä vaihdetaan nopeasti paikkaa
- jos olet yksin, paina kaksi kertaa, puhalla kymmenen kertaa jne.

Jatka kahden puhalluksen ja kymmenen painalluksen sarjaa, kunnes uhri toipuu tai pääsee sairaalaan. Elvytystä on jatkettava myös kuljetuksen ajan.

**Aloita elvytys heti
Älä lopeta kesken**

Šokki on hengenvaarallinen tila, jonka syynä on sydämen ja keuhkojen toiminnan heikkeneminen, joka johtuu sairaudesta tai sen aiheuttamasta kivusta ja järkytyksestä sekä vamma-
potilaalla verenvuodosta, kivusta tai järkytyksestä.

Šokin oireet:

1. Potilas on väsynyt, levoton ja janoinen.
2. Iho on kalpea ja kylmän hikinen.
3. Pulssi on nopea ja heikko.
4. Hengitys on nopeaa, pinnallista.

Šokkipotilaan asento. Potilasta on jatkuvasti valvottava.

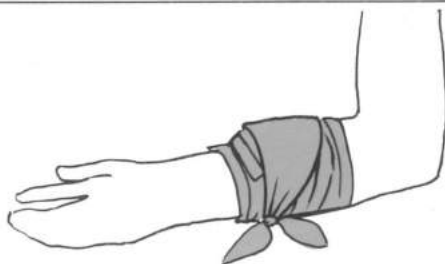


Šokin ehkäisy ja hoito

1. Suorita nopeasti hätätoimenpiteet, kuten hengenvaarallisen verenvuodon tyrehtyttäminen ja hengittämättömän potilaan tekohengityksen aloittaminen.
2. Saata potilas täydelliseen lepoon makuuasentoon ja jalat lievästi koholle.
3. Katso, ettei potilaalla ole tukehtumisen vaaraa, esim. kieli, oksennus.
4. Peitä potilas.
5. Rauhoita potilasta ja tee hänen olonsa mahdollisimman mukavaksi.
6. Toimita potilas mahdollisimman nopeasti sairaalaan.



Paineside



Paineside

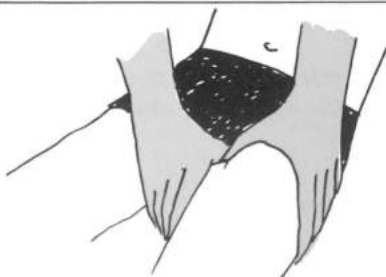
*Verisuonten painamiskohdat
uhkaavissa verenvuodoissa*



Solisvaltimo



Olkavarsi



Reisi

Suuret ulkoiset vuodot

Moottorisahan terä voi osuessaan tehdä runsaasti vuotavan repimähaavan. Usein terä on vioittanut myös jäniteitä ja luita.

Ensiapu suurissa repimähaavoissa ja muissa runsaasti vuotavissa suurissa haavoissa:

Pääperiaate: Vuoto on saatava lakkaamaan keinolla millä hyvänsä!

1. Poista vaatteet vuotokohdasta.
2. Tyrehdytä verenvuoto painesiteellä: peitä ensin haava puhtaalla siteellä, aseta tulitikkulaatikko, oksapala tai muu sellainen haavan päälle ja sido tiukasti. Jos verta tulee siteen läpi, älä avaa sidettä, vaan lisää sidettä entisen päälle.
3. Jos haava on raajassa, aseta raaja koholle.
4. Kovassa verenvuodossa, jossa verenhukka on uhkaavan suuri, on painettava käsillä joko valtimo tukkoon haavan yläpuolelta tai painettava itse haavaa.
5. Toimita potilas mahdollisimman nopeasti lääkäriin. Tarkkaile šokioireita.
6. Tyrehdytä aina verenvuoto ennen kuljetusta.

Sisäiset verenvuodot

Oireet:

Potilaan iho kalpenee ja tulee kylmäksi. Hän tuntee heikotusta ja pyöritystä ja on rauhaton. Sisäisessä keuhkoverenvuodossa tulee yskiessä kirkasta verta. Mahalaukun verenvuodossa tulee tummanveristä oksennusta.

Sisäisen verenvuodon vaara on aina vaikeissa onnettomuuksissa otettava huomioon, vaikka ulkoisia oireita ei aina olisikaan. Esim. iskevä puun tyvi voi aiheuttaa sisäisen verenvuodon.

Veren-
vuoto

Pienet verenvuodot

Šokkivaara

Ensiapu:

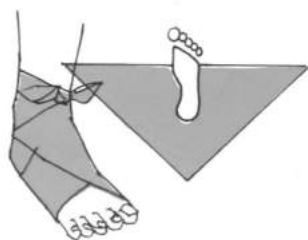
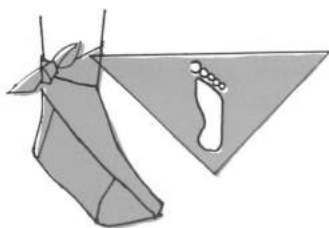
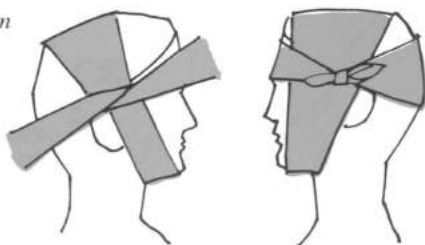
1. Potilas ehdottomaan lepoon
2. Ei syötävää eikä juotavaa
3. Mahdollisimman nopea kuljetus hoitoon

Jos haavasta vuotaa verta niin vähän, ettei verenvuoto ole suorastaan vaaraksi potilaalle, ehditään haava sitoa heti kunnollisesti.

Ensiapu:

1. Poista vaatteet haavan kohdalta.
2. Käytä mahdollisimman puhdasta sidettä.
3. Sido haava huolellisesti.
4. Tarvittaessa toimita potilas lääkäriin.

Sidontatapoja kolmioliinaa käyttäen



Luunmurtuman oireet

1. Loukkaantuneessa kohdassa tuntuu kipua tai sitä aristaa liikutellessa.
2. Jäsen on usein luonnottomassa asennossa.
3. Siitä voi kuulua rutinaa.
4. Myöhemmin esiintyy turvotusta.
5. Epäselvissä tapauksissa on aina toimittava kuin kyseessä olisi murtuma.

Varsinkin reisi- ja lantiomurtumissa šokkivaara.

Ensiapu:

1. Jos loukkaantuneessa kohdassa on haava, se on ensiksi sidottava.
2. Vioittunut jäsen lastoitetaan tai tuetaan liikkumattomaksi. Näillä toimenpiteillä vähennetään potilaan kipuja ja estetään murtuman paheneminen kuljetuksen aikana. Lantio- ja reisi luunmurtumassa lastan pituuden on oltava vähintään kainalosta varpasiin. Lastaksi voidaan käyttää esim. sopivan kokoisia riukuja tai suoria tukevia oksia, jotka sidotaan esim. vöillä. Lastan on olotuttava yli murtuman kummallakin puolella olevien nivelien.
3. Pelkkä murtuneen raajan tukeminen liikkumattomaksi esim. vaatteilla, repuilla, huovilla riittää, jos on käytettävissä kulkuneuvo, jossa vahingoittunut voi olla makuullaan.

Henkilöllä, joka on jäänyt esim. kaatuvan puun alle, on aina epäiltävä selkärangan tai niskan murtumaa. Ne voivat olla hengenvaarallisia.

Oireet:

Tajuissaan oleva ihminen voi valittaa, etteivät raajat liiku. Kaikessa potilaan käsittelyssä on noudatettava äärimmäistä varovuuutta. Potilaan siirtelyssä pitäisi välttämättä olla vähintään kol-

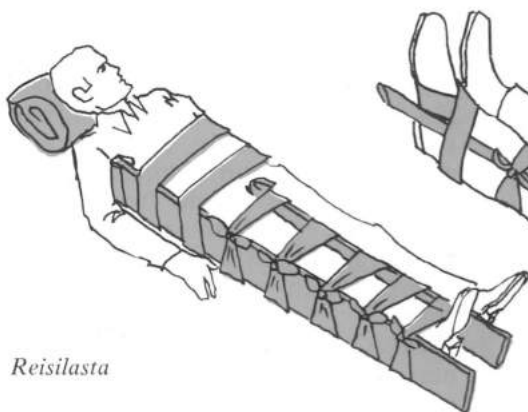
Selkärangan ja niskan murtuma

me auttajaa. Kaikkea turhaa siirtelyä on vältettävä. Siirto on suoritettava niin, että selän ja pään asento pysyvät mahdollisimman muuttumattomina; mieluiten pidetään loukkaantunut siinä asennossa, johon hän on jäänyt.

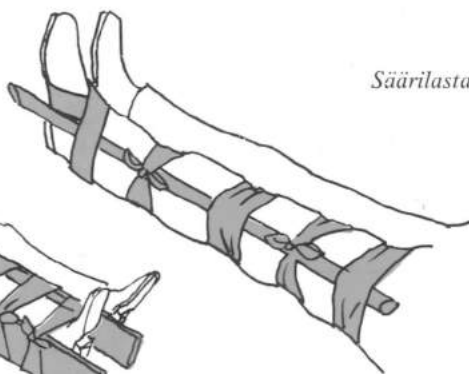


Erilaisia lastoitustapoja. Haavat on ennen lastoitusta sidottava ja verenvuoto tyrehdytettävä.

Rannelasta



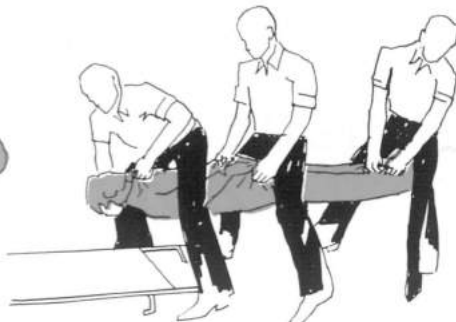
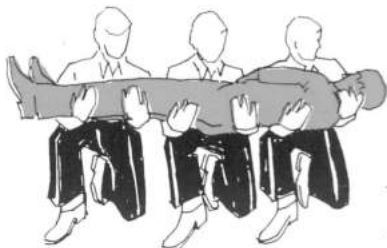
Reisilasta



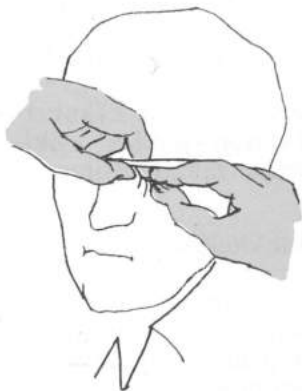
Säärilasta

Selkärankavammainen on siirrettävä niin, että selän asento pysyy mahdollisimman muuttumattomana.

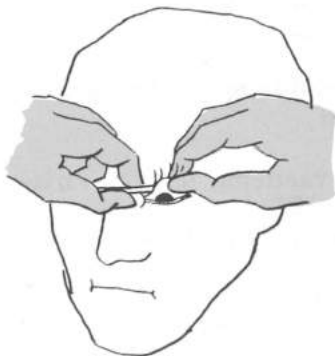
Siirrossa pitäisi olla vähintään kolme miestä.



Silmävammat



Silmäluomen kääntäminen roskan poistamiseksi



1. Vieraat esineet

Rikka, esim. moottorisahasta lentänyt puu, poistetaan, jos se on irtonainen, puhtaalla pehmeällä kankaalla tai paperipalan kulmalla. Roskaa voidaan yrittää irrottaa myös huuhtomalla silmää räpyttämällä sitä vedessä.

Jos roska on tarttunut kiinni eikä edellä mainituilla toimenpiteillä irtoa, hakeudutaan lääkäriin. Jos on tarpeellista sitoa silmät, on molemmat silmät peitettävä.

2. Syövyttävät aineet

Jos silmään on joutunut happoa tai emäksiä (esim. kalkkia), on se huuhtottava heti kaatamalla vettä silmään tai pitämällä silmä vedessä ja aukaisemalla ja sulkemalla sitä noin 20 minuutin ajan välillä vettä vaihtaen. Potilas on toimitettava lääkärin hoitoon. Kuljetuksen ajaksi sidotaan molemmat silmät.

3. Haavat silmässä

Potilas asetetaan makuulle. Molemmat silmät sidotaan ja potilas toimitetaan nopeasti lääkäriin.



Silmän huuhtelu

**Muut
vam-
mat**

Kallovammat

Oireet:

Kallon murtumaa tai aivovammaa on epäiltävä aina, jos potilas on loukkaantunut päähän. Potilas on usein tajuton. Nenästä ja korvista voi vuotaa verta.

Ensiapu:

Aseta potilas selälleen, pää käännettynä sivulle. Tajuton potilas kylki-asentoon. Kuljetus mahdollisimman varovasti.

Palovammat

Palovammat luokitellaan kolmeen luokkaan:

- ensimmäisen asteen palovammassa iho on punoittava ja turvonnut
- toisen asteen palovammassa iholle kehittyy rakkuloita
- kolmannen asteen palovammassa kudosten tuhoutuminen ulottuu ihonalaiseen kudokseen saakka

Ensiapu

1. Suuret palovammat (kämmentä suuremmat)

Šokkivahara

- älä poista vaatteita, leikkaa kiristävät osat auki
- huuhtele kylmällä vedellä palanutta aluetta
- suojaa avoimet palovammat paitsi kasvoissa mahdollisimman puhtailla siteillä
- älä laita vamman päälle mitään rasvaa
- toimita uhri sairaalaan tai lääkäriin

2. Pienet, itse hoidettavat palovammat

- huuhto palanutta aluetta kylmällä vedellä (älä koske palaneeseen alueeseen)
- sido palanut kohta siteellä
- voit käyttää jotakin palovammoihin tarkoitettua rasvaa
- anna siteen olla avaamatta viikon ajan
- älä likaa äläkä kastele sidettä
- palanut alue lepoon

- jos vammaa alkaa särkeä, jos nousee kuumetta tai jos vamma tulee pahan hajuiseksi, on mentävä lääkäriin.

Sähköiskut

Ensiapu:

1. Pienjännitejohto
 - katkaise virta
 - jos tämä ei ole mahdollista, yritä irrottaa uhri kuivalla puulla, kumisaappailla ym. eristettynä
 - jos uhri ei hengitä, aloita välittömästi puhalluselvytys. Jos sydän ei toimi, ryhdy puhaltamisen lisäksi antamaan painantaelvytystä
2. Korkeajännitejohto (voimajohto)
 - soita viranomaisille, että virta on katkaistava
 - älä missään tapauksessa koske uhriin, äläkä mene edes 20 metriä lähemmäksi, ennen kuin virta on katkaistu
 - aloita elvytys, toimita uhri sairaalaan.

Paleltumiset

1. Yleinen paleltuminen

Oireet:

Lihakset jäykistyvät, vilun väristyksiä
Uhri on unelias, tajunta hämärtyy
Aistiharhoja

Ensiapu:

- toimita uhri nopeasti huoneen lämpöön, ei kuitenkaan liian lämpimään kuten esim. saunaan
- tarvittaessa elvytys
- jos uhri on tajuissaan ja pystyy nielemään, voi antaa lämmintä sokerivettä, ei koskaan alkoholia
- toimita uhri sairaalaan.

2. Paikallinen paleltuminen

Oireet:

Lievimmissä tapauksissa paleltuneella alueella on valkeita, tunnottomia laikkuja.

**Muut
vammat**

Häkämyrkytys

Vaikeissa paleltumissa alue on siner-tävä ja rakkulainen tai jopa mustan ruskea.

Ensiapu:

1. Ulkona

- liikuttele paleltunutta kohtaa varovasti, hiero sitä erittäin va-rovasti lämpimällä kädellä
- toimita potilas nopeasti lämpi-mään

2. Sisällä

- lämmitä aluetta 38...40-astei-ssä vedessä
- liikuttele sitä
- vaikeissa paleltumavammoissa toimita potilas sairaalaan

Huom! Älä hiero lumella.

Älä lämmitä paleltunutta aluet-ta liian kuumassa, sillä paleltu-nut alue on tunnoton, ja seu-rauksena on lisäksi palovam-mat.

Oireet:

Päänsärkyä, huimausta, näköhäiriöi-tä, pahoinvointia, oksennuksia.

Myrkytyksen jatkuessa uhri tulee se-kavaksi, hengitys korisee, pulssi on heikko, silmät eivät reagoi valolle.

Uhri menettää tajuntansa.

Aluksi kalpea, myöhemmin helakan punainen ihonväri.

Ensiapu:

- uhri raikkaaseen ilmaan
- puhalluselvytys
- sydänelvytys
- nopeasti lääkäriin

KULJETUKSET

Kuljetus met- sästä autotien varteen

Kuljetuksen järjestelyssä on tärkeintä, ettei potilaan tilaa ainakaan huononeta taitamattomalla ja hosuen suoritetulla kuljetuksella.

- seuraa potilaan hengitystä
- katso, ettei hänellä ole tukehtumisen vaaraa. Tajuton potilas kyljelleen, ettei kieli tuki hengitysteitä
- tyrehdytä aina verenvuoto ennen kuljetusta
- luunmurtumat on tuettava tai las-toitettava ennen kuljetusta
- kuljeta potilas vamman laadun edellyttämässä oikeassa asennossa (katso kuvia)

Kuljetus autolla

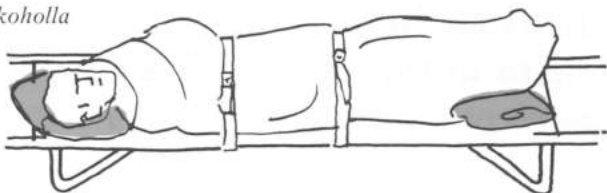
Kuljetukseen ryhdytään vasta kun ensiapu on annettu.

Kuljetuksen järjestäminen riippuu potilaan tilasta, kuljetusmatkan pituudesta ja tiestöstä. Ellei potilaalla ole välitöntä hengenvaaraa esim. voimakkaan verenvuodon vuoksi, ei häntä pidä sulloa pieneen henkilöautoon, vaan useimmiten kannattaa odottaa sairaankuljetusauton tuloa. Jos epäillään selkärangan murtumaa, potilas kuljetetaan aina sairausautolla. Jos sairaankuljetusautoa ei kohtuullisessa ajassa saada, kuljetetaan potilas työmaan suurimmalla autolla. Autoon nostamisessa on noudatettava erityistä varovaisuutta. Potilas sijoitetaan mahdollisuuksien mukaan siihen asentoon, kuin hänen vammansa edellyttää. Potilaan mukaan pitäisi aina saada saattaja.

Väärä kuljetustapa on loukkaantuneelle huomattavasti vaarallisempaa kuin asianmukaisen kulkuneuvon odottaminen.

KULJETUSASENTOJA

šokkipotilas jalkopää koholla



tajuton tai oksenteleva kyljellään



vatsavammainen selällään polvet koukussa, kiristävät vaatteet avattuina



rintavammainen puoli-istuvassa asennossa



selkävammainen, jos mahdollista, jäykällä alustalla siinä asennossa, mihin on jäänyt



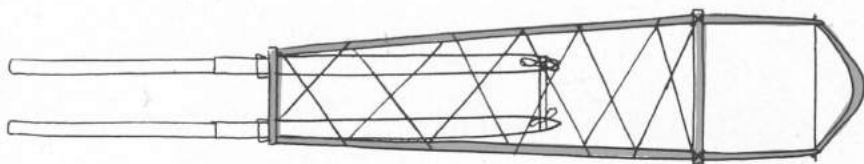
niskavammainen selällään pää tuettuna



silmävammainen selällään molemmat silmät peitettynä

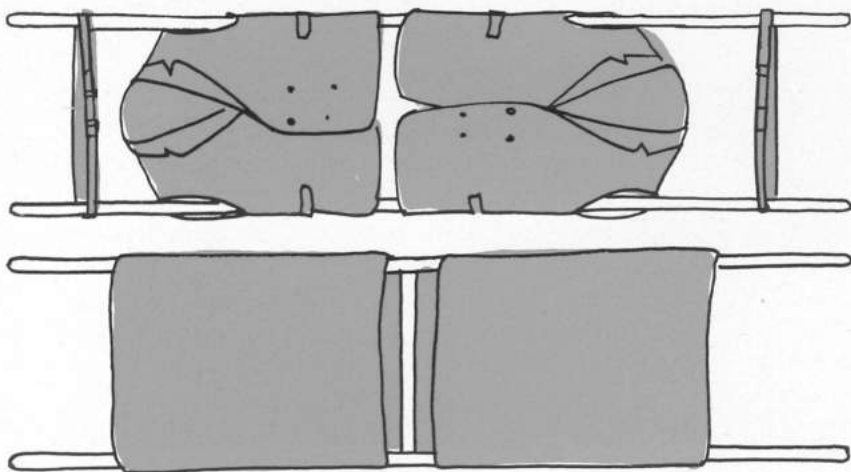


ERILAISIA HÄTÄPAARIRATKAISUJA

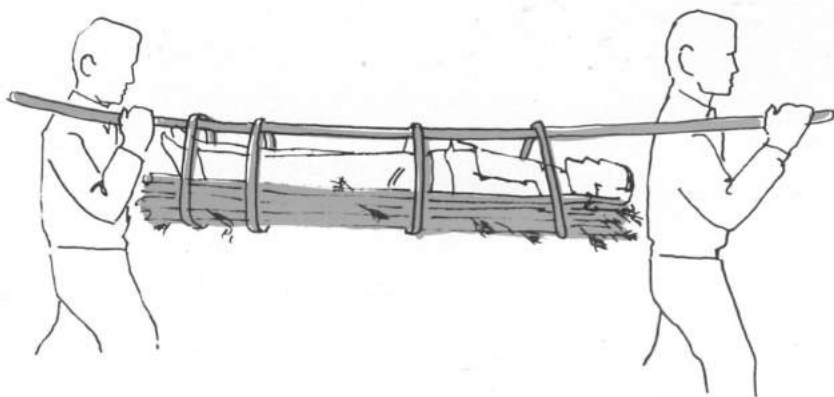


Suksipaarit

Hätäpaarit takeista



Hätäpaarit tyhjästä säkeistä



Korentopaarit

LIITE

TYÖSUOJELUHALLITUKSEN OHJEET ENSIAPU-TARVIKKEISTA METSÄ- JA UITTOTYÖMAILLA



Työnantajan on annettava jokaiselle työntekijälle ensisidepakkaus, ja työntekijän on pidettävä se mukanaan työmaalla.



Jokaisella työmaalla tulee olla ensiapukaappi tai -laukku sellaiseen paikkaan asennettuna, että sen käsille saaminen on helppoa. Ensiapukaappi tahi -laukka voidaan sijoittaa esim. yhteisasuntoihin, taukotupiin ja -telttoihin, yhteiskuljetusautoihin, työnjohtajien autoihin, traktoreihin, muihin metsäkoneisiin tahi muuhun sopivaan paikkaan työmaalla. Ensiapukaapissa tahi -laukussa tulee olla seuraavat ensiaputarvikkeet:

kolmioliinoja	6 kpl
ensisiteitä	3 kpl
pikasiteitä	2 pkt
harsotaitoksia 10 x 10 cm	10 kpl
siderullia 4 m x 5 cm	5 kpl
—»— 4 m x 10 cm	5 kpl
kiinnelaastarirullia	1 kpl
suojasiteitä 35 x 25 cm	3 kpl
raajapussi 39 x 21 cm	1 kpl
puuvanua	
sakset, atula, hakaneularasia	

Edellä olevat tarvikelukumäärät koskevat pieniä, noin 3—10 työntekijää käsittäviä työmaita.

Yhteisasunnoissa ja taukotuvissa olisi oltava näiden tarvikkeiden lisäksi kuljetuslasta tahi parit sekä ohjevihkonen ensiavun antoa varten.

METSÄTEHO

OPASTINSILTA 8 B
00520 HELSINKI 52

