

Peruselintoiminnot

- Hengitys
- Verenkierto
- Tajunta

Hengittääkö autettava?

- Mistä tiedät hengittääkö autettava?
- **Tunnustele** poskellasi tai kätesi selkäpuolella ilmavirtausta.
- **Katso** liikkuuko rintakehä.
- **Kuuntele** kuuluuko hengityksen ääni.
- Arvioi onko hengitys normaalia, epänormaalia tai puuttuuko se.

- Montako kertaa minuutissa ihminen hengittää normaalisti?
- Paljonko happea on sisäänhengitysilmassa?
- Paljonko happea on uloshengitysilmassa?

- Normaalisti ihminen hengittää 12-16 kertaa/min.
- Sisäänhengitysilmassa on 21% happea ja 0,03% hiilidioksidia.
- Uloshengitysilmassa on 16% happea ja 4,0% hiilidioksidia.

Harjoitus

- Laskekaa parinne hengitys minuutin ajan.

- Mikä on ihmisen normaali sydämen lyöntitiheys eli syke?
- Mikä on normaali verenpaine?
- Mitä verenpaine tarkoittaa?

Sydämen syke

- Normaali sydämen syke on aikuisella 60-80/min.
- Nuorilla syke on 60-70/min.
- Koululaisella syke on 80-90/min
- Pienellä lapsella normaali syke on noin 100-125/min

- Syke vaihtelee suuresti. Kouluikäisellä syke jää levossa yleensä alle 110/min, mutta voi rasituksessa nousta tasolle 200/min.
- Lähde: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=skl00034
20.3.2012 klo 8.40.

- Verenpaine on aikuisella normaali, kun se on alle 130/85 mmHg (millimetriä elohopeaa).
- Verenpaineen suurempi luku on systolinen eli yläpaine, joka ilmoittaa valtimon sisällä olevan paineen sydämen supistuessa. Pienempi luku on diastolinen eli alapaine. Se ilmoittaa paineen sydämen lepovaiheen aikana.
- Lähde: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00034
20.3.2012 klo 8.00

Verenkierron normaalit arvot

Ikä	Normaali syke	Normaali verenpaine
Aikuinen	60-80/min	< 130/85 mmHg
Nuori	60-70/min	120-130/75-85mmHg
Koululainen	80-90/min	110-120 /75 mmHg
Pieni lapsi	100-125/min	<100/60 mmHg

Lähde: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00547
20.3.2012 klo 8.45

Harjoitus

- Laskekaa parinne syke ranteelta ja kaulalta minuutin ajan.

Tajunta

- Selvitä onko autettava hereillä
 - Puhuttele äänekkäästi
 - Ravistele hartioista

Glasgow'n kooma-asteikko

- Glasgow'n kooma-asteikko (GCS, Glasgow Coma Scale/Score) on henkilön tajunnantason arviointiin kehitetty asteikko.
- Asteikon suurin arvo 15 (täysin hereillä oleva henkilö) ja pienin arvo on 3 (syvä tajuttomuus tai kuolema)
- Ensiapupäivystyksessä potilaan tarkkailu-saatelomakkeessa on GCS käytössä.

Glasgow'n kooma-asteikko

TOMINTO	REAGOINTI	
Silmien avaaminen	Oma-aloitteisesti	4
	Kehotuksesta	3
	Kivusta	2
	Ei lainkaan	1
Puhevaste	Asiallinen	5
	Sekava	4
	Sanoja	3
	Ääntelyä	2
	Ei mitään	1
Paras liikevaste	Noudattaa kehotuksia	6
	Paikantaa kivun	5
	Väistää kivun	4
	Koukistaa raajoja	3
	Ojentaa raajoja	2
	Ei reagoi	1