

Koronavirus



Punainen Risti



SUOMEN PUNAISEN RISTIN ENSIAPU- JA ELVYTYSSUOSITUKSET COVID 19- VIRUKSEN AIKANA



Suomen Punaisen Ristin ensiapu- ja terveystoimikunta:

Simo Siitonen	lääkintäprikaatikenraali, LT, Puolustusvoimien ylilääkäri, asiantuntijaryhmän pj.
Henri Backman	ensihoitaja AMK, SPR:n hallituksen jäsen, asiantuntijaryhmän vpj.
Sanna Hoppu	LT, dosentti, ensihoidon ylilääkäri, Tays ensihoitokeskus
Lasse Putko	TtM, ensihoidon lehtori, Turun ammattikorkeakoulu
Harri Vertio	LKT
Heini Harve-Rytsälä	LT, anestesiologian- ja tehohoidonerikoislääkäri, HUS
Merja Kovasin	kehittämispäällikkö, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

Sisältö: Suomen Punainen Risti, Euroopan elvytysneuvoston ja Suomen elvytysneuvoston ohjeisiin perustuen, 2020.
Teksti: Kristiina Myllyrinne ja Virpi Lohrum. Suositukset julkaistu 1.6.2020.
Kannen taitto ja ulkoasu: Punainen Risti Aineistoryhmä, 2020

Suomen Punaisen Ristin elvytys- ja ensiapusuosituksen COVID-19 epidemian aikana väestölle, ensiapupäivystäjille ja ensiauttajille

Suomen Punaisen Ristin (SPR) elvytys- ja ensiapusuositukset perustuvat Suomen Elvytysneuvoston, Euroopan Elvytysneuvoston (ERC) ja Maailman Elvytysneuvoston (ILCOR) julkaisemiin ohjeisiin COVID-19 pandemian aikana.

COVID-19 on koronavirus SARS-CoV-2:n aiheuttama ja potentiaalisesti henkeä uhkaava yleisinfektio. Virus tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana sairastuneen henkilön yskösten välityksellä muun muassa sosiaalisessa kontaktissa tai hengitystä tukevien toimenpiteiden yhteydessä.

Suomen Punainen Risti (SPR) julkaisee ensiapu- ja elvytys-suositukset COVID-19 epidemian ajalle. Näissä suosituksissa COVID-19 epidemiatilanteella Suomessa tarkoitetaan Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) ja sosiaali- ja terveysministeriön (STM) määritelmää epidemiatilanteesta. COVID-19 epidemiatilanne ja siihen liittyvät ohjeet voivat muuttua, jolloin myös SPR:n suosituksia päivitetään tarpeen niin vaatiessa.

Ensiavun antaminen on merkittävä osa sairastuneen tai tapaturmassa loukkaantuneen autettavan hoitoketjua. Tästä syystä myös COVID-19 epidemian aikana jokaisella ensiapua tarvitsevalla henkilöllä on oikeus tulla autetuksi. Lisäksi pyritään minimoimaan auttajien riskiä saada COVID-19 tartunta auttamistilanteessa toimintamalleilla ja suojarusteilla.

Elvytys- ja ensiaputilanteissa on lähtökohtaisesti voimassa normaalit ohjeet. Poikkeusohje koskee tilanteita, joissa epäillään vahvasti tai tiedetään potilaan / autettavan sairastavan COVID-19 infektiota. Nykyisessä epidemiatilanteessa maallikon ei ole tarvetta muuttaa ensiapukäytäntöitään.

Suosituksen laatinut työryhmä:

- Sanna Hoppu, LT, dosentti, ensihoidon ylilääkäri, Tays ensihoitokeskus, SPR:n asiantuntijaryhmän jäsen
- Lasse Putko, TtM, ensihoidon lehtori, Turun ammattikorkeakoulu
- Virpi Lohrum, erikoissairaanhoitaja, terveydenhuollon suunnittelija, SPR
- Kristiina Myllyrinne, TtM, asiantuntija. ensiapu ja terveys, SPR

Suosituksen on hyväksynyt Suomen Punaisen Ristin hallituksen nimittämä ensiavun- ja terveystoiminnan asiantuntijaryhmä kokouksessaan 1.6.2020.

Suosituksen sisältö

1 Keskeiset muutokset elvytys- ja ensiapusuosituksissa COVID-19 epidemian aikana	5
2 Ensiavun antaminen ja suojarusteet ensiapupäivystyksessä	6
3 Aikuisen peruselvytys: Epäilty tai todettu COVID-19.....	7
3.1 Peruselvytysohje väestölle	7
3.2 Peruselvytysohje ensiapupäivystäjälle	7
3.3 Peruselvytysohje ensiauttajalle (ensivastetoiminta).....	8
4 Lapsen peruselvytys: Epäilty tai todettu COVID-19.....	9
5 Tajuttoman henkilön ensiapu	10
6 Ensiapu suuressa verenvuodossa ja sokin oireissa	10
7 Vierasesine hengitysteissä, ensiapu.....	11
8 Muu ensiapu.....	11
9 Ensiapu- ja elvytyskoulutus	11
10 Varautuminen flunssanoireisen henkilön kohtaamiseen ensiapupäivystyksessä.....	12

1 Keskeiset muutokset elvytys- ja ensiapusuosituksessa COVID-19 epidemian aikana

Keskeiset muutokset, jotka perustuvat systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen ja asiantuntijoiden näkemysten pohjalta tehtyihin ILCOR:n hoitosuosituksiin elvytystilanteissa ovat:

- Rintakehän paineluelvytys saattaa aiheuttaa aerosolimuodostusta. (Matala näytönaste)
- COVID-19 -pandemian aikana maallikkoauttajille suositetaan pelkkää rintakehän paineluelvytystä ja neuvovan defibrillaattorin käyttöä. (Hyvä hoitokäytäntö)
- COVID-19 -pandemian aikana maallikkoelvyttäjät voivat oman suostumuksensa pohjalta antaa puhalluselvytystä lapsipotilaalle tai hukkuneelle rintakehän paineluelvytyksen lisäksi, jos heillä on tähän tarvittavat taidot. (Hyvä hoitokäytäntö)
- COVID-19 -pandemian aikana terveydenhuollon ammattilaisten tulee käyttää henkilökohtaisia suojarusteita aerosolia tuottavissa toimenpiteissä elvytyksen aikana. (Matala näytönaste)

Keskeiset tarkennukset elvytys- ja ensiaputilanteissa toimimiseen SPR:n suosituksissa ovat:

- Hengitystä tunnustellaan kämmenselällä ja vältetään omien kasvojen viemästä autettavan kasvojen läheisyyteen, vaan pidetään mahdollisimman suuri etäisyys.
- Puhalluselvytystä ei suositella COVID-19 pandemian aikana aikuiselle, eikä puhalluselvytysuoja suojaa tartunnalta.
- Lapsen ja hukkuneen elvytyksessä voidaan antaa puhalluselvytystä, jos auttaja on saanut siihen koulutuksen ja puhaltaminen on mahdollista.
- Elvytystilanteessa ensiauttajan tulee mahdollisimman pian asettaa potilaalle supraglottinen hengitystien hallintalaitte.
- Supraglottisen ilmatien hallintalaitteen ja ventilaatiopalkeen välissä tulee olla virussuodatin.
- Maskiventilaatiossa tulee varmistua, ettei ilmavuotoa tapahdu maskin reunoilta ja käyttää virussuodatinta maskin ja palkeen välissä. Tällöin suositellaan kahden auttajan tekniikkaa.
- Tajuttoman henkilön hengitys tulee aina tarkistaa ja turvata kylkiasennolla.
- Tajuissaan olevaa henkilöä ohjeistetaan, turvaväli huomioiden, auttamaan itseään esimerkiksi painamaan verenvuotokohtaa omalla kädellään.
- Maallikkoauttaja voi käyttää suu-nenäsuojainta ja kertakäyttöisiä käsineitä antaessaan ensiapua, jos ne hänellä ovat. Auttamista ei saa jättää antamatta, vaikka suojarusteet puuttuvat.
- Ensiauttajat ja ensiapupäivystäjät käyttävät kirurgista suu-nenäsuojainta ja kertakäyttöisiä käsineitä antaessaan ensiapua.
- Ensiauttajat (ensivastetoimijat) ja ensiapupäivystäjät käyttävät aerosolilta suojautumiseen tarkoitettuja suojarusteita elvytystilanteessa.
- Ensiavun antamisen jälkeen käytetyt suojarusteet laitetaan roskeen, huolehditaan käsihygieniasta, vaihdetaan vaatteet ja auttamistilanteessa päällä olleiden vaatteiden pesu heti, kun se on mahdollista.
- Elvytyksen jälkeen auttajan tulisi mahdollisimman pian pestä huolellisesti kätensä vedellä ja saippualla tai desinfioida ne huolellisesti alkoholipitoisella käsien desinfiatioaineella.

- Kaikki auttamistilanteessa mukana olleet henkilöt jättävät yhteystietonsa ensihoitohenkilöstölle mahdollisen COVID-19 tartunnan varalta lisäohjeiden saamiseksi.
- Mikäli ensihoitoa ei auttamistilanteessa tarvita ja olet auttanut COVID-19 tautia sairastavaa henkilöä, varaudu karanteenin omaisiin olosuhteisiin, jos terveysviranomainen näin päättää.
- Jos sinulla ilmenee infektiioireita, ota yhteys terveysviranomaisiin.

2 Ensiavun antaminen ja suojavarusteet ensiapupäivystyksessä

Koronavirus (SARS-CoV-2) tarttuu hengitystie-eritteiden kautta joko suoraan autettavasta tai pintojen välityksellä. Hengitystie-eritteet voivat levitä noin 2 metrin etäisyydelle autettavan hengitysteistä. Henkilön yskiessä tai aivastaessa, voi suurempien pisaroiden lisäksi syntyä myös hyvin pieniä pisaroita, jotka jäävät ilmaan aerosolimuodossa. Aerosoleina leviävät eritteet pysyvät ilmassa pitkiäkin aikoja. Tästä syystä ensiavun antamisessa, erityisesti vapaaehtoisten ensiapuryhmäläisten, on syytä käyttää suojavarusteita lähikontaktissa eli antaessaan hätäensiapua kuten elvytystä tai tajuttoman ensiapua. Tartunta voi olla aina molemminpuolista auttajasta autettavaan tai päinvastoin.

Hätätilatilaan ensiapu ja henkilökohtaiset suojavarusteet ensiapupäivystyksessä ensiapupäivystäjille ja ensiauttajille

- Pissatartunnan mahdollisuus (ensiavun antaminen kontaktissa, jossa turvaväliä ei voida pitää esim. tajuttoman ensiapu, verenvuodon tyrehtyttäminen ja vierasesineen poisto hengitysteistä):
 - Kertakäyttöiset suojakäsineet.
 - Kirurginen suu-nenäsuojain.
- Aerosolitartunnan mahdollisuus (elvytys):
 - Kertakäyttöiset suojakäsineet.
 - Pitkähihainen suojaesiliina /-takki tai näiden puuttuessa päivystysaatteiden vaihto, jolloin likaiset vaatteet suljettavaan pussiin ja pesuun heti, kun se on mahdollista.
 - Hengityssuojain filterillä FFP2 tai FFP3.
 - Monikäyttöiset suojalasit tai koko kasvot peittävä suojavisiiri.

Elvytystapahtumaan osallistuvien ensiapu- ja ensivasteryhmäläisten on osattava käyttää henkilökohtaisia aerosoleilta suojaavia suojavarusteita oikein ja niitä on oltava saatavilla. Oikein käyttämisellä tarkoitetaan suojavarusteiden oikeaa pukemis- ja riisumisjärjestystä, käyttökäytäntöä sekä hyvää käsihygieniaa.

Auttaja, jolla on kirurginen suu-nenäsuojain ja kertakäyttöiset käsineet voi kiinnittää liimaelektrodit autettavan paljaalle rintakehälle ja toteuttaa defibrilloinnin laitteen antamien ohjeiden mukaan. Paineluvut aloitetaan vasta kun ensiapupäivystäjällä tai ensiauttajalla on aerosoleilta suojaavat suojavarusteet päällä. Tämä ohje ei koske maallikoita.

3 Aikuisen elvytys COVID-19 epidemian aikana

Puhalluselvytystä ei anneta COVID-19 epidemian aikana aikuiselle, jolla on todettu COVID-19 tartunta tai vahva epäily siitä.

Paineluelvytystä toteutetaan tauotta.

Jos paikalla on neuvova defibrillaattori, painelu keskeytetään kun laite niin neuvoo mm. defibrilloinnin (sähköiskun) ajaksi.

3.1. Peruselvytysohje väestölle

Eloton henkilö, toimi näin:

- Mikäli sinulla on suojamaski ja käsineet, pidä ne päälläsi.
- Kysy kovalla äänellä tarvitaanko apua, pidä turvaväli (1-2 m) autettavan kasvoihin.
 - Mikäli henkilö ei vastaa, siirry lähemmäksi ja herättele ravistelemalla.
 - Mikäli henkilö ei reagoi edelleenkään, soita 112. Aseta puhelin kaiutintoiminnolle.
- Avaat hengitystiet ojentamalla autettavan pää, älä vie omia kasvojasi lähelle autettavan kasvoja.
 - Tarkista hengittäkö hän normaalisti.
 - Katso rintakehän liikettä ja tunnustele hengitystä kämmenselällä tai ranteella.
- Henkilö ei hengitä normaalisti, aloita paineluelvytys.
- Pidä riittävä etäisyys autettavan kasvoihin ja aloita paineluelvytys. Puhalluselvytystä ei suositella COVID-19 epidemian aikana. Minkäänlaisia elvytysuojia ei tule käyttää.
- Jatka paineluelvytystä kunnes paikalle saadaan defibrillaattori tai ensihoitoyksikkö ottaa vastuun.

Paikalle saadaan defibrillaattori toisen auttajan toimesta, toimikaa näin:

- Mikäli sinulla on suojamaski ja käsineet, pidä ne päälläsi.
- Kytke virta laitteeseen ja noudata ohjeita.
- Aseta liimaelektrodit autettavan paljaalle rintakehälle.
- Laite analysoi sydämen sähköisen rytmin ja kehottaa defibrilloimaan painamalla vilkkuvaa painiketta. Kun defibrillointi on suoritettu, laite neuvoo jatkamaan auttamista. Jatka pelkkää paineluelvytystä, kunnes laite neuvoo muuta.
- Mikäli laite ilmoittaa "ei defibrilloitava rytmi jatka auttamista", jatketaan paineluelvytystä, kunnes laite neuvoo muuta.
- Jatka elvytystä laitteen ohjeiden mukaan, kunnes ensihoitoyksikkö ottaa vastuun.

3.2 Peruselvytysohje ensiapupäivystäjälle

Elvytyksessä ensiapupäivystäjät käyttävät suojavarusteina aerosolitartunnan ehkäisemiseksi tarkoitettuja suojavarusteita. Ne puetaan päälle ennen elvytystoimien aloittamista.

- Poikkeuksena tilanne, jossa päivystäjät toteavat elottomuuden, toimitaan näin:
 - Defibrillaattoria käytävällä päivystäjällä on kirurginen suu-nenäsuojain ja suojakäsineet.
 - Hän suorittaa defibrilloinnin välittömästi, mikäli kyseessä on defibrilloitava rytmi.
 - Samaan aikaan muut päivystäjät pukevat aerosolitartunnan ehkäisemiseksi tarkoitetut suojavarusteet.

- Suojavarusteisiin pukeutuneet ottavat vastuun elvytyksestä jatkamalla sitä paineluilla.
- Ensimmäinen auttaja siirtyy pukemaan suojavarusteet.
- Elvytyksen johtaja pitää huolen siitä, että mukana on vain minimi määrä elvytyksessä tarvittavia auttajia.
- Puhalluselvytystä ei toteuteta, ei edes Pocket maskin avulla.
- Muilta osin noudatetaan SPR:n elvytysprotokollaa ensiapuryhmille.
- Mikäli paikalle tullessa oli käynnissä maallikkoelvytys, kysytään elvyttäjien yhteystiedot mahdollisen COVID-19 tartunnan varalle. Kaikkien auttajien tiedot ilmoitetaan ensihoitohenkilöstölle.

Esimerkkejä:

Kun päivystäjä saapuvat maallikkoelvytystilanteeseen, pukevat kaikki päivystäjät päälle aerosolisuoja-
varusteet ennen elvytystilanteeseen menoa. Tämän jälkeen elvytys kuten normaaliohjeessa. Virusfilt-
terinkäyttö muistettava.

Kun päivystäjät löytävät elottoman henkilön, defibrillaattorin käyttäjä aloittaa defibrilloinnin kirurgi-
sessa nenä-suusuojaimessa ja kertakäyttökäsineissä. Muut päivystäjät pukevat aerosolisuoja-
varusteet ja tulevat jatkamaan elvytystä ohjeen mukaan. Defibrillaattoria käyttänyt päivystäjä pukee aerosolisuo-
javarusteet päälle ja tulee mukaan elvytystilanteeseen..

3.3 Peruselvytysohje ensiauttajalle

Elvytyksessä ensiauttajat käyttävät suojavarusteina aerosolitartunnan ehkäisemiseksi tarkoitettuja
suojavarusteita tai sairaanhoitopiirin suosittamia suojavarusteita. Ne puetaan päälle ennen
elvytystilanteeseen menoa.

- Elvytystilanteessa potilaalle tulee asettaa supraglottinen hengitystien hallintaväline mahdollisimman
pian. Supraglottisen ilmatien ja ventilaatiopalkeen välissä tulee olla virussuodatin. Kytke lisähappi
happivaraajalliseen palkeeseen.
- Mikäli supraglottista ilmatien hallintavälinettä ei pystytä asettamaan, siirrytään maski-
paljeventilaation, jossa käytetään kahden henkilön tekniikkaa. Näin estetään huonosti istuvan
maskin ilmavuoto ja mahdollinen aerosolin muodostus.
- Molemmissa tilanteissa elvytetään potilasta rintakehänpainelu ja ventiloinnin suhteella 30:2.
Painelut pysäytetään ventiloinnin ajaksi. Tämä vähentää aerosolin muodostumisriskiä.
- Peruselvytystä jatketaan kunnes ensihoitoyksikkö ottaa vastuun.
- Muilta osin noudatetaan SPR:n elvytysprotokollaa ensiapuryhmille.
- Mikäli paikalle tullessa oli käynnissä maallikkoelvytys, kysytään elvyttäjien yhteystiedot
mahdollisen COVID-19 tartunnan varalle. Kaikkien auttajien tiedot ilmoitetaan ensihoitohenkilöstölle.

4 Lapsen elvytys COVID-19 epidemian aikana

COVID-19 epidemiasta riippumatta lapsen hengitysteiden avaaminen ja auki pitäminen ovat tärkeä osa kaikkien sairastuneiden tai tapaturmassa loukkaantuneiden lasten ensiapua.

Väestön ohje

Eloton lapsi, toimi näin:

- Puhuttele ja herättele lasta.
- Jos hän ei reagoi, soita 112.
- Avaa lapsen hengitystiet ojentamalla päätä varovasti, pidä etäisyys lapsen kasvoihin, jos mahdollista.
- Tarkista hengitys katsomalla rintakehän liikettä, voit myös tunnustella liikettä asettamalla kätesi lapsen vatsan päälle tai tunnustelemalla ilmavirtaa kämmenselälläsi lapsen suun ja sierainten yläpuolelta.
- Jos lapsi ei hengitä normaalisti, aloita puhalluselvytys, puhalla 5 kertaa ilmaa lapsen keuhkoihin niin, että rintakehä liikkuu. Puhalluselvytys voi parantaa lapsen selviytymistä merkittävästi.
- Puhallusten jälkeen aloita paineluelvytys, paina 30 kertaa.
- Jatka elvytystä rytmillä 2 puhallusta ja 30 painelua kunnes ensihoito ottaa vastuun.

Ensiapupäivystäjän ohje

- Käytetään aerosolisuojarusteita.
- Muilta osin noudatetaan SPR:n lapsen elvytysprotokollaa ensiapuryhmille.

Ensiauttajan ohje

- Käytetään aerosolisuojarusteita.
- Elvytystilanteessa lapselle tulee asettaa supraglottinen hengitystien hallintaväline mahdollisimman pian, mikäli ensiauttaja on saanut riittävän koulutuksen välineen käyttöön. Tässä tulee noudattaa lisäksi sairaanhoitopiirin ohjeita välineen käytöstä. Supraglottisen ilmatien ja ventilaatiopalkeen välissä tulee olla virussyödyttävä. Kytke lisähappi happivaraajalliseen palkeeseen.
- Mikäli supraglottista ilmatien hallintavälinettä ei pystytä asettamaan, siirrytään maski-paljeventilaation, jossa käytetään kahden henkilön tekniikkaa. Näin estetään huonosti istuvan maskin ilmavuoto ja mahdollinen aerosolin muodostus.
- Molemmissa tilanteissa lasta elvytetään rintakehänpainelu ja ventiloinnin suhteella 30:2. Painelut pysäytetään ventiloinnin ajaksi. Tämä vähentää aerosolin muodostumisriskiä. (1)
- Peruselvytystä jatketaan kunnes ensihoitoyksikkö ottaa vastuun.

5 Tajuttoman henkilön ensiapu

Tajuttoman henkilön hengitystiet tulee aina avata, varmistetaan, että henkilö hengittää normaalisti ja hengitys turvataan kylkiasennolla.

Heräämätön henkilö, toimi näin:

- Mikäli sinulla on suojamaski ja käsineet, pidä ne päälläsi.
- Kysy kovalla äänellä tarvitaanko apua, pidä turvaväli (1-2 m) autettavan kasvoihin.
 - Mikäli henkilö ei vastaa, siirry lähemmäksi ja herättele häntä ravistelemalla.
 - Mikäli henkilö ei reagoi edelleenkään, soita 112. Aseta puhelin kaiutintoiminnolle.
- Avaat hengitystiet ojentamalla autettavan pää, älä vie omia kasvojasi lähelle autettavan kasvoja.
 - Tarkista hengittääkö hän normaalisti.
 - Katso rintakehän liikettä ja tunnustele hengitystä kämmenselällä.
- Jos henkilö hengittää normaalisti, käännä hänet kylkiasentoon hengityksen turvaamiseksi.
- Seuraa hengitystä kunnes ensihoito ottaa vastuun.

Ensiapupäivystäjän ohje

- Ennen auttamista pue kirurginen suu-nenäsuojain ja kertakäyttöhanskat.
- Toimi ohjeen mukaan.

Ensiauttajan ohje

- Ennen auttamista pue kirurginen suu-nenäsuojain ja kertakäyttöhanskat.
- Toimi ohjeen mukaan.

6 Ensiapu henkeä uhkaavassa verenvuodossa ja sokin oireissa

Autettava on tajuissaan ja hänellä on runsaasti verta vuotava haava.

Ensiavuksi pyydä autettavaa painamaan suoraan vuotokohtaan. Jos mahdollista, hän voi sitoa haavaan painesiteen huivilla tai muulla tilapäisvälineellä, mikäli käytössä ei ole asianmukaisia sidostarpeita. Mikäli autettava ei pysty auttamaan itseään, ensiavunantaja tyrehdyttää verenvuodon asettamalla painesiteen vuotokohtaan.

Mikäli henkilöllä on havaittavissa sokin oireita, pyydetään häntä käymään makuulle asentoon, jossa hänen on hyvä olla ja peittelemään itsensä, jos mahdollista. Viimeistään nyt soitetaan 112.

Ensiapupäivystäjän ja ensiauttajan ohje

- Pue suojarusteina pisaratarvustasuojavarusteina kirurginen suu-nenäsuojain ja kertakäyttökäsineet.
- Anna tarvittava ensiapu.

7 Vierasesine hengitysteissä, ensiapu

Autettava on tukehtumassa esimerkiksi ruokapalaan.

Väestön ohje

- Pyydä autettavaa yskimään.
- Jos tämä ei auta, asetu auettavan taakse, taivuta häntä eteenpäin ja lyö lapaluiden väliin napakasti 5 kertaa. Toista lyönnit viidesti.
- Jos vierasesine ei irtoa, soita 112.
- Jatka auttamista puristus- eli Heimlichin -otteella.
- Vuorottele lyönnejä ja puristusotetta, kunne tuke irtoaa tai ensihoito ottaa vastuun.

Ensiapupäivystäjän ohje

- Pue suojaruusteina pisaratartuntasuojaruusteina kirurginen suu-nenäsuojain ja kertakäyttökäsineet.
- Anna tarvittava ensiapu.

Ensiauttajan ohje

- Pue suojaruusteina vähintään pisaratartuntasuojaruusteet tai sairaanhoitopiirin ohjeen mukaiset suojaruusteet.
- Anna tarvittava ensiapu.

8 Muu ensiapu

Muissa ensiaputilanteissa ensiapuohjeistus säilyy ennallaan myös pandemiatilanteessa.

Ensi sijaisesti ohjataan autettavaa auttamaan itse itseään. Mikäli hän ei pysty auttamaan itseään, ensiavunantaja antaa avun. Auttajan tulee minimoida auttamisaika autettavan lähellä, jos turvaväliä ei voida pitää. Tilanteen mukaan autettavaa ohjataan suojaamaan kasvonsa maskilla tai vastaavalla.

9 Elvytys- ja ensiapukoulutus

COVID-19 epidemian aikana ja kansallisia suosituksia noudattaen voidaan järjestää elvytys- ja ensiapukoulutuksia. Koulutukset suositellaan pidettäväksi etäyhteyksillä. Perinteisillä menetelmillä pidettäviä lähikoulutuksia ei suositella.

Mikäli lähikoulutuksia kuitenkin pidetään tulee ottaa huomioon seuraavat seikat:

- Koulutukseen ei saa osallistua sairaana.
- Hyvästä käsihygieniasta on huolehdittava ja koulutustiloissa on oltava käsienpesumahdollisuus ja käsidesiä.
- Harjoitusvälineet, joita käyttää useampi kurssilainen kuten elvytysnukke, tulee puhdistaa hyvin jokaisen harjoituksen jälkeen. Myös tilojen puhdistamisesta on huolehdittava.

- Jokaisella kurssilaisella tulee olla omat harjoitusvälineet koko kurssin ajan.
- Turvavälit tulee toteuttaa.
- Harjoitukset, kuten sidokset, tehdään itselle tai toiselle, jolloin kurssilaiset käyttävät suu-nenäsuojainta ja kertakäyttökäsineitä.

10. Varautuminen flunssanoireisen henkilön kohtaamiseen ensiapupäivystyksessä

- Ensiapupäivystyksessä tulee olla tila mahdollisen flunssanoireisen henkilön auttamiseen.
- Ensiapupäivystyksen johtajan tulee varmistaa, että kaikki ensiapupäivystäjät osaajat suojainten oikean pukemisen, käytön, riisumisen ja hävittämisen. Ensiapupäivystäjät tulee kouluttaa suojarusteiden oikeaan käyttöön ennen päivystystä.
- Suojaimet kohdatessa vahvasti flunssanoireinen henkilö:
 - Kirurginen suu- ja nenäsuojus
 - Kasvovisiiri tai suojalasit
 - Kertakäyttöinen, pitkähihainen suojaesiliina
 - Kertakäyttöiset suojahansikkaat
- Flunssanoireista henkilöä ohjataan pukemaan kasvoille kirurginen suu-nenäsuojain
- Yksi ja sama ensiapupäivystäjä antaa ensiavun ja tarkkailee flunssanoireisen henkilön vointia mikäli mahdollista. Näin minimoidaan altistuneiden määrä.
- Flunssanoireinen henkilö ohjataan kotiin mahdollisimman pian mikäli henkilö ei tarvitse jatkohoitoa terveydenhuollon yksikössä. Ohjaa henkilö ottamaan yhteyttä terveydenhuollon yksikköön mahdollista koronavirustestiä varten.
- Vältetään oleskelua samassa tilassa flunssanoireisen kanssa yli 15 minuutin ajan.
- Ensiavun jälkeen hävitä suojarusteet oikein, huolehdi hyvästä käsihygieniasta, vaihda vaatteet ja pese päivystyksessä käytetyt vaatteet 60 C asteessa.

Lähteet

- 1 Suomen Elvytysneuvosto. (2020.) www.suomenelvytysneuvosto.fi
- 2 European Resuscitation Council. (2020.) www.erc.edu
- 3 International Liaison Committee on Resuscitation. (2020.) www.ilcor.org
- 4 Korte, H. & Myllyrinne, K. (2017.) Ensiapu. Suomen Punainen Risti
- 5 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, www.thl.fi
- 6 Sosiaali- ja terveysministeriö, www.stm.fi