



För utbildare:

Du kan använda denna uppgift som väntkontroll eller när det gäller att fundera över åtgärder som förebygger olyckor och främjar hälsa.

Det finns olika händelser som har drabbat personerna. Kursdeltagarnas uppgift är att sätta ihop de rätta delarna.

Många lappar kan vara passande för många olika situationer, vilket kan väcka diskussion. Utnyttja denna diskussion och tankarna som följer när du lägger ihop uppgiften

På sista sidan hittar du de rätta svaren, kursdeltagarna kan vid behov självständigt kontrollera uppgiften.

Glada lärostunder.



AGERANDE VID ETT OLYCKSFALL:

Anvisningar:

Personerna på bilderna drabbas av olika händelser. Ert uppdrag är att hitta fyra lappar som passar bäst till just den här situationen.





Situation 1



Kuva: Esa Juntunen

Bilen har spårat av vägen. Det är mörkt. Chauffören är chockad, vid medvetandet och klagar på smärta i knäet.

Hur skulle ni agera i den här situationen?
Vilka saker ökar er trygghet när ni hjälper i situationen?

Situation 2



Kuva: Esa Juntunen

Din vän börjar plötsligt klaga på hård tryckande smärta i bröstet. Han är plågad och illamående. Också i handen och i axeln känns smärta.

Vad kunde det handla om?
Hur kunde man ha förhindrat situationen med personligt agerande/rådgivning för Matti?

Situation 3



Kuva: Esa Juntunen

Salme har skadat sig när hon snubblade på kanten av mattan hemma.

Hur kunde man ha förebyggt/undvikit situationen genom Salmes personliga agerande/genom åtgärder hemma?

Situation 4



Maija har städningsdag.

Hur kan Maija genom eget agerande främja trygghet i sitt hem?

Situation 5



Bild: Esa Juntunen

Jani 4 år brände sin hand i köket.

Hur kunde man ha förhindrat olyckan?



<p>OLYCKSPLATS</p>	<ul style="list-style-type: none">● Utför en situationsbedömning● Red ut vad är det som har hänt och om det finns skadade● Uppskatta behovet av hjälp● Börja med nöd första hjälpen
<p>Kom ihåg din egen trygghet!</p> <p>Använd</p> <ul style="list-style-type: none">○ reflex○ reflexväst○ ficklampa	<p>Förhindra ytterligare olyckor</p> <p>Varna övrig trafik:</p> <ul style="list-style-type: none">○ kom ihåg nödbliker○ sätt ut en varningstriangel tillräckligt långt bort



<p>TRYGGT LIV HEMMA</p>	<p>Vaksamhet i vardagens sysslor, även små förändringar som ökar trygghet i hemmet är ofta tillräckliga för att förhindra olyckor.</p>
<p>Genom att ta hand om den egna hälsan och rörelse- och funktionsförmågan förhindrar du olyckor och skador som olyckor förorsakar.</p>	<p>WWW.KOTITAPATURMA.FI</p> <p>Olika checklistor för barnfamiljer samt för åldringar och deras närstående för förhindrande av olyckor</p>



<p>HEMOLYCKA</p>	<p>180 under sju-åriga barn måste årligen vårdas på sjukhuset.</p> <p>Den mest allmänna orsaken till brännskador hos små barn är het dryck eller mat.</p>
<p>Statistik visar att minst hälften av alla bränno-lyckor kan förhindras.</p> <p>Skydda ditt barn för brännskador genom att göra några enkla förändringar i hemmet.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Sätt inte några heta föremål, mat eller vätska i närheten av kanten av ett bord eller en köksbänk.• Använd spisens bakersta plattor i matlagningen och vänd kastrullernas handtag i linje med spisens mellersta del• Använd inte någon bordduk på köksbordet.



<p>TRYGGHET TILL VARDAGEN</p>	<ul style="list-style-type: none">● Stabilköksstege● Robusta förfästningar av hyllor, tavlor osv.● Halkskydd under alla mattor● Fäst mattans böjda hörn med mattejp
<ul style="list-style-type: none">● Allmän prydlighet● Lampor som blir varma på tillräckligt avstånd från gardiner● Inte några tunga föremål på hyllor och skåp	<ul style="list-style-type: none">● Dammsug elektriska apparaters baksidor regelbundet● Skydda oanvända eluttag med skyddspropp



<p>PLÖTSLIG BRÖSTSMÄRTA HJÄRTINFARKT</p>	<p>Lugna ner och sätt personen i absolut vila.</p> <p>En halvsittande ställning kan vara mest smärtfri.</p> <p>Ring omedelbart 112.</p>
<p>Den mest allmänna dödsorsaken hos den arbetsföra befolkningen</p> <p>Kan vara ett förhandssymptom på livlöshet.</p>	<p>Med livsstil kan man påverka hjärtats hälsa.</p> <p>Hälsosamma närings- och idrottsvanor ökar friska levnads år och skapar glädje och tillhörighets-känsla</p>