

PELASTUSSUUNNITELMA

ES-LAATUASUNNOT OY

AJURINKATU 8, KOTKA

4.5.2023



SISÄLLYSLUETTELO

YLEISTIEDOT	4
Yhteystiedot ja turvallisuushenkilöstö	4
Kohteen yhteystiedot	4
Pelastuslaitoksen yhteystiedot	5
Hätänumeroon soittaminen ja poikkeamatilanteesta tiedottaminen.....	5
Yleiskuvaus, tietoja kiinteistöstä	6
Vaarojen ja riskien arvioinnin tulokset ja johtopäätelmät.....	7
Pelastussuunnittelun vastuut	7
Suunnitelman päivittäminen	7
KOHTEEN TURVALLISUUSVALVONTA	8
Palotarkastukset.....	8
Turvallisuustarkastukset.....	8
KOHTEEN TIEDOT	9
Väestönsuojat.....	9
Väestöhälyttimet	9
Sähkön, lämmön ja vedenjakelu sekä varavoimajärjestelmä	9
Vedenjakelu.....	10
Kunnallistekniikan katkokset ja vikailmoitukset.....	10
Kaasunjakelu ja kemikaalit	11
Ilmanvaihto ja nuohous	11
Yleinen paloturvallisuus	12
Kaatumiset ja liukastumiset.....	12
Tulityöt.....	13
ULKOALUEIDEN TURVALLISUUS	14
Jäteastioiden ja – katosten sijainti	14
Tontin ja rakennuksen osoitenumerointi	14
Ovien avaus.....	14
Autojen lämmityslaitteet.....	15
Kokoontumis- ja evakuointipaikka.....	15
TURVALAITTEET	16
Palosta varoittavat laitteet ja järjestelmät	16
Alkusammutuskalusto.....	17
Poistumisreittien merkitseminen ja valaiseminen.....	18
Savunpoisto	18
Pelastustie	19
PELASTUSSUUNNITELMAN JAKELU JA ILMOITUSKORTTI	20

LIITTEET	21
Asema- ja kohdepiirros, kokoontumis- ja evakuointipaikat.....	21
Soitto hätäkeskukseen ja hätäpaikannus.....	22
Hätäilmoituksen teko.....	24
Toiminta tulipalon sattuessa	25
Toiminta kerrostalopaloissa	26
Toiminta yleisen vaaranmerkin soidessa	27
Onnettomuusvaaratilanteet Kotkan satama-, rata- ja teollisuusalueilla.....	28
Aikuisen elvytys	30
Lapsen elvytys	31
Vauvan elvytys.....	32
Palovammat.....	34
Vieras esine hengitysteissä	35
Myrkytykset	36
Murtumat, nivelten, lihasten ja jänteiden vammat.....	37
Murtumaepäily	37
Toimintaohje sähkökatkon sattuessa	38
Varautuminen veden tulon katkeamiseen.....	39
Toimenpiteet lämmönjakelun katkoksen pitkittyessä	40
Toiminta vesivahingon ehkäisemiseksi	41
Väestösuojaan purku- ja käyttöönottosuunnitelma	42
Joditablettien käyttö.....	45

YLEISTIEDOT

Yhteystiedot ja turvallisuushenkilöstö

Organisaation yhteystietojen tarkoituksena on edistää tiedotuksen toimivuutta ja nopeutta tilanteissa, joissa vaaditaan kriisijohtamista ja -päätöksentekoa. Kriisitilanteissa tulee aina tiedottaa seuraavaa turvallisuushenkilöstöä tilanteesta. Organisaation ylin johto tekee päätökset kriisin hallinnasta.

Isännöitsijä Maarit Heiskanen maarit.heiskanen@es-isannointi.fi ES-Isännöinti Oy	040 163 1476
Hallituksen puheenjohtaja Maarit Toveri	050 010 3888

Kohteen yhteystiedot

Pelastussuunnitelman kohteen fyysinen sijaintipaikka ja käyntiosoite.

Ajurinkatu 8, 48100 Kotka

Muut yhteystiedot

Yhteystiedot, joiden avulla saada yhteys vartiointi-, kunnossapito- ja huoltohenkilöstöön poikkeamatilanteissa.

Kiinteistöhoito Jouni Heikkilä Kotkan Seudun Talokeskus Oy	044 223 3253
---	--------------

Pelastuslaitoksen yhteystiedot

Yhteystiedot, joiden avulla voidaan olla yhteydessä pelastusviranomaiseen mm. neuvonta- ja opastuskysymyksissä. Häätätilanteissa käytetään aina yleistä hätänumeroa.

KYMENLAAKSON PELASTUSLAITOS	05-23161
YLEINEN HÄTÄNUMERO	112

Hätänumeroon soittaminen ja poikkeamatilanteesta tiedottaminen

Hätänumeroon 112 tulee soittaa aina kiireellisissä, todellisissa häätätilanteissa hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön ollessa uhattuna tai vaarassa, tai jos on syytä epäillä näin olevan. Jos epäilyttää, onko kyseessä häätätilanne vai ei, on aina parempi soittaa 112, kuin olla soittamatta.

Hätäkeskukseen soittamista varten käsipuhelimiin on hyvä asentaa 112 Suomi -mobiilisovellus.

Suomi 112 -mobiilisovellus nopeuttaa avunsaantia häätätilanteessa ja mahdollistaa samalla hätäpaikannukseen, jolloin soittajan tarkka sijaintitieto välittyy hätäkeskukseen automaattisesti, mikä nopeuttaa häätäpuhelijien käsittelyä. Sovelluksen ohjeet ovat suunnitelman liiteosioissa.

Yleiskuvaus, tietoja kiinteistöstä

Kiinteistön nimi	Ajurinkatu 8
Rakennusvuosi	2008
Kiinteistötunnus	285-002-0007-0002-P
Rakennusten lukumäärä	1
Kerrosluku	6
Asuinhuoneistojen määrä	28
Asukkaiden määrä	n. 36

SUUNNITELMAN PERUSTEET

Vaarojen ja riskien arvioinnin tulokset ja johtopäätelmät

Pelastuslaki edellyttää, että pelastussuunnitelmassa esitetään vaarojen ja riskien arvioinnin johtopäätelmät, riskin suuruus, syyt ja seuraukset. Pelastusasetus velvoittaa tunnistamaan ennakoitavat vaaratilanteet ja arvioimaan niiden vaikutukset. Vaarojen ja riskien arviointi antaa perusteet pelastussuunnitelmalle. Kiinteistössä tapahtuva toiminta ja sen luonne on otettava huomioon arvioinnissa.

Todennäköisimmät riskit ovat tulipalo, tapaturmat, lämmön, sähkön ja veden jakelun keskeytyminen, vesivahinko ja ihmisten aiheuttamat vaaratilanteet. Edellä lueteltuihin riskeihin löytyy toimintaohjeet pelastussuunnitelman liiteosista.

Alueen riskejä on ainakin teollisuuslaitosten ja rautatiekuljetusten aiheuttamat kemikaali-päästöönnettomuudet, jossa vaarallisia aineita tai palokaasuja vapautuu ilmaan kulkeutuen tuulen mukana rakennuksen suuntaan.

Osa vaaroista ja riskeistä voidaan poistaa. Osa riskeistä voidaan vain tunnistaa ja pyrkiä omalla toiminnalla pienentämään riskin vaarallisuutta. Edellä lueteltuihin riskeihin löytyy toimintaohjeet pelastussuunnitelman liiteosista.

Pelastussuunnittelun vastuut

Pelastussuunnitelman laadinnasta vastaa isännöitsijä.

Hallitus määrittää turvallisuustoiminnan suuntaviivat ja antaa siihen tarvittavat resurssit ja vastaa asukkaiden perehdyttämisestä turvallisuusohjeisiin.

Suunnitelman päivittäminen

Suunnitelman päivityksestä vastaa Eastsec oy. Päivityssykli on kalenterivuosi.

Päivitys merkitään suunnitelmaan kannessa olevan päivämäärän vaihdoksella. Suunnitelman hyväksyy taloyhtiön hallitus.

Palotarkastukset

Palotarkastukset ovat lakisääteisiä kohteisiin, jotka on lainsäädännössä määritelty. Tarkastusten osatavoitteena on todeta, että kohde on rakennusluvan ja säädösten mukaisessa kunnossa. Tarkastuksessa pyritään myös ohjaamaan kohteen pelastussuunnittelua ja lisäämään henkilöiden tietämystä paloturvallisuusasioista.

Palotarkastuspöytäkirjat ovat isännöitsijän hallussa. Hallitus vastaa pöytäkirjassa olevien huomautusten analysoinnista sekä tarvittavien korjaustoimenpiteiden käynnistämisestä ja valvonnasta.

Palotarkastuspöytäkirjassa todetut puutteet ilmoitetaan vastuussa olevalle organisaatiolle (esimerkiksi kiinteistön omistajalle).

Palotarkastuksessa tarvittavat asiakirjat ja piirustukset ovat helposti saatavilla.

Turvallisuustarkastukset

Turvallisuustarkastusten tavoitteena on, että kohteessa myös omaehtoisesti valvotaan turvallisuusjärjestelyjen toimivuutta ja korjataan niissä havaittuja puutteita. Lisäksi sisäisten turvallisuustarkastusten avulla kehitetään ja ylläpidetään tarkastuksiin osallistuvien henkilöiden tietoisuutta riskeistä ja niiden ehkäisymenetelmistä.

Turvallisuustarkastuksiin tilojen ja tiloissa toimijoiden osalta kuuluvat:

- Paloturvallisuuden ja muun uhkatilanneturvallisuuden tarkastus
- Teknisten ja muiden järjestelmien ja järjestelyiden tarkastus
- Suunnitelmavalmiuden tarkastus

Sisäiset turvallisuustarkastukset suoritetaan seuraavasti:

Turvallisuustarkastukset ja muut turvallisuuteen liittyvät tarkastukset suoritetaan yhteistyössä Eastsec Oy:n henkilöstön kanssa.

Tarkastuksissa havaitut puutteet kirjataan.

Tarkastuspöytäkirjat täytetään ja arkistoidaan Eastsec Oy:n hallinnoimalle palvelimelle, johon taloyhtiön edustajilla on käyttöoikeudet.

KOHTEEN TIEDOT

Väestönsuojat

Kohteessa on K – luokan väestösuoja (47 m², 52 henkilölle), joka sijaitsee 1. kerroksessa. Sen sijainti on merkitty kohdepiirrokseen.

Väestöhälyttimet

Kiinteistö kuuluu väestöhälyttimen kuuluvuusalueelle.

Sähkön, lämmön ja vedenjakelu sekä varavoimajärjestelmä

Sähkön ja lämmön jakelun turvaaminen on kaikkien kohteiden toimintaehto. Häiriöt ovat yleensä jakeluverkon häiriöitä, ei niinkään yksittäisen kohteen ongelmia. Sähköpääkeskusten sijainnit on merkitty asemapiirrokseen.

Sähkönjakelun keskeytyminen johtaa paitsi valaistuksen ja tietoliikenneyhteyksien toiminnan katkeamiseen (lankapuhelinjärjestelmä toimii edelleenkin), ennen pitkää myös lämmön- ja vedenjakelun keskeytymiseen noin kahdesta tunnista puolen vuorokauden kuluessa kaukolämpöverkostoissa ja rakennuksissa, joiden vedenjakelu perustuu yleiseen pumppuasema ja/tai vesitornipaineiseen vesijohtoverkoston.

Sähkönjakelun keskeytyessä tulee huolehtia pimeän ajan liikkumisturvallisuudesta ja varautua tilanteisiin etukäteen mm. hankkimalla riittävästi paristo-/akkutoimisia käsivalaisimia.

Asukkaiden mahdollisesti tarvitsemien sähkötoimisten hengitys- yms. apulaitteiden toimivuuden jatkuvuus tulee varmistaa akkuvarmistuksin ja/tai käsitoimisin laitteistoin.

Tarkistettavia asioita:

- Sähköpääkeskuksessa ei ole sinne kuulumatonta tavaraa
- Sähköpääkeskuksen edustalla on vähintään yksi metri vapaata tilaa
- Sähköpääkeskuksessa ja muuntamoissa on asianmukaiset vaaramerkit ja riittävä opastus paikalle
- Sähköpääkeskus on merkitty asemapiirroksen
- Sähköpääkeskus on lukittuna

Lämmitys on toteutettu kaukolämmöllä. Lämmönjakohuoneen sijainti on merkitty asemapiirroksen.

Todennäköisimmin lämmönjakelun keskeytyminen on tilapäistä ja hetkellistä, jolloin kiinteistössä oleskeleville ei synny pakottavaa tarvetta evakuoitumiseen edes kovemmillä pakkasilla. Kuitenkin lämmön karkaamiseen avoimista ikkunoista ja ovista tulee kiinnittää erityistä huomiota.

Lämpötilan laskiessa asuintiloissa tulee varautua lisäpukeutumiseen ja – suojautumiseen mm. lisäpeitoin tms. sekä huoneiden käytön rajoittamiseen ja useamman henkilön sijoittamista samaan huoneeseen. Raitisilmaventtiilien tms. sulkeminen ja ikkunoiden lasipintojen peittäminen edesauttaa lämmön säilyttämisessä. Lämmönjakelun katkeamisen pitkittyessä tulee arvioida evakuointitoimenpiteisiin ryhtymisen tähdellisyyttä ja ryhtyä toimenpiteisiin päätöksen teon jälkeen.

Vedenjakelu

Vedenjakelun keskeytyessä ennalta arvaamattomaksi ajaksi, tulee varmistua juomaveden saatavuudesta. Pääsääntöisesti yli tunnin mittaisten, laaja-alaisten sähkökatkosten kestäessä tulisi varautua juomaveden talteenottoon verkostosta. Putkirikkojen ja mahdollisten vesivahinkojen varalta on veden pääsulkuventtiilin paikka selvitettävä etukäteen. Sulkuventtiilin paikka on merkittävä ja mielellään viitoitettava sinne johtava kulkureitti.

Sähköpääkeskus	1kpl, sijaitsee pohjoissivustalla
Veden pääsulku	1kpl, sijaitsee lämmönjakohuoneessa
Sprinklerkeskus	1 kpl, lämmönjakohuoneen vieressä
Lämmönjakohuone	1kpl, sijaitsee pohjakerroksessa

Sähköpääkeskuksen, lämmönjakohuoneen ja veden pääsulun sijainnit on merkitty kohdepiirroksen.

Kunnallistekniikan katkokset ja vikailmoitukset

Kiinteistönhuollon päivystysnumero on 044 223 3250.

Kaasunjakelu ja kemikaalit

Rakennuksissa ei yleisesti käsitellä kaasuja tai kemikaaleja.

Kemikaalilainsäädännössä (Laki vaarallisten kemikaalien ja räjähteiden käsittelyn turvallisuudesta, Asetus vaarallisten kemikaalien teollisesta käsittelystä ja varastoinnista on annettu rajoituksia palavien nesteiden ja muiden vaarallisten kemikaalien säilyttämiselle eräissä tiloissa, joissa ne voivat aiheuttaa erityisvaaraa). Seuraavassa on säilytysrajoituksia, jotka koskevat näiden aineiden säilyttämistä asuintaloissa ja moottoriajoneuvosuojissa.

Asuin-, toimisto-, majoitus-, päivähoito- ja kokoontumishuoneisto:

- Enintään 50 litraa: palavia nesteitä, joiden leimahduspiste > 55 °C (öljyt, dieselöljyt)
- Enintään 25 litraa: palavia nesteitä, joiden leimahduspiste < 55 °C sekä aerosoleja, jotka sisältävät palavia nesteitä tai palavia kaasuja (benssiinit, liuottimet, aerosolimaalit)
- Enintään 25 kiloa: nestekaasua

Moottoriajoneuvosuojassa voidaan säilyttää:

- Enintään 200 litraa + ajoneuvon oman säiliön tilavuus: palavia nesteitä, joiden leimahduspiste > 55 °C (öljyt, dieselöljyt)
- Enintään 60 litraa + ajoneuvon oman säiliön tilavuus: palavia nesteitä, joiden leimahduspiste < 55 °C sekä aerosoleja, jotka sisältävät palavia nesteitä tai palavia kaasuja (benssiinit, liuottimet, aerosolimaalit)
- Enintään 25 kiloa nestekaasua
-

Palavien kaasujen/nesteiden säilytys on kiellettyä yhtä useamman asuinhuoneiston käsittävän rakennuksen yhteisessä kellari- ja ullakotilassa, joka on tarkoitettu asuntokohtaisen talousirtaimiston säilytykseen. Nestekaasun säilytys on kielletty rakennusten kellari- ja ullakotiloissa.

Paloturvallisuuden takia auton/vast. renkaiden säilyttäminen on kiellettyä kerrostalojen käytävillä, yhteisissä varastoissa, seinien vierustoilla ja väliseinättömissä yhteisautotalleissa. Omassa, erillisessä autotallissa ja häkkivarastossa renkaiden (yksi rengassarja) säilyttäminen on sallittua. Em. säännöksistä tulee tiedottaa tilojen käyttäjille.

Ilmanvaihto ja nuohous

Ilmanvaihdon puhdistuksen ja nuohouksen tarkoituksena on ehkäistä tulipaloja ja parantaa sisäilman laatua.

Keskitetyn ilmanvaihdon pysäytyksen avulla savun ja palon leviämistä voidaan rajoittaa.

Kohteessa on koneellinen tulo- ja poistoilmanvaihto. Ilmanvaihdon hätäpysäytin sijaitsee pohjakerroksessa kadunpuoleisen ulko-oven vieressä. Pysäyttimen sijainti on merkitty pohjapiirrokseen.

Yleinen paloturvallisuus

Helposti syttyvää materiaalia tai muuta tavaraa ei saa säilyttää ullakoilla, kellareissa, rakennusten alla tai rakennuksen välittömässä läheisyydessä niin, että siitä aiheutuu tulipalon syttymisen tai leviämisen vaaraa tai että tulipalon sammuttaminen vaikeutuu.

Kaatumiset ja liukastumiset

Vuosittain kaatumisista ja liukastumisista johtuneista tapaturmissa vammautuu yli 100 000 työikäistä ja iäkkäiden henkilöiden kaatumistapaturmissa vähintään kerran vuodessa kaatuu

- 30 % kotona asuvista yli 65 – vuotiaista
- yli 50 % palvelukodeissa ja laitoksissa asuvista yli 65 – vuotiaista
- noin 50 % yli 80-vuotiaista kotona, palvelukoti- tai laitosasukkaista

Vanhusväestöllä aiempi kaatuminen on suurimpia uuden kaatumisen riskitekijöitä: 40–50 % aiemmin kaatuneista kaatuu uudelleen.

Kaatumisen taustalla on tutkimusten mukaan alle 80-vuotiailla kotona asuvilla henkilöillä ulkoiset vaaratekijät:

- liukas tai epätasainen kävelypinta ulkona tai sisällä
- kompastuminen mattoon tai kynnykseen
- huono valaistus
- epäsopivat jalkineet
- epäsopiva apuväline

Yleisesti liukkaudesta johtuvien kaatumisten torjuntakeinoina voidaan käyttää

- oikeanlaisten jalkineiden valintaa (pohjakuviointi, pakkasella kovettumaton pohjamateriaali, liukuesteiden käyttö)
- liukkauden torjuntaa (hiekoitus/suolaus ulkona, nestelätäköiden kuivaaminen sisälattoilta, järjestyksen ja siisteyden ylläpito, liukastumisvaarasta ilmoittaminen, poikkeuksellisten ajankohtien huomioiminen)
- rakenteelliset keinot (kulkutiet katteen alle, vesien poisjohtaminen, kulkuteiden kaapelilämmitys, kulkuteiden valaiseminen, ritilöiden käyttö ovien tms. edustalla)
- oma toiminta (kädet vapaana, ei raskaiden taakkojen kantamista, lyhyt askel, ei juosta, tukeminen kaiteeseen portaissa, sään ennakointi ja jalkineiden valitseminen)

Tulityöt

Tulityöllä tarkoitetaan työtä, jossa syntyy kipinöitä tai jossa käytetään liekkiä tai muuta lämpöä ja joka aiheuttaa palovaaraa. On tärkeää, että kiinteistössä on etukäteen mietitty, mitkä ovat turvalliset käytännöt tulitöiden suorittamisessa. Vakuutusyhtiöillä on suoje-
luohje tulitöiden turvallisesta suorittamisesta ja oman vakuutusyhtiön ohjeita on syytä noudattaa tulitöiden aikana.

Luvan kohteen tulitöille myöntää isännöitsijä.

ULKOALUEIDEN TURVALLISUUS

Jäteastioiden ja – katosten sijainti

Jäteastiat ja – katokset on sijoitettava niin, ettei tuli pääse leviämään niistä rakennukseen. Turvallisin tapa on sijoittaa jäteastiat ja – katokset vähintään kahdeksan metrin etäisyydelle rakennuksen seinästä. Muussa tapauksessa tulee palo-osastoinnilla (EI 30) huolehtia siitä, ettei jäteastian tai – katoksen palo leviä rakennukseen.

Jäteastiat ovat sijoitettuna erilliseen lukitsemattomaan katokseen, jonka etäisyys on n. 4 m asuinrakennuksesta.

Tontin ja rakennuksen osoitenumerointi

Rakennukseen on asetettava kadulta tai muulta liikenneväylältä näkyvään paikkaan rakennustarkastajan hyväksymän mallin mukainen osoitenumero. Kulmataloon on asema-kaava-alueella kiinnitettävä oma osoitenumerosa kummankin kadun puolelle.

Milloin tontilla on useita asuinrakennuksia, osoitenumero on kiinnitettävä jokaiseen taloon tai tarvittaessa tontin ajoväylälle on sijoitettava osoiteviitta. Osoitenumerointi ja muut tarpeelliset osoitemerkinnot on oltava toteutettuna viimeistään rakennuksen käyttöönotto-katselmuksessa.

Pihataulun avulla on helpompi hahmottaa usean rakennuksen kokonaisuus. Taulussa on hyvä olla rakennukset numeroittain/kirjaimittain, porrashuoneet numeroittain/kirjaimittain sekä käytettävät kulkuväylät. Asennuspaikka tulisi olla pihan tuloväylän alkupäässä. Myös vuodenaikojen vaihtelu on otettava huomioon merkinnöiden toimivuudessa ja erityisesti näkyvyydessä.

Osoitenumeroinnit ovat kunnossa.

Ovien avaus

Rakennukseen pääsyn varmistamiseksi rakennuksen omistajan tai haltijan taikka hänen edustajansa on huolehdittava siitä, että kerrostalossa on näkyvässä paikassa yhteystiedot talonmiehestä, isännöitsijästä tai muusta henkilöstä, jonka avulla poliisi-, pelastus- tai sosiaali- ja terveydenhoitoviran-omainen tai haastemies voi viipymättä ja korvauksetta päästä rakennukseen. (Järjestyslaki 612/2003, 8§)

Ovien avaajan tiedot tulee olla näkyvillä kerrostalon alaovella, jotta edellä mainittu järjestyslain pykälä toteutuu.

Kiinteistöhuolto huolehtii ovien avaamisesta, päivystysnumero on 044 223 3250.

Autojen lämmityslaitteet

Lämmitysjohtojen jättäminen irrallisena kiinni pistorasiaan on hyvä kieltää taloyhtiössä kokonaan, koska irralliset jännitteiset johdot aiheuttavat turvallisuusriskin.

Autojen lohkolämmittimien käyttö aiheuttaa vuosittain useita tulipaloja. Jos käytetään tilapäisiä lämmitysjatkojohtoja, on lämmitys suoritettava valvottuna. Pistorasiakoteloiden kannet on pidettävä suljettuna ja mahdollisesti myös lukittuina. Huonetiloihin tarkoitetut lämmittimet eivät sovellu ajoneuvojen lämmittämiseen vaan ajoneuvojen lämmittämiseen on käytettävä siihen tarkoitettuja ns. sisätilan lämmittimiä.

Kokoontumis- ja evakuointipaikka

On mahdollista, että rakennuksesta joudutaan poistumaan esimerkiksi tulipalotilanteen takia. Tästä syystä on asukkaille määriteltävä kokoontumispaikka. Paikka voi sijaita esimerkiksi piha-alueella tietyllä kohdalla. Mahdollisuuksien mukaan evakuointipaikka määritellään johonkin toiseen läheiseen rakennukseen, jos onnettomuus tapahtuu esimerkiksi talvikausi. Kokoontumispaikan tarkoituksena on mm. helpottaa mahdollisten uhrien etsintää onnettomuustilanteissa sekä tiedottaa asukkaita tilanteesta ja siitä, milloin rakennukseen voidaan palata. Pelastusviranomaisen ohjaa tarvittaessa väestön evakuointia.

Kohteen kokoontumispaikka on talon pihalla parkkipaikalla. Evakuointipaikkana on Kotkan saaren entinen terveysasema, Keskuskatu 30, Kotka. Kokoontumispaikka on merkitty kohdepiirroksen. Kokoontumispaikasta tulee tiedottaa talon asukkaille.

TURVALAITTEET

Turvallisuuden tarkoituksena on pienentää henkilö- ja omaisuusvahinkoriskiä. Pääsääntöisesti turvalaitteiden olemassaolo kiinteistöissä perustuu jo rakennuslupamenettelyyn, mutta on myös kohteita, jonne laitteita on hankittu myöhemmin riskien hallitsemiseksi. Kunnossapito-ohjelmien mukaisesti hoidetut laitteet toimivat niin kuin niiden on suunniteltu toimivan ja lopputuloksena on kohteen ja sen henkilöstön turvallisuuden paraneminen.

Palosta varoittavat laitteet ja järjestelmät

Huoneiston haltija on velvollinen huolehtimaan, että asunto varustetaan palovaroittimella tai muulla laitteella, joka mahdollisimman aikaisin havaitsee alkavan tulipalon ja hälyttää asunnossa olevat.

Ajurinkatu 8:n asunnoissa, yleisissä tiloissa ja porrashuoneissa on paloilmoinjärjestelmään (Teknoware) liitetyt palotunnistimet. Järjestelmän paloilmointikeskus sijaitsee kadunpuoleisen portaan pohjakerroksessa ulko-oven vieressä. Paloilmointikeskuksen sijainti on merkitty pohjapiirrokseen.

Pelastuslain 12 §:n mukaan rakennuksen omistaja, haltija ja toiminnanharjoittaja osaltaan vastaavat, että mm. rakennusten yleisiä tiloja ja koko rakennusta palvelevat lakisääteiset tai viranomais määräykseen perustuvat palonilmaisujärjestelmät pidetään toimintakunnossa. Vastaava velvollisuus koskee huoneiston haltijaa hallinnassaan olevien tilojen osalta.

Automaattisen paloilmoinnimen tai hätäkeskusyhteyden vikaantuessa edellä todetun tahon tulee välittömästi ryhtyä tilanteen edellyttämiin toimenpiteisiin. Ne toimenpiteet, joihin kiinteistöissä on ryhdyttävä paloilmoinnimen ollessa osittain tai kokonaan toimintakyvytön, on esitettävä paloilmointikiinteistön pelastussuunnitelmassa ja paloilmoinnimen kunnossapito-ohjelmassa. Linjavikavalvonta on kokonaan paloilmointikiinteistön vastuulla. Linjavikavalvonta tapahtuu paloilmointikiinteistön ja teleoperaattorin välisen sopimuksen mukaisesti.

Paloilmointikiinteistön tulee tarkastaa teleoperaattorin tai muun paloilmoinjärjestelmän ylläpitäjän kanssa tekemänsä sopimus linjavikavalvonnan järjestämiseksi. Sopimuksen tulee sisältää vähintään seuraavat asiat:

- ilmoituksensiirtoyhteyden toimintavarmuuden valvonta,
- yhteysvian valvonta,
- yhteysviasta tiedottaminen,
- rakennuksen turvallisuudesta vastaavan henkilön ja hänen varahenkilönsä yhteystiedot,
- häiriötilanteessa tarvittavat toimenpiteet.

Paloilmointikiinteistön tulisi sopimuksessa erityisesti kiinnittää huomiota seuraaviin asioihin:

- siirtoyhteyden vikavalvonnan tulee olla jatkuvaa ja
- teleoperaattorilla tai vastaavalla on yhteysviasta välitön ilmoitus- ja tiedottamisvelvollisuus paloilmointikiinteistön turvallisuudesta vastaavalle henkilölle. Ilmoituksen perillemeno tulee olla varmistettu (esim. pelkkä tekstiviesti ei ole riittävä). Palveluntarjoajana suositellaan käytettäväksi Finanssialan Keskusliiton luetteloimaa hälytyskeskusta (www.vahingontorjunta.fi)

HUOM!

Lämpöä, savua, käryä tms. aiheuttavaa työtä tehtäessä on aina otettava yhteys kiinteistön huoltoon. Huoltohenkilöstö antaa tarvittavan luvan ja ohjeet, sekä huolehtii, että paloilmotimelta kytketään irti tarvittavat silmukat. Em. tavalla vältetään aiheettomilta automaattisilta paloilmoituksilta hätäkeskukseen.

Huomioitavia asioita:

- Järjestelmällä tulee olla ajantasainen kunnossapito-ohjelma
- Järjestelmällä on asiantunteva hoitaja ja varahenkilö
- Koestukset suoritetaan kunnossapito-ohjelman mukaisesti
- Huollot suoritetaan kunnossapito-ohjelman mukaisesti
- Määräaikaistarkastukset suoritetaan kunnossapito-ohjelman mukaisesti
- Määräaikaistarkastuksessa todetut puutteet korjataan järjestelmällisesti
- Paikantamiskaaviot ovat ajan tasalla
- Kuuluvatko palokellot tarvittaviin paikkoihin
- Paloilmotinkeskukselle on selkeät opasteet ja paloilmotinpainikkeet on merkitty
- Toiminta palokellojen soidessa on tehokasta, tarvittaessa laadittava ohje toiminnasta palokellojen soidessa

Alkusammutuskalusto

Asuintaloissa käytettyjä alkusammutusvälineitä ovat esimerkiksi sammutuspeite, käsiammutin ja pikapaloposti.

Sammutuspeite suositellaan hankittavaksi jokaiseen asuntoon. Yleisiin tiloihin suositellaan hankittavaksi käsiammuttimia, esimerkiksi jokaiseen porrashuoneeseen (puoliväliin) sekä kellaritiloihin ja käyttöullakolle. Käsiammuttimet kannattaa ilkeivallan estämiseksi asentaa kaappiin. Käsiammuttimia ei kannata sijoittaa sellaisiin tiloihin, minne vain esim. kiinteistöhoitajalla on avain. Käsiammuttimet asennetaan n. metrin korkeudelle ja merkitään opasteella. Normaaleissa tasalämpöisissä huonetiloissa käsiammuttimen tarkastusväli on kaksi vuotta, muutoin yksi vuosi.

Alkusammutuskaluston merkinnät on tehtävä selvästi ja kiinteistössä asuville tulee tiedottaa alkusammutuskaluston laatu ja sijoitus. Myös käytön opastus on tarpeellista.

Vastuu palopostien toimintakunnosta on kiinteistön omistajalla/haltijalla. SFS-EN 671-3 -standardin mukaan pikapalopostit tulee tarkastaa joka vuosi ja letkut tulee koeponnistaa viiden vuoden välein.

Kiinteistössä on kaksi kappaletta pikapaloposteja. Ne sijaitsevat kadunpuoleisen sisäänkäynnin viereisessä seinässä pohjakerroksessa ja 3. kerroksen käytävän seinässä. Pikapalopostien sijainti on merkitty kohdepiirroksen. Talossa on automaattinen palon sammutusjärjestelmä (sprinkleri, Firelon). Sprinklerikeskus sijaitsee lämmönjakohuoneessa ja sen sijainti on merkitty pohjapiirroksen

Poistumisreittien merkitseminen ja valaiseminen

Rakennuksen omistajan ja haltijan on huolehdittava siitä, että uloskäytävät ja kulkureitit niille pidetään kulkukelpoisina ja esteettöminä. Uloskäytävillä sekä ullakoiden, kellarien ja varastojen kulkureiteillä ei saa säilyttää mitään tavaraa. Uloskäytävät ja kulkureitit niille tulee tarvittaessa merkitä ja valaista asianmukaisesti.

Porrashuoneet on merkittävä selkeästi ja näkyvästi (A, B, C, D). Asukas-taulun luettavuuteen on myös kiinnitettävä huomiota. Taulussa tulisi olla seuraavat tiedot:

- Porrashuoneen tunnus
- Kerrosnumerointi
- Huoneistojen numerot ja asukkaiden nimet kerroksittain

Rappukäytävissä suositellaan merkittäväksi kerrostasanteiden kerrosnumerointi siten, että numerot ovat vähintään 10 cm korkuisin numeroin porrassyöksyä vastapäätä seinän puolivälin korkeudella tai sen alapuolella.

Poistumisvalaistuksen tarkoituksena on varmistaa turvallinen ja nopea poistuminen kohteesta poikkeamatilanteissa. Poistumisreitivalaistus osoittaa uloskäytävät ja tarvittaessa valaisee ne. Sen tulee toimia tavallisen valaistuksen kanssa yhtä aikaa ja siitä riippumatta ja vielä määräajan tavallisen valaistuksen sammumisen jälkeen. Poistumisvalaistuksen täytyy toimia järjestelmän iästä riippuen 30 tai 60 minuuttia oman teholähteen varassa.

Uloskäytävän sijainti ja poistumiseen käytettävä kulkureitti osoitetaan poistumisopasteilla. Poistumisopasteet sijoitetaan niin, että uloskäytävät ja kulkureitit ovat riittävän selvästi havaittavissa. Havaitsemista voivat vaikeuttaa esimerkiksi pitkät ja sokkeloiset käytävät, portaikot, kalusteet ja sisusteet tai ovet ja muut aukot. Yleisperiaatteena on, että uloskäytävien sijainti on voitava havaita tilan kaikista osista ja siksi opasteet sijoitetaan korkealle kuten uloskäytävien ovien yläpuolelle.

Poistumisopasteiden näkyvyys varmistetaan riittävällä valaistuksella. Opasteet valaistaan joko sisä- tai ulkopuolisella valonlähteellä. Jälkivalaisevasta materiaalista tehdyt opasteet voivat tulla kyseeseen erityisesti pienissä kohteissa. Jälkivalaisevat materiaalit soveltuvat hyvin myös täydentäviin opasteisiin sekä kulkureitin tarkempaan merkitsemiseen.

Ajurinkatu 8:ssa ei ole poistumisreitti- ja turvavalaitusta portaikko- ja käytävätiloissa.

Savunpoisto

Kiinteistössä on automaattinen savunpoistojärjestelmä, jonka savunpoistoikkunat/-luukut sijaitsevat ylimmässä kerroksessa porraskäytävässä. Savunpoistoikkunoiden/-luukkujen laukaisunpainike sijaitsee pohjakerroksessa kadunpuoleisen ulko-oven vieressä ja 4. kerroksen seinässä käytävätiloissa. Savun poistosta päättää aina viranomainen.

Pelastustie

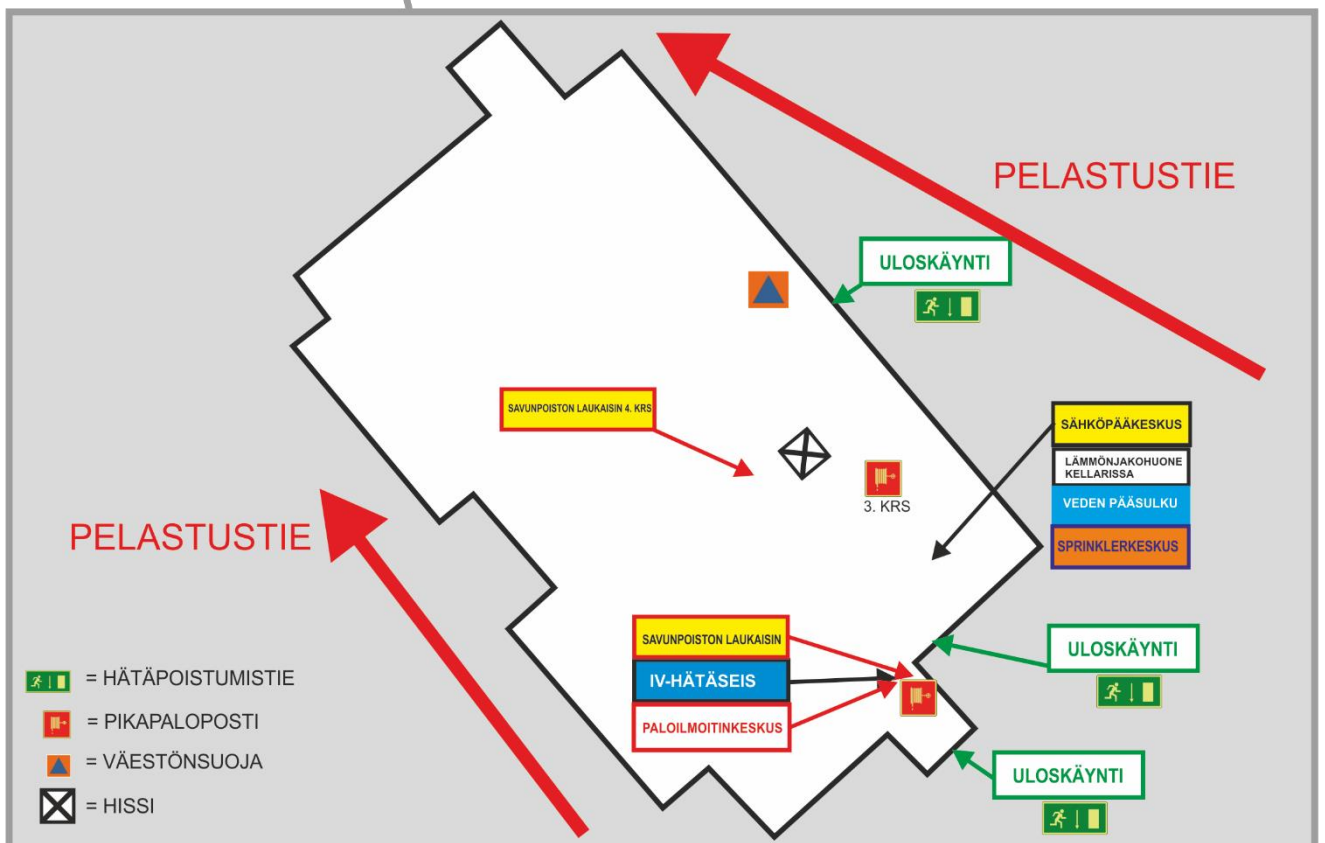
Kiinteistön omistajan ja haltijan on huolehdittava siitä, että hälytysajoneuvoille tarkoitetut ajotiet tai muut kulkuyhteydet (pelastustiet) pidetään ajokelpoisina ja esteettöminä.

Pelastusteinä käytetään ympäröiviä katuja ja pihateitä.

Pelastussuunnitelma on hyvä jakaa ainakin taloyhtiön hallituksen puheenjohtajalle, isännöitsijälle, turvallisuuspäällikölle ja hänen apulaiselleen sekä väestönsuojan hoitajalle ja hänen apulaiselleen. Suunnitelma tulee olla myös kaikkien asukkaiden saatavilla.

Pelastuslaitos ohjaa ja valvoo pelastussuunnitelmien laatimista. Valmista pelastussuunnitelmaa ei kuitenkaan kokonaisuudessaan toimiteta pelastuslaitokselle, vaan suunnitelmasta tehdään tiivistelmä siihen tarkoitettulla erillisellä ilmoituskortilla. Ilmoituskortista ilmenevät keskeisimmät kiinteistön turvallisuuteen liittyvät asiat. Ilmoituskortti tulee lähettää pelastuslaitokselle viiden vuoden välein. Henkilövaihdoista on tehtävä välittömästi ilmoitus paikalliselle pelastusviranomaiselle ilmoituskortilla. Ilmoituskorttiin on merkittävä aina päivämäärä ja se on allekirjoitettava.

Asema- ja kohdepiirros, kokoontumis- ja evakuointipaikat



Soitto hätäkeskukseen ja hätäpaikannus



112 Suomi -mobiilisovellus

paikantaa sinut hätätilanteessa ja nopeuttaa avunsaantia.

4 askelta 112 Suomi -sovelluksen käyttöön

- 1 Lataa sovellus**
Etsi sovellus sovelluskaupasta nimellä "112 Suomi" ja lataa se älypuhelimeesi sovelluskaupan ohjeita noudattaen.
- 2 Syötä puhelinnumero**
Sovellus vaatii ensimmäisellä käyttökerralla oman puhelinnumeron syöttämisen. Puhelinnumeron avulla oikea puhelu ja koordinaatit yhdistetään toisiinsa hätäkeskuksessa.
- 3 Hätätilanteessa**
Hätäpuhelu alkaa "Soita 112" -painiketta painamalla. Huomaa, että iPhone-puhelimissa hätäpuhelu käynnistyy suoraan. Windows ja Android -puhelimissa joudut vielä käynnistämään puhelun puhelimen omasta soittonäkymästä.
- 4 Tieto sijainnistasi välittyy automaattisesti**
Kun soitat hätäpuhelun 112 Suomi -sovelluksen kautta, sijaintikoordinaattisi välittyvät automaattisesti hätäkeskuspäivystäjälle.

Miten 112 Suomi -sovellus nopeuttaa avunsaantia hätätilanteessa?

Vieraassa paikassa, pitkillä maanteilla tai ulkona luonnossa omaa sijaintia voi olla vaikea kuvailla tarkasti.



Puhelujen käsittely nopeutuu, kun sijaintikoordinaattisi välittyvät päivystäjälle automaattisesti.



Apua pystytään lähettämään lähimmästä mahdollisesta yksiköstä, kun tarkka sijainti on tiedossa alusta asti.



Pelastusyksiköillä ei kulu aikaa paikan etsimiseen, vaan ne löytävät perille suorinta tietä.

112 Suomi -sovelluksen on kehittänyt Digia yhteistyössä Hätäkeskuslaitoksen kanssa. Hätäkeskuslaitos suosittelee sovelluksen lataamista.



Aseta sovelluksen kuvake näkyvälle paikalle puhelimen näytölle!



Sovelluksen asentaminen ei pelkästään auta – muista soittaa hätäpuhelu 112 Suomi -sovelluksen kautta!



Tietoturvasyistä sovellus ei lähetä sijaintikoordinaattiasi, ellei itse käynnistä sovellusta.



www.digia.com/112suomi



Suomi 112 -mobiilisovelluksen asennus ja käyttö

Lataa ja tutustu ajoissa

Lataa 112 Suomi -sovellus omaan ja perheenjäsenten puhelimiin. Syötä puhelinnumerosi ja tutustu sovellukseen saman tien. Näin sovellus on tuttu, jos joudut hätätilanteeseen.



Tallenna puhelinnumerosi sovellukseen

Kun käynnistät sovelluksen ensimmäisen kerran, se pyytää syöttämään puhelinnumeron. Puhelinnumerosi tarvitaan, jotta oikea hätäpuhelu ja oikeat sijaintikoordinaatit yhdistyvät hätäkeskuksessa.



Soita hätäpuhelu sovelluksen kautta

Hätätilanteessa ei riitä, että sovellus on asennettu puhelimeen. Jos sinun on soitettava hätänumeroon, avaa sovellus ja paina "Soita 112" -painiketta.



Hätäilmoituksen teko



Soita hätänumeroon 112

1. Soita hätänumeroon turvallisesta paikasta
2. Kerro mitä on tapahtunut
3. Kerro tarkka osoite ja kaupunki / kunta
4. Vastaa kysymyksiin
5. Toimi annettujen ohjeiden mukaan
6. Lopeta puhelu vasta saatua luvan

Toiminta tulipalon sattuessa

Tulipalossa aika on ratkaiseva tekijä. Tulipalossa on aina tärkeintä ihmishenkien pelastaminen. Poistuminen tehtävä aina turvallisinta ja lyhintä poistumisreittiä käyttäen. Siirrytään aina kokoontumispaikalle, jollei muuta ohjeistusta anneta.

1. Pelasta vaarassa olevat ihmiset ja varoita muita



2. Sammuta alkusammuttimella ja rajoita palon leviäminen



3. Hälytä palokunta ja järjestä opastus



Toiminta kerrostalopaloissa

Poistu savuisesta tilasta välittömästi, liiku tarpeen vaatiessa ryömimällä.

Älä poistu savuisen tilan kautta, savu tappaa.



Tunnustele ovien kuumuutta; älä avaa kuumentunutta ovea!

Liiku poistumisreittiä tai parveketta kohti.

Sulje kaikki ovet perässäsi.

Älä poistu savuiseen porraskäytävään. Mene ikkunan lähelle tai parvekkeelle.

Hälytä apua ja tee itsesi näkyväksi.



Toimi viranomaisten ohjeiden mukaan.

Toiminta yleisen vaaranmerkin soidessa

Jokaisen seudulla oleskelevan tulee noudattaa viranomaisten ohjeita ja määräyksiä onnettomuustilanteessa

Onnettomuudesta tiedotetaan
YLEISELLÄ VAARAMERKILLÄ



Yhden minuutin pituinen nouseva ja laskeva äänimerkki, jota TOSITILANTEESSA TOISTETAAN USEAAN KERTAAN.

Yleiseen vaaramerkkiin liittyy aina vaaratiedote. Se luetaan kaikilla radiokanavilla ja näytetään televisio-ohjelmissa ruudun yläreunassa juoksevana tekstinä sekä teksti-TV:n sivuilla 112. Vaaratiedotteet tulee myös älypuhelimien ladattuun 112 Suomi-sovellukseen. Tarvittaessa käytetään myös kaiutinautoja.

VAARA OHI -MERKKI

Yhtämittainen tasainen äänimerkki jonka kesto on YKSI MINUUTTI.

KOKEILUMERKKI

on 7 sekunnin pituinen tasainen ääni, jonka alussa voi olla nouseva jakso ja lopussa laskeva jakso. Kokeilumerkki kuullaan Kymenlaaksossa

JOKA KUUKAUDEN ENSIMMÄINEN (arki) MAANANTAI klo 12.00

Lisäksi pelastusviranomaiset ja alueen teollisuus testaavat alueellisesti hälyttimiään kokeilumerkillä.

JOS OLET SISÄLLÄ



- 1 Sulje ovet, ikkunat ja pysäytä ilmastointi.



- 2 Avaa radio tai tv ja toimi annettujen ohjeiden mukaan.



- 3 Käytä puhelinta vain mikäli itse olet välittömässä avun tarpeessa.



- 4 Jos tunnet kaasun hajua, hengitä kostean vaatteen läpi.



- 5 Pyri rakennuksen yläkerrokseen mikäli mahdollista.

JOS OLET ULKONA



- 1 Siirry sisälle ja toimi viereisen ohjeen mukaan. Jos et pääse sisälle, tarkista tuulen suunta ja poistu kaasun alta sivutuuleen.



- 2 Pyri korkeampaan maastokohtaan. Ylempänä on turvallisempaa.



- 3 Jos joudut kaasupitoiseen ilmaan, liiku rauhallisesti. Suojaudu hengittämällä kostean vaatteen läpi.

Älä poistu alueelta ilman viranomaisten lupaa. Noudata ohjeita ja odota kunnes vaara on ohi.

Onnettomuusvaaratilanteet Kotkan satama-, rata- ja teollisuus-alueilla

Nestemäiset raaka-aineet tuodaan varastoihin rautatievaunuilla, maantiekuljetuksien tai laivoilla. Kemikaalit varastoidaan niitä varten rakennetuissa säiliöissä, jotka on sijoitettu suoja-altaisiin tai suojavallitilaan. Valmiit tuotteet viedään varastoista laivoilla sekä rautatie- ja maantiekuljetuksin.

Pelastustoimen torjuntaohjeissa (TOKEVA-ohje) on määritelty vaarallisten aineiden aiheuttamat vahinkotilanteet sekä ne rajat, joiden sisällä alue pitää eristää, ja ne rajat, joiden sisällä yleisöä pitää varoittaa. Nämä rajat näkyvät oheisella kartalla.

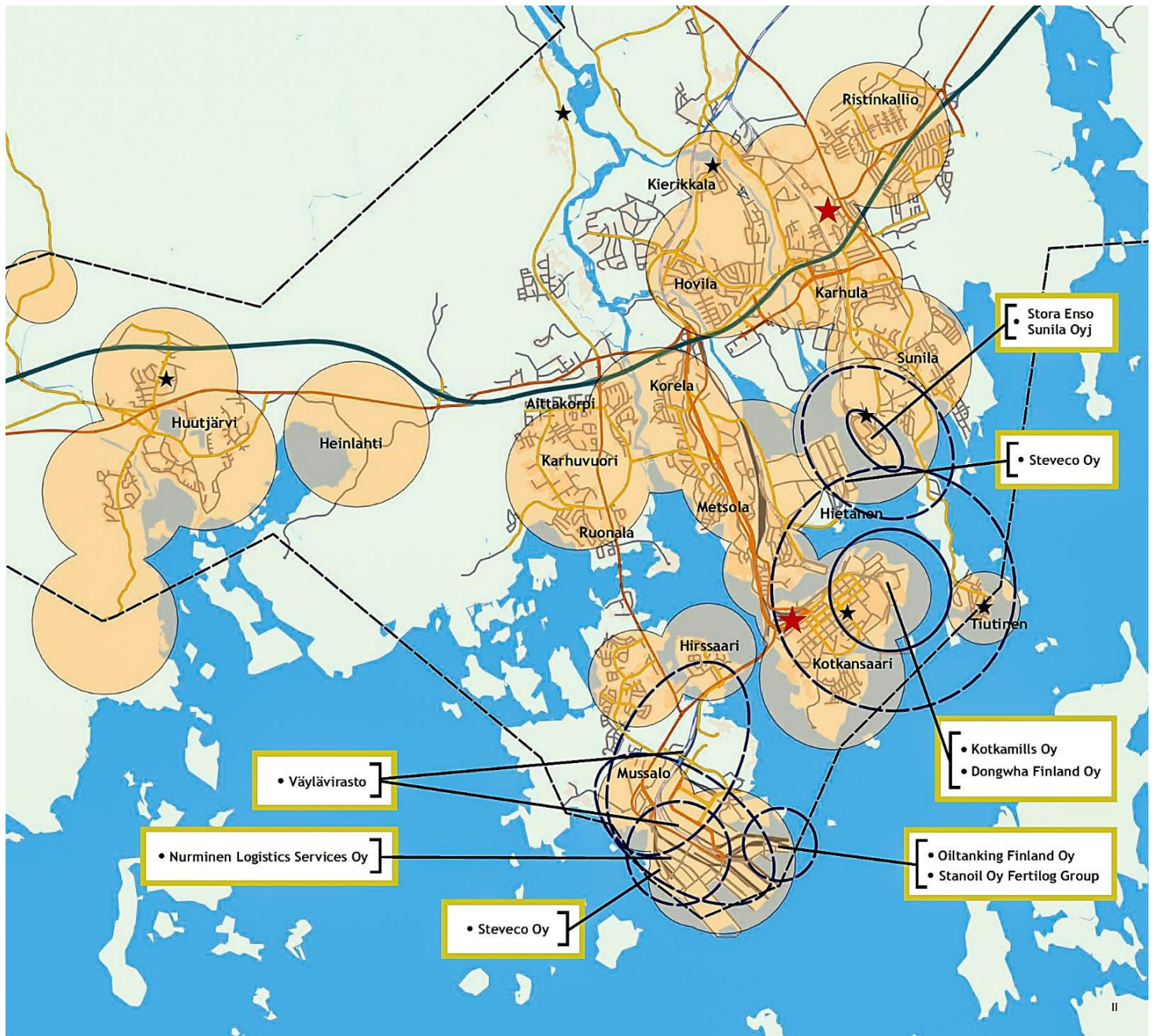
ERISTYSRAJA (AEGL3) = jonka sisällä 30 minuutin oleskelu ulkona ilman hengityksensuojainta voi aiheuttaa pysyviä tai vakavia terveysvaikutuksia tai oireita, jotka vaikeuttavat poistumista alueelta.

VAROITUSRAJA (AEGL2) = jonka sisäpuolella 30 minuutin oleskelu ulkona ilman hengityksensuojainta voi aiheuttaa tilapäistä terveyshaittaa. Kaasun mahdollisesti aiheuttamat oireet eivät kuitenkaan vaikeuta poistumista alueelta.

Tulipalo on mahdollinen kaikkialla, ja siinä muodostuvat savukaasut ovat aina myrkyllisiä. Tuulen alapuolella saattaa eristettävän alueen koko olla satoja metrejä, jopa kilometrejä.

Maakaasuputkistoa kulkee kaikkialla Kymenlaaksossa. Maakaasun vuototilanteessa syttymisvaara on vuotokohdan välittömässä läheisyydessä. Vuodon syttyessä onnettomuusvaikutus voi olla putken halkaisijasta riippuen jopa satoja metrejä. Tehdasalueiden ulkopuolella maakaasuputkisto on selkeästi merkitty.

Ympäristövaikutuksia aineellisten ja henkilövaarojen rinnalla esiintyy lähes kaikissa onnettomuustilanteissa. Eri kemikaalien aiheuttamiin ympäristövaikutuksiin voi tutustua OVA-ohjeissa, internetosoitteessa www.ttl.fi/ova.



Karttaselitykset:

- ★ vakinainen paloasema
- ★ sopimuspalokunta paloasema
- suurtehohälytin/kuuluvuusalue

 Pelastuslaitoksen saavutettavuusalue – 10 min.

Yrityskohtaiset varoitusrajat:

- eristysraja
- varoitusraja

Aikuisen elvytys

Ota selvää, saatko elottomalta näyttävän hereille. Jos hän ei herää, soita hätänumeroon 112.

Avaa hengitystiet:

Taivuta päätä taaksepäin ja nosta leukaa.

Tarkista, hengittääkö autettava normaalisti.

Katso, kuuntele ja tunnustele enintään 10 sekuntia.

Jos hän hengittää normaalisti, käännä kylkiasentoon.

Valvo hengitystä ammattiavun tuloon saakka.

Jos hän ei hengitä normaalisti, aloita paineluelvytys:

Aseta toisen käden kämmenen tyvi keskelle rintalastaa ja toinen käsi sen päälle.

Painele rintalastaa 30 kertaa painelutaajuudella. Anna rintalastan painua alaspäin 5-6 cm.

Jatka puhalluselvytyksellä:

Avaa uudestaan hengitystiet. Sulje autettavan sieraimet etusormella ja peukalolla ja paina huulesi tiiviisti hänen suulleen.

Puhalla 2 kertaa ilmaa keuhkoihin.

Jatka painelupuhalluselvytystä

rytmillä 30:2, kunnes vastuu siirtyy ammattihenkilölle tai hengitys palautuu.



Lapsen elvytys

Ota selvää, saatko elottomalta näyttävän hereille. Jos hän ei herää, soita hätänumeroon 112.

Avaa hengitystiet:

Taivuta päätä taaksepäin ja nosta leukaa.

Tarkista, hengittääkö autettava normaalisti.

Katso, kuuntele ja tunnustele enintään 10 sekuntia.

Jos hän hengittää normaalisti, käännä kylkiasentoon.

Valvo hengitystä ammattiavun tuloon saakka.

Jos hän ei hengitä normaalisti, aloita puhalluselvytys:

Avaa hengitystiet. Sulje autettavan sieraimet etusormella ja peukalolla ja paina huulesi tiiviisti hänen suulleen.

Puhalla 5 kertaa ilmaa keuhkoihin.

Aseta toisen käden kämmenen tyvi keskelle rintalastaa.

Painele rintalastaa 30 kertaa käsivarsi suorana.

Avaa uudestaan hengitystiet:

Sulje autettavan sieraimet etusormella ja peukalolla ja paina huulesi tiiviisti hänen suulleen.

Puhalla 2 kertaa ilmaa keuhkoihin.

Jatka painelupuhalluselvytystä rytmillä 30:2,

kunnes vastuu siirtyy ammattihenkilölle tai hengitys palautuu.



Vauvan elvytys

Ota selvää, saatko elottomalta näyttävän hereille. Jos hän ei herää, soita hätänumeroon 112.

Avaa hengitystiet.

Aseta vauva selälleen, avaa vauvan hengitystie päätä ojentamalla, leuan kärjestä ylös kohottamalla varovasti.

Tarkista, hengittääkö autettava normaalisti.

Katso, kuuntele ja tunnustele enintään 10 sekuntia.

Jos hän hengittää normaalisti, käännä kylkiasentoon.

Valvo hengitystä ammattiavun tuloon saakka.

Jos hän ei hengitä normaalisti, aloita puhalluselvytys.

Avaa hengitystiet.

Puhalla 5 kertaa ilmaa keuhkoihin.

Aseta toisen kaksi sormea rintalastan alaosalle.

Painele 30 kertaa alaspäin.

Avaa uudestaan hengitystiet.

Puhalla 2 kertaa ilmaa keuhkoihin.

Jatka painelupuhalluselvytystä rytmillä 30:2, kunnes vastuu siirtyy ammattihenkilölle tai hengitys palautuu.



Haavat

Vähäinen vuoto tyrehtyy haava-aluetta kevyesti painamalla ja raajaa kohottamalla.

Laita pinnalliseen haavaan tarpeen mukaan laastari tai haavasidos.

Pinnallinen viiltohaava voidaan sulkea yhdistämällä haavareunat haavateipein tai ns. perhoslaastarilla.

Tyrehdytä mahdollinen runsaampi verenvuoto painamalla haavaa, kohottamalla raajaa ja tarvittaessa asettamalla paineside.

Pinnallinen viiltohaava voidaan sulkea yhdistämällä haavareunat haavateipein tai ns. perhoslaastarilla.

Mikäli haava ulottuu rasvakudokseen tai vuotaa runsaasti, tyrehdytä vuoto painamalla ja kohoasennolla sekä aseta paineside.

Toimita autettava terveydenhuollon arvioitavaksi.



Palovammat

Jäähdytä vamma-aluetta viileän veden alla 20 min.

Älä puhkaise mahdollisia rakkuloita, sillä se lisää infektioriskiä.

2. asteen palovammassa (rakkuloita, ihorikko) suojaa tarttumattomalla imukykyisellä sidoksella.

Toimita aina jatkohoitoon:

Loukkaantuneen kämmentä suuremmat 2.asteen palovammat.

Kasvojen, nivelten ja sukupuolielinten alueen 2.asteen palovammat.

Kaikki 3. asteen palovammat. (ihon pinta kuiva, hiltynyt tai vaalea, tunnoton)

Sähkön ja kemikaalien aiheuttamat palovammat ja jos epäilet hengitystiepalovammaa.



Vieras esine hengitysteissä

Alle 1-vuotias:

Ota lapsi vatsalleen syliisi, aseta pää muuta vartaloa alemmaksi.
Lyö kämmenellä 5 kertaa lapaluiden väliin. Huomioi lapsen koko.
Jos edellinen ei auta > Hälytä apua.

Käännä lapsi selälleen ja painele kahdella sormella rintalastan keskeltä.

Tarvittaessa vuorottele 5 lyöntiä lapaluiden väliin, 5 painelua rintalastalta.

Jos lapsi menee elottomaksi > Aloita painelupuhalluselytytys.

1–8 – vuotias:

Ota lapsi vatsalleen syliisi, aseta pää muuta vartaloa alemmas.

Lyö kämmenellä 5 kertaa lapaluiden väliin. Sovita voima lapsen kokoon.

Jos edellinen ei auta > Hälytä apua.

Jos esine ei irtoa, eikä lapsi pysty hengittämään, tee Heimlichin ote:

Asetu lapsen taakse ja aseta kätesi lapsen rintakehän ympärille rintalastan alle. Aseta kätesi toinen kätesi nyrkkiin, pidä toisella kädellä tästä kiinni ja nykäise itseäsi kohti.

Toista tarvittaessa 5 kertaa. Vuorottele iskujen kanssa.

Jos lapsi menee elottomaksi > Aloita painelupuhalluselytytys.



Myrkytykset

Nielty myrkky

Tyhjennä tarvittaessa autettavan suu myrkyllisestä aineesta.

Älä yritä oksennuttaa!

Mikäli autettava on tajuissaan ja lääkehiiltä on saatavilla, anna pakkauksen ohjeen mukaan.

Hengitetty myrkky

Toimita autettava raittiiseen ilmaan ja tuuleta tila.

Iholle tai silmiin joutunut myrkky

Riisu likaantuneet vaatteet.

Huuhtele 30 min.

Kysy tarvittaessa neuvoja Myrkytystietokeskuksesta

Avoinna 24 t / vrk

puh. 0800 147 111

Toimita autettava jatkohoitoon.



Murtumat, nivelten, lihasten ja jänteiden vammat

Murtumaepäily

Tue loukkaantunut raaja liikkumattomaksi.

Aseta raaja mahdollisuuksien mukaan kohoasentoon.

Aseta loukkaantuneelle alueelle kylmäpakkaus, varo suoraa iho-kontaktia.

Toimita autettava jatkohoitoon.

Nivelen sijoiltaan meno

Älä yritä asettaa sijoiltaan mennyttä niveltä paikoilleen.

Tue nivel liikkumattomaksi.

Aseta loukkaantuneelle alueelle kylmäpakkaus, varo suoraa iho-kontaktia.

Toimita autettava jatkohoitoon.

Nivelsiteiden, lihasten ja jänteiden vammat

Aseta loukkaantunut alue koholle ja purista loukkaantunutta aluetta käsin.

Tue loukkaantunut alue napakalla sidoksella.

Aseta loukkaantuneelle alueelle kylmäpakkaus, varo suoraa iho-kontaktia.

Toimita autettava tarvittaessa jatkohoitoon.



Toimintaohje sähkökatkon sattuessa

Sähkökatko ei normaalioloissa kestä tunteja kauemmin, tyypillinen sähkökatko on minuuttien luokkaa, koska virtaa pyritään syöttämään kiertoteitse vikakohdan ohi.

Tilanne aiheuttaa suurimmat vahingot tietojärjestelmille, joita ei ollut tallennettu. Ilmastointi pysähtyy.

Rakennuksessa voi olla varajärjestelmä merkkivaloille, jotka jäävät palamaan, vaikka sähkö katkeaa.

Jos sähkö katkeaa:

Pysy rauhallisena, varavalaistus jää palamaan.

Älä raavi tulitikkuja (palovaara), sytytä taskulamppu, jonka paikka tulee olla tiedossasi.

Älä soita turhia puheluita, sillä linjat saattavat ylikuormittua.

Jos jäät hissiin, paina hississä olevaa hälytysnappia ja odota rauhallisena, hissien huoltohenkilöstö tulee melko nopeasti ja auttaa pois hissistä.

Kytke virta pois sellaisista laitteista, jotka voivat vahingoittua virran kytkeytyessä niihin uudelleen.

Varautuminen veden tulon katkeamiseen

Veden tulo lakkaa pitkittyneen, laaja-alaisen sähkökatkon aikana joko saman tien tai lähituntien aikana. Yleensä veden jakelu perustuu pump-paukseen, asukkaat saavat vettä, jos vesilaitoksella on varavoimaa. Muilta veden tulo lakkaa heti, kun katko alkaa. Taloissa, joihin vesi tulee vesitornista, vettä riittää parista tunnista puoleen vuorokauteen käytön määrästä riippuen. Ilman sähköä vesitorni ei täyty uudestaan, sillä vesi nostetaan torniin sähköpumpuilla. Veden kulku tornista kiinteistöihin vaatii pumppaamista.

Vaikka vettä tulisikin, sähkön puute lopettaa pian lämpimän veden tulon useimmissa kiinteistöissä. Veden lämmitys vaatii yleensä sähköä tai kaukolämpöä.

- Jos vettä tulee, käytä sitä vain välttämättömään.
- Jos katko kestää yli tunnin, varaa juomavettä puhtaaseen, kannelli-seen astiaan. Jos katko pitkittyy, viranomaiset aloittavat veden jake-lun.
- Pidä varalla pullovettä tai juotavaksi valmista mehua.

Vesi on juomakelpoista niin kauan kuin sitä tulee hanasta. Paineen vaihtelut voivat kuitenkin irrottaa putkista sakkaa, joka sameuttaa veden.

WC:n toiminta

Vessan voi vetää vain kerran, jos veden tulo on lakannut. Säiliö ei enää täyty vedellä. Pöntön saa huuhdeltua kaatamalla sinne vähintään puoli ämpärillistä vettä. Siihen kelpaavat myös sulatettu lumi ja sadevesi.

Kunnan ja joidenkin talojen viemärit voivat tulvia sähkökatkon aikana, sillä jäteveden kuljettamiseen viemäristössä tarvitaan pumppuja.

Jos WC ei toimi, viritä muovikassi wc-istuimeen, sankoon tai pottaan. Käytä reilusti vessa- tai sanomalehtipaperia kuivikkeena. Sulje pussi tiiviisti ja vie keräysastiaan. Jäteastia ei saa olla auringossa. Ulosteita ei saa laittaa biojätteisiin edes biojätepussissa. Pidä varalla kosteuspyyhkeitä sekä desinfiointigeeliä.

Toimenpiteet lämmönjakelun katkoksen pitkittyessä

Kaukolämpö toimii sähkön varassa. Sitä tarvitaan itse kaukolämpölaitoksen toimintaan, veden pumppaamiseen kaukolämpöverkossa ja veden kierrättämiseen talon putkistossa.

Rakennusten kylmenemisestä tulee ongelma, jos sähkökatko pitkittyy. Puutalot kylmenevät lämmityskaudella +10 asteeseen alle vuorokaudessa, elementtikerrostaloissa lämpö laskee yhtä alas kahdessa ja jykevässä kerrostalossa reilussa kolmessa päivässä. Myös talojen lämpeneminen vie aikaa sen jälkeen, kun sähköt toimivat taas. Talojen jäähtyessä tulee myös putkistojen jäätymisvaurioita.

Jos rakennuksen lämpötila on jo lähtenyt laskemaan:

- Sulje ikkunat ja pidä ulko-ovet kiinni. Sulje väliovet käytäviin, tuulikaappeihin ja eteiseen ja tuki raot.
- Estä ilmanvaihto. Tuki raitisilmaventtiilit. Niitä ovat seinän pyöreät venttiilit ja ikkunan karmien venttiilit.

Jos rakennuksen lämpötila on laskenut + 15 C asteen:

- Yritä pitää vain muutama huone rakennuksesta lämpimänä. Sulje uloimpien huoneiden ovet ja tuki kylmän ilman pääsy niistä matoilla tai pyyhkeillä.
- Peitä ikkunat paksuilla verhoilla tai vilteillä. Tuo lattialle lisää mattoja.
- Pue päälle lämpimät, mielellään villaiset vaatteet. Lisää jalkaan sukia tai kengät, vedä tarvittaessa pipo päähän ja hanskat käteen.

Jos joudut nukkumaan kylmässä rakennuksessa:

- Siirrä sängyt lämpimimpään tilaan. Kaiva esiin kaikki täkit, viltit ja makuupussit
- Nuku vierekkäin muiden kanssa yhteisten peittojen alla. Yksi ihminen tuottaa yhtä paljon lämpöä kuin 70-wattinen hehkulamppu
- Pysyt lämpimänä paremmin, jos teet vilteistä teltan sängyn ympärille.

Toiminta vesivahingon ehkäisemiseksi

Omalla toiminnalla ja ratkaisuilla voidaan vähentää myös vesivahinkoja. Jos kuitenkin tapahtuu vesivahinko, on tärkeää tietää, mistä löytää veden pääsulkuhanan ja sulkea se. Varmista, että kaikki asukkaat tietävät pääsulun sijainnin ja että siihen pääsee käsiksi.

Tunnista – Vesivahingot tapahtuvat usein keittiössä, kylpyhuoneessa tai vesijohtoverkoston vikaantuessa. Astianpesukone, astianpesuallas, jääkaappi ja pakastin ovat keittiön vesivahinkojen syyllisiä. Kylpyhuoneessa on tärkeää huolehtia seinien ja lattioiden kunnosta, lattiakaivon tiivistyksistä ja pyykinpesukoneesta. Vesijohtoverkostoa rasittavat ruostuminen sekä jäätyminen.

Ehkäise – Ota tavaksi sulkea aina astian- ja pyykinpesukoneen vesihanat, kun ne eivät ole käytössä. Tiivistä vesi- ja poistojohdot ja muista silloin tällöin tarkistaa johtojen ja liitäntöjen kunto. Puhdista tiskipöydän ja käsienpesualtaan vesilukot säännöllisesti.

Varaudu – Laita pesukoneiden ja keittiön kylmälaitteiden alle vedenkestävät alustat. Nykyään on myös saatavilla myös sähkömagneettisia tai manuaalisia vesilukkoja, jotka sulkevat veden tulon, kun poistut rakennuksesta ja veden ollessa kytkettynä varoittavat putkissa, liitoksissa ja hanoissa olevista vuodoista.

Toimi oikein – Vesivahingon sattuessa sulje päähana nopeasti. Rajoita veden virtaamista niin paljon, kun voit ja kuivaa nopeasti kaikki näkyvissä oleva vesi. Tarvittaessa kutsu kuivaamisen ammattilaiset apuun.

Väestösuojan purku- ja käyttöönottosuunnitelma

Väestönsuoja ei ole normaaliajan käytön aikana siinä kunnossa, että sinne voidaan välittömästi suojautua. Suojautumista vaativan vaaran uhatessa tai viimeistään silloin, kun viranomaiset määräävät, laitetaan suoja suojauskuntoon siten, että kiinteistössä suojautujat voidaan määrätä sinne siirtymään. Vastuu suojan kuntoon laittamisesta on kiinteistön omistajalla, talon hallituksella, turvallisuushenkilöstöllä ja asukkailla.

Väestönsuoja varusteineen ja laitteineen on pidettävä sellaisessa kunnossa, että väestönsuoja voidaan ottaa käyttöön 72 tunnissa. Suojan kuntoa tulee tarkkailla vuosittain omatoimisesti. Toimenpiteet ovat hieman erilaisia eri tyyppin suojoissa, mutta sisältävät seuraavia ohjeita väestönsuojan suojauskuntoon laittamiseksi viranomaisten määräyksestä.

Purkaminen

Suojan purkamisella tarkoitetaan sinne kerättyjen tavaroiden siirtämistä pois ja siellä olevien haittaavien rakenteiden purkamista ja jätteiden pois viemistä.

Toimenpiteet

- Poista väestönsuojasta kaikki sinne varastoitu ylimääräinen tavara.
- Jos suojaan on rakennettu keveitä väliseiniä, pura ne pois.
- Pura seiniin ja kattoihin asennetut lämmönsiirtymistä haittaavat verhoukset.
- Pura ja vie pois oviaukoissa käytetyt normaalikäytön ovet ja ylimääräiset rakenteet. Huomioi, että joissakin väestönsuojoissa on paineovi koteloitu seinärakenteiden sisään ja käyttöönotto edellyttää näiden rakenteiden purkamista, ennen kuin paineovi voidaan sulkea tiiviisti.
- Pura ilmastointikonetta ympäröivä suojahäkki.

Rakentaminen sekä materiaalin tarkistus

Rakentamisvaiheeseen voi sisältyä listassa lueteltujen asioiden lisäksi myös väliseinien rakennusta esimerkiksi johtokeskuksissa. Suojassa on oltava vaaditut työkalut.

- Tarkista, että suojassa on kaikki tarvittavat työkalut ja tarvikkeet.
- Varmista ovien ja luukkujen toiminta ja tiiveys.
- Tarkasta hätäpoistumiskäytävän ja –aukon käyttökelpoisuus. Mikäli hätäpoistumiskäytävä päättyy maan alle, suunnittele mihin kaivaustilanteen maa ja purkujäte sijoitetaan.
- Asenna sulkutelta suojaoven sisäpuolelle kiinnityskehukseensä, jos suojassa ei ole suojahuonetta.

Suojan käyttökuntoon laittaminen

Ohjeet suojan käyttökuntoon laittamiseksi ovat yleisiä ja suuntaa antavia. Tärkeimmät ohjeet väestönsuojan käyttöönottoimista ovat väestönsuojan laitteiden valmistajan antamat omat käyttö- ja huolto-ohjeet.

- viitoitetaan kulkutiet suojaan
- tyhjennetään suoja ja kulkutiet sinne normaalioloissa varastoidusta tavara-
rasta, tarvittaessa puretaan irtainvarastokopit
- jos seinissä tai katossa on lämmön siirtymistä haittaavia verhouksia, ne
kaikki puretaan pois
- suljetaan mahdollinen lämmitys
- suoritetaan perusteellinen suojan tuuletus
- jos kulkuaukoissa on tilapäisiä ovia tai muita rakenteita, irrotetaan ne pois
- tarkastetaan suojan varsinaiset ovet ja luukut, rasvataan saranatavit ja
salvat ja tarkastetaan
- tiivisteet, varmistetaan, että ovet ja luukut sulkeutuvat tiiviisti
- jos ilmanottoputki ei ole paikallaan (yleensä on) kiinnitetään se ulos pai-
kalleen
- tarkastetaan hätäpoistumiskäytävän ja -aukon käyttökelpoisuus, jos ulos-
pääsyaukko
- hätäpoistumiskäytävän päässä on maanpinnan alapuolella (usein kerros-
taloissa),
- poistetaan sen päällä mahdollisesti oleva asfalttikerros tai muu päällyste
ja ajan salliessa kaivetaan auki, monttuun estetään vedenpääsy
- ohitustilanteessa sulkuteltoa pidetään auki ja suodatus tai sulkutilanteessa
kiinni pakkauksen ohjeen mukaisesti
- tarkastetaan kaikki venttiilit (vesi-, viemäri- ja mahdollisissa lämpöput-
kissa) kiertämällä käsipyörästä ääriasentoihin
- tarkastetaan ylipaineventtiilit ja rasvataan nivelkohdat
- suljetaan lämpöjohtojen ja muiden suojan käytölle tarpeettomien putkis-
tojen sulkuventtiilit
- puhdistetaan ja täytetään varavesisäiliöt, parannetaan veden säilyvyyttä
vedensäilytysaineella
- kootaan suojaan varastoidut kuivakäymäläkomerot tai tehdään väliseinät
suihkuverhoista lakanoista tai muusta sopivasta materiaalista, käymälöitä
on oltava yksi alkavaa 20 m² kohden
- jaetaan kuivakäymäläastiat (15 muovipussia/käymälä) käymälätiloihin
- suljetaan normaaliolojen ilmanvaihto asettamalla laippa tai muu sulkulaite
tiivisteineen paikoilleen, tarkastetaan ettei mikään suojan ympärysraken-
teiden läpi johtava aukko tai kanava jää sulkematta.
- poistetaan mahdollinen pöly, roskat ja vesi ilmakehänavista
- tarkastetaan, että ylipainemittarissa on tarpeeksi nestettä, irrotetaan
putki, lisätään nestettä ja säädetään mittari nollan kohdalle, puhalletaan
irti olevaan putkeen ja näin varmistetaan, että se on auki, työnnetään sen
jälkeen putki taas kiinni mittarin yläosassa olevaan liittimeen
- tarkastetaan suojan tiiveys ilmanvaihtolaitteiden avulla, suojan seinällä
olevien käyttö- ja huolto-ohjeiden mukaisesti. Jos ohjeita ei ole, niin seu-
raava tiiveyskoe sopii kaikille suojatyypeille:

varmistetaan, että normaaliajan ilmastointi on laipalla tai sulkulait-
teella suljettu, suljetaan ovet ja luukut, suljetaan ylipaineventtiilit ja
viemärin sulkulaite sekä muut mahdolliset sulut. Laitetaan suojan ilman-
vaihtolaitteisto ohituskäytön mukaisesti toimimaan ja nostetaan suo-
jan ylipaine 30 mmvp:n (300 pa). Tämän jälkeen paineventtiili sulje-
taan, kone pysäytetään ja mitataan aika, jolloin paine laskee 20

mmvp:stä (200 pa) 5 mmvp:hen (50 pa). Jos aika on vähintään 20 sekuntia, on suoja riittävän tiivis.

- tarkastetaan suojan sähkölaitteiden sulakkeet ja varataan varasulakkeita, kokeillaan valojen ja pistorasioiden toiminta
- tuodaan suojaan puhelin ja kokeillaan sen toiminta, vanhemmissa suojissa puhelin tulee kytkeä verkkoon puhelinasetajan toimesta tai se on jatkojohdolla tuotava toimivasta pistokkeesta suojaan), varmistetaan että suojan puhelinnumero on viranomaisen tiedossa
- tuodaan suojaan paristo/verkkokäyttöinen radio ja kokeillaan sen toiminta
- otetaan esiin ja tarkastetaan suojan materiaali, väestönsuojan materiaali + suojeluhenkilöstön materiaali
- suunnitellaan suojan tilat ennakolta talon henkilöiden kesken siten, että jokaiselle on oleskelupaikka, missä myös mukaan otettavat henkilökohtaiset tavarat pidetään
- tavaroille saadaan lisätilaa, jos suojan kattoon pystyy ripustamaan naruja, jonne tavaroista osan voi ripustaa
- kalustetaan suoja pöydällä, hyllyillä ja tuoleilla, jos on aikaa tai se on mahdollista
- rakennetaan tai hankitaan kerrossänkyjä, muutoin makuupaikat laitetaan patjoilla yksinkertaisesti lattioille, täysin miehitetyssä suojassa on tilaa varattu henkilöä kohden 0,75 m²
- tiedotetaan talon suojelutilanne ja annetaan tarvittaessa käsky siirtyä suojatiloihin.

Joditablettien käyttö

Vakavassa esim. ydinvoimalaitosonnettomuudessa voi ilmaan vapautua radioaktiivista jodia. Jodille on ominaista, että se keräytyy kilpirauhaseen päästessään esimerkiksi hengityksen kautta elimistöön. Haitallisinta tämä on kasvuiässä oleville henkilöille, joilla kilpirauhasen saama säteilyannos voi lisätä kilpirauhassyövän riskiä. Radioaktiivisen jodin kertymistä kilpirauhaseen voidaan vähentää ottamalla lääkejoditabletti. Valmisteen tehokkuus riippuu oikeasta ajoituksesta, jonka vuoksi niitä pitää ottaa vain viranomaisen kehotuksesta.

Jos on odotettavissa, että hengitettävässä ilmassa on suuria määriä radioaktiivista jodia, ihmisiä kehotetaan ottamaan lääkejoditabletti. Ohjeen mukaisella joditabletin ottamisella estetään radioaktiivisen jodin kerääntyminen kilpirauhaseen. Tabletin sisältämä ei-radioaktiivinen kaliumjodidi täyttää kilpirauhasen niin, että radioaktiivisen jodin imeytyminen rauhaseseen estyy. Joditabletteja on saatavilla myös ravintolisänä. Niissä on kuitenkin paljon vähemmän jodia kuin lääketableteissa, eivätkä ne siksi sovellu käytettäväksi säteilyvaaratilanteessa.

Joditablettien ottamista ydinonnettomuudesta johtuvissa säteilyvaaratilanteissa suositellaan enintään 40-vuotiaille ja raskaana oleville sikiön suojaamiseksi. Erityisen tärkeää tablettien ottaminen on lapsille ja raskaana oleville naisille, sillä lasten ja sikiön kilpirauhaset ovat herkempiä säteilylle kuin aikuisten. Jos tabletteja ei ole riittävästi, annetaan tabletit lapsille ja raskaana oleville. **Aikuisilla ei ole havaittu yhteyttä radioaktiiviselle jodille altistumisen ja kilpirauhassyövän välillä, eikä joditabletteja siksi suositella yli 40-vuotiaille.**

Oikea ajoitus tabletin ottamisessa on tärkeä. Liian aikaisin tai myöhään otettuna tabletin suojavaikutus heikkenee. Pelastusviranomainen antaa vaaratiedotteen, jos ihmisten tulisi suojautua sisälle tai käyttää joditabletteja.

Sisälle suojautuminen on säteilyvaaratilanteessa ensisijainen suojelutoimenpide, koska se vähentää tehokkaimmin säteilyaltistusta. Joditablettien ottaminen on toissijainen tukitoimi, jota suositellaan enintään 40-vuotiaille ja raskaana oleville.

Joditabletit eivät suojaa muilta radioaktiivisilta aineilta kuin jodilta. Joditabletti suojaa vain kilpirauhasta eikä vähennä muuta altistusta. Tabletteja ei pidä lähteä ulos hankkimaan silloin, kun viranomainen on jo kehottanut siirtymään sisälle. Suojautumalla sisätiloihin vähennetään merkittävästi hengityksen kautta kehoon joutuvien radioaktiivisten aineiden määrää, ja tällöin myös kilpirauhasen annos pienenee. Joditabletin ottaminen on sisätiloihin suojautumista täydentävä toimi.

Joditablettien annostus eri ikäryhmille

130 mg kaliumjodidia (100 mg jodia) 12–40-vuotiaille sekä raskaana oleville
65 mg kaliumjodidia (50 mg jodia) 3–12-vuotiaille lapsille
32,5 mg kaliumjodidia (25 mg jodia) 1 kk–alle 3 vuoden ikäisille lapsille
16,25 mg kaliumjodidia (12,5 mg jodia) alle 1 kk:n ikäisille vauvoille

Suomen apteekeissa ei ole tällä hetkellä myynnissä jodivalmistetta, jonka tarkka annostus alle 3-vuotiaille tai alle kuukauden ikäisille on mahdollista. Julkinen terveydenhuolto hankkii alle 3-vuotiaille soveltuvia joditabletteja ja selvittää parhaan mahdollisen tavan jakaa niitä lasten vanhemmille ja raskaana oleville. Terveydenhuollon toimijat alueilla tiedottavat asiasta, kun jodivalmistetta on saatavilla.

Mistä saa joditabletteja

Yli 3-vuotiaille lapsille ja enintään 40-vuotiaille aikuisille suositellaan varattavan joditabletteja kotiin. Joditabletteja voi ostaa apteekeista ilman lääkereseptiä.

Joditabletteja on myös hyvä olla saatavilla siellä, missä lapset, raskaana olevat ja enintään 40-vuotiaat aikuiset viettävät pidempiä aikoja. Joditablettivarastojen ylläpito saattaa olla tarkoituksenmukaista esimerkiksi joissakin julkisissa laitoksissa, yrityksissä ja yhteisöissä sekä niiden väestönsuojissa. Viranomaiset suosittelevat, että lääkkeen asianmukaisten säilytysolosuhteiden ylläpitoon, säännölliseen varaston päivittämiseen ja valmisteiden hankintaan nimetään vastuuhenkilö

Näin käytät joditablettia

- Ota joditabletti vain viranomaisen kehotuksesta oikean ajoituksen varmistamiseksi. Ohjeet kuulet radiosta ja televisiosta. Noudata annoste- lussa pakkauksen ohjetta.
- Joditablettien ottaminen on erityisen tärkeää lapsille ja raskaana ole- ville.
- Ota vain yksi annos. Sen antama suoja säilyy noin vuorokauden. Pääs- töpilven aiheuttama altistus hengityksen kautta kestää todennäköi- sesti vain muutaman tunnin. Jos päästö uusiutuu tai jatkuu pitkään, annetaan kehoitus uudesta annoksesta radiossa ja televisiossa.

Älä ota joditablettia

- Jos kilpirauhanen on poistettu tai toimimaton, sillä joditabletti suojaa toimivaa kilpirauhasta eikä siitä ole näin ollen hyötyä.
- Jos sairastat kilpirauhasen liikatoimintaa, ihokeliakiaa (dermatitis her- petiformis) tai vaskuliittia, johon liittyvät pienentyneet komplementti- pitoisuudet (hypokomplementeeminen vaskuliitti).
- Kaliumjodidin haittavaikutukset ovat hyvin harvinaisia. Jos sairastat kilpirauhassairautta, kannattaa noudattaa varovaisuutta, sillä joihinkin kilpirauhassairauksiin liittyy suurempi riski haittavaikutuksista. Keskus- tele tarvittaessa joditabletin ottamisesta oman hoitavan lääkärin kanssa. Kilpirauhasen vajaatoimintaan tyroksiinia tai muita kilpirau- hashormoneja käyttävillä potilailla kaliumjodidin kilpirauhasta suo- jaava merkitys on vähäinen. Jos kilpirauhasen vajaatoiminta on lievää ja kilpirauhasen osa toimii, joditabletin voi ottaa viranomaisen ohjeen mukaisesti.
- Varjoaineiden käyttöön liittyvä jodiallergia ei estä joditablettien käyt- tää.
- Jos sinulla on muita sairauksia tai yliherkkyyksiä tai jos käytät muita lääkkeitä, varmista lääkkeen sopivuus pakkausselosteesta, apteekista tai lääkäriltäsi.

STUK

Päivitetty 11.10.2022