

Ohutuse tagavad
igapäevased lihtsad
ettevaatusabinõud.

Informatsioon ja juhised õnnetusjuhtumite vältimiseks ning hädaolukordadeks



KODU JA VABA AEG

Teie kodu võib olla ohtlik koht. Lõppkokkuvõttes moodustavad kodus või vabal ajal saadud vigastused siiski kaks kolmandikku kõigist traumadest. Igal aastal hukkub liiklusõnnetustes umbes 400 soomlast ja sünget seisu näitab ka uppumisi kajastav statistika. Uppumisõnnetuste peamine põhjus on alkohol. Ujumine ja alkohol ei sobi kokku.

SUURÕNNETUSTE RISK

Kõigi päästeteenistuse komandode piirkondades asub ettevõtteid, kus töödeldakse ohtlikke kemikaale ning ohtlikke aineid veetakse ka maanteel ja raudteel. Õnnetusjuhtumi korral hoiatab päästeteenistus selles piirkonnas viibijaid, annab juhiseid kaitseabinõude rakendamiseks ja korraldab vajadusel evakueerimist.

ETTEVAATUSABINÕUDE RAKENDAMINE

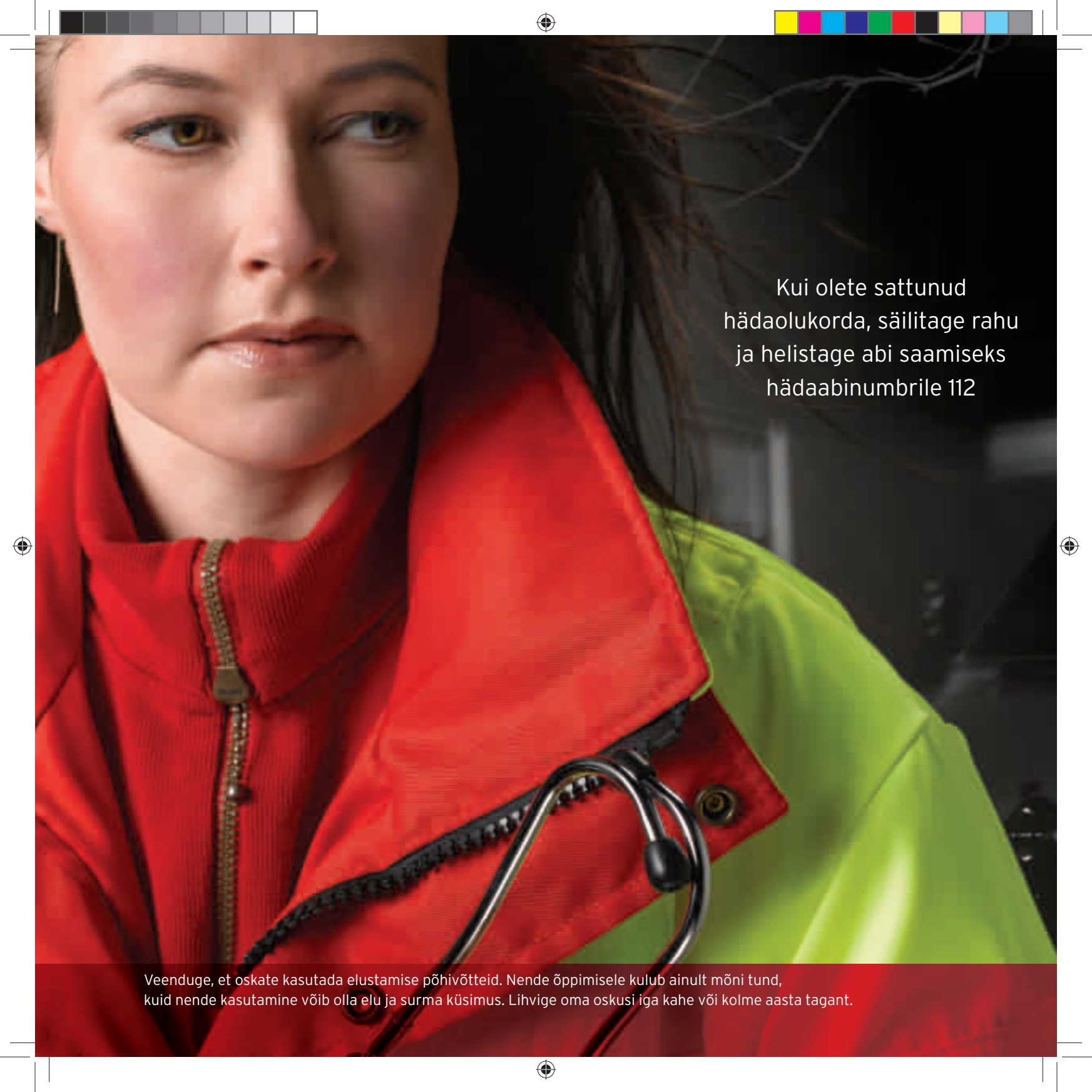
Kas olete kunagi mõelnud, kuidas te tuleksite toime voolukatkestuse korral, mis kestab kauem kui üks päev, või siis, kui piirkonna küttesüsteem läheb rivist välja või joogiveevarustus katkeb? Kuidas hangiksite toitu, kui te ei pääseks üleujutuste või lume tõttu kodust välja? Selles brošüüris antakse juhiseid, kuidas valmistuda katkestusteks ja hädaolukordadeks, mis häirivad teie igapäevast elu.

TSIVIILKAITSE

Brošüüris antakse ka informatsiooni ja juhiseid inimeste ja vara kaitsmiseks tsiviilkaitse abinõude rakendamise ajal kriisiolukordades. Pöörduge päästeteenistuse poole, et selgitada välja lähima hädaabi varjendi asukoht või saada juhiseid ajutise varjendi püstitamiseks.



Meditiinilised hädaolukorrad	5
Õnnetusjuhtumid	11
Tuleohutus kodus	17
Turvalise kodu loomine lastele	23
Ohutusalasel nõuanded eakatele	25
Katkestused, mis häirivad teie igapäevast elu	26
Suurõnnetused	29
Piirkondlikud päästeteenistused	33
Partnerid	38
Helistamine hädaabinumbrile 112	39



Kui olete sattunud
hädaolukorda, säilitage rahu
ja helistage abi saamiseks
hädaabinumbrile 112

Veenduge, et oskate kasutada elustamise põhivõtteid. Nende õppimisele kulub ainult mõni tund, kuid nende kasutamine võib olla elu ja surma küsimus. Lihvige oma oskusi iga kahe või kolme aasta tagant.



Meditsiinilised hädaolukorrad

Vigastusi ja ootamatuid haigestumisi võib esineda igal ajal ja igal pool. Sellises olukorras võib olla raske jääda rahulikuks ja anda kannatanule õiget abi. Siiski on oluline, et helistaksite numbril 112 ja kutsuksite appi kiirabi.

ANDKE ESMAABI

Esmaabi eesmärgiks on tagada, et kannatanu hingamisteed oleksid avatud ja hingamise ning vereringe säilitamine.

1. Hinnake kiiresti olukorda, veenduge, et teie ise ei oleks ohus, ja helistage numbrile 112.
2. Avage kannatanu hingamisteed. Selleks tõstke kannatanu lõug üles ja kallutage pea taha.
3. Kui kannatanu on teadvuseta ja ta ei reageeri, siis kontrollige, kas ta hingab. Kontrollige oma käeselja või põsega, kas on tunda õhu liikumist või kas on kuulda hingamist.
4. Kui kannatanu ei hinga, alustage elustamist (südamemassaaž).
5. Kui kannatanu on teadvuseta, kuid hingab, asetage ta külillasendis ja hoidke soojas.
6. Peatage mis tahes verejooks, surudes haava oma kätega kinni. Tõstke vigastatud jäse üles ja veenduge, et kannatanu jääks lamama.
7. Kui kannatanul kahtlustatakse selgroovigastusi, siis hoidke tema pead liikumatuna.

Hädaolukorras

- Peatuge ja mõelge.
- Helistage numbrile 112.
- Veenduge, et te pole ohus ja vältige lisatraumasid.
- Andke esmaabi.
- Juhatage päästeteenistus sündmuspaigale.

KIIRE REAGEERIMINE ON OTSUSTAVA TÄHTSUSEGA



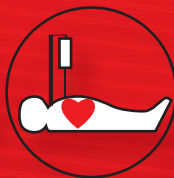
Helistage numbrile 112



Alustage viivitamatult elustamist



Viivitamatult tuleb alustada defibrillatsiooni (rütmihäirete likvideerimine elektrimpulsside abil).



Hädaolukordadele spetsialiseeritud arstiabi.

OOTAMATU HAIGESTUMINE

SÜDAMEINFARKT (VALU RINDKERES SÜDAMEPIIRKONNAS)

Kui kahtlustate, et kellelgi on südameinfarkt, helistage viivitamatult numbrile 112.

Südameinfarkt algab sageli ebamääraste sümptomitega, mida põhjustab südamelihase tekkiv hapnikupuudus. See esineb siis, kui verevool südamelihasesse lakkab või väheneb oluliselt. Südameveresoonkonna haigused on südameinfarkti tagajärjel tekkiva äkksurma kõige levinum põhjus.

Kannatanu ellujäämisvõimalused sõltuvad sellest, kui kiiresti kiirabi jõuab sündmuskohale. Kiirabibrigaad kontrollib kannatanu seisukorda ja alustab ravi juba kohapeal enne kannatanu viimist haiglasse edasisele ravile.

Sümptomid

- Laia piirkonda hõlmav valu rindkeres, mis kestab rohkem kui viis minutit.
- Rõhumine, ängistav või pigistav valu rinnaku ümbruses.
- Kätte, kaela või õlgadesse kiirgav valu.
- Kahvatu, jahe, higine nahk.
- Hingamispuudulikkus, ärevus.
- Seletamatu valu kõhupiirkonna ülaosas, iiveldus ja nõrkus (eelkõige naistel ja diabeedihaigetel).

Kuidas toimida

- Laske kannatanul olla rahulikult.
- Asetage kannatanu poolistuvasse või (kui kannatanul esineb hingamispuudulikkus) istuvasse asendisse, ettepoole kummargile.

Täiendavat informatsiooni leiате:

www.sydanliitto.fi,
www.terveysportti.fi,
www.emergencyfirstresponce.com,
www.medicfirstaid.com,
www.ecr.edu



SÜDAMESEISKUS

Kui südametegevus seiskub, on ellujäämine sekundite küsimus.

Südameisekuse ajal südametegevus lakkab. Südamemassaaži abil saab ka vastava kvalifikatsioonita isik tagada vereringe säilimise kuni kiirabi saabumiseni. Kannatanu ellujäämine sõltub sellest, kui kiiresti elustamist alustatakse.

Sümptomid

- Kannatanu ei reageeri, kui teda puudutatakse või kõnetatakse.
- Kannatanu on kliinilises surmas ja ei liiguta.
- Kannatanu ei hingata või teeb suu kaudu häälekaid ja raskeid hingetõmbeid (agonaalne hingamine*)

Kuidas toimida

- **Helistage viivitamatult numbrile 112.**
- Avage kannatanu hingamisteed ja kontrollige hingamist ning õhu liikumist.
- Alustage elustamist kaudse südamemassaažiga.
- Kui te oskate kasutada elustamisvõtteid (30 kaudset südamemassaaži, millele järgneb kaks kunstlikku hingamist), siis alustage kannatanu elustamist.
- Kui kannatanu oksendab, seadke ta korraks küliliasendisse. Eemaldage kannatanu kurgust sõrmedega suured takistused. Elustamist võite katkestada ainult maksimaalselt 30 sekundiks.
- Kui te ei suuda kannatanu hingamisteid oksest vabastada, jätkake kaudse südamemassaaži tegemist kuni kiirabi saabumiseni.
- Lõpetage elustamine alles siis, kui kiirabi on selleks loa andnud.

Kuidas viia läbi elustamist?

Tehke 30 kaudset südamemassaaži, seejärel kaks kunstlikku hingamist. Kui kannatanu rindkere kunstliku hingamise tulemusel ei tõuse, ÄRGE jätkake kunstliku hingamise tegemist. Kõige tähtsam on tagada kannatanu vereringe säilimine, tehes kaudset südamemassaaži. Pikad vaheajad südamemassaažis võivad põhjustada ajukahjustust.

INSULT

Insulti põhjustab aju veresoonte ummistus või rebend. Äkiline insult nõuab viivitamatut haiglaravi. Ainult kiirabipersonal oskab anda õige hinnangu olukorra tõsiduse ja nõutava ravi kohta.

Helistage viivitamatult numbrile 112 isegi siis, kui sellised sümptomid nagu käe või jala halvatus olid ainult ajutised.

Sümptomid

- Kõnehäired, ebaselge kõne.
- Neelamishäired.
- Alahuule rippumine.
- Äkiline nõrkus või tuimus käsivarres või jalgas.
- Nägemisprobleemid, topeltnägemine

Kuidas toimida

- **Helistage viivitamatult numbrile 112.**
- Avage kannatanu hingamisteed ja asetage ta küliliasendisse.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.stroke.fi

*Agonaalne hingamine sarnaneb hingamisega, kuid õhuvool puudub. Agonaalset hingamist esineb 40%-l kõigist südameisekusega patsientidest.

VIGASTUSED

Enamikke kodus ja vabal ajal esinevatest vigastustest saab hõlpsasti vältida, kui rakendada ohutegurite kõrvaldamiseks lihtsaid ettevaatusabinõusid ja muuta igapäevast rutiini.

Kodu peaks olema turvaline koht igas vanuses inimestele. Liikudes toast tuppa neljakäpakil, märkate kindlasti ohtusid, mis kõidavad teie laste tähelepanu. Lugege väikeste lastega peredele antud ohutusälaseid nõuandeid lk 23.

Eakate inimeste vigastuste kõige levinumad põhjused on kukkumised, komistamine ja libisemine. Lugege ohutusälaseid nõuandeid lk 25.

VAIMSE TERVISE PROBLEEMIDEGA SEOTUD HÄDAOLUKORRAD

Vaimsete probleemidega isik vajab professionaalset abi ja erihooldust. Sellised inimesed võivad kaotada reaalsustaju ja käituda enesehävituslikul viisil või mitte toime tulla enese eest hoolitsemisega, seades ohtu iseenda ja neid ümbritsevad inimesed. Sellisel juhul helistage numbrile 112.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.ktl.fi/english

PÕLETUSED

Põletusi klassifitseeritakse nende tekkepõhjuse järgi: kemikaalide, kuumuse, elektri tagajärjel tekkinud ja hingamisteede põletused.

Põletus vigastab nahka ja selle all paiknevaid kudesid. Kuumade gaaside sissehingamine võib põhjustada kurgus eluohtlikku paistetust ja selle tagajärjel hingamisteede takistust. Kui vigastatud kehapind on suurem kui teie peopesa, pöörduge viivitamatult arsti poole.

Abi saamiseks helistage numbrile 112

- Kui põletused on ulatuslikud või kannatanu on sisse hinganud kuumi gaase või tal on elektripõletused.
- Kui kannatanul on ulatuslikud ja sügavad põletused näol, kätel, jalgadel, kubemepiirkonnas, seljal või suuremate liigeste ümbruses..

Esmaabi tõsiste põletuste korral

- Helistage numbrile 112.
- Veenduge, et kannatanu hingamisteed oleksid avatud.
- Jahutage põlenud piirkonda 10 minutit külma veega.
- Kui kiirabi ei ole 10 minuti jooksul saabunud, katke kannatanu soojuskao vältimiseks kinni.
- Asetage näo/hingamisteede põletusega kannatanu poolistuvasse asendisse.

Esmaabi kemikaalipõletuste korral.

- Tagage iseenese ohutus ja helistage numbrile 112.
- Viige kannatanu ohtlike kemikaalide mõjupiirkonnast eemale.
- Laske kannatanul saastunud riided seljast ära võtta. Vastasel juhul võivad kemikaalide aurud seada ka teised isikud ohtu. Kui kannatanu on teadvusel ja suudab ise kõndida, viige ta duši alla pesema.
- Uhtke nahale sattunud vedelaid kemikaale voolava veega vähemalt 20 minutit.
- Enne veega loputamist eemaldage pulbrilised kemikaalid nahalt harjamise teel

MÜRGISTUSED

Kodus esinevate mürgistuste kõige sagedasemad põhjused on alkohol, ravimid ja mürgised taimed, kemikaalid ning seened.

Kui kannatanul ei esine nähtavaid mürgistuse sümptomeid ja te vajate täiendavaid juhiseid, siis helistage Mürgistusteabekeskuse ööpäevaringse teabeliini numbrile (09) 471 977 või (09) 4711 ja järgige juhiseid.

Ravimite üledoosid

Kui kahtlustate, et kellegi elu on ravimite üledoosi tõttu ohus, siis helistage kohe numbrile 112.

Kuidas toimida

- Kui kannatanu on teadvusel, andke talle võimaluse korral söetablette.
- Kui kannatanu on teadvuseta, kuid hingab normaalselt, asetage ta küliliasendisse.
- Koguge kokku kõik leitud ravimid ja ravimite pakendid, et need kiirabipersonalile üle anda.
- Ärge laske kannatanul juua alkoholi.

Mürgiste taimede või seente söömine

Püüdke enne esmaabi andmist välja selgitada, milline taim või seen põhjustas mürgistuse.

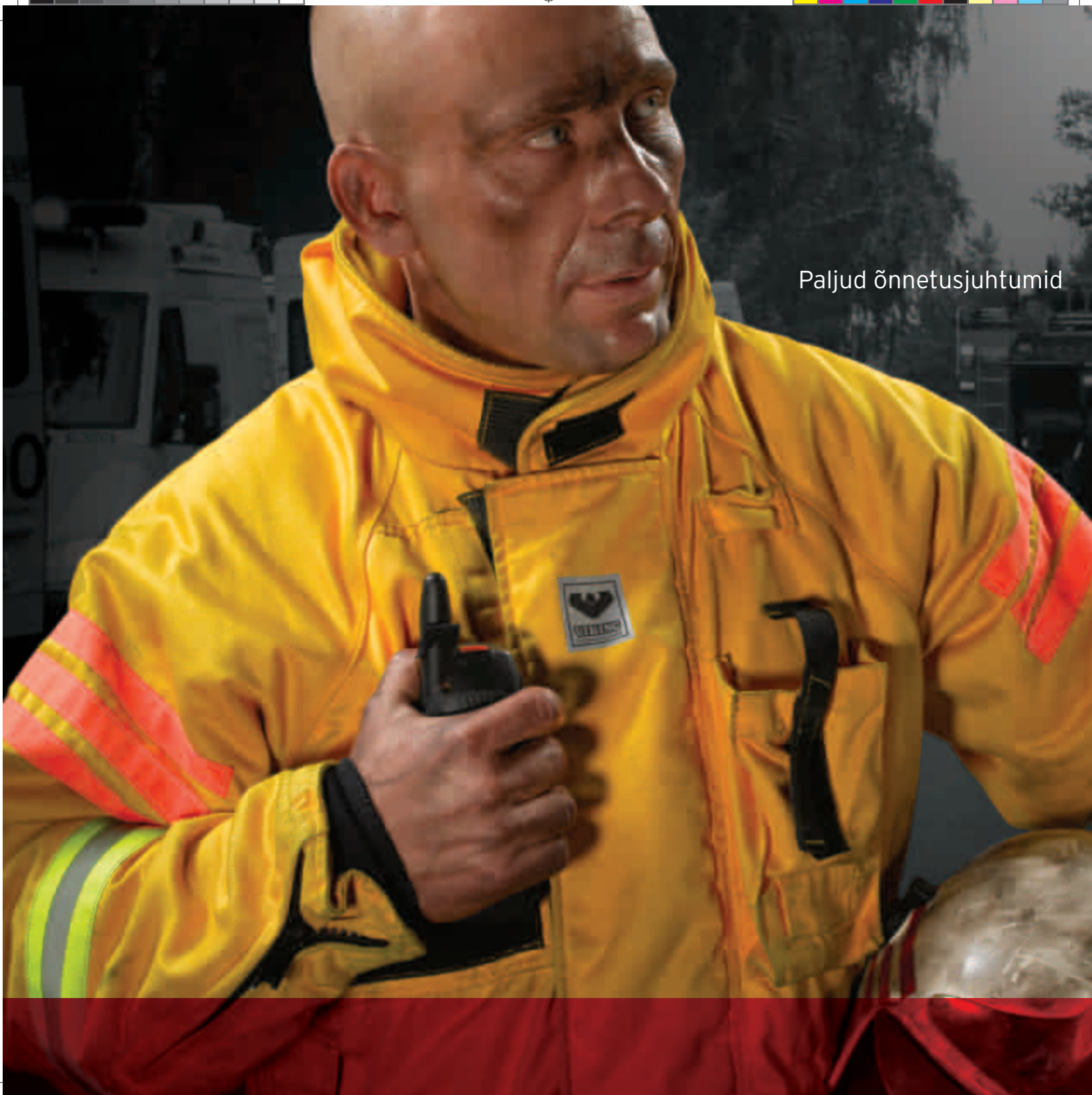
Kuidas toimida

- Kontrollige, kas kannatanu suus ei ole mõnda taimi või seene tükikest.
- Andke kannatanule taimset (meditsiinilist) sütt vastavalt pakendil olevatele juhistele.
- Helistage numbrile 112 või Mürgistusteabekeskuse numbrile (09) 471 977 või (09) 4711.

TEIE ESMAABIKOMPLEKT PEAB SISALDAMA JÄRGMIST VARUSTUST


- Tugev, veekindel kott või karp
- Esmaabi andmise juhendid
- Kaitsekindad, mis ei sisalda lateksit
- Kaitsemask kunstliku hingamise tegemiseks
- Termotekk
- Kaks esmaabisidet
- Kaks elastiksidet
- Kaks kolmnurkrätikut
- Plaaster
- Kleeplint
- Külmakompress
- Pintsetid puugi eemaldamiseks
- Haavatampoonid või desinfitseeriv vahend
- Valuvaigistid
- Ussihammustuse komplekt
- Meditsiiniline süsi (mürgistuste jaoks)
- Palavikku alandavad ravimid (ravimküünlad või vedelik palavikust tingitud krampide korral)
- Käärid

Pidage meeles, et keskustest eemal asuvates piirkondades võib abi saabumiseni kuluda rohkem kui tund.



Paljud õnnetusjuhtumid





on välditavad.

Õnnetusjuhtumid

Õnnetusjuhtumite põhjustajateks on peaaegu alati inimtegurid. Väsimus, pinge, stress, viha ja isiklikud probleemid mõjutavad meie keskendumist tööl, kodus ja liikluses.

Kui märkate õnnetusjuhtumit, peatuge ja aidake kannatanuid. Helistage numbrile 112 ja juhatage päästeteenistus õnnetuspaigale. Veenduge, et oskate anda esmaabi ning teate, kuidas abistada raskete vigastustega kannatanut.



LIIKLUSÕNNETUSED

Liiklusõnnetuste põhjuseks ei ole halvad ilmastikutingimused

Enamike liiklusõnnetuste põhjuseks on hooletu juhtimine ja liigne kiirus. Palju liiklusõnnetusi saaks ära hoida, kui sõidukijuhid oleksid tähelepanelikumad ega unustaks säilitada ohutut pikivahet eessõitvast sõidukist.

Kinnitatud turvavöö vähendab oluliselt vigastuste riski. Kas teadsite, et kokkupõrkel vabanev kineetiline jõud võib muuta täiskasvanu kaalu võrreldavaks elevantiga? Sõidukis viibijad, kelle turvavöö ei ole kinnitatud ning paisatakse avarii korral vastu sõidukis olevaid esemeid, ei ohusta mitte ainult iseennast, vaid seavad ohtu ka teiste kaassõitjate elud.

Teie kohustused

- Järgige liikluseeskirju ja õpetage neid ka oma lastele.
- Olge teistele eeskujuks.
- Kandke kaitsekiivrit, kui sõidate jalgratta või rulluiskudega.
- Hoidke autos helkurvesti.
- Vältige sõiduki juhtimist, kui olete vihane või kogu öö üleval olnud.
- IGAÜKS SAAB AIDATA!

Kuidas toimida

- Jätke auto teepervele seisma.
- Kontrollige olukorda, enne kui helistate numbrile 112.
- Tagage iseenda ohutus ja vältige uusi õnnetusjuhtumeid. Lülitage enne autost väljumist sõiduki ohutuled sisse ja pange selga helkurvest. Paluge teistel õnnetuspaigale saabunud sõidukijuhtidel suunata liiklust. Paigutage ohukolmnurk õnnetuskohast piisavalt kaugemale.
- Kui ohtlike aineid vedanud sõiduk põleb, on sattunud kokkupõrkesse või sõitnud teelt välja, siis ärge lähenege sõidukile enne, kui olete häirekeskuselt selleks loa saanud. Vajadusel küsige häirekeskuselt enne õnnetuspaigale lähenemist täiendavaid juhiseid.*
- Kontrollige vigastatute arvu ja nende seisukorda.
- Ohu korral, kus kannatanud võivad mööduvatelt sõidukitelt löögi saada või põleva auto suitsus ja leekides hukkuda, viige nad maanteelt ära või tõstke vigastatud autost välja.
- Avage teadvuseta kannatanu hingamisteed. Selleks kallutage tema pea taha ja tõstke lõug üles.
- Kui sõiduki kiirus oli suur või juhul, kui mõni kaassõitjatest on liikuvast sõidukist välja paiskunud, võib kannatanutel esineda selgroovigastusi. Toetage käega kannatanu pead ja paluge tal püsida liikumatult.
- Hoidke kannatanut soojas ja kuivana.

VEES TOIMUNUD ÕNNETUSED

Kasutage vees või veekogu lähedal olles oma tervet mõistust

Igal suvel esineb Soome veekogudes uppumisi ja muid surmaga lõppevaid õnnetusi. Paljud surmajuhtumid oleksid hõlpsasti ärahoitavad, kui välditaks alkoholi ning rakendataks õigeid ujumis-, päästmis- ja veesõidukite juhtimisvõtteid.

Kasutage õigeid ettevaatusabinõusid

Kontrollige enne teeasumist paadi ja selle varustuse seisukorda. Jälgige ka viimaseid ilmaennustusi, et te ei jääks tugevate tuulte ega tormi kätte.

Vastavalt Soome seadusele peavad kõigis üle viie meetri pikkustes purjepaatides ja kõigis mootorpaatides olema päästevestid kõikide pardal viibijate jaoks, lisaks sellele aerud või möla, ankur, ankru köis ja tarvik paadi veest tühjendamiseks. Paadid, mille pardal on gaasipliit, 34 hj ületav püramootor või sisemootor, kergsüttivad vedelikud, vedelgaas või aku, peavad olema varustatud ametlikult heakskiidetud kaasakantava tulekustutiga. Ajakohastatud kaardid on samuti tähtis ohutustegur.

Pidage meeles

- Kandke paadis päästevesti.
- Jääge alkoholi tarvitamisel seadusega ettenähtud piiridesse.
- Hoidke hädaabinumbreid käepärast.

Kuidas toimida uppumisõnnetuse puhul?

Kasutage veesolija päästmiseks päästerõngast, nõõri, aeru või pootshaaki. Kui olete ise vees, siis lähenege kannatanule tagant. Vastasel juhul võib kannatanu sattuda paanikasse ja tõmmata teid vee alla.

Vee alt päästetud inimene tavaliselt oksendab, sest on neelanud vett. Vesi ja okse võivad ummistada kannatanu hingamisteid ning seetõttu peate kiiresti puhastama kannatanu kurgu ja seadma ta enne elustamist küliliasendisse. Kui kannatanu on vee all olnud ainult mõne minuti, võite elustamisega taastada tema elutalituse.

Kui abi on kättesaamatu või läheduses pole telefoni, siis jätkake elustamist MITTE ROHKEM KUI üks minut enne hädaabinumbri helistamist.

Kui te ei suuda kannatanut vees päästa ja ta vajub vee alla, siis jätke see koht kindlasti meelde. Tähtis on, et oskaksite päästeteenistusele näidata täpse koha, kus kannatanu vee alla vajus.

Merel ja siseveekogudel esinevate hädaolukordade puhul helistage numbrile 112.

Merel esinevate hädaolukordade puhul võite helistada ka Merepäästkeskuse numbrile 0204 1000.

Merepäästkeskus vastutab päästetööde eest merel ning päästeteenistused vastutavad päästetööde eest siseveekogudel.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.viisastivesilla.fi , www.raja.fi , www.coastguard.fi



LÄBI JÄÄ KUKKUMINE

Ärge kunagi liikuge jääteedel üksi

Enne jääteele suundumist küsige endalt, kas see ikka on võimalik ja kas te võite olla kindel, et jää teid kannab. Kui te siiski otsustate teele asuda, kontrollige üle, kas teil on kaasas järgmine varustus: paar jäänaasklit, pikk toigas (jäähõõr), vahetusriided, mobiiltelefon (veekindlas ümbrises), päästenõör ja termotekk. Pidage meeles, et jäänaasklid on kasutatud, kui hoiate neid oma taskus!

Jäisesse vette kukkumine on eluohtlik! Vesi alandab teie kehatemperatuuri 25 korda kiiremini kui sama temperatuuriga õhk, mis tähendab, et alajahtumise sümptomid ilmnevad minutitega.

Kui kukute läbi jää

- Jääge rahulikuks.
- Hüüdke kedagi appi või vilistage.
- Vedage ennast jäänaasklite abil veest välja. Kui näete, et keegi teine on läbi jää kukkunud, lähenege talle sellest suunast, kus jää on tugev ja roomake viimased meetrid.
- Pange kuivad riided selga kohe, kui olete veest väljas, ja püüdke saada sooja.
- Helistage numbrile 112.
- Andke veest päästetud isikule selga mõni oma riidesemetest ja püüdke takistada tema kehatemperatuuri edasist langemist.
- Olge liikumatul ja hoidke oma jalgu ülestõstetud asendis.

Alajahtumise all kannatavat isikut võib liigutada ainult ettevaatlikult ja teda ei tohi hõõruda, elustada, anda talle alkoholi ega viia duši alla või sauna. Teadvusel olevale isikule võib anda juua midagi sooja ja magusat

LOODUSÕNNETUSED

Jääge rahulikuks ja pange pea tööle!

Tormide, paduvihmade ja üleujutuste tagajärjel alustatakse sageli mitmeid samaaegseid päästeoperatsioone, mis tähendab, et abi ei jõua kõikide abivajajateni samal ajal. Päästeteenistused tulevad appi näiteks siis, kui katusekonstruktsioonid on muutunud ohtlikuks või puud on kukkunud või kukkumas hoonetele ja teedele. Päästekomandod on äärmuslike ilmastikutingimuste korral hõivatud ka paduvihma tõttu tekkinud kanalisatsioonirikete ja veekahjustustega. Elektriliinidele kukkunud puude eemaldamine on tavaliselt elektritöötajate kohustus.

Loodusõnnetuste ajal saate informatsiooni ja juhiseid peamiste meediakanalite kaudu.

Kuidas valmistuda loodusõnnetusteks?

Säilitage rahu ja hoidke pikaajalisteks voolukatkestusteks varuks küünlaid ja patareidega töötavaid lampe.

Veenduge, et teie paat on korralikult kinnitatud.

Kontrollige, kas teie paat on tugevate tuulte ja paduvihmade ajal korralikult kinnitatud. Lahtine paat võib tõsiselt kahjustada teisi ankrusolevaid veesõidukeid

Kuidas toimida

- Püüdke takistada üleujutusvee sisenemist kohtadesse, kus see võib põhjustada kahjustusi.
- Veenduge, et keegi pole vigastatud ning et ohupiirkonda pole jäänud inimesi.
- Helistage numbrile 112.
- Takistage inimeste sisenemist ohutsooni (näiteks piirkonnad, kus on kukkuvaid puid ja ohtlikke plekk-katuseid).

ÕNNETUSJÄRGNE TAASTUSABI

Õnnetusjuhtumiga seotud inimesed vajavad sageli pärast juhtunut professionaalset abi, et nad saaksid jätkata oma igapäevaseid tegemisi. Hädaloelukord mõjub kahjustavalt kannatanutele, abistajatele, tunnistajatele ja kannatanu perekonnaliikmetele.

Õnnetusjärgne taastusabi aitab toime tulla õnnetusjuhtumitest, ootamatutest surmadest ja lähedaste kaotusest tingitud järelmõjude ja kannatustega. Samuti aitab see vabaneda ängistusest ja vältida stressi sümptomeid.

Soomes pakuvad õnnetusjärgset taastusabi.

- Tervisekeskused ja haiglad
- Kriisirühmad ja kriisikeskused
- Töötervishoiuamet
- Sotsiaalhoolekandeamet
- Psühhiaatrikliinikud
- Perenõustamiskliinikud
- Kogudused
- Perenõustamiskeskused
- Soome Ohvriabi

Kohalike omavalitsuste, sotsiaalabi ja kriisikeskuste abiliinidega saab ühendust ka päästeteenistuse kaudu, helistades numbrile 112.

Kohalike omavalitsuste abiliinid.

Kohalike omavalitsuste abiliinidelt saab abi lastekaitse, vaimse tervise, uimastite kuritarvitamise, sissetulekute, eakate ja invaliididega seonduvate probleemide ning kriisilukordade puhul ka pärast tavapärasest tööaega. Te võite jääda anonüümseks ja abiliin on mõeldud kõigile, kes on sattunud kriisilukorda. Abiliinile võivad kellegi teise eest helistada ka perekonnaliikmed, naabrid, sõbrad või ametnikud. Teenus on tasuta.

HEHU-meeskond

Soome Evangeelse Luterliku Kiriku päästemeeskond HEHU abistab vastavaid asutusi, andes psühholoogilist abi õnnetuspaikades.

Üleriigilised abiliinid

Soome Vaimse Tervise Ühingu üleriigiline abiliin
0203 44 55 66
E 9-22, T-R 9-06 ja L 15-22

Kriisiabi välismaalastele
(09) 4135 0501 kõigil nädalapäevadel 9-15

Soome Evangeelse Luterliku Kiriku üleriigiline abiliin
01019-0071
P-N 18-01 ja R-L 18-03

Soome Ohvriabi
0203 16116


www.tukinet.fi on võrgu kaudu kättesaadav kriisiabikeskus. Veebilehel pakuvad teile toetust vabatahtlikud ning samuti saate osaleda vestlusrühmades.

Soome Punane Rist

Soome Punase Risti (FRC) päästeüksus, mis kuulub Soome Vabatahtlikku Päästeteenistusse ja päästesüsteemi, pakub õnnetuse ohvritele psühholoogilist ja materiaalset abi esimestel päevadel pärast õnnetusjuhtumit. Samuti korraldab Soome Punane Rist (FRC) alalise psühholoogide rühma tööd ja väljaõpet tegutsemiseks suurõnnetuste ajal ja hädaloelukordades.



Igal aastal hukkub Soomes tulekahjudes umbes sada inimest. Suhtarvudes on see võrreldes teiste Lääne-Euroopa riikidega palju suurem näitaja. Enamiku tulesurmade põhjuseks on mürgistus koos teadvusekaotusega.



Olge tulega
alati ettevaatlik.

Tuleohutus kodus

Elamus puhkenud tulekahju muutub eluohtlikuks 2-3 minutiga. Esemete, nagu mööbli, tekstiili ja kodumasinade põlemisel tekkivate kuumade gaaside sissehingamine põhjustab teadvusekaotust ja surma mõne minuti jooksul.

Põlevast hoonest tuleb kiiresti välja saada, sest kuumad gaasid halvendavad nähtavust ning isegi tuttavas ümbruskonnas võite kaotada suunataju. Kõige ohutum on välja roomata, sest põranda lähedal on nähtavus kõige parem.

KAS TEIE KODU ON PIISAVALT TURVALINE?

Kandke hoolt, et teie kodu oleks turvaline. Tuleohutuse kontrollimine ei maksa midagi ja sellele kulub ainult mõni minut.

Kui elate korteriühistusse kuuluvas majas, kus on vähemalt viis korterit, peaksite uurima korteriühistu poolt koostatud päästeplaani. Tutvuge ka kohaliku päästeteenistuse koduleheküljel antud uusimate juhistega, kuidas tulekahjusid ära hoida ja mida teha tulekahju puhkemisel.

- Veenduge, et teie maja numbrimärk oleks valgustatud ja maja juurde viivalt teelt nähtav.
- Tehke kindlaks maja ventilatsiooniseadmete lüliti asukoht. Kui majas puhkeb tulekahju, peate ventilatsiooniseadmed välja lülitama, et vältida tule levikut ühest ruumist teise. Ventilatsiooniseadmed tuleb välja lülitada ka siis, kui tulekahju on puhkenud maja läheduses, et takistada kuumade gaaside sisenemist majja ja vältida kahjustusi.
- Veenduge, et suitsuandurid on töökorras ning paigaldatud nõuetekohaselt õigesse kohta.
- Hoidke tuletikke laste kättesaamatus kohas.
- Hoidke väljapääsuteed vabad.
- Kontrollige, kas tuletõrjeredel, mis võimaldab hädaolukorras väljapääsu ülemistelt korrustelt, on töökorras.
- Hoidke tulekindlad ukсед suletuna.
- Kontrollige katuseredeli, juurdepääsuredeli ja seinaredeli seisukorda.
- Laske oma kütteõlimahuti regulaarselt kontrollida ja hooldada.
- Veenduge, et küttekolletes ja suitsulöörides ei oleks pragusid, ning laske neid regulaarselt puhastada.
- Kontrollige, et saunaahi oleks stabiilsel alusel ja vastaks kõigile tuleohutusnõuetele. Ärge riputage pesu ahju kohale.
- Ärge hoidke kergesti süttivaid materjale ja esemeid hoone seinte ääres, pööningutel, keldris ega garaažis.
- Kandke hoolt, et kõik elektriseadmed ja -paigaldised oleksid töökorras ning vastaksid kõigile asjakohastele nõuetele.
- Kandke hoolt, et kõik tuleohtlikud vedelikud, vedelgaas ja muud ohtlikud materjalid oleksid nõuetekohaselt hoitud.
- Ärge hoidke vedelgaasi mahuteid keldris.
- Surve reguleerimise ventiile ja kraane ning gaasivoolikuid tuleb kontrollida igal aastal ning voolikud tuleb välja vahetada iga viie aasta järel.
- Kui kasutate vedelgaasi siseruumides, siis kindlustage nõuetekohane ventilatsioon.
- Hoidke lahusteid, värve, puhastusvahendeid, desinfitseerivaid aineid, putukamürke, ravimeid ja mürgiseid taimi lastele kättesaamatus kohas.
- Kandke hoolt, et teie tulekustutusvarustus oleks nõuetekohaselt kontrollitud ja hooldatud.
- Veenduge, et kõik pereliikmed oskaksid kasutada esmaseid tulekustutusvahendeid ja teaksid, kuidas leida hädaolukorras väljapääsuteed.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.spek.fi

PRAKTILISED JUHENDID

Suitsuandurid pakuvad kaitset väikeste kulu eest.

Soomes peavad kõik korterid ja suvilad olema varustatud suitsuanduritega. Õigesti funktsioneeriv suitsuandur on suitsu suhtes väga tundlik ning andurist edastatav tugev häiresignaal hoiatab elanikke ja jätab neile aega välja pääsemiseks.

Suitsuandurit tuleb nagu kodumasinaidki nõuetekohaselt hooldada ja kui see on rikkis või ebausaldusväärseks muutunud, siis viivitamatult välja vahetada.

- Kontrollige suitsuandurit üks kord kuus. Seade töötab õigesti, kui testimisnupule vajutades kostub häiresignaal.
- Hoidke suitsuandur tolmust puhas, puhastades seda õrnalt tolmuimejaga.
- Suitsuanduri patareid tuleks igal aastal uute vastu vahetada, välja arvatud juhul, kui kasutatakse viie- või kümneaastase vastupidavusega patareid.
- Valige selline patareide vahetamise kuupäev, mida on kerge meelde jätta (nt 11. veebruar, mis on riiklik 112 päev).
- Veenduge, et suitsuandurid oleksid alati olemas ka teie suvekodus, haagisvivilas ja paadis, ning kontrollige neid regulaarselt.

Suitsuanduri paigaldamine

Igal korrusel peab olema vähemalt üks suitsuandur. Üks seade suudab katta maksimaalselt 60 m² ja need tuleks paigaldada magamistubadesse ja sellistesse piirkondadesse, mida tavaliselt kasutatakse hoonest lahkumiseks. Täiskasvanute ja laste magamistoas peab mõlemas olema suitsuandur. Suitsuanduri paigaldamine kööki, duširuumi või sauna võib põhjustada valehäireid. Vooluvõrku ühendatavate suitsuandurite kasutamisel saate turvalisust oluliselt suurendada.

Tulekolletega elamutes peaksid olema ka vingugaasiandurid

Tavalised suitsuandurid ei suuda eristada vingugaasi ja seetõttu peaksid tulekolletega elamud olema varustatud ka vingugaasianduritega. Vingugaasiandur tuleks paigaldada sarnaselt suitsuandurile lae kõrgeimasse punkti.



Veenduge, et teil on nõuetekohane tulekustutusvarustus käepärast olemas

Kandke hoolt, et teil oleksid kodus tulekustutustekk, tulekustuti ja veevoolik erinevat tüüpi põlengute likvideerimiseks.

Veenduge, et kõik majas elavad isikud oskaksid kasutada kaasaskantavat tulekustutit. See on ka kodaniku põhiõigus.

Ärge püüdke põlevat rasva kustutada veega!

Isegi väikesed veekogused võivad põhjustada tulekahju koos põleva rasva laialipaikumisega, mille tagajärjel võib kuuma rasva tekitada tõsiseid põletusi. Kustutage põlevat rasva pannikaane või tulekustutustekiga lämmatades. Samuti võite kasutada mõnda muud paksu tekki või põrandavaipa, mis ei sisalda sünteetilisi kiude. Pidage meeles, et pliidi kohal asuv tõmbeventilaator tuleb välja lülitada.

Ärge püüdke elektritulekahju kustutada veega!

Vesi juhib elektrit. Seetõttu on kõige ohutum viis elektritulekahju kustutamiseks kasutada kaasaskantavat tulekustutit. Enne leekide summutamist eemaldage põleva elektriseadme pistik seinakontaktist või lülitage seade vooluvõrgust välja.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.tukes.fi

Hoidke evakuatsiooniplaani kõigile nähtavas kohas

Kandke hoolt, et kõik pereliikmed teaksid tulekahju puhkemisel kõige ohutumat ja kiiremat teed hoonest väljapääsemiseks.

Kõik isikud peavad oma magamistoast ohutult ja kiiresti välja pääsema. Avariiväljapääsud peavad olema piisavalt avarad (avatavad aknad või rõdu, millelt tuletõrjujad saavad elanikke päästa) ja neil ei tohi olla lukkusi, mis takistavad väljapääsu. Kontrollige kindlasti regulaarselt tuletõrjeredeli seisukorda.

Vähemalt viie korteriga korteriühistul peab olema päästeplan.

Ärge kunagi põgenege suitsuga täidetud ruumi!

Korterite blokeerumisel võivad neid eraldavad konstruktsioonid tulele vastu pidada umbes ühe tunni ja ukсед umbes 30 minutit. Kui lahkute põlevast hoonest, siis sulgege enda järel kindlasti trepikotta viiv uks, et ka teie naabrid pääseksid hoonest ohutult välja. Ärge kunagi püüdke väljuda suitsuga täidetud trepikoja kaudu.

Kui tuli ei ole teie korterini veel jõudnud, peaksite jääma sinna, sest see on kõige ohutum koht hoones. Hoidke oma korteri ust suletuna ja vajadusel katke uksepraod märgade käterätikutega. Helistage numbrile 112 ja selgitage, et olete oma korterisse lõksu jäänud.

Tegutsege kiiresti!

1. Päästke esimesena need, kes on kõige suuremas ohus.
2. Hoiatage hoones viibivaid inimesi ja paluge neil lahkuda.
3. Enne hoonest lahkumist sulgege kõik ukсед ja aknad.
4. Kui olete ohutus kohas, helistage numbrile 112.
5. Kasutage tule kustutamiseks avariitulekustutit, vältides enda ohtu seadmist.
6. Sulgege tule leviku tõkestamiseks ukсед, aknad, ventilatsioonivad ja lülitage õhukonditsioneer välja.
7. Juhatage päästemeeskond sündmuskohale ja teavitage neid põlevasse hoonesse jäänud inimestest.

Tulekolded ja nende puhastamine

Maja omanik või elanik vastutab tulekollete heas seisukorras hoidmise ja nõuetekohase kasutamise eest. Kandke hoolt, et tulekolded oleksid regulaarselt puhastatud, ja põletage koldes ainult kuiva ja puhast puumaterjali. Prahi põletamine võib kollet ja suitsulõõre kahjustada ning suurendada suitsulõõris tekkiva tulekahju tõenäosust. Vastavalt Soome siseministeriumi määrusele peab hoone omanik või elanik tagama küttekollete puhastamistööde teostamise seadusega ettenähtud korras.

Tulekoldeid ja suitsulõõre tuleb puhastada igal aastal. Suvilate ja nende juurde kuuluvate saunade küttekoldeid ning suitsulõõre tuleb puhastada iga kolme aasta järel. Keskkütteahjusid ning keskküttekattelde ja õhkküttegeneraatorite küttepindasid tuleb vajadusel puhastada sagedamini.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.nuohoojat.fi , www.tukes.fi/en

Ohtlikud ained

Lahustipõhiseid värve, kütuseid ja gaasiballoone ei tohi hoida korteriühistu hoiuruumides.

Vedelgaas (LPG)

Vedelgaas on äärmiselt tuleohtlik. Lisaks sellele võib vedelgaasi mittetäielikul põlemisel tekkida vingugaas, mis on väga ohtlik. Vedelgaasi ei tohi kunagi hoida hoone keldris ja selle kasutamisel siseruumis tuleb tagada nõuetekohane ventilatsioon.

Ilutulestik ja lahtine tuli.

Tutvuge oma kohaliku omavalitsuse ja päästeteenistuse koduleheküljel antud ilutulestiku korraldamise lubade ja lahtise tule kasutamise nõuetega. Pidage meeles järgida piiranguid, kui metsades kehtib tuleohtu hoiatus!

Prahi põletamine on keelatud. Aias tekkinud jäätmeid ja prahti võib teatud tingimustel põletada, eeldusel et see ei tekita suitsusaastet ega tulekahjuohtu. Täiendavat informatsiooni aias tekkinud prahi ja jäätmete käitlemise kohta saate kohalikust omavalitsusest.

Küünlad


Küünlad tuleb alati paigutada tulekindlale alusele ning piisavalt kaugemale kardinast ja teistest tekstiilesemetest. Ärge kunagi pange küünlaid üksteisele liiga lähedale ning ärge jätke neid järelevalveta. Õueküünlaid ei tohiks kunagi panna rõdule ega kergsüttivatele pindadele, näiteks puidust treppidele.





Hoidke oma kodu laste jaoks turvalisena. Liikudes toast tuppa neljakäpakil, näete ohte, millega teie lapsed silmitsi seisavad, ja kuidas nad ümbritsevat märkavad.





Laste turvalisuse eest
vastutavad täiskasvanud.

Turvalise kodu tagamine lastele

Enamiku laste ja noorukite surmade põhjuseks Soomes on kodus toimunud õnnetused. Laste ohutuse tagamine on lastevanemate kohustus.

HOIDKE OMA KODU TURVALISENA

Alla 3-aastase lapse turvalisuse tagamiseks piisab sellest, kui varustate pistikupesad kaitsekatetega, hoiate ravimeid, mürgiseid aineid ja -taimi ning teravaid esemeid lastele kättesaamatus kohas, ostate turvavõred, varustate aknad ja ukсед turvalukkudega ning paigaldate ahjule kaitsekatted.

- Õpetage oma lastele, kuidas toimida tulekahju puhkemisel. Veenduge, et nad teavad, kuidas kiiresti ja ohutult hoonest välja pääseda. Õpetage neile, kuidas abi kutsumiseks helistada numbrile 112.
- Veenduge, et nad teavad peast oma kodust aadressi.
- Õpetage lastele liikluseeskirju.
- Olge lastele eeskujuks. Kui te liikluseeskirju ignoreerite, siis teevad seda ka lapsed.
- Õpetage lapsi hobidega tegelemisel kandma kaitsevarustust. Kaitsekiiver, randmekaitsmed, küünarnuki- ja põlvepolstrid kaitsevad lapsi tõsiste vigastuste eest rulluiskude ja rulaga sõitmisel, vabastiilis jalgrattasõidu harrastamisel ja muude hobidega tegelemise ajal.
- Kandke hoolt laste turvalisuse eest, kui nad hüppavad trampliinil.
- Õpetage lapsi kandma ratturikiivrit. See kaitseb neid tõsiste peaajuvigastuste ja surma saamise eest.
- Veenduge, et teie lapsed oleksid pimeduses nähtavad. Helkurid pakuvad tõhusat kaitset igas vanuses inimestele.
- Hoidke kodumasinaid, kuumi kastmepanne, mürgiseid puhastusvahendeid ja teravaid esemeid lastele kättesaamatus kohas.
- Hoidke tuletikke lastele kättesaamatus kohas ja selgitage lastele, miks tulega mängimine on ohtlik.
- Õpetage lastele, et abi kutsumiseks tuleb helistada numbrile 112, kui nad ise või nende sõbrad on vigastatud, uppumis- või lämbumisohus või tulekahju tõttu hoonesse lõksu jäänud.
- Hoiatage lapsi ohtude eest, mis varitsevad liikluses, ehitusplatsidel, metsas, veekogu lähedal, tänavatel ja muudes piirkonna järelevalveta kohtades. Seadke sisse selged reeglid, mida teie lapsed õues mängides teha tohivad ja mida mitte.

Ärge kunagi jätke lapsi veekogu läheduses järelevalveta

Ebapiisava ujumisoskusega lapsi EI TOHI KUNAGI lubada mis tahes sügavuses vette ilma ema või isa järelevalveta. Uppumisõnnetused Soome randades on näidanud, et rohkem kui mõned meetrid teist eemal olevat last ei pruugi enam õnnestuda päästa. Rannas mängivate laste ohutuse eest vastutavad alati nende vanemad.

Kandke alati päästevesti

Õpetage oma lapsi paadiga sõites kandma päästevesti ja veenduge, et nad teavad kõiki asjakohaseid ohutuseeskirju. Kooliealisele lapsele võite juba õpetada, kuidas hättasattunud nõõri, päästerõnga, aeru või pootshaagi abil päästa. Täiendavat informatsiooni leiate: www.viisaastivesilla.fi

ÕPETAGE LASTELE, KUIDAS ABI KUTSUDA

Kui kutsute abi telefoni teel, siis toimige järgmiselt:

1. öelge oma nimi ja täpne aadress;
2. selgitage, mis juhtus: tulekahju, ootamatu haigestumine või muu õnnetusjuhtum;
3. vastake kõigile küsimustele;
4. lõpetage kõne alles siis, kui teile on selleks luba antud.

Kõige tähtsam asi on meeles pidada hädaabinumbrit 112!

Kui oskate anda esmaabi,
võite päästa
oma lapse elu.

Ohutuslased nõuanded eakatele

Kuni 80% kõigist eakatega toimunud õnnetusjuhtumitest on põhjustatud kukumisest. Kukumine võib eaka inimese puhul lõppeda surmaga. Paljusid eakatega toimuvaid õnnetusjuhtumeid saab vältida, kui muuta kodu turvalisemaks ning igapäevased toimingud ja liikumine lihtsamaks, eelkõige köögis ja vannitoas.

KUKKUMISI SAATE VÄLTIDA

- Kui teil on vaja öösel tualetti minna, pange vajadusel tuled põlema.
- Tulge voodist välja ettevaatlikult, et vältida peapööritust.
- Kandke libisemiskindlaid sokke.
- Pöörake tähelepanu lahtistele põrandavaipadele ja vaibaservadele.
- Pange vannitualet ja duširuumi põrandale libisemiskindlad vaibad ja kasutage libisemiskindlaid matte.
- Varustage tualettpoti iste käetugedega ja vann istmega ning paigaldage vannitualet seintele käsipuud.
- Paigutage igapäev kasutatavad esemed madalamatele kapiriivulitele ja ostke toekas köögiredel, et esemeid oleks hõlpsam kätte saada.
- Kandke sobivaid jalatseid (näiteks libisemiskindlate taldadega kingad), kui kõnnite libedal ja jäisel pinnal.
- Ärge kiirustage treppidel liikudes, telefonile vastama või ust avama minnes.
- Vahetage suitsuanduri patarei igal aastal uue vastu välja, välja arvatud juhul, kui kasutate viie- või kümneaastase vastupidavusega patareisid.
- Ostke seinale paigaldatava patareikorpusega suitsuandur: see hõlbustab patareide väljavahetamist.
- Ühendage suitsuandur vooluvõrku.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.kotitaturma.fi

KUTSUGE ABI ESIMESEL VÕIMALUSEL - HELISTADES NUMBRILE 112, TEETE ALATI ÕIGE VALIKU

Kui teil on valu rindkere piirkonnas ning tunnete ennast nõrga ja haiglasena, siis helistage kohe numbrile 112 ning ärge jääge ootama sümptomite kadumist. Vajadusel paluge abi naabritelt või hüüdke kedagi appi.

Kui olete helistanud numbrile 112, siis JÄTKE LIIN VABAKS. Päästeteenistus võib teile tagasi helistada ja teie seisukorra kohta täiendavat informatsiooni küsida.

Pidage meeles!

- Veenduge, et teie maja numbrimärk on hästi nähtav ja valgustatud.
- Hoidke hädaabinumber 112 ja oma kodune aadress kättesaadaval.
- Ärge kasutage turvalukke, mida kinnisvarahalduse töötajad ei saa avada. Need ainult viivitavad päästemeeskonna saabumist.
- Hoidke ravimireseptid, viimase meditsiinilise läbivaatuse andmed ja elektrokardiogramm kiirabibrigaadi jaoks käepärast.

Vananemine muudab teid targemaks -
ja vastuvõtlikumaks vigastustele.

Katkestused, mis häirivad

Olge tulega ettevaatlik

Ärge kunagi jätke lahtist tuld ega isegi väikest küünalt sekundikski järelevalveta. Veenduge, et teie maja suitsuandurid töötavad korralikult. Seda enam, et need on odavad ja tõhusad ning võivad päästa tulekahju korral teie elu. Täiendavat teavet kodu tuleohutuse ja suitsuandurite õige kasutamise kohta leiate lk 17.

Kuidas hoida ära tulekahju puhkemist kodus?

- Hoidke pliidiplaadid puhtana. Toidujäägid, paberkäterätikud ja plastikust kausid võivad hõlpsasti süttida.
- Ärge jätke nõudepesumasinaid ja pesumasinaid järelevalveta.
- Vahetage vanad ja rikkis kodumasinad välja.
- Ärge pange telerite peale taimi, linikuid ega muid tuleohtlikke esemeid. Lillede kastmine võib põhjustada lühist, mille tagajärjel võib teler süttida. Linik võib tõkestada teleri õhutusavasid, põhjustades seadme ülekuumenemist.
- Varustage oma kodumasinad taimeritega, et masinad lülitusid automaatselt välja.
- Ärge kuivatage riideid elektriradiaatorite ega saunaahjude peal.
- Veenduge, et kõik kodumasinad ja juhtmestikud teie kodus on töökorras.
- Ärge kasutage näpitskinnitusega öölampe. Voodile kukunud kuum lamp võib hõlpsasti põhjustada tulekahju.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.spek.fi , www.redcross.fi , www.redcross.fi/en_GB/

Järgmised praktilised nõuanded aitavad teil toime tulla ootamatute elektri- ja veevarustuse katkestuste korral.

Kuidas toimida veevarustuse katkestuse korral?

Hoidke alati varuks mõned joogiveepudelid ja täidetavad veemahutid. Kui veevarustus katkeb, keerake kraanid kinni, tooge veejaotuspunkti vett, täitke mahutid ja jaotage vesi portsjoniteks. Kontrollige pesumasinat, vajadusel keerake masina kraan kinni ja seisake pesemisprogramm.

Kuidas toimida elektrikatkestuse korral?

Hoidke alati käepärast taskulampi, patareitoitega raadiot, varupatareisid, küünlaid ja tuletikke.

Kontrollige, kas keegi pole lifti kinni jäänud ja kas sauna-ahi on välja lülitatud. Lülitage välja kõik kodumasinad, keerake pliidi lülitusnupp 0-asendisse ja katke külmik tekkidega kinni. Avage külmikut ainult vajadusel.

Kuidas toimida keskkütte katkestuse korral?

Parim viis keskkütte katkestuseks valmistumiseks on kõigi majas viibijate varustamine soojade villaste sokkide ja kampsunitega. Lülitage kõik ventilatsiooniseadmed välja ning sulgege kõik ukсед, aknad ja õhutusavad. Kaitske kõiki kohti, kus võib tekkida kahjustusi (näiteks torud), ja piirake sooja vee kasutamist.

teie igapäevast elu

Kuidas vältida veekahjustusi?

- Kontrollige regulaarselt oma pesumasinate ühendusvoolikuid ja kraane.
- Tehke kindlaks veevarustussüsteemi kraani asukoht, et te teaksite, kus kohas veevarustus välja lülitada.
- Hoidke põrandatrapid puhtana ja ligipääsetavana.
- Ärge jätke pesumasinaid ja nõudepesumasinaid järelevalveta ning keerake kraanid ALATI pärast masinate kasutamist kinni.

Veekahjustuste esinemisel

- Püüdke piirata kahjustuse levikut ja blokeerige leke.
- Sulgege hoone teistesse ruumidesse viivad uksed.
- Vajadusel lülitage elektrivarustus pealülitist välja.

HOIDKE ALATI KODUS HÄDAOLUKORRAKS MÕELDUD TOIDUVARU!

Veenduge, et teil on hädaolukordade puhuks piisav toidu- ja muude esmatarbevahendite varu. Seal peaks olema ravimeid, hügieenitarbeid, lapsemähkmeid, patareitoitega raadio, taskulamp, patareisid, küünlaid ja tikke. Varu peaks katma kõigi perekonnaliikmete umbes nädalase vajaduse.

Ühe isiku nädalane varu hädaolukorras:

- 0,5 kg kartuleid;
- 0,5 kg riisi ja makaronitooteid;
- 0,5 kg suhkrut;
- 16 l jooke ja vett ning 1 kg näkse;
- 1,5 kg leiba ja teisi teraviljatooteid;
- 1,3 kg piima ja piimatooteid;
- 1 kg puuvilju ja marju;
- 1,5 kg juurvilju;
- 1 kg liha, kala, kana ja kanamune;
- joogivett.

Pidage meeles, et varu tuleb pidevalt ära tarvitada ja täiendada! Ärge unustage laste, eakate ja puudega inimeste erivajadusi!

Te ei saa katkestusi
alati vältida,
kuid te saate alati
nendeks valmistuda.



Suurõnnetuse korral järgige ametivõimude poolt antud juhiseid.



Suurõnnetused

Mastaapse õnnetuse või kiiruslekke korral säilitage rahu ja järgige ametivõimude poolt teleri ja raadio kaudu edastatavaid juhiseid. Kuulake raadiot ja olge eelseisvaks ette valmistatud.



Üldine häiresignaal

Üldhäiresignaaliga teavitatakse elanikkonda otsesest ohust. See on ühe minuti jooksul antav regulaarselt tugevneva ja langeva helikõrgusega helisignaal või ametivõimude poolt valjuhääldi kaudu antud hoiatus. Nii tõusva kui langeva helitugevusega heli kestus on seitse sekundit.



Teade „Oht kõrvaldatud“ antakse üheminutilise pideva helisignaaliga. Sellega teavitatakse ohu möödumisest



Seitse sekundit kestav helisignaal tähendab, et häiresignaalitestatakse ja kaitseabinõusid pole vaja rakendada.

Nõutavad toimingud üldhäiresignaali kostumisel.

- Minge siseruumidesse ja ärge väljuge.
- Sulgege kõik ukсед, aknad, õhuavad ja lülitage kõik ventilatsiooniseadmed välja.
- Tihendage kõik läbivad praod ja augud näiteks kilega ja kleplindiga, et vältida radioaktiivsete gaaside ja aineosakeste imbustumist hoonesse.
- Säilitage rahu, kuulake raadiot ja oodake edasisi korraldusi.
- Ärge kasutage telefoni. Telefoniliinid võivad olla ülekoormatud.
- Ärge lahkuge oma asukohast, kui just ametivõimud pole selleks korraldust andnud.

Juhised on kättesaadavad ka Soome ringhäälingu teleteksti teenuse leheküljel 868 ja teie telefoniraamatu esimestel lehekülgedel.

SUURÕNNETUSED

Suurõnnetus

Suurõnnetus on sündmus, millega kaasneb arvukalt hukunuid ja vigastatuid. Keskkonna ja vara või õnnetuskoha looduse kahjustusi peetakse äärmiselt tõsiseks.

Suurõnnetusi põhjustavad liiklusavariid, tulekahjud, plahvatused, õnnetused tuumaelektrijaamades, sõjalised konfliktid, ohtlike ainete käitlemisel esinevad kiirgusavariid ja kemikaaliõnnetused, loodusõnnetused, nakkushaigused või vee kaudu levivad haiguspuhangud.

Suurõnnetus võib seada ohtu inimestele ja põhjustada otsest kahju keskkonnale. Mõnikord võib keskkonnakahjustuse ulatus selguda alles hiljem.

Suurõnnetuse korral võidakse vastavalt eriolukorra seadusele anda Soome valitsusele erivolituste kasutamise õigus.

Kiirgusõnnetused

Soome või naaberriigi tuumaelektrijaamas toimuva tõsi- se avarii tagajärjel võib kiirgus tõusta ohtliku tasemeni. Õnnetuspaigast rohkem kui 20 km kaugusel elavate inimeste puhul piisab enda kaitsmiseks sellest, kui jäädakse tuppa, rakendatakse vastavaid ettevaatusabinõusid ja võetakse sisse jooditablette.

Elanikkonna hoiatamiseks edastatakse häiresignaal ning pärast seda antakse televisiooni, raadio ja teiste meediakanalite kaudu juhiseid, kuidas ennast kaitsta (lk 31).

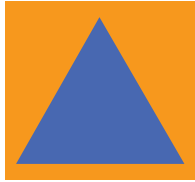
Hoidke jooditablette alati varuks oma ravimikapis. Need takistavad kiirgusavariid korral õhku vabanenud radioaktiivse joodi kogunemist kilpnäärmesse. Võtke jooditablette ainult siis, kui ametivõimud on selleks korralduse andnud.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.stuk.fi

Kaitseabinõud ohtlikes olukordades

Kõige tähtsam on jääda siseruumidesse, võtta tarvitusele vajalikud ettevaatusabinõud ja kuulata raadiost edasisi juhiseid. Paljudel juhtudel nõutakse kaitseabinõude rakendamist ainult mõne tunni või maksimaalselt ühe ööpäeva jooksul.

TSIVIILKAITSE



Üldine tsiviilkaitse

Ametivõimude kohustus on tagada ühiskonna eluliselt tähtsate funktsioonide säilimine. Tsiviilkaitse eesmärgiks on kaitsta inimesi ja vara, valmistuda hädaolukordadeks ja tagada, et päästeteenistus saaks täita oma ülesandeid.

Kaitseabinõud

Hoonete omanikel ja üürnikel, valitsusasutustel, ettevõtetel ja aktsiaseltsidel peavad olema oma päästeplaanid. Plaanides tuleb üksikasjalikult kindlaks määrata, kuidas vältida hädaolukorda ja kuidas toimida selle esinemisel.

Varjendid

Kasutusvalmis varjend on hoone või ruum, mis on mõeldud elanikkonna kaitsmiseks gaasi või mürgiste ainete lekke, sõjalise rünnaku, tuumaplahvatusel tekkiva radioaktiivse tolmu või mõne muu sama tüüpi ohu eest. Varjendi omanik vastutab varjendi hooldamise eest ja peab selle seadma kasutusvalmis 24 tunni jooksul.

Korteriühistul võib olla oma varjend, aga ta võib varjendit jagada ka teiste korteriühistutega. Avalik varjend on mõeldud kohalikele elanikele ja teistele isikutele, kes hädaolukorra ajal selles piirkonnas viibivad. Varjendeid ei ole tavaliselt maa- ja linnapiirkondades või hõredasti asustatud kohtades. Nende piirkondade elanikud peavad ise rakendama vajalikke kaitseabinõusid.

Varustus, mille peaksite varjendisse minnes kaasa võtma

- Isiklikud hügieenitarbed.
- Mugav riietus, madrats, tekk või magamiskott ja padi.
- Kahe päeva toidu- ja veevaru.
- Söögiriistad ja konserviavaja.
- Raamatud, ajakirjad, lauamängud ja mänguasjad.
- Taskulamp, patareid, paberkäterätikud ja kilekotid.
- Ravimid, mida tarvitate!

Evakueerimine

Evakueerimine tähendab kogu või osa elanikkonna organiseeritud äraviimist ohu- ja piirkonnast, inimeste vastuvõtmist ja sisseseadmist ohutus piirkonnas ning neile elamistingimuste tagamist ja ühiskondlike eluliselt tähtsate funktsioonide säilitamist evakuaatsiooni ajal. Evakueerimist korraldatakse ametivõimude juhtimisel.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.yett.fi, www.pelastustoimi.fi

Jääge tuppa ja rakendage vajalikke kaitseabinõusid. Minge varjendisse ainult siis, kui ametivõimud on selleks korralduse andnud.

Kuulake raadiot!



ÕLIKAHJUSTUSED JA KEMIKAALIÕNNETUSED

Vanad õlimahutid võivad olla ohtlikud

Kõiki õlimahuteid, nii maapealseid kui maasiseseid, tuleb remontida iga 5-10 aasta järel. Lisaks sellele vastutab vara omanik kõigi õlimahutite ja nende poolt põhjustatud keskkonnakahjude eest.

Isegi väikesed lekked võivad olla ohtlikud. Peale selle võib õli imbuda pinnasesse, eelkõige maa-aluste drenaažitorude, kaablite, vee- ja kanalisatsioonitorude jaoks rajatud süvenditesse. Imbudes läbi plastikust veetorude, võib õli ka joogivett saastata.

Lekkinud õli tuleb kokku koguda, kasutades turvast, saepuru või spetsiaalseid õli absorbeerimismatte. Õlilekke esinemisel teavitage sellest kohe päästeteenistust, helistades numbrile 112!

Õlilekke ohtu suurendavad tegurid

- Tasemeindikaator on rikkis või puudub üldse.
- Mahuti on nelinurkse kujuga (tavaline 1960-ndatel ja 1970-ndatel aastatel).
- Väikesed õhutorud (mahutites, mille mahutavus on alla 5000 liitri).
- Õhutoru on varustatud täitumise hoiatussignaaliga.
- Õhutoru on kahjustunud või umbes.
- Happeline pinnas.
- Viimase kontrollimise kuupäev pole teada.

Kui avastate keskkonnas õlireostuse, toimige järgmiselt

- Hoiatage selles piirkonnas viibivaid inimesi.
- Takistage õli valgumist kanalisatsiooni ja veekogudesse.
- Helistage numbrile 112.
- Vältige sädemeid ja veenduge, et selles piirkonnas ei ole lahtist tuld.
- Juhatage päästeteenistus sündmuspaigale.

Täiendavat informatsiooni leiate:

www.oil.fi, www.oil-gas.fi, www.oljylammitys.fi,
www.oil-gas.fi/eng

Kemikaalid ja muud ohtlikud ained.

Õnnetusjuhtumi puhul, mis on seotud kemikaalide ja muude ohtlike ainetega (kloor, ammoniaak ja vääveldioksiid), hoiateatakse elanikkonda üldhairesignaaliga. Kui kuulete signaali, jääge tuppa, võtke tarvitusele asjakohased kaitseabinõud ja järgige raadio kaudu edastatavaid juhiseid.

Kuidas toimida

- Kui olete siseruumides, minge kõige ülemisele korrusele. Vajadusel kaitske oma hingamisavad märja riidega. Kuulake raadiost edasisi juhiseid.
- Kui olete väljas, liikuge kemikaalipilve all külgtuulega paralleelselt ja minge õnnetuse toimumiskohast kõrgemale (näiteks mäe otsa). Vajadusel kaitske oma hingamisteid.

Piirkondlikud päästeteenistused

ENNETAV, TEGUTSEMISVALMIS, TÄHELEPANELIK

Piirkondlikud päästeteenistused vastutavad päästetööde ning tulekahjude ja õnnetusjuhtumite ennetustöö korraldamise, tsiviilkaitsealaste kohustuste ja tuleohutusjärelvalve eest oma tegevuspiirkondades. Päästeteenistus pakub paljudes omavalitsustes vastavalt eraldi sõlmitud lepingutele ka hädaabi- ja kiirabiteenust.

Soome päästeteenistuse tegevuspiirkonnad:

1. Helsinki
2. Länsi-Uusimaa
3. Keski-Uusimaa
4. Itä-Uusimaa
5. Varsinais-Suomi
6. Kanta-Häme
7. Päijät-Häme
8. Kymenlaakso
9. Lõuna-Karjala
10. Etelä-Savo
11. Kesk-Soome
12. Pirkanmaa
13. Satakunta
14. Lõuna-Ostrobothnia
15. Ostrobothnia
16. Kesk-Ostrobothnia
17. Pohjois-Savo
18. Põhja-Karjala
19. Jokilaaksot
20. Kainuu
21. Oulu-Koillismaa
22. Lapimaa





Soome päästeteenistuse visioon

2015. aastal on Soomes eeskujulik ohutuskultuur ja Euroopa kõige efektiivsem päästeteenistus.

Eesmärgiks on, et 2015. aastal vastutaksid kõik soomlased oma igapäevase ohutuse eest ja kõik oskaksid kodus, tööl ja vabal ajal vältida õnnetusi. Nii üksikisikud kui ka ettevõtted on suutelised õnnetusi vältima ja oskavad ohtlikes olukordades õigesti tegutseda.

See visioon muutub reaalsuseks ainult siis, kui päästeteenistus saab toetuda pädevatele ja motiveeritud töötajatele ning tugevale koostöövõrgustikule, mis suudab edukalt tegeleda ohtudega ja pakkuda kodanikele ökonoomseid ja kvaliteetseid teenuseid.



Nina Sandell, tuletõrjeinspektor

Piirkondlikud päästeteenistused

Soome on jagatud 22 päästepiirkonnaks. Igas päästepiirkonnas on päästeteenistus, mida haldavad omavalitsused ühiselt.

Selline süsteem loodi 2004. aastal, enne seda vastutas iga omavalitsus ise oma päästekomando eest. Kuid siamaani vastutab iga omavalitsus oma piirkonna piisava tulekustusveega varustamise ja varjendite eest ning oma päästeskuste ehitamise ja nende töö juhtimise eest. Ahvenamaa autonoomses maakonnas kehtib oma päästeteenistusala seadusandlus.

Piirkondlike päästeteenistuste vastutus:

- päästeala tööde teostamiseks loodud süsteemi haldamine;
- informatsiooni edastamine, nõustamine ja kogemuste jagamine päästeala töid puudutavates küsimustes;
- õnnetuste vältimine ja kahjustuste piiramine päästeasutuste tegevuspiirkonnas;
- päästeteenistused vastutavad ka tuleohutusjärelvalve eest oma tegevuspiirkonnas (**täpsema informatsiooni saamiseks tuleohutuse kontrollimise intervallide kohta pöörduge kohaliku päästeteenistuse poole**);
- täidavad ettenähtud tsiviilkaitsealaseid kohustusi ja tagavad nõutud valmisoleku taseme;
- koordineerivad päästetööde läbiviimisele kaasatud asutuste ja üksuste tegevust;
- korraldavad päästetöötajate väljaõpet.

Kohaliku elanikkonna teavitamine ja väljaõpe õnnetusjuhtumite ennetamisega seotud küsimustes on kõigi päästetöötajate kohustus.

Lisaks tavalistele tuletõrje- ja kiirabiautodele on päästeosakondadel ka paadid ja muu erivarustus, näiteks mobiilsed juhtimisseadmed, tankerid, tõsteplatvormid, päästeautod ja erivarustus ohtlike ainete põhjustatud õnnetusjuhtumite jaoks.



KIIRABI

Kiirabi on osa tervishoiusüsteemist

Kiirabi peamine eesmärk on tagada võimalikult kiire jõudmine ägeda haigusseisundiga abivajajani, vältimatu abi andmine õnnetuskohal, et taastada, stabiliseerida ja tagada kannatanu elutähtsad funktsioonid ning transportida kannatanu kohe haiglasse, kui tema seisukord seda võimaldab. Transportimise ajal jälgitakse kannatanu seisukorda ja teostatakse vastavat ravi.

Patsiendi juhendamine ja eriarsti juurde konsultatsioonile suunamine toimub alati kooskõlas kogu kiirabiteenistuse eest vastutava arsti korraldustega. Sageli piisab ainult patsiendi läbivaatusest ja ravist sündmuspaigal ning kodust ravi ja järelkontrolli puudutavate juhiste andmisest. Mitte kõik patsiendid ei vaja hospitaliseerimist, sest vähem pakilistel juhtudel saavad nad edasise ravi määramiseks sageli ise näiteks tervisekeskustesse arsti poole pöörduda.

Kõigil patsientide raviga tegelevatel töötajatel on nõutav kvalifikatsioon vältimatu abi osutamiseks ning nende oskusi lihvitakse täiendkoolitustel. Regulaarselt rakendatakse erinevaid meetodeid, mis suurendavad töötajate teadlikkust oma oskuste paremal kasutamisel.

Kannatanute läbivaatamiseks ja ravimiseks on kiirabitöötajatel suur valik varustust. Vajadusel annab kiirabiteenistuse eest vastutav arst patsientide ravimiseks telefoni teel juhiseid. Patsiendi elektrokardiogrammi saab samuti saata arstile hindamiseks.

KIIRABISÜSTEEM

Kiirreageerimisauto

Kiirreageerimisauto on eriotstarbeline sõiduk, millel on esmaabi andmise oskustega meeskond ja erivarustus kannatanute läbivaatuseks ja ravimiseks. Selle peamine eesmärk on olla kõige esimene abiandja hädaolukordades, kuid kiirreageerimisautot võib kutsuda appi ka kiirabiautodele. Kiirreageerimisautot ei kasutata patsientide veoks.

Kiirabiauto (BLS)

Kiirabiauto on sõiduk, millega võib patsiente viia edasisele ravile. See on varustatud vastava aparatuuriga patsientide läbivaatuseks ja ravimiseks ning meeskonnaga, kes oskab teostada nõutavat ravi. Vajadusel saab personal teostada patsienti elus hoidvat ravi vastavalt kogu kiirabiteenuse eest vastutava arsti juhenditele.

Reanimatsiooniauto (ALS)

Reanimatsiooniauto meeskond suudab teostada intensiivravi ning tagada patsiendi elutähtsate funktsioonide säilimise transportimisel haiglasse. Patsienti ravitakse. Ravi toimub vastavalt kogu kiirabiteenuse eest vastutava arsti juhistele.

Meditsiinilise järelevalve auto

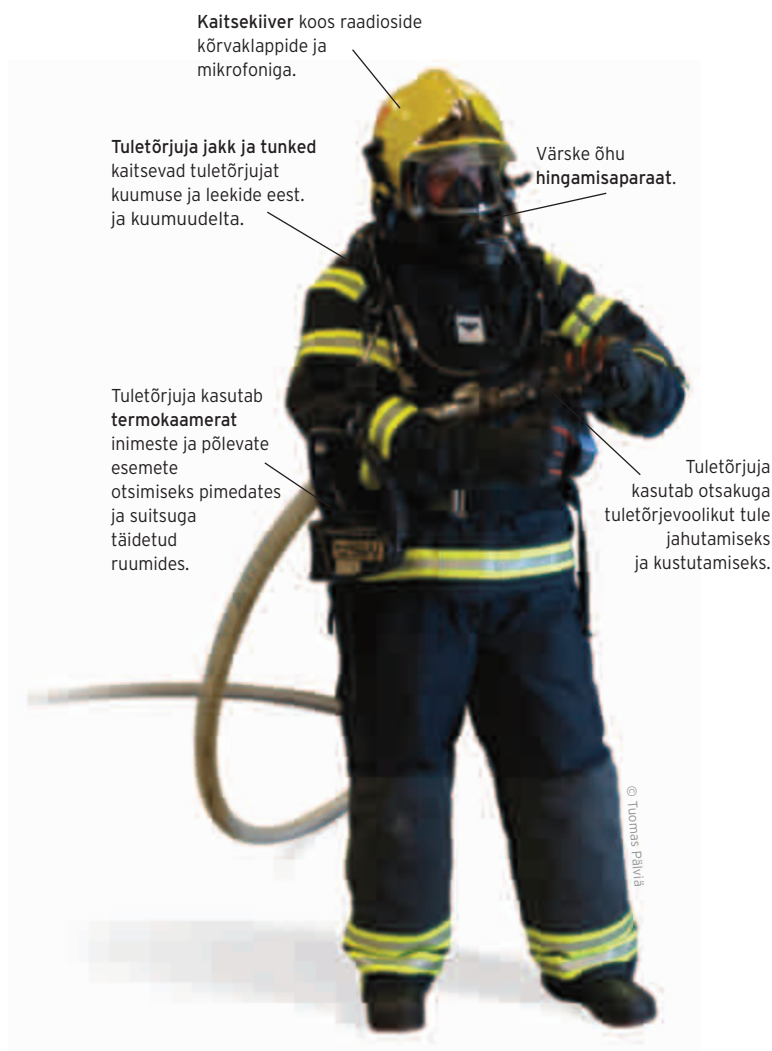
Meditsiinilise järelevalve autoga sõidab meditsiinilise järelevalve spetsialist ja seda ei kasutata kannatanute transportimiseks haiglasse. Autole paigaldatud aparaat võimaldab teostada kannatanule intensiivravi. Järelevalvespetsialist vastutab kiirabiteenistuse töö koordineerimise eest ja tagab selle nõuetelevastavuse. Vajadusel saab talle panna kogu vastutuse meditsiinilise abi osutamise eest hädaolukorras.

Intensiivraviüksus

Intensiivraviüksuse arstid vastutavad piirkondliku kiirabiteenistuse töö koordineerimise ja järelevalve ning vältimatut abi vajavate patsientide nõuetekohase ravimise eest. Kannatanu transportitakse raviasutusse kiirabiauto või helikopteriga ja transportimise ajal on ta arsti järelevalve all.

Selleks, et päästa!

TÄISVARUSTUSES TULETÖRJUJA



TULETÖRJUJA VÕI PARAMEEDIK

Lisaks kustutustöödele annavad tuletõrjujad ka esmaabi.



Kas olete huvitatud päästja elukutsest?
Täiendavat informatsiooni leiate: www.pelastusopisto.fi

Teie ohutus on meile kõige tähtsam!

PÄÄSTEAMET - 112

Piirkondlikud häirekeskused, mis alluvad Päästeametile, võtavad vastu hädaabikõnesid, mis nõuavad päästeteenistuste, politsei ja sotsiaalabi- ning meditsiiniteenuste pakkujate sekkumist, ning muid väljakutseid, mis on seotud inimeste, keskkonna ja vara ohutusega, ning edastavad need partneritele ja asutustele, kes vastutavad abi osutamise eest. Kõik häirekeskuse tegevuspiirkonna hädaabikõned suunatakse hädaabinumbrile 112, sõltumata sellest, kas helistaja vajab päästeteenistuse, politsei või sotsiaalhoolekande ja meditsiiniteenuste pakkujate abi.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.112.fi

POLITSEI

Päästeosakonnad ja politsei teevad õnnetusjuhtumite ja muude hädaolukordade puhul tihedat koostööd. Politsei vastutab liikluse suunamise eest õnnetuspaigas ja õnnetusjuhtumite ning tulekahjudega seotud juurdmise läbiviimise eest. Samuti abistab politsei päästeteenistust õnnetuspaiga piiramisel ja inimeste evakueerimisel ohtlikust piirkonnast ning aitab vajadusel turvata päästeteenistuse tööd.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.poliisi.fi

SISEMINISTEERIUMI PÄÄSTEOSAKOND

Siseministeriumi päästeosakond juhib Soome päästeteenistuse tööd, teostab päästeala valdkondadega seonduvat arendustööd ja järelevalvet ning jälgib, et päästeteenistus vastaks kõigile nõuetele ja oleks kättesaadav Soome kõigis piirkondades. Samuti vastutab ta päästeteenistuse üleriigiliste ettevalmistustööde ja organiseerimise ning erinevate ministeriumite jõupingutuste koordineerimise eest selles sektoris.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.pelastustoimi.fi

SOOME PIIRIVALVE

Soome Piirivalve peamiseks ülesandeks on Soome maa- ja merepiiride kaitsmine ning passikontrolli teostamine piiriületuspunktides, sadamates ja lennujaamades. Piirivalve vastutab ka merepäästeteenistuste töö koordineerimise ja kannatanute otsimise ning transportimise eest oma tegevuspiirkonnas. Merepäästetöödel osalevad tavaliselt piirivalve päästeüksused ning vajadusel teised asutused ja organisatsioonid.

Täiendavat informatsiooni leiate:
www.rajavartiolaitos.fi, www.raja.fi

SOOME PÄÄSTE KESKLIIT (SPEK) JA PIIRKONDLIKUD ÜHINGUD

SPEK tegutseb Soome piirkondlike päästeühingute katusorganisatsioonina. Samuti vastutab see üleriigilise ohutusalase teabe edastamise, õppematerjalide koostamise ja müügi ning infoteenuste pakkumise eest. Piirkondlikud päästeühingud on SPEK-i liikmed ja nende ülesannete hulka kuuluvad väljaõppe korraldamine päästesektoris ning nõustamine ja väljaõpe kohalikul tasandil.

Täiendavat informatsiooni leiate: www.spek.fi

VABATAHTLIK PÄÄSTETEENISTUS - VAPEPA

VAPEPA on vabatahtlike abistajate võrgustik, mille liikmeskond koosneb umbes 50 organisatsioonist. Selle ülesandeks on ametiasutuste abistamine hädaolukordades. VAPEPA päästealast tegevust koordineerib Soome Punane Rist. Kui vabatahtlike päästeoperatsioone siseveekogudel ja merel koordineerib Soome Vetelpääste, siis vabatahtlike poolt teostatavate tulejärelevalve patrull-lendude ja päästelendude koordineerimine on Soome Õhupäästeliidu ülesanne.

Täiendavat informatsiooni leiate:
www.vapepa.fi, www.redcross.fi, www.meripelastus.fi,
www.redcross.org, www.ilmailuilitto.fi, www.pelastustoimi.fi, www.redcross.fi/en_GB/

Helistamine hädaabinumbrile 112

1. KUI VÕIMALIK, SIIS HELISTAGE ISE.

Teie oskate olukorda ja oma seisundit kõige täpsemini kirjeldada.
Vahendajate kasutamine võib ainult viivitada päästemeeskonna saabumist.

2. KIRJELDAGE, MIS JUHTUS.

Häirekeskuse dispetšer esitab teile juhtunu kohta küsimusi, et teile õige abi saata.

3. ÕELGE OMA TÄPNE ADDRESS JA OMAVALITSUSE NIMI.

Häirekeskuse teeninduspiirkonnas võib samal nimel olla mitu aadressi.
Seetõttu on tähtis, et ütleksite nii aadressi kui ka omavalitsuse nime.
Hoidke oma aadressi alati käepärast, et saaksite häirekeskusele anda õiged andmed.

4. VASTAKE KÕIGILE KÜSIMUSTELE, MIS TEILE ESITATAKSE.

Päästemeeskonna saabumine ei hiline isegi siis mitte, kui teilt küsitakse täpsemat informatsiooni sündmuse kohta. Väga kiireloomuliste juhtumite korral saadab häirekeskuse dispetšer päästemeeskonna välja juba enne kõne lõpetamist ja annab teelolevale meeskonnale täiendavat informatsiooni.

5. JÄRGIGE JUHISEID.

Häirekeskuse dispetšerid on saanud väljaõppe erinevate olukordade menetlemiseks ja teie peaksite järgima nende juhiseid. Esimese mõne minuti jooksul tarvitusele võetud abinõud võivad olla otsustavad.

6. PÜSIGE LIINIL.

Kõne enneaegne katkestamine võib viivitada päästemeeskonna päralejõudmist. Lõpetage kõne alles siis, kui olete selleks loa saanud. Häirekeskuse dispetšer või päästemeeskond võib teile tagasi helistada ja küsida täiendavat informatsiooni.

Juhatage päästemeeskond sündmuspaigale. Kui olukord muutub, helistage uuesti häirekeskuse dispetšerile.

PIDAGE MEELES!

- Püsige liinil. Hädaabi kõnedele vastatakse alati nii kiiresti kui võimalik ja kõnede saabumise järjekorras.
- Piirkonna kood ei ole hädaabinumbrile 112 helistamisel nõutav.
- Hädaabinumbrile 112 helistamine on tasuta.



Soome on turvaline koht. Siiski näitab õnnetusjuhtumite statistika, et ohutuse täiustamiseks on veel palju arenguruumi. Lisaks sellele on kodus ja vabal ajal esinevad surmajuhtumid ning vigastused Soomes palju tavalisemad kui teistes Euroopa riikides. Meie eesmärgiks on jõuda 2012. aastaks keskliigast Euroopa viie kõige turvalisema riigi hulka.

Piirkondlike päästeteenistuste ülesandeks on tagada teie ohutus ja pakkuda teile õnnetusjuhtumite ja teiste hädaolukordade puhul professionaalset abi. Selles brošüüris antakse teile juhiseid, kuidas vältida ohtlikke olukordi oma igapäevases elus, mida teha hädaolukordades ja kust saada täiendavat informatsiooni.

Uurige tähelepanelikult seda juhendit, et te teaksite, kuidas toimida. Seda enam, et hädaolukorras pole aega aru pidada nõutud tegevuse üle, sest esimesed minutid on otsustava tähtsusega: tulekahju puhkemisel täitub ruum minutitega surmava suitsuga ja kui kellegi süda seiskub, tekib püsiv ajukahjustus juba mõne minutiga. Kui jõuate õnnetuspaika esimesena, on teie kohuseks kutsuda kohale professionaalne abi ja alustada viivitamatult kannatanu abistamist. Kui oskate anda esmaabi, võite päästa elusid.

Kas tahate muuta iseenda ja teid ümbritsevate inimeste elu turvalisemaks? Kas tahate teada, kuidas toimida hädaolukorras? Kui vastate jaatavalt, siis lugege seda juhendit.