

VOAS

Kotikapteeni Riktlinjer



Kotikapteeni handlingsinstruktion

Upprättad 2 juli 2013

Upprättad av Matias Virta

Senast uppdaterad 20 okt. 2023

Uppdaterad av Joachim Miinalainen

Dessa handlingsinstruktioner har upprättats med hjälp av Pelsu Räddningsplan-tjänst.

Dessa instruktioner har 12 sidor.

Innehåll

1	Riktlinjer	4
1.1	Larma efter hjälp	4
1.2	Sjukdomsattack eller olycka	5
1.3	Brand	6
1.4	Verksamheten på samlingsplatsen	7
1.5	Hjälpa rörelsehindrade personer i nödsituationer	8
1.6	Vattenskada	8
1.7	Vid hot om våld	8
1.8	Allmän farosignal	9
1.9	Gasfara	10
1.10	Strålningsrisk	11
1.11	Elavbrott	12

1 Riktlinjer

På de följande sidorna finns en beskrivning av instruktionerna för förebyggande av olyckor samt instruktioner för hantering av olyckor och farliga situationer. **Läs åtgärdsinstruktionerna noggrant!**

Korrekta åtgärder, avgöranden och val förhindrar och begränsar olyckor. På så sätt kan skador minimeras eller elimineras helt.

Säkerheten är allas gemensamma sak!

1.1 Larma efter hjälp

I alla brådskande nödsituationer, vare sig det gäller brådskande behov av hjälp från polisen, räddningsväsendet, sjuktransport eller socialväsendet RING NUMMER 112

Ring nödsamtalet själv, om du kan

Det är viktigt att den person som berörs av saken ringer nödsamtalet. Personen har information som den jourhavande behöver för att fastställa vilken typ av hjälp som ska skickas till platsen. Ett samtal som kommer via mellanhänder kan fördröja hjälpens ankomst.

Berätta vad som har hänt

Den jourhavande i nödcentralen frågar personen som ringer om vad som har hänt för att vid behov kunna skicka rätt hjälp för situationen.

Ange exakt adress och kommun

Inom nödcentralens område kan det finnas flera likadana adresser i olika kommuner. Därför är det viktigt att utöver adressen ange orten.

Svara på frågorna som ställs till dig

Frågorna som den jourhavande ställer har ett syfte. Frågorna fördröjer inte larmet efter hjälp. I brådskande fall larmar den jourhavande redan under samtalet ut de myndigheter och samarbetspartner som kommer för att hjälpa samt ger dessa mer information om vad som har hänt.

Angera enligt givna instruktioner

Den jourhavande har utbildats för att ge instruktioner för olika situationer. Det är viktigt att du följer de givna instruktionerna. Rätt utförda förstahjälp-åtgärder har ofta betydelse för situationens slutresultat.

Avsluta samtalet först när du får lov till det

Att avsluta samtalet för tidigt kan fördröja hjälpen. Stäng av telefonen först efter att du har fått lov att avsluta samtalet. Håll linjen öppen. Den jourhavande eller hjälparen som kommer kan behöva mer information om vad som har hänt.

1.2 Sjukdomsattack eller olycka

Ta reda på vad som har hänt

- Har personen fallit eller svimmat?
- Finns det eventuella ögonvittnen som kan berätta noggrannare om vad som hänt?

Kontrollera personens tillstånd

- Kan personen väckas genom att personen tilltalas eller skakas?

Kontrollera andningen

- Om personen inte vaknar ska du kontrollera andningen: placera din handrygg framför patientens mun och känn efter om luften rörs.

Gör nödanmälan

- Ring nummer 112.
- Berätta varifrån du ringer.
- Berätta vad som har hänt.
- Agera enligt anvisningarna.

Ge första hjälpen vid behov

- Om personen inte andas, börja ge första hjälpen efter egen förmåga.

En patient som är medvetslös men ändå andas läggs i framstupa sidoläge.

Observera patienten.

- Om det sker ändringar i patientens tillstånd innan räddningsverket kommer, ska du anmäla detta genom ett ringa nödnumret 112 på nytt, så att en ny situationsbedömning kan göras i nödcentralen.

Vägledd räddningspersonalen snabbt till patienten

- Berätta för räddningspersonalen vad som har hänt och vad som har gjorts.

1.3 Brand

Rädda

- Gör en situationsbedömning. Rädda personer som är i omedelbar fara.
- Andas inte in rök! Röken är mycket giftig och orsakar dödsfall mycket snabbt vid inandning.

Varna

- Varna dem som befinner sig i byggnaden om branden och om den hotande faran.
- Hänvisa människorna till samlingsplatsen.

Slå larm

- Ring nödnumret **112** på en säker plats.
- Berätta vem du är, var det brinner (adress och våning), vad det är som brinner och om människor står i fara.
- Avbryt inte samtalet förrän du får lov till det.

Släck

- Inled släckningsarbetet såvitt det är möjligt.
- Fettbränder släcks genom att de kvävs med en brandfilt.
- Vid en brand i elektrisk utrustning ska du koppla bort strömmen. Efter det kan du påbörja den första släckningen.

Begränsa

- Avlägsna lättantändliga föremål och antändbara material i närheten.
- Begränsa brandens och rökens spridning genom att stänga fönstren och bostadens dörr när du lämnar bostaden.

Vägle

- Vägledd räddningspersonalen på plats eller ordna vägledning. T.ex: en person vägleder intill parkeringsplatsen och en annan invid byggnaden.

Vid utrymning är samlingsplatsen: På flaggstången

Alternativ samlingsplats: Angränsande fastigheter

1.4 Verksamheten på samlingsplatsen

Samlingsplats: På flaggstången

När människorna har utrymt fastigheten och fortsatt till samlingsplatsen, utses en person som tar ansvaret för verksamheten på samlingsplatsen. Beroende på situationen, överväg om det är tryggt att stanna på den valda samlingsplatsen, eller om människorna bör hänvisas till en annan plats: till exempel en i förväg överenskommen lokal inomhus eller till en fastighet i närheten (reservsamlingsplats).

Det är förbjudet att avlägsna sig från samlingsplatsen utan tillstånd från myndigheterna

Saker att minnas på samlingsplatsen:

- ta hand om eventuella skadade
- ta hand om funktionshindrade eller personer med nedsatt funktionsförmåga i övrigt
- meddela ifall man vet att någon har blivit kvar inne

Alternativ samlingsplats

Alternativ samlingsplats: Angränsande fastigheter

Under stränga vinterförhållande eller i andra situationer kan det krävas en reservsamlingsplats dit människorna vägleds. Även myndigheterna anvisar vid behov skyddsplatser för längre perioder av skydd.

1.5 Hjälpa rörelsehindrade personer i nödsituationer

Det kan vara svårt och ta lång tid för funktionshindrad person att avlägsna sig från en byggnad vid nödsituationer. Om du vet att det bor rörelsehindrade personer i grannlägenheten, till exempel invalider, blinda personer eller åldringar, försök att säkerställa att även de kan avlägsna sig på ett tryggt sätt i en nödsituation. Om du vet att din granne är hemma, men inte kan hjälpa honom eller henne att ta sig ut, meddela detta till räddningsmyndigheterna så snabbt som möjligt.

Agera i samarbete med andra boende.

Saker att observera när man hjälper rörelsehindrade personer att avlägsna sig

- Hjälp rörelsehindrade att avlägsna sig i den mån du kan.
- Lyssna för att kunna bistå med hjälp.
- Ta hand om personen du hjälpt även efter att ni kommit ut.

1.6 Vattenskada

Riktlinjer

- Stäng av elektriciteten i läckageområdet och dess närhet.
- Stoppa läckaget genom att t.ex. stänga huvudvattenkranen om det är möjligt.
- Anmäl omgående
 - till servicemannen: Luotsi Kiinteistöpalvelut Oy, tfn 063165200, jourtelefon 0503891839
 - till disponenten: VOAS, tfn 063276530
- Kontakta vid behov det allmänna nödnumret **112**.
- Huvudvattenkran: Källare
- Värmefördelningsrum: Källare
- Elcentral: Källare

Ifall vatten hotar utanför byggnaden

- Utred vad som orsakar vattenhotet.
- Om det är fråga om ett läckage, försök stoppa det.
- Försök hindra att vattnet når byggnaden
 - med säckar
 - genom att använda plastövertäckningar
 - genom att leda bort vattnet från byggnaden
- Tillkalla mer hjälp vid behov.

1.7 Vid hot om våld

I en hotfull situation där det inte förekommer vapen, kan du agera på följande sätt.

- Uppträd lugnt och försök lugna ner personen med ditt eget beteende.
- Se till att du inte vänder ryggen till personen eller drivs in i ett hörn, så att du alltid har en

flyktväg från den hotfulla personens närhet.

- Be om hjälp i mån av möjlighet.
- Fly och hjälp andra att fly platsen

Se till din egen säkerhet. Försök styra den hotfulle personen till en plats där denne inte kan skada andra. Anmäl vid behov det inträffade till polisen efter incidenten.

Om den hotfulle personen har ett vapen, agera på följande sätt.

- Gör inte motstånd.
- Gör bara det som den hotfulle ber om.
- Försök varna andra i mån av möjlighet.
- Genom att stänga dörrar kan personens framkomst i fastigheten begränsas.
- Efter händelsen ska du ringa **112** för att få professionell hjälp till platsen så snabbt som möjligt. Lyssna på anvisningarna och agera enligt dem.

Varje hot och observation om en eventuell hotfull situation ska tas på allvar och omedelbart anmälas till polisen. Det kan vara möjligt att du kan påverka situationens utveckling genom ditt eget beteende. Därför ska du ta alla hotfulla situationer på allvar och försöka lugna ner situationer som redan börjat.

1.8 Allmän farosignal

Den allmänna farosignalen är en stigande och fallande ljudsignal vars längd är en minut eller en nödunderrättelse från en myndighet. De stigande och sjunkande sekvensernas längd är 7 sekunder.

Den allmänna farosignalen innebär en omedelbar fara som hotar befolkningen. Varningen ges i tätorter med ett fast larmsystem utomhus och utanför tätorter med mobila larmsystem som monterats på fordon.

Faran över-signalen är en obruten ljudsignal vars längd är en minut. Den är ett meddelande om att hotet eller faran är över.

Gör så här när du hör den allmänna farosignalen

- Gå in.
- Stanna inne.
- Stäng fönster, dörrar, vädringsöppningar och luftkonditioneringsanordningar.
- Slå på radion och invänta anvisningar.
- Undvik att använda telefonen för att undvika att linjerna blockeras.
- Lämna inte området utan uppmaning av myndigheterna så att du inte hamnar i fara på vägen.

1.9 Gasfara

Vid gasfara ges allmän farosignal.

Du får mer information om farans art via radio och tv. Med gasfara förknippas i allmänhet följande.

- Om du är inomhus och känner gaslukt:
 - stanna inomhus
 - de övre våningarna ger det bästa skyddet
 - tryck ett vått plagg mot munnen och andas genom det
 - stanna på de övre våningarna tills faran är över
 - gå inte ner i källaren.
- Om du är ute när du känner gaslukt och inte kan förflytta dig inomhus:
 - skynda dig undan gasmolnet till sidvinden
 - försök komma så högt upp som möjligt, till exempel upp på ett backkrön
 - tryck ett vått plagg, en gräs-, torv- eller mosstuva framför munnen och andas genom det

Mer information om att skydda sig mot gas

- Stäng av luftkonditioneringsanordningar och stäng dörrar och fönster noggrant. Ju tätare du kan göra byggnaden, desto långsammare tränger gasen in.
- Du kan även stänga och tejpa igen innerdörrar och hålla dig till utrymmen under vinden. När du känner gaslukt kan du andas genom ett fuktigt, poröst tyg.
- Myndigheterna meddelar via radion eller högtalarbil när giftmolnet har avdunstat. Vädra inomhusutrymmen noggrant efter detta.

1.10 Strålningsrisk

Strålningssituationen övervakas ständigt i hela landet med hjälp av mätare. Även små förändringar upptäcks omedelbart och rapporteras utan dröjsmål. En allmän varningssignal utfärdas vid strålningsrisk. **Gå**inomhus Skydd inomhus är den första försvarslinjen vid strålningsrisk. Stäng dörrar, fönster, ventiler och ventilation tätt för att förhindra att radioaktiva ämnen tränger in. Den centrala delen av huset ger det bästa skyddet. **Jodtabletter** Att ta jodtabletter är en sekundär stödåtgärd som rekommenderas för personer upp till 40 år och gravida kvinnor. Ta jodtabletter endast på inrådan av myndigheterna, som du kommer att höra på radio eller TV. Jodtabletter förhindrar ackumulering av radioaktivt jod i sköldkörteln, men ger inget annat skydd. I händelse av en nödsituation får du inte lämna byggnaden för att hämta tabletterna. Jodtabletter kan köpas i förväg från ett apotek. Det bör finnas 2 jodtabletter per person. Social- och hälsovårdsministeriet rekommenderar att personer upp till 40 år och gravida kvinnor tar jodtabletter i händelse av strålningsrisk på grund av en kärnkraftsolycka. **Skydda din mat och ditt dricksvatten** Placera exponerad mat i plastpåsar eller läckagesäkra behållare. Kylskåp, frysar och täta förpackningar skyddar mot radioaktivt damm. **Utomhusvistelse** Om du måste gå ut ska du bära åtsittande, hudtäckande kläder, t.ex. regnkläder. Ta av dig kläderna när du kommer in i hallen och tvätta dig noga. Använd andningsskydd, handduk eller pappershanddukar för att förhindra att radioaktiva partiklar kommer in i lungorna. **Ytterligare råd** Ytterligare råd kan fås från räddningstjänsten i din stad, från media och på sidan 867 i Finska Broadcasting Corporation's Text-TV. Information finns också på Strålsäkerhetscentralens webbplats www.stuk.fi och på räddningsväsendets webbplats www.pelastustoimi.fi.

1.11 Elavbrott

Agerande vid elavbrott:

- Kontrollera först säkringarna. Om de är hela, kontrollera huruvida elektriciteten hos grannen eller i grannhusen fungerar.
- Om elektriciteten avbryts i ett större område, känner man redan till störningen och har inlett åtgärder för reparation. De flesta elleverantörer har ett inspelat meddelande om störningar som ges på servicenumret för störningar och informerar om kända situationer med elavbrott i ditt område.
- Ifall elektriciteten betar sig konstigt efter att kopplats på, såsom att lamporna lyser klarare eller svagare än normalt, kan orsaken vara att elnätets nollledning har brustit. Detta kan skada apparater, orsaka eldsvåda och i värsta fall ge risk för elstöt. I sådana situationer, bryt strömmen med hjälp av huvudbrytaren och ring till elleverantörens störningsjour.
- Om ett elavbrott pågår länge, var beredd med varma kläder och vid behov även ett hemförråd, speciellt vintertid. Det finns anvisningar om hemförråd i bilagorna.

Bra att veta vid strömavbrott

- elektriska apparater som har varit påslagna (t.ex. spisar eller ugnar) ska stängas av så att de inte utgör en brandrisk när strömmen kommer tillbaka
- Kylskåpet och frysen slocknar och bör inte öppnas för att förhindra att maten förstörs.
- vattentillförseln kan avbrytas under ett strömavbrott, eftersom vattenpumparna drivs med el

I händelse av ett förväntat strömavbrott kommer ansträngningar att göras för att informera allmänheten i förväg. Det är **inte** alltid möjligt att ge information i förväg. Du kan få information om förväntade strömavbrott genom att följa myndigheternas information, till exempel via YLE.