

Aikuisen

PAINELU-PUHALLUS- ELVYTYS (PPE)

Jos potilas ei ole herätettävissä puhuttelemalla tai ravistelemalla...

SOITA 112!

- **Kerro**, mitä on tapahtunut
- **Vastaa** hätäkeskuksen esittämiin kysymyksiin
- **Toimi** annettujen ohjeiden mukaan



Lataa tästä
elvytysohjeet
kännykkääsi.



1

AVAA HENGITYSTIET

- Taivuta potilaan päätä varovasti taaksepäin ja kohota toisen käden sormilla potilaan leuankärkeä ylöspäin niin, että hengitystiet aukeavat.
- Pidä hengitystiet auki, katso ja kuuntele hengittääkö potilas
- Jos potilas hengittää, käännä hänet kylkiasentoon
- **Jos potilas EI hengitä, aloita painelu-puhalluselvytys**

2

PAINELE 30 KERTAA

- Aseta toisen kämmenen tyvi rintalastan keskelle ja toinen käsi sen päälle
- Painele rintalastaa 30 kertaa tasaisella mäntämäisellä liikkeellä tahtiin 100–120 kertaa minuutissa
- Painelusyvyys on noin 1/3 rintakehän vahvuudesta

3

PUHALLA 2 KERTAA

- Avaa hengitystiet ja puhalla 2 noin sekunnin mittaista puhallusta



**JATKA ELVYTYSTÄ TOISTAMALLA 30 PAINALLUKSEN JA
2 PUHALLUKSEN SARJOJA.**

- Voit lopettaa elvytyksen kun saat siihen ammattihenkilöltä luvan tai potilaan hengitys palautuu