

sinun  
**KÄTESI**  
voivat **PELASTAA**  
**ELÄMÄN**

UUDET ELVYTYSSUOSITUKSET



**16 LOKAKUUTA 2015**  
**EUROPEAN RESTART A HEART DAY**

– tavoitteena lisätä tietoisuutta sydänpysähdyksen hoitamisesta –

[WWW.RESTARTAHEART.EU](http://WWW.RESTARTAHEART.EU)

[#restartaheart](https://twitter.com/restartaheart)



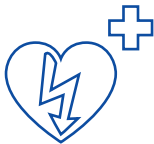
## 1 SOITTO

- Varmista että alue on turvallinen lähestyä
- Tarkista reagoiko potilas käsittelyyn
- Huuda apua
- Taivuta päätä taaksepäin, nosta leuasta ja tarkista hengitys
- Ellei hengitys ei ole normaalia, aloita painelu-puhalluselvitys
- Soita 112, ilmoita että potilas ei hengitä, elvytys on aloitettu, nimesi ja tapahtumapaikka
- Jos joku tulee auttamaan, pyydä hakemaan (lähin) defibrillaattori



## 2 PAINELE

- Aseta kämmenen tyvi rintalastalle keskelle rintakehää
- Laita toinen käsi edellisen päälle ja sormet ristiin
- Painele "Staying alive" kappaleen tahtiin kunnes defibrillaattori saadaan paikalle tai ensihoitohenkilöstö/ambulanssi saapuu
- Jos olet koulutautunut antamaan puhalluselvitystä, jatka elvytystä puhaltamalla kaksi kertaa ja painele 30 taas kertaa, muuten painele taukoamatta
- Painele kovaa, et vahingoita potilasta
- Jos mahdollista vaihda painelijaa kahden minuutin välein



## 3 ISKU

- Jos defibrillaattori saadaan paikalle, laita se päälle ja kuuntele defibrillaattorin ohjeita



## 4 HYMYILE

- Kun ensihoitohenkilöstö saapuu jatka elvytystä kunnes sinulle annetaan lupa lopettaa
- Hymyile. Sinun kätesi voivat auttaa pelastamaan.
- Tekeminen on AINA parempi kuin olla tekemättä mitään
- Hyvin tehty

[WWW.RESTARTAHEART.EU](http://WWW.RESTARTAHEART.EU)  
[#restartaheart](https://twitter.com/restartaheart)



EUROPEAN  
RESUSCITATION  
COUNCIL  
[www.erc.edu](http://www.erc.edu)