

# Lääkintä Kilke-leirillä

Savun ea-vastaavan ohje

Huhtikuu 2010 (ver2)

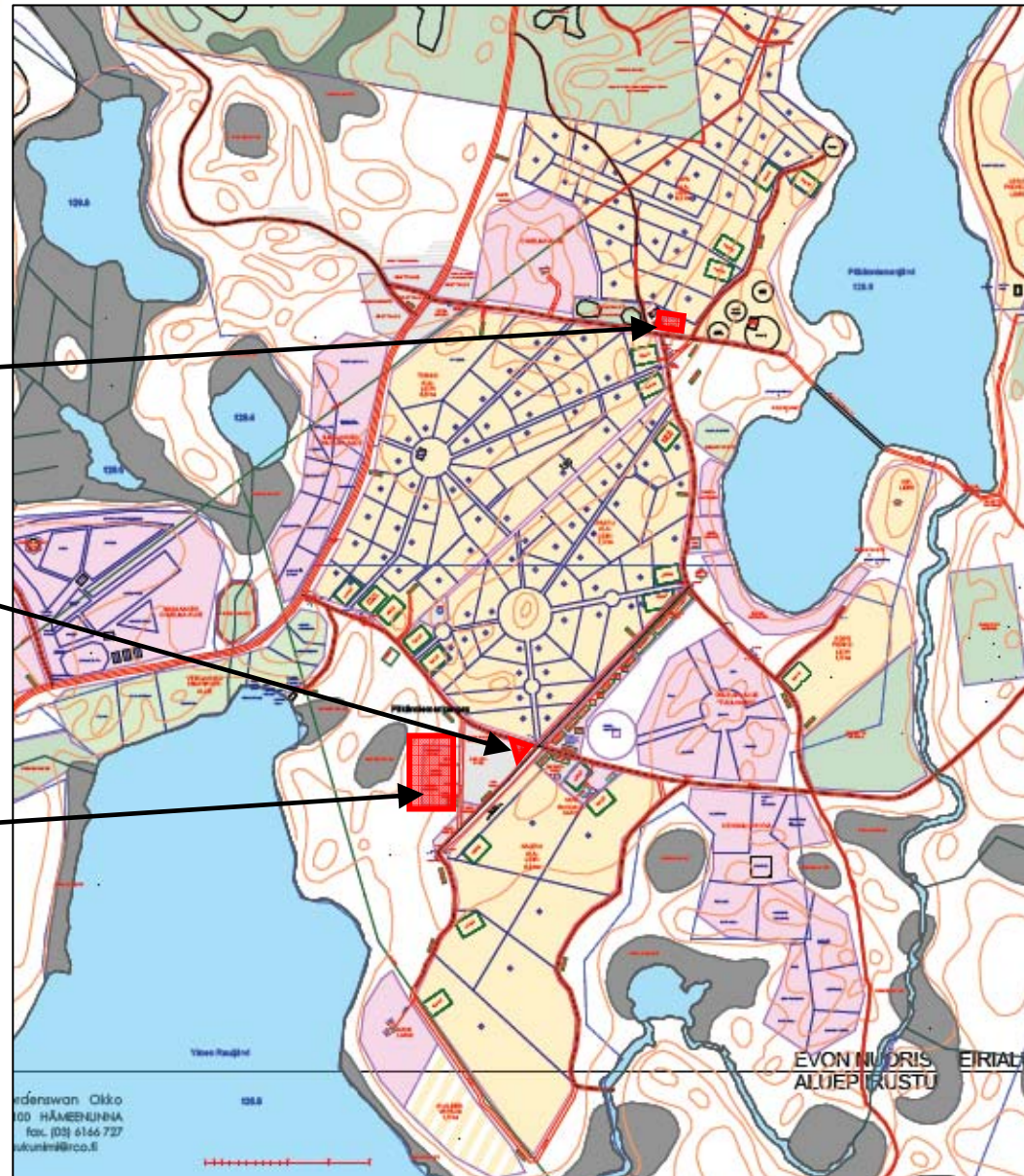
# Lääkinnän toteutus leirillä

- ✘ Leirialueella on kaksi EA-pistettä ja leirisairaala, jotka on merkitty leirialueen karttaan
- ✘ EA-pisteillä vastaanotto joka päivä klo 07:00-23:00
  - ✘ Öisin leirilääkinnän työntekijä on herätettävissä ja sieltä saa tarvittaessa yhteyden leirisairaalaan
- ✘ Leirisairaala päivystää ympäri vuorokauden
  - ✘ Leirillä on myös ambulanssipäivystys
- ✘ Kyläsairaanhoidon työparit kiertävät alaleirien savuissa päivisin
- ✘ Leirilääkinnän tunnus: vihreä risti valkoisella pohjalla
- ✘ Kun tarvitset lääkinnän apua
  - ✘ Hakeudu lähimpään ensiapupisteeseen tai kyläsairaanhoidon luo
  - ✘ Huolehdi, että savusi johtaja saa tietää mitä on tapahtunut ja missä olet

**EA-piste 2**  
(pohjoinen)

**EA-piste 1**  
(eteläinen)

**Leirisairaala**



# Kyläsairaanhoido

- ✦ Kyläsairaanhoidon työparit kiertävät savuissa alaleireittäin pääsääntöisesti ruokailujen ja taukojen aikana
- ✦ Työparit ohjaavat ja auttavat savujen johtajia hoitamaan savuissa esiintyviä pieniä terveyteen liittyviä ongelmia
- ✦ Tarvittaessa kyläsairaanhoido ohjaa potilaat eteenpäin joko ensiapupisteelle tai suoraan leirisairaalaan
- ✦ Tavoitteena on, että savujen johtajat saavat leirilääkinnältä tukea omien taitojensa kehittämiseen
  - ✦ Kaikkea ei tarvitse osata itse
- ✦ Työparin tavoittaminen leirillä
  - ✦ Jätä käyntipyyntö alaleirin toimistoon tai soita/lähetä viesti työparin kännykkään

# Entä jos tulee hätä?

- ✦ Leirillä päivystää ambulanssi
  - ✦ **Hätätilanteessa ambulanssi hälytetään soittamalla yleiseen hätänumeroon 112**
- ✦ Kerro hätäkeskukseen, että soitat **KILKE PARTIOLEIRILTÄ**
  - ✦ Kerro mistä päin leiriä soitat
- ✦ Hätäkeskus tietää ohjata puhelun eteenpäin leirin omaan sairaankuljetukseen
- ✦ Muissa kuin hätätapauksissa kuljeta potilas EA-pisteeseen tai leirisairaalaan
  - ✦ Jos tarvitset kuljetuksessa apua, soita leirisairaalaan

# Savun ea- ja hoitotarvikkeet

- ✦ Tarkista hyvissä ajoin ennen leiriä listan mukaiset tarvikkeet
  - ✦ Päivitä laukun sisältö ja hanki puuttuvat tarvikkeet
  - ✦ Ota leirille mukaan riittävästi tarvikkeita
- ✦ Leiriltä ei ole mahdollista saada kattavasti täydennyksiä
  - ✦ Hoitotarvikkeita esim. haavan päivittäiseen hoitoon pystytään kuitenkin järjestämään
- ✦ Jos samassa savussa on useita lippukuntia, kannattaa kustannusten jakamisesta sopia etukäteen



# Savun ea- ja hoitotarvikkeet

- ✦ Savut voivat myös ohjeistaa leiriläisiä ottamaan henkilökohtaisen ea-pakkauksen mukaan, jolloin koko savun tarvikkeita voidaan vähentää
  - ✦ Anna selkeät ohjeet tarvikkeista, joita leiriläisen tulee ottaa mukaan
- ✦ Muista haikkivartiot
  - ✦ Varaudu antamaan tarvittavat välineet vartioille mukaan vesitiiviisti pakattuna (esim. minigrip-pusseissa)

# Tarvikkeiden säilytys

- ✦ Pakkaa tarvikkeet vedenpitävästi erillisiin pusseihin reppuun tai muovilaatikoihin
  - ✦ Huomiota herättävä väri estää katoamisen
- ✦ Huolehdi että jokainen tietää missä tarvikkeita säilytetään
- ✦ Älä säilytä tarvikkeita suoraan auringonpaisteessa, kuumassa teltassa tai vesilätäkössä
- ✦ Tarkista varusteiden kunto päivittäin



# Lääkkeet leirissä (1)

## Leiriläisten henkilökohtaiset lääkkeet

- ✦ Huolehdi, että jokaisella leiriläisellä on omat lääkkeet mukana leirillä ja leiriläinen tietää itse kuinka niitä käytetään
- ✦ Savun johtajien tulee myös tietää leiriläisten lääkkeet ja niiden käyttö
- ✦ Leirillä henkilökohtaisia lääkkeitä tulee olla mukana riittävä määrä
  - ✦ Painota tätä asiaa leiri-infossa vanhemmille
- ✦ Leirille pitää muistaa ottaa mukaan myös tarvittaessa käytettävät lääkkeet

## Lääkkeet leirissä (2)

- ✦ Jokaisen leiriläisen henkilökohtaiset lääkkeet
  - ✦ Mukaan lääkkeitä, joita on tottunut käyttämään kotona
  - ✦ Varaudu vaivoihin esim. kuukautiskipuihin, päänsärkyyn, allergiaan, jne ...
  
- ✦ Savusta tulee löytyä lisäksi ensiapulääkkeet ja –tarvikkeet
  
- ✦ Lääkinnästä saa apua, kun omat ja savun lääkkeet tai osaaminen ei riitä
  - ✦ Kyläsairaanhoidon työparit kiertävät auttamassa ja neuvomassa savuissa

# Tarvikelista



- ✦ Seuraavissa dioissa esitetty tarvikelista on suuntaa antava
  - ✦ Listaa saa tarpeen mukaan soveltaa omien mieltymysten ja lippukunnan tapojen mukaan
- ✦ Leirilääkintä olettaa, että jokaisesta savusta löytyy listaa vastaavat tarvikkeet
- ✦ Arvioi tarvittavat määrät savun koon mukaan

# Kivun hoito (1)

## ✦ Parasetamoli (500mg)

- ✦ Tehoa kipuun ja kuumeeseen
- ✦ Annostus yli 12-vuotiaille 1-2 tablettia 1-3 kertaa päivässä (yli 16-vuotiaille suoraan 2 tablettia)
- ✦ Yli 32kg lapsille 1 tabletti 3 kertaa päivässä



## ✦ Ibuprofeeni

- ✦ Tehoa kipuun, laskee kuumetta
- ✦ Annostus yli 12-vuotiaille 1 tabletti (400 mg) 1-3 kertaa päivässä
- ✦ Alle 12-vuotiaalle voi antaa joko 200 mg:n tabletin tai puolikkaan 400 mg:n tabletista
- ✦ Parasetamolia tehokkaampi esim. päänsäryssä ja kuukautiskivuissa



## Kivun hoito (2)

- ✦ Kipugeeli
  - ✦ Hyvä apu esim. pienten tapaturmien aiheuttamaan kivun hoitoon
  - ✦ 1-3 kertaa päivässä
  - ✦ Ei alle 12-vuotiaille
  - ✦ Ei sovi rikkiinäiselle iholle (kirvelee)



# Vatsalääkkeet (1)

- ✦ KAIKKI ripulipotilaat on tuotava EA-pisteelle tai leirisairaalaan
  - ✦ Leirillä on suuri riski epidemiaan
  - ✦ Pääsääntöisesti ripulipotilaat pyritään hoitamaan keskitetysti, jotta epidemiaa ei pääse syntymään
- ✦ Lippukunnan ea-laukussa on yleensä hyvä olla varalla vatsalääkkeitä (esim. lippukunnan oma leiri)
  - ✦ Kilkkeelle savu voi halutessaan varustautua myös vatsalääkkein, mutta ne eivät ole välttämättömiä

## Vatsalääkkeet (2)

- ✦ Loperamidi – ripulilääke (esim. Imodium)
  - ✦ 2 tablettia heti ripuloinnin jälkeen, sen jälkeen 1 tabletti jokaisen ripuloinnin jälkeen
  - ✦ Korkeintaan 8 tablettia vuorokaudessa
  - ✦ Ei alle 12-vuotiaille
  
- ✦ Tanno- ripulilääke
  - ✦ ½ - 1 tablettia 2-3 kertaa päivässä (6-15-vuotiaille)
  - ✦ Tehoa edellistä paremmin "suolistokramppeihin"



# Vatsalääkkeet

- ✦ Lääkehiili - ripulilääke
  - ✦ 3-4 kapselia kerralla, max. 12 kapselia päivässä
  - ✦ Heikentää muiden lääkkeiden imeytymistä
  
- ✦ Rehydraatioliuos – Osmosal / Floridral
  - ✦ Ripulipotilaan nesteyttämiseen
  - ✦ Pakkauksessa selkeät ohjeet
  - ✦ Liuos säilyy vain vähän aikaa
  - ✦ Annostus riippuu painosta

# Muut lääkkeet (1)

- ✦ Savu voi halutessaan varautua myös yskän helpottamiseen
  - ✦ Leirialueella on myytävänä yskänpastilleja
- ✦ Bafucin - yskäntabletti
  - ✦ Auttaa kurkkukipuun, puuduttaa ja desinfioi
  - ✦ Imeskellään 3-4 tunnin välein
- ✦ Yskänlääke (esim. Resilar)
  - ✦ Annostus riippuu merkistä
  - ✦ Erityisesti yöyskää kannattaa hillitä
  - ✦ Astmaa sairastavien tulee käyttää omia hengitettäviä lääkkeitä

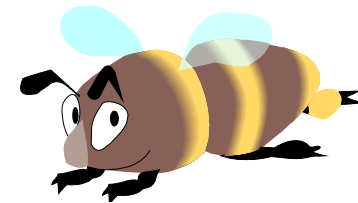


## Muut lääkkeet (2)

- ✦ Desinfiioiva voide tai puuteri (esim. Bacibact tai Betadine)
  - ✦ Pieniin naarmuihin ja haavoihin, jotka punoittavat tai ovat ärtyneen näköisiä
  - ✦ Kahdesti päivässä puhdistetulle iholle
  - ✦ Betadine värjää ihoa, ei sovi jodiyliherkille
  
- ✦ Antihistamiini (setiritsiini, esim. Zyrtec)
  - ✦ Allergiaoireisiin (esim. nuha, silmien kutina)
  - ✦ Hyttysen pistojen aiheuttamaan kutinaan
  - ✦ Yli 12-vuotiaille 1 tabletti päivässä
  - ✦ 6-12 –vuotiaille (yli 30kg) ½ tablettia 2 kertaa päivässä
  - ✦ Saattaa väsyttää tai kuivattaa suuta

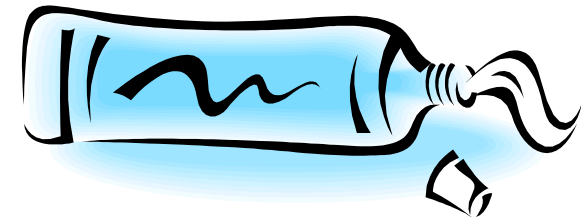
## Muut lääkkeet (3)

- ✦ Kyypakkaus tai vastaava (kortisonitabletti)
  - ✦ Voimakkaan reaktion hoitoon
    - ✦ Käärmeen puremaan
    - ✦ Ampiaisen tai mehiläisen pistoon
  - ✦ Annostus 5-15-vuotiaille 2 tablettia, vanhemmille 3 tablettia KERRALLA
  - ✦ Ihmiselimistön oma aine → ei haittaa vaikka ottaisi turhaan
  - ✦ Huolehdi, että haikkivartio osaa ja uskaltaa käyttää
    - ✦ Oltava mukana tarpeeksi monta pakkausta



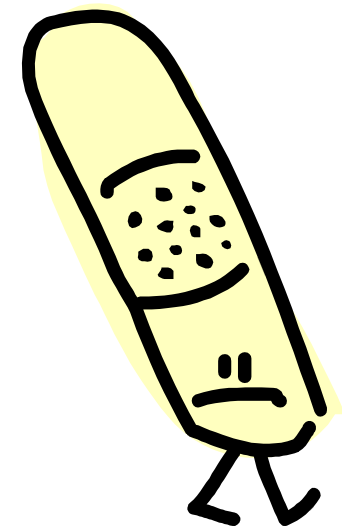
## Muut lääkkeet (4)

- ✦ Kortisonivoide 1 %
  - ✦ Hyttysenpistoisiin, auringon polttamiin yms.
  - ✦ Ei rikkiäiselle iholle (riski tulehtumiselle)
  - ✦ Käytä puhtain käsin
  - ✦ Uusi voidetuubi vuosittain
  
- ✦ Dekspantenolivoide (esim. Bepanthen)
  - ✦ Pieniin ihovaurioihin, auringonpolttamiin
  - ✦ Rakkojen ehkäisyyn, hiertymien hoitoon
  - ✦ Voi käyttää myös limakalvoille



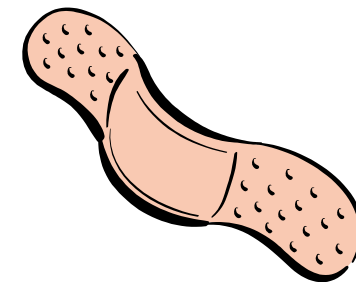
# Haavan hoito

- ✦ Puhdas vesi on paras puhdistukseen!
- ✦ Sumutettava puhdistusaine on leiriolosuhteissa helppo käyttää ja hygieeninen
  
- ✦ Puhdista haava sideharsotaitoksin
  - ✦ Älä käytä pumpulia haavan putsaamiseen  
→ jää kiinni haavaan
  - ✦ Kertakäyttöiset puhdistusliinat hyviä haikille
  
- ✦ Laastareita kannattaa olla useampaa kokoa
  - ✦ Isosta saa aina pienemmän leikkaamalla



# Haavan hoito - sidetaitokset

- ✦ Taitokset vaativat kiinnittämistä esim. sideharsolla, kuitukangasteipillä tai kiinnikelaastarilla
  - ✦ Muista hankkia myös tarvikkeet kiinnittämistä varten
- ✦ Pakkaa taitokset muovipussiin
  - ✦ Pakkauksen avaamisen jälkeen taitokset leviävät helposti ympäriinsä
- ✦ Steriilit taitokset kalliita
  - ✦ "Tehdaspuhtaat" kelpaavat hyvin – leiriolosuhteissa haavat eivät ole steriilejä



# Haavan hoito - haavansulkuteippi

- ✦ Haavansulkuteippi
  - ✦ Aiemmin perhoslaastarin nimellä (BandAid)
  - ✦ Nykyään käytetään haavateippiä (SteriStrip)
  - ✦ Käyttö kannattaa kouluttaa kaikille
  - ✦ Älä poista iholta ennen kuin irtoaa itsestään, haava voi aueta
  - ✦ Teipillä vain suljetaan haava – suojaa haava lisäksi sidoksella

# Tukisiteet

- ✦ Koko valitaan potilaan mukaan, tukevuus valitaan vamman mukaan
- ✦ Tukeva side tulee helposti sidottua liian tiukalle
- ✦ Harvat halvat tukisiteet (alle 10€) ovat monikäyttöisiä eli käyttökelpoisia vielä pesun jälkeen
- ✦ Hanki riittävästi, muista myös haikkivartiot

## Muita sidetarvikkeita

- ✦ Urheiluteippi
  - ✦ "Rakkovarpaiden" etukäteissuojaus esim. ennen haikkia
  - ✦ Venähdysten tukiteippaukset (vain jos osaat teipata)
- ✦ Harsoteippi
  - ✦ "Rakkovarpaiden" etukäteissuojaus esim. ennen haikkia
- ✦ Steriilit haavataitokset
  - ✦ Erikoistilanteita varten (esim. silmä- tai palovamma)
- ✦ Rakkolaastarit
  - ✦ Vähän "luksusta" arkeen
  - ✦ Eivät välttämättömiä, mutta helpottavat kovasti rakkojalkaisen elämää
  - ✦ Ei saa irrottaa ennen kuin lähtevät itsestään irti (voi irrottaa tervehtymässä olevan ihon mukana)



## Muita tarvikkeita



- ✦ Muutama ruiskuneula
  - ✦ Tikkujen poisto yms.
  - ✦ Kertakäyttöisiä, käytä joka potilaalle eri neulaa
  - ✦ Tuo käytetyt neulat korkki päällä leirilääkintään hävitettäväksi
  
- ✦ Pinsetit ja punkkipihdit
  - ✦ Teräväkärkiset pinsetit tikkujen tai muiden vierasesineiden poistoon
  - ✦ Punkkipihdeillä paras mahdollisuus saada punkki pois kokonaisena

## Muita tarvikkeita

- ✦ Terävät sakset esim. laastarin leikkaamiseen
- ✦ Peili
- ✦ Vanupuikkoja esim. korvien puhdistamiseen
- ✦ Kertakäyttöinen kylmäpakkaus tapaturmien ensiapuun
- ✦ Terveysseiteitä
- ✦ Kondomeja



# Muita ohjeita

- ✦ Jokaisen leiriläisen on tiedettävä oman alaleirin ja kylän nimi sekä savunsa numero
- ✦ Johtajien tulee huolehtia, että
  - ✦ Jokainen leiriläinen muistaa juoda tarpeeksi päivän aikana
    - ✦ Savusta poistuttaessa esim. toimintapisteisiin mentäessä jokaisella on täytetty juomapullo mukana
    - ✦ Aterioiden yhteydessä on juotava vähintään kaksi mukillista ruokajuomaa
  - ✦ Jokaisella leiriläisellä on pähkinä auringonpistosten välttämiseksi ja pähkinettä myös käytetään
  - ✦ Leiriläiset huolehtivat hygieniastaan (käsihygienia ja peseytyminen päivittäin)
  - ✦ Yöt rauhoitetaan lepäämiseen
  - ✦ Leirillä astmaatikoilla tulee olla avaava astmalääke aina mukana taskussa tai repussa, niin että se ei huku
  - ✦ Osaa käyttää adrenaliinikynää (Epi-Pen), jos leiriläisellä on sellainen mukanaan

## Leiriläisen henkilökohtainen leiriapteekki – mitä mukaan?

Leirillä on hyvä olla mukana seuraavia lääkkeitä ja hygieniatuotteita:

- ✘ Henkilökohtaiset lääkkeet
  - ✘ Muista astma- ja allergialääkkeet, insuliini ja migreenilääkkeet
  - ✘ Särkylääke, jota olet tottunut käyttämään (esim. Burana tai Panadol)
- ✘ Perusvoide ja huulirasva
- ✘ Aurinkorasva riittäväällä suojakertoimella
- ✘ Laastaria sekä halutessasi rakkolaastareita
- ✘ Idealside / tukiside
- ✘ Kuukautissuojia
- ✘ Nenäliinoja
- ✘ Juomapullo (noin ½ litraa)
- ✘ Hellehattu päänsuojaksi
- ✘ Yskänpastilleja halutessasi

# Terveydentilan muutokset

- ★ Mikäli terveydentilasi on merkittävästi muuttunut ilmoittautumisen jälkeen, toimita muuttuneet terveystiedot suoraan leirilääkintään.

## **Leirilääkintä:**

Lääkintäpäällikkö Ritva Nurmilo

KILKE leirilääkintä

Kortelahdenkatu 19 E 107

33210 Tampere

# EA-laukkutarjous lippukuntiin

- ✦ Kilkkeen lääkinnän kautta on mahdollista hankkia Tammed Oy:lta lippukunnalle EA-laukku, jos lippukunnalla ei sellaista vielä ole. Laukku on asianmukainen ja käytännöllinen.
  - ✦ Huomioithan, että laukku ei sisällä leirillä tarvittavia lääkkeitä
- ✦ Tarjous:
  - ✦ Partiolaisten ensiapulaukku 32€
  - ✦ Partiolaisten varustelaukku 190 €
- ✦ Laukut tilataan suoraan Tammediltä 28.5.2010 mennessä (toimitus sopimuksen mukaan)
  - ✦ Toimitus postitse suoraan lippukuntiin (postikulut tulevat lippukunnan maksettaviksi)
  - ✦ Toimitus partiotoimistoihin, josta lippukunta voi sen noutaa
  - ✦ Muista mainita Kilke-leirin tarjous tehdessäsi tilausta

# Partiolaisten ensiapulaukku, vihreä

**Hinta 32 €** (sis. alv.)

Pakkaaja: Tammed Oy  
Erkkilänkatu 11 A  
33100 TAMPERE  
puh. 03 - 2606 530  
fax. 03 - 2606 531  
[www.tammed.fi](http://www.tammed.fi)



## Partiolaisten ensiapulaukku, vihreä

Tuote nro: 1134

Mitat: 20 cm x 15 cm x 6 cm

### SISÄLTÖLUETTELO

- ✦ Reissumiehen pakkauksen kuori, 1 kpl
- ✦ Tammed haavaspray, 1 kpl
- ✦ Onemed Nitriilikäsine, 2 kpl
- ✦ Kolmioliina, yksittäin pakattu, 1 kpl
- ✦ Hakaneula, medium, 5 kpl
- ✦ Iso ensiapuside, Cederroth, 1 kpl
- ✦ Pieni ensiapuside, Cederroth, 1 kpl
- ✦ Kangaslaastari, yksittäin-pakattu 25 x72mm, 10 kpl
- ✦ Pelastuspeite 160 x 210 cm, Cederroth, 1 kpl
- ✦ Onemed Idealside 8cm x 4m, 1 kpl
- ✦ Hätäensiapuopas, Tammed, 1 kpl
- ✦ Steri-strip haavansulkuteippi 6 x 76mm, 2 kpl
- ✦ Mesoft -taitos 5 x 5cm 5/pss, 1 kpl
- ✦ Leukosilk-silkkiteippi 2,5cm x9,2m, 1 kpl

# Partiolaisten varustelaukku

**Hinta 190 €** (sis. alv)

Pakkaaja: Tammed Oy  
Erkkilänkatu 11 A  
33100 TAMPERE  
puh. 03 - 2606 530  
fax. 03 - 2606 531  
[www.tammed.fi](http://www.tammed.fi)



## Tuote: Partiolaisten Varustelaukku

Tuote nro: 1161

Mitat: 35 cm x 22 cm x 22 cm

### SISÄLTÖLUETTELO

- ✦ Ensiapuryhmän vettä ja likaa hylkivä varustelaukku, 1 kpl
- ✦ Kolmioliina, yksittäin pakattu, 2 kpl
- ✦ Tammed-112 hätäensiapukansio, 1 kpl
- ✦ Idealsiderulla hakasilla 10 cm x 4 m, 6 kpl
- ✦ Laastari- ja haavapyyhepussi, 1 kpl
- ✦ Vaatesakset 19cm, 1 kpl
- ✦ Iso ensiapuside, Cederroth, 2 kpl
- ✦ Pieni ensiapuside, Cederroth, 5 kpl
- ✦ Elastinen kangaslaastari 8cm x 5m, 2 kpl
- ✦ Pelastuspeite 160 x 210 cm, Cederroth 2, kpl
- ✦ Sterisol etanolihuuhte 120ml, 1 kpl
- ✦ Haavaside 20 x 40cm, 2 kpl
- ✦ Hätäensiapuopas, Tammed, 1 kpl
- ✦ Elvytyssuoja, Cederroth, 2 kpl
- ✦ Mesoft -taitos 7,5 x 7,5cm 5/pss, 8 kpl
- ✦ Päänsidepakkaus, 2 kpl



Jos on kysyttävää ensiapuun liittyvistä asioista, voit leirillä ottaa hihasta kiinni lääkinnän henkilökuntaa tai tulla käymään ea-pisteellä.

Lääkinnän henkilökunnan tunnistaa punaisista liiveistä, joissa on selässä vihreä risti valkoisella pohjalla.

**Mukavaa ja turvallista leiriä kaikille!**