

Kotiympäristö turvalliseksi

Opas koulutus-
ja neuvontatyötä
tekeville



Sisältö

Lukijalle	3
1. Koti ja ympäristö turvallisemmaksi	4
1.1 Asunto	4
1.2 Lähiympäristö ja liikuntaharrastukset	8
2. Lapsen koti ja ympäristö	9
2.1 Järjestys luo turvallisuutta kotona	9
2.2 Turvallisemmin ulkona	11
2.3 Maatila turvallisesti lapselle	12
3. Ikäihmisen koti ja ympäristö	14
3.1 Turvallisemmin sisällä	14
3.2 Turvallisemmin ulkona	18
4. Myrkytykset	19
5. Paloturvallisuus	22
6. Turvallisesti vesillä	26
7. Turvallisesti liikenteessä	29



Lukijalle

Koti on suomalaiselle tärkeä asia. Sen eteen nähdään paljon vaivaa. Koti voi olla myös vaarallinen paikka. Kotitapaturmia sattuu kaikista tapaturmista eniten. Vuosittain tapahtuu noin miljoona vammaan johtanutta tapaturmaa, joista kaksi kolmesta sattuu kotona tai vapaa-aikana. Näissä tapaturmissa kuolee 2000 suomalaista vuodessa, moninkertainen määrä esimerkiksi liikenteessä menehtyneisiin verrattuna. Koti- ja vapaa-ajan tapaturmat ovat monesti pienestä kiinni.

Tämä opas on yksi apuneuvo kotikäyntejä ja neuvontatyötä tekeville. Ohjeita voi käsitellä myös erilaisissa koulutus- ja neuvontatilaisuuksissa. Opas kertoo, mihin asioihin eri väestöryhmien asumisessa on erityisesti syytä kiinnittää huomiota kotitapaturmien ehkäisemiseksi. Sitä voi käyttää myös tarkastuslistana. Ohjeita kannattaa soveltaa oman harkinnan ja tilanteen mukaan.

Suomalainen ei tutkimuksen mukaan usko joutuvansa ”arkisen” koti- ja vapaa-ajanturman uhriksi. Ydinonnettomuutta lähialueilla tai liikenneturmaa hän sen sijaan pelkää, mutta ei osaa tunnistaa lähiympäristössään olevia vaaranpaikkoja.

Ammatikseen suomalaiskodeissa käyvät viranomaiset ja vapaaehtoisuustyötä tekevät ovat avainasemassa kotitapaturmien ehkäisyssä. Heillä on mahdollisuus ja asiantuntemusta kartoittaa asuntojen ja asuinympäristöjen vaaranpaikat sekä kertoa asukkaille mahdollisuuksista niiden korjaamiseen.

Tämä opas kuuluu valtakunnallisen ”Ihmisellä on vain yksi henki” -kotitapaturmien ehkäisykampanjan aineistoon. Oppaaseen on koottu tiiviiksi paketiksi kotitapaturmien ehkäisykampanjan ja eri asiantuntijatahojen sekä viranomaisten tuottamaa tietoa. Se jatkaa omalla sarallaan työtä koti- ja vapaa-ajan tapaturmien vähentämiseksi.

Oppaan toimittamiseen ovat osallistuneet kotitapaturmakampanjassa mukana olevien organisaatioiden lisäksi lukuisat asiantuntijat. Heille kaikille lämmin kiitos arvokkaasta työpanoksestaan.

Kotitapaturmien ehkäisykampanja

1. Koti ja ympäristö turvallisemmaksi

Vuosittain 2000 kuollutta, noin 700 000 loukkaantunutta. Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien uhrien määrä hätkähdyttää. Vaaratekijät ovat lähellä jokaista. Jokainen voi niihin myös vaikuttaa. Hoksamista, ympäristön tarkastelemista uusin silmin, isompia ja pienempiä turvallisuutta parantavia muutoksia. Siinä resepti!

Yleisimpiä kotitapaturmia ovat kaatumiset. Kaatumiset ovat erityisesti vanhusten ongelma. Miesten kotitapaturmat syntyvät tavallisimmin korjaus- ja huoltotöissä ulkona sekä liikkuesssa. Naisten kotitapaturmat liittyvät useimmiten ruoan valmistukseen, siivoamiseen, kodin hoitoon ja liikkumiseen. Alkoholi on taustalla useissa koti- ja vapaa-ajan tapaturmissa.

1.1. Asunto

Yleinen järjestys asunnossa ehkäisee turhia tapaturmia.

- Kullakin tavaralla on paikkansa. Tavarat pannaan paikalleen heti käytön jälkeen. Näin ne eivät jää ajelehtimaan ja aiheuttamaan vaaratilanteita.

Turhaa, varsinkaan helposti syttyvää tavaraa ei säilytetä kotona.

- Maalien, lakkojen, öljyn tai muiden helposti syttyvien aineiden paikka on lukkojen takana.
- Maaleja ja muita ongelmajätteitä ei saa laittaa tavallisten jätteiden joukkoon, vaan ne pitää viedä kunnan osoittamaan ongelmajätteiden keräilypaikkaan.

Sähkölaitteet ovat määräysten mukaisia ja kunnossa.

- Hankitaan vain testattuja sähkölaitteita. Turvallisuus edellyttää nykyisin kuluttajalta enemmän omaa valppautta. Sähkölaitteiden pakollinen ennakkotarkastus loppui vuonna 1994. Turvallisuusvaatimukset eivät kuitenkaan muuttuneet. Ennakkotarkastus on korvattu markkinavonnalla. Sähkölaitteen turvallisuudesta vastaa valmistaja ja maahantuojat, jotka voivat edelleen tarkistuttaa laitteensa ennakkoon kaikissa maissa. FI on suomalaisen FIMKO-testauslaboratorion merkki. FI-merkki sähkölaitteessa takaa, että se on tutkitusti turvallinen Suomen oloissa. CE-merkki tarkoittaa, että tuote voi vapaasti liikkua Euroopan talousalueella. Laitteen sähköturvallisuutta CE-merkki ei takaa. Turvatekniikan keskus valvoo pistokokein markkinoilla olevia sähkötarvikkeita. Viallisista tuotteista voi ottaa yhteyttä Turvatekniikan keskuksen (TUKES), puh. (09) 616 71 tai www.tukes.fi



- ❑ Tarkistetaan ostotilanteessa, että laitteella on hyvä ja selkeä käyttöohje, josta ilmenee myös laitteen valmistaja tai maahantuojaja.
- ❑ Sähkölaitteen käyttöpaikka otetaan hankittaessa huomioon. Ulkona ja kosteissa tiloissa käytetään vain niihin suunniteltuja sähkölaitteita. Pihalla käytettäviä sähkölaitteita varten on oltava talon ulkoseinässä tai parvekkeella pistorasia. Sisällä olevaa pistorasiaa ei saa käyttää ulkona käytettäviin sähkölaitteisiin (esim. auton lämmittimeen).
- ❑ Laitteiden turvallisuus- ja käyttöohjeet opetellaan ja niitä noudatetaan. Ohjeet pidetään myös tallessa.
- ❑ Huonokuntoiset sähkölaitteet vaihdetaan. Tee-se-itse-viritelmiä sijasta käytetään ammattimestä sähkölaitteiden asennuksissa, korjauksissa ja remonteissa.
- ❑ Sähkölämmittimiä ei saa peittää.
- ❑ Televisio ja viihde-elektronikka tarvitsevat riittävästi ilmankiertotilaa.
- ❑ Television valmiusasento sammutetaan yön ajaksi ja kotoa lähdeettäessä. Matkalle lähdeettäessä television pistotulppa ja antenni irrotetaan seinästä.
- ❑ Kun sähkölaitetta puhdistetaan, pistotulppa irrotetaan pistorasiasta tai sähkö katkaistaan pääkytkimestä. Noudatetaan käyttöohjetta.
- ❑ Jos sähkölaite syttyy palamaan, irrotetaan pistotulppa seinästä tai katkaistaan virta huoneiston pääkytkimestä ennen laitteeseen koskemista. Palo sammutetaan tukahduttamalla (huopa, matto, sammutuspeite, jauhesammutin).

Asunnossa on toimiva palovaroitin ja sammutusvälineet.

- ❑ Palovaroitin on halpa henkivartija. Se tunnistaa savun ja ilmoittaa alkavasta palosta kovalla hälytysäänellä. Asukkaille jää aikaa pelastautua. Palovaroittimen ääni kuuluu asunnon ulkopuolelle, joten myös muut voivat auttaa.
- ❑ Palovaroitin kiinnitetään kattoon, huoneen korkeimpaan kohtaan niin, että sen ympärille jätetään vähintään 50 cm vapaata tilaa. Palovaroitin tulisi hankkia jokaiseen makuuhuoneeseen. Uuden varoittimen paristo vaihdetaan "tuoreeseen".
- ❑ Palovaroittimen toimivuus tarkastetaan kuukausittain. Paristo vaihdetaan vuosittain, esimerkiksi hätänumeropäivänä 11. 2. Pariston vaihtopäivämäärä merkitään palovaroittimeen esim. tarralapun avulla.

Puhelimen lähellä on hätänumerot:

- Yleinen hätänumero 112
- Poliisi 10022
- Myrkytystietokeskus (09) 471 977 tai vaihde (09) 4711 palvelee 24 h vuorokaudessa

Kun palovaroitin hälyttää:

1. Pelasta itsesi ja muut vaarassa olevat.
2. Ilmoita palosta hätänumeroon 112
3. Sammuta palo lähimmällä alkusammuttimella.
4. Rajoita palo sulkemalla ovet ja ikkunat.
5. Opasta palokunta paikalle.

Kun teet hätäilmoituksen, kerro rauhallisesti ja selvästi:

1. Mitä on tapahtunut.
 2. Missä on tapahtunut.
 3. Onko joku vaarassa tai loukkaantunut.
- Älä katkaise puhelua, ennen kuin saat luvan.

- Kotiin sopivia alkusammuttimia ovat sammutuspeite, sankoruisku ja jauhesammutin. Sammutuspeite sopii esim. rasvapalojen sammuttamiseen.

Paloturvallisuus pidetään mielessä kodin askareissa.

- Vuoteessa ei tupakoida. Palokaasut ovat tappavia, vaikka liekkiä ei vielä näkyisikään.
- Pyykin kuivatus on järjestetty turvallisesti (ei saunan kiukaan päällä eikä sähkölämmittimen lähellä).
- Takan edusta on palamatonta materiaalia, ja takassa on kipinäsuojus. Takan, uunin ja tupakan tuhkalle on oma metallinen, suljettava astiansa, joka kastellaan ennen tyhjennystä.
- Palavaa kynttilää tai avotulta ei jätetä koskaan vartioimatta.
- Myös lapsille opetetaan, miten hätätilanteissa toimitaan ja pelastaudutaan.

Vältä kaatuileminen ja putoileminen.

- Tarkasta, että käytettävät taloustikkaat ja tikapuut ovat tukevia.

Asunnossa on turvallista liikkua.

- Lattioita ei vahata liukkaiksi.
- Irtomattojen alle hankitaan liukuesteet. Kääntyneet matonkulmat teipataan kiinni.
- Kulkureiteiltä siirretään turhat tavarat pois.
- Irralliset sähköjohdot kiinnitetään pois kulkuväyliltä.

Valoa riittää.

- Huolehdi erityisesti eteisen ja portaiden riittävästä valaistuksesta.
- Asunnossa on kunnollinen yleisvalaistus. Kohdevalaisimilla saadaan lisävaloa eri työpisteisiin.
- Valaisimissa ei saa käyttää vahvempaa lamppua kuin laitteeseen on merkitty.
- Halogeenivalaisimien kanssa on syytä noudattaa varovaisuutta. Ei mitään helposti syttyvää halogeenivalaisimen lähelle. Noudata halogeenivalaisimien asennuksessa turvallisuusohjeita.

Keittiö ja kodinhoitotilat ovat toimivat.

- Tavarat ovat helposti saatavilla.
- Tukevat taloustikkaat ovat keittiön perusvaruste.
- Keittiökojeiden pistorasiat ovat aina maadoitettuja.
- Kodin kemikaalit (pesuaineet, hygieniatuotteet, kosmetiikka) säilytetään alkuperäispakkauksissa. Kemikaalien varoitusmerkinnät ja käyttöohjeet tunnetaan.
- Myrkylliset kemikaalit säilytetään lukkojen takana. Vaarallisten kemikaalien varoitusmerkinnät tunnetaan/säilytetään käden ulottuvilla, esim. siivouskomeron oven sisäpuolella. Myrkytystietokeskuksen numero myös oveen näkyviin.



- Pyykin- ja astianpesukonetta käytetään vain kotona ollessa.
- Kahvinkeitin ja muut pienlaitteet irrotetaan verkosta käytön jälkeen.
- Liesituulettimen suodatinosa puhdistetaan useasti vuodessa.

Peseytymistiloissa ei tarvitse liukastella.

- Kylpy- tai suihkuhuoneen liukkaalle lattialle hankitaan kumimatto.
- Lattiamateriaaliksi valitaan rakentaessa tai remontoitaessa karheapintainen muovimatto tai karheapintainen tai pienikokoinen keraaminen lattialaatta.
- Termostaattihanat ovat turvalliset ja taloudelliset.
- Kylpy- tai pesuhuoneen pistorasiaan ei saa koskea eikä sitä saa käyttää suihkun tai kylvyyn aikana.
- Sähkölaitteita ei saa säilyttää pesualtaan reunalla tai sen yläpuolisella hyllyllä. Niiden pistotulpat irrotetaan pistorasiasta aina käytön jälkeen.
- Kylpyammeeseen hankitaan ammematto.
- Suihkutilan istuin lisää turvallisuutta ja mukavuutta, samoin tukitanko.
- Saunan löylyhuoneessa kiuasta kiertää kaide.

Kodin työkalut ovat kunnossa.

- Tarkistetaan kodin työkalujen kunto. Hankitaan työkaluihin kuuluvat suojaavat laitteet.
- Laitteet asennetaan oikein.
- Laitteita käytetään vain ohjeiden mukaan.
- Laitteet ja työkalut säilytetään poissa lasten ulottuvilta.

Selvin päin on turvallisempaa.

- Päihtyneenä on alttiimpi tapaturmille ja saa vaikeampia vammoja. Alkoholi heikentää arviointi- ja havaintokykyä, hidastaa reagointinopeutta, alentaa tarkkaavaisuutta.
- Päihtyneenä ei ryhdytä kodin korjaus- ja remonttipuuhiin.
- Päihtyneenä ei mennä uimaan eikä saunaan.
- Liikenteeseen tai vesille ei koskaan lähdetä alkoholia nauttineena.

Hyvin varustettu lääkekaappi on tärkeä ensiapuvarustus.

- Lukollinen lääkekaappi on sijoitettu lasten ulottumattomiin.
- Lapsia varten säilytetään laastaria, sideharsoa ym. pikkunaarmujen itsehoitoon tarkoitettuja tarvikkeita esim. kylpyhuoneen kaapissa.

Ensiapukurssit ovat hyvä täydennys kodin turvaan. Kurssija järjestää Suomen Punainen Risti.

Jos epäilet jonkin tuotteen turvallisuutta, voit ottaa yhteyttä terveystarkastajiin tai Kuluttajavirastoon, puh. (09) 77261.

Lääkekaapin varustus:

- lääkärin määräämät lääkkeet
- lääkkeitä tilapäiseen särkyyn ja kuumeeeseen
- ripulilääkkeitä
- lääkeliittä
- joditabletteja (saa ottaa vain viranomaisten kehotuksesta)
- kyypakkas
- voidetta auringon polttamalle iholle ja hyönteisten puremiin
- rasvasiteitä
- pikasiteitä
- erikokoisia steriilejä sideharso-taitoksia
- kiinnelaastaria
- ideaalisiteitä
- joustosiderullia
- haavateippiä
- haavanpuhdistusainetta
- vanua
- saksit ja pinsetit
- kuumemittari
- keinojääpussi
- hakaneuloja
- pari kolmioliinaa

1.2. Lähiympäristö ja liikuntaharrastukset

Omakotitalossa tai maaseudulla asuva huolehtii asuinympäristönsä turvallisuudesta itse. Rivi- ja kerrostaloasukas voi vaikuttaa lähiympäristönsä turvallisuuteen ottamalla epäkohtia havaitessaan yhteyttä taloyhtiön hallitukseen, isännöitsijään tai huoltomieheen.

Kiinteistön omistajalla on vastuu piha-alueensa teiden ja katujen sekä niihin liittyvien jalkateiden kunnossapidosta. Kiinteistö on korvausvelvollinen, jos jalankulkija loukkaa itsensä huonosti hoidetulla jalkakäytävällä.

Liukastumisiin ja kaatumisiin on syytä suhtautua vakavasti. Kaatuminen vaatii vuosittain kaksi kertaa enemmän kuolonuhreja kuin liikenneturmat, noin 1000. Lääkärinhoitoa vaativien, ulkona tapahtuneiden kaatumistapaturmien määräksi arvioidaan 70 000 vuodessa.

Ulkona liikkumisen tekee turvallisemmaksi:

- Ulkovaalaistus kulkureiteillä on riittävä.
- Portaiden, luiskien, pihan, kadun ja teiden lumitöistä ja hiekoituksesta huolehditaan.
- Ulkorapuissa ja luiskissa on kaiteet.
- Katos suojaa ulkorappuja vedeltä ja talviselta liukkaudelta.
- Rappuritulat on turvallinen.
- Liukkaille keleille varustaudutaan pitävin jalkinein. Irralliset liukuesteet jalkineen pohjiin ovat halpa henkivakuutus pääkallokeleille. Suutarinliikkeet neuvovat, myyvät ja kiinnittävät liukuesteitä.
- Pihasta tielle tai kadulle tultaessa tulee olla esteetön näkyvyys.
- Talon numerokilpien pitää olla selvästi näkyvillä.
- Hälytysajoneuvojen tulee päästä esteettä ulko-ovelle. Pihojen pysäköintikieltoihin suhtaudutaan sen vuoksi vakavasti.

Sinänsä terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan parissa sattuu runsaasti tapaturmia, vuonna 1997 liki 265 000. Noin 70 % liikuntatapaturmista sattuu miehille.

Liikuntaharrastus sujuu turvallisemmin, jos:

- Tehdään aina kunnollinen alku- ja loppuverryttely.
- Käytetään harrastuslajin edellyttämiä suojaimia, esim. kypäriä.
- Noudatetaan liikunta- ja urheilulajin omia turvamääräyksiä ja sääntöjä.
- Nyrjähtäneet tai "löysät" nilkat teipataan etukäteen.
- Maltti otetaan mukaan liikuntaharrastukseen: vältetään turhia ja sääntöjenvastaisia riskejä.
- Kotiin hankitut kuntoiluvälineet kootaan ja asennetaan huolellisesti ohjeiden mukaan.
- Talvikeleillä lenkkeilijä tai kävelijä hankkii kunnan liukuesteet jalkineisiin.



2. Lapsen koti ja ympäristö

Alle 10-vuotiaille lapsille sattuu tapaturmia yleisimmin kodissa tai pihalla. 10–14-vuotiaat loukkaavat itseään yleisemmin liikuntaharrastuksissa kuin kotitapaturmissa.

Yleisimpiä lasten kotitapaturmia ovat kaatumiset ja putoamiset. Toiseksi eniten lapsia joutuu sairaalahoitoon jonkin esineen aiheuttaman tapaturman vuoksi. Kolmanneksi yleisimpiä lasten tapaturmien aiheuttajia ovat myrkytykset.

Lasten kotitapaturmia ehkäistään parhaiten järjestämällä kotiympäristö lapsen kannalta katsoen turvallisesti sekä ohjaamalla lasta. Turvallinenkaan ympäristö ei poista valvonnan tarvetta. Lasten tekemisiä ja olemista on aikuisten aina valvottava.

Lastentarvikeliikkeissä ja tavarataloissa on erilaisia lasten turvallisuutta parantavia turvalaitteita kodin eri kohteisiin.

2.1. Järjestys luo turvallisuutta kotona

Estetään putoamiset ja kaatumiset.

- Ikkunoihin ja parvekkeen oveen hankitaan putoamisen estävät pidikkeet:
 - haka
 - turvalukko
 - hyttysverkko ei hyvin kiinnitettynäkään estä putoamasta.
- Parvekkeen ovi on voitava avata myös ulkopuolelta.
- Sisäportaisiin
 - lapsiportit
 - kunnolliset kaiteet
 - liukuesteet porrasaskelmien reunoissa.
- Liukuestosukat lapsille jalkaan.
- Mattojen alle hankitaan liukuesteet.
- Roikkuvat liinat ja johdot siirretään pois pöydiltä.
- Hankitaan turvapistorasiat tai irtotulpat pistorasioihin.
- Sähköjohdot kiinnitetään pois lattioilta.
- Sähköpattereiden termostaatit suojataan.
- Estetään lasten pääsy ullakolle ja kellariin.
- WC:n ja kylpyhuoneen lukot on voitava avata ulkopuolelta.

Vaaralliset aineet lukkojen taakse tai pois käsiltä.

- Lääkkeet pidetään lukitussa lääkekaapissa.
- Alkoholijuomat ja tupakat säilytetään lukkojen takana, täysisiä tuhakuppeja ei jätetä lasten ulottuville.

- Kodin puhdistusaineet ym. kemikaalit säilytetään lukittavassa kaapissa tai korkealla.
- Paristot pidetään ehdottomasti pois pikkulasten ulottuvilta.
- Myrkylliset sisäkasvit, esim. kliivia, vehkat, peikonlehti, kroton (ihme-pensas), kultaköynnös, muratti, amaryllis, joulutähti, atsalea pidetään poissa lasten ulottuvilta.

Terävät ja vaaralliset esineet lasten ulottumattomiin:

- sakset
- veitset
- ompelutarvikkeet, puikot
- työkalut
- raskaat maljakot ja koriste-esineet
- muovipussit
- tulitikut ja tupakansytyttimet
- Vanhempia lapsia opetetaan käsittelemään tulta oikein. Lapsille opetetaan myös, että tulipalon syttyessä ei saa mennä piiloon, vaan nopeasti ulos turvaan.

Lastenhuone

- Tukeva, kaatumaton syöttötuoli, jossa ei ole teräviä eikä irtoavia osia.
- Hoitopöydän tulee olla tukeva.
- Lasta ei jätetä hetkeksikään vahtimatta hoitopöydälle.
- Vaunujen kopan kiinnityksessä noudatetaan huolellisuutta.
- Rattaissa olevalla lapsella pidetään valjaita.
- Pinnasängyn säädettävän laidan lukitsemisessa tulee olla huolellinen.
- Pinnasängyn säädettävä pohja on asetettava alimpaan asentoon heti, kun lapsi oppii nousemaan pystyyn.
- Tukevat, turvalliset kalusteet sijoitetaan niin, ettei lapsille jää turhia vaaranpaikkoja, esim. hyllyt kiinni seinään, ei järjestetä kalusteita vaarallisiksi "kiipeilytelineiksi".
- Yläsänky ei ole pienten lasten nukkumis- eikä leikkipaikka.
- Kalusteissa ei saa olla teräviä kulmia/reunoja.

Leikkijän työkalut

- Ennen ostopäätöstä on hyvä tutkia minkä ikäiselle, mistä materiaalista ja mihin käyttöön lelu on tarkoitettu. Irtoavat osat ja pikkuruiset tavarat joutuvat helposti suuhun ja aiheuttavat tukehtumisvaaran. Lelujen muovikääreitä ei saa koskaan jättää lasten käsiin.
- Ole erityisen tarkka, jos ostat leluja tilapäisistä myyntipaikoista, kuten markkinoilta tai myyjäisistä.
- Alle 3-vuotiaille ei saa antaa leluja, joista voi irrota pieniä osasia. Pikkulasten leluista on syytä myös tarkistaa karvalelujen silmien ja muiden pienten osasten kiinnitys.

Lisätietoa lelujen turvallisuudesta: www.kuluttajavirasto.fi



Peseytymistilat

- Liukkaalle lattialle hankitaan irrallinen kumimatto. Remontoitaessa tai rakennettaessa kylpy- tai suihkuhuoneen lattiapinnoitteeksi valitaan karheapintainen materiaali.
- Termostaattihanat ovat lapsille turvallisempia.
- Saunan löylyhuoneessa on:
 - kiuaskaide
 - matalat laudeportaot
 - laudeportaissa kaide

Keittiö ja kodinhoitotilat

- Liesisuoja estää lasta vääntelemästä liedien nappuloita ja vetämästä kuumia ruokia päälleen. Suoja sulkee uunin ja estää koskemasta kuumaan uunin pintaan. Jos uuni on erillään liedestä, siihenkin hankitaan salpa.
- Lapsiperheen liedessä on kaatumiseste.
- Hankitaan lukitus keittiön kaappeihin ja laatikoihin. Erilaisia salpoja myydään lastentarvikeliikkeissä. Myös keppi vetolenkkien läpi vedettynä toimii salpana.
- Hankitaan salpa jää- ja pakastinkaapin oveen. Lukitaan myös arkku-pakastin.
- Kodin piensähkölaitteet pidetään pois lasten ulottuvilta.
- Särkyvät, painavat esineet siirretään pois pöydiltä.
- Pöydällä ei pidetä roikkuvaa liinaa.

2.2. Turvallisemmin ulkona

Valvotaan lasten leikkejä ulkona.

- Tarkoituksenmukaiset varusteet leikkijän turvaksi:
 - hyvät ja tukevat jalkineet
 - värikkäät vaatteet
 - hupun tai kauluksen reunoissa ei saa olla nyörejä – kuristumisvaara
 - helman nyörit voivat koitua vaaraksi leikeissä
 - heijastin heilumaan
- Kypärä ja valot pyöräillä.
- Lapsen matka taittuu aina turvaistuimessa niin polkupyörällä kulkiessa kuin autossakin.
- Rullalautailtaessa ja -luisteltaessa kypärä, ranne-, kyynär- ja polvisuojat
- Veneiltäessä pelastusliivit. Opeta lapselle, miten pelastusliivin kanssa kellutaan.

Leikkipaikat ja leikkivälineet

- Leikkipaikka sekä autojen ajoreitit ja pysäköintipaikat on erotettu toisistaan.
- Pihamaalla ei saa olla suojaamattomia kaivoja, ojia, rantaa, uima-altaita, suihkulähteitä tms.

- Varmistetaan, ettei lapsi pääse kiipeämään vesisaaviin (esim. rännin alla oleva).
- Leikkivälineiden rakenteiden ja materiaalien tulee olla turvallisia lasten leikkien kannalta.
- Leikkivälineet pidetään kunnossa. Leikkivälineet tarkastetaan ja huolletaan säännöllisesti.
- Pienimmille lapsille varataan keinuihin kehikkoistuimet.
- Keinujen ja kiipeilytelineiden alla ja ympärillä tulee olla riittävän paksu kerros iskuja vaimentavaa materiaalia, esim. hiekkaa.

Piha-alue ja tiet

- Portaissa ja luiskissa on kaiteet.
- Estetään kiipeily katolle, myös irtotikkaat nostetaan lasten ulottumattomiin.
- Laatikko- ja puupinot yms. suojataan pressulla, jolloin estetään niiden sortuminen
- Pihapiiriin sijoitetaan vain myrkyttömiä kasveja.
- Piha, kulkuväylät, portaat ja luiskat hiekoitetaan ja luodaan lumista.
- Lapset on syytä pitää loitolla pihagrillistä ja sytytysnestepullo korjataan heti pois lasten ulottuvilta.

Puutarhan ja kodin työkalut pidetään pois pienten lasten ulottuvilta:

- lapiot, hangot, rautalangat, ruohonleikkurit
- remonttivälineet: kirveet, sahat, puukot ym.
- Päällästuttava ruohonleikkuri ei ole lasten ajopeli.

2.3. Maatila turvalliseksi lapselle

Maatilan lapsilla on kotiympäristössään lukemattomia erilaisia mahdollisuuksia leikkeihin ja seikkailuihin. Lapset ovat myös pienestä pitäen mukana maatalon töissä. Maatilan olosuhteisiin liittyy myös paljon vaaroja.

Hyvä lähtökohta on tarkastaa lapsen näkökulmasta koti, piha-alue ja rakennukset tapaturmien ehkäisemiseksi. Vaaratilanteet poistetaan. Lapsia on maatalon pihapiirissä valvottava. Lapsia ei päästetä ilman valvontaa leikkimään rantaan. Ennen kuin heidät otetaan mukaan askareisiin, heille opetetaan turvalliset tavat toimia. Aikuisten oma esimerkki opettaa tehokkaimmin lapsille turvalliset työtavat.

Eläimet voivat käyttäytyä odottamattomasti ja vahingoittaa lasta. Lapsille opetetaan oikeita tapoja lähestyä ja hoitaa eläimiä.

Estetään putoamiset ja myrkytykset

Maatilan monet isot koneet, rakennukset, siilot, heinä- ja olkipaalit sekä puupinot ovat lapsille houkuttelevia kiipeilypaikkoja. Kaiteet, suojaressut ja hyvä yleinen järjestys pihapiirissä auttavat.



- Poistetaan turhat, kiipeilyyn houkuttelevat vaaranpaikat.
- Lapsia ei saa päästää yksin sellaisiin paikkoihin, joista voi pudota (esim. jyrkät kalliot, hiekkakuopat).
- Lapsen paikka traktorikyydissä on turvakori. Lapsen ikä, matkan pituus, kuorman laatu, laitojen korkeus ym. on syytä arvioida, ennen kuin lapsi pääsee maatyökoneiden kyytiin.
- Avonaisten kaivojen kannet lukitaan. Siilot ja lietealtaat suljetaan niin, ettei lapsi saa niitä auki.
- Kaikki taloudessa käsiteltävät kemikaalit säilytetään lukituissa tiloissa tai muutoin lasten ulottumattomissa.

Työkalut paikalleen ja aseet lukkojen taakse

- Aseet säilytetään aina lataamattomina lukkojen takana. Panokset otetaan pois aseista ja säilytetään huolellisesti.
- Työkaluja ei jätetä lojumaan, vaan ne korjataan omille paikoilleen. Vaaralliset työkalut säilytetään lasten ulottumattomissa.
- Tulitikut ja tupakansytyttimet pidetään poissa pienten lasten käsistä. Isommille lapsille opetetaan vähitellen turvallinen tulenkäyttö. Samalla opastetaan, miten toimia tulipalon sattuessa.
- Virta-avain otetaan pois lukosta kaikista maatilan ajoneuvoista, kun niitä ei käytetä.
- Traktoria peruuttava tarkistaa aina, ettei takana ole lapsia. Lasten ei sallita leikkiä koneiden lähistöllä silloin, kun tehdään työtä.
- Koneelliset laitteet (hissit, kuljettimet, ruokintalaitteet) pidetään kunnossa ja niissä on hätäpainikkeet.
- Koneiden ja laitteiden suojukset pidetään aina paikallaan, kun niitä ei käytetä.
- Sähkölaitteet ja -liitännät pidetään kunnossa.

3. Ikäihmisen koti ja ympäristö

Ikäihmisen yleisimpiä tapaturmia ovat liukastumiset ja kompastumiset sekä putoamiset. Ne johtuvat joko **sisäisistä syistä**, joita ovat mm. sairaus, liikkumisvaikeudet, väsymys, huimaus, alentunut kuulo, heikentynyt näkö, lääkkeet, alkoholi tai **ulkoisista tekijöistä**, joita ovat esim. liukkaat lattiat, kompastuminen mattoon tai kynnykseen, huono valaistus, huonot jalkineet, liukas piha jne.

Vaikka seuraavassa keskitytään kodin turvallisuustekijöihin, on tärkeää keskustella ikäihmisen kanssa hänen turvallisuuteen liittyvistä asioista ja korostaa fyysisen toimintakyvyn merkitystä. Toimintakyvyn ylläpito ja aktivoiminen parantavat ikäihmisen arjessa selvitymistä, lisäävät turvallisuutta ja luovat henkistä hyvinvointia.

Monet ikäihmisten asumisturvallisuutta heikentävät asiat ovat rakennusaikaisia ratkaisuja. Peruskorjauksen yhteydessä monia rakenteellisia epäkohtia voidaan korjata: rakentaa turvallista liikkumista parantava hissi taloon, suurentaa pesutiloja, leventää oviaukkoja, poistaa kynnyksiä jne.

3.1. Turvallisemmin sisällä

Tuntuuko ikäihminen olevan kunnossa?

- Kysytään ikäihmisen vointia ja kuulumiset.
- Onko lääkkeet otettu oikein?
- Onko kotona lääkeannostelija?

Lääkeannostelijoita on erityyppisiä. Viikkoannostelijan voi täyttää kerran viikossa. Lääkkeiden käytön säännöllisyyttä on silloin helppo seurata. On myös lääkkeiden käyttöä helpottavia laitteita, esim. tablettimurskain tai tabletin halkaisija, läpipainopakkauksen avaaja. Vanhentuneet lääkkeet ja reseptit toimitetaan apteekkiin.

Tunteeko ikäihminen olonsa henkisesti turvallisesti?

- Käykö joku katsomassa tai soittaako säännöllisesti?
- Saako ikäihminen apua tarvitessaan?
- Onko ovelta turvaketju/ovisilmä?

Tarkistetaan, onko

- puhelin käden ulottuvilla?
- puhelimen luona riittävä valaistus ja tukeva istuin?
- hätänumerot sekä lähiomaisten ja muiden läheisten numerot puhelimen lähellä? Rinnakkaispuhelin tai johdoton puhelin hankitaan myös yöpöydälle, jossa on lisäksi lamppu ja isokokoinen kello.



- palovaroitin? Onko se toimintakunnossa? Verkkoliitännäinen on paristolla käyvä parempi.

Tarvitaanko turvapuhelin?

- Turvapuhelin auttaa ikäihmistä saamaan tarvittaessa yhteyden turvapalveluun. Turvapuhelimella ikäihminen voi soittaa hälytyspuhelun ennalta ohjelmoituun turva-auttajan numeroon vain nappia painamalla.
- Rannehälyttimellä ikäihminen voi hälyttää apua silloinkin, kun ei pääse puhelimen luo. Turva-auttaja voi olla kuka tahansa sovittu henkilö tai yhteisö, esim. omainen, naapuri tai kotisairaanhoidon erikoistunut palveluyritys. Turva-auttaja hankkii tarvittaessa apua, lääkärin tai ambulanssin.
- Turvapuhelin toimii siten, että käytössä olevaan puhelimeen asennetaan hälytyslaite. Puhelin toimii edelleen myös aivan normaalina puhelimenä. Hälytyslaite on joko irrallinen (voi ripustaa vaikka kaulaan) tai ranteeseen laitettava. Vesitiiviin hälyttimen kanssa voi myös saunoa ja käydä suihkussa.

Ikäihmisen liikkuminen kotona on turvallista.

- Jalkaan tukevat ja sopivat sisäjalkineet. Jalkineiden pohjan tulisi olla pehmeää, kuvioitua nahkaa.
- Kävelykeppi tukee kulkua.
- Lonkkasuojaimet eli "turvahousut" suojaavat lonkkia kaatumisessa. Lonkkasuojaimia voi ostaa apteekeista ja Suomen Punaisesta Rististä.
- Kulkureitit järjestetään vapaiksi: väljä kalustus, kaatuvat tai putoavat esineet pois tieltä (myös kävelykepin tai rollaattorin kanssa kulkevaa ajatellen).
- Kulkureiteillä on kulkua tukevia kohtia (seinä, pöydänreuna, tukeva tuolin selkänoja).
- Istuimet ovat tukevia ja sopivissa paikoissa. Esimerkiksi sohva tai nojatuoli voi olla vanhukselle liian matala. Ilman tukevia käsinojia on vaikea nousta ylös. Tarvittaessa hankitaan korkeampia, tukevampia ja käsinojallisia istuimia.
- Tuolin tai sängyn jalkoja voi myös korottaa, jolloin nouseminen helpottuu.
- Ulko-oveen postiluukun alle hankitaan kori, jotta vanhuksen ei tarvitse kurotella postia lattialta.
- Sisäportaisiin kaiteet ja liukuesteet askelmien reunoihin.

Liikkumisen esteet raivataan.

- Kodin lattioita ei vahata. Sen sijaan lattiat voi käsitellä liukastumista estäväksi.
- Pienet irtomatot poistetaan kokonaan tai hankitaan liukuesteet niiden alle.
- Törröttävät matonkulmat ja käytävämattojen päät teipataan lattiaan kiinni mattoteipillä.

- Kynnykset voi mataloittaa tai ottaa pois kokonaan.
- Parvekkeen kynnyks on hyvin vaarallinen: parvekkeelle voi hankkia puuritulat, jolloin lattia nousee korkeammalle.
- Irralliset sähköjohdot kiinnitetään pois lattioilta.
- Kaksinkertaiset ovet ovat hankalia: ne voi vaihtaa yhteen lämpöeristettyyn oveen.

Valoa riittävästi

- Tarkistetaan, riittääkö valaistus ikäihmiselle, ovatko valaisimet oikeissa paikoissa? Tarvitaanko lisävalaistusta vai riittääkö valaisinten siirto ja tehokkaampien lamppujen vaihto? Valaisimet voi vaihtaa loisteputki- tai loistelamppuvalaisimiksi.
- Kannustetaan ikäihmistä käyttämään valoja turvallisuutensa vuoksi.
- Katkaisimia olisi hyvä olla useita. Erityisesti sängyn ja puhelimen vieressä tarvitaan katkaisinta.
- Yövalo luo turvallisuutta.

Paloturvallisuus

- Asunnossa on palovaroitin. Ikäihminen tuntee sen merkityksen ja tietää, miten tulee hätätilanteessa toimia.
- Kun liikkeiden hallinta iän myötä saattaa heikentyä, tulitikku tai savuke voi pudota vaatteille, vuoteeseen tai huonekalun kätköihin.
- Koskaan ei saa tupakoida vuoteessa. Tulipalon välttämiseksi on hyvä opetella tupakoimaan aina samassa paikassa, esim. vakiotuolissa, jonka lähistöllä ei ole paperia tai helposti syttyviä tavaroita, tekstiilejä yms.
- Savuke sammutetaan aina huolella. Kun tuhkakuppi tyhjenetään, se kastellaan ensin vesihanan alla.
- Tulitikku saattaa raapaistaessa katketa. Sytytin on turvallisempi, mutta sitä ei saa säilyttää auringossa.
- Yleinen siisteys parantaa paloturvallisuutta.
- Elävä tuli vaatii aina valvontaa. Kynttilöitä poltettaessa on syytä varmistaa, että kynttilän jalka tai alusta on palamatonta ainetta. Kynttilän paikka ei ole ikkunalaudalla verhon läheisyydessä.
- Koristemansetit poistetaan ennen kynttilän sytyttämistä.
- Vältetään umpinaisia ja ripustettavia kynttilälyhtyjä. Ulkoroihuja poltetaan vain ulkona.
- Tuhkaa varten varataan kannella varustettu metallinen astia.
- Palavat nesteet säilytetään asunnon ulkopuolella.
- Sähkölaitteita käytetään ohjeiden mukaan. Käyttöohjeet säilytetään paikassa, josta ne on helppo tarvittaessa löytää.
- Sähkölaitteiden vikojen korjaus kuuluu ammattilaisille.
- Jos sähkölaite alkaa palaa tai siitä tulee outoa hajua, laitteen pistotulppa irrotetaan pistorasiasta. Laitetta ei käytetä ennen ammattimiehen arviota ja korjausta.
- FI-merkki takaa edelleen sähkölaitteen turvallisuuden, CE-merkki ei.
- Lisälämmittimien kanssa on syytä olla varovainen. Seinälle asennettava



lämmitin on lattialla seisovaa turvallisempi. Jos lattialla seisova petroli- ja sähkövastuslämmitin kaatuu, se on palovaarallinen. Siihen voi myös kompastua.

- Lisälämmitintä ei saa koskaan peittää.
- Lämmitin on puhdistettava säännöllisesti.

Keittiö ja kodinhoitotilat

- Tavarat järjestetään helposti saataville. Näin ikäihminen välttyy turhalta kiipeilyltä ja kumartelulta. Yläkaapeissa säilytetään vain harvoin tarvittavia tavaroita.
- Hankitaan kaidetangot keittiökalusteisiin ja pöytään kävelytueksi.
- Tukevat taloustikkaat pidetään käden ulottuvilla.
- Lieteen voidaan hankkia ylikuumenemissuoja. Tai liedien yläpuolelle infrapunatunnistimella toimiva liesivaroitin tai liesikatkaisin tai ajastin, joka katkaisee sähkön tietyn ajan kuluttua.
- Kotitöitä voi tehdä istuen. Se ei ole laiskan ihmisen merkki.
- Kahvin- ja vedenkeittimet ovat liedellä porisevaa pannua turvallisempia.
- Keittiökojeiden pistorasioiden tulee olla maadoitettuja.
- Silitysrautaan ja muihin kodin sähkölaitteisiin voi hankkia irrallisen laitteen liitettävän turva-ajastimen. Sen voi säätää katkaisemaan virran pois 5–40 minuutin kuluttua. Se asennetaan pistorasian ja pistotulpan väliin. On myös sellaisia silitysrautoja, joista virta katkeaa, kun niitä ei käytetä.

Peseytymistilat

- Kylpy- tai suihkuhuoneen lattia
 - karheapintaista muovimattoa
 - pienikokoista keraamista ns. postimerkkimosaiikkia
 - erityistä karheapintaista keraamista laattaa
- Jos lattia on liukas, hankitaan irrallinen kumimatto.
- Termostaattihanat ovat turvallisimpia. Termostaattien paikkansapitävyys on syytä aika ajoin tarkistaa.
- Kylpyamme
 - turvallisinta vaihtaa suihkutilaan
 - ammematto ja istuintaso
 - tukitanko tai kädensija ammeeseen menoa ja nousua varten (ammehissi)
 - pesuaineet ja välineet käden ulottuville
- Suihkutilaan
 - tukeva istuin
 - tukitanko (käsisuihkun pystysuora kiinnitystanko on yksi vaihtoehto)
 - pesuaineet ja -välineet käden ulottuville
- WC-istuimeen koroke
- Saunan löylyhuoneessa
 - kiuaskaide

- matalat laudeportaot
- saunakaveri lisää turvallisuutta

3.2. Turvallisemmin ulkona

- Kerrostalossa on turvallisempaa mennä ulos hissillä.
- Ulko-oven vieressä on koukku ostoskassia tms. varten.
- Ulos lähdetessä asianmukaiset ja tukevat ulkojalkineet jalkaan, turva-
raudat, turvaurat, liukuesteet tms. avuksi talvikeleillä. Saattaja mukaan
liukkailla keleillä.
- Kävelykeppiin hankitaan jääpiikki.
- Heijastin pannaan heilumaan!
- Lonkkasuojain suojaa kaatuessa. Niitä voi ostaa apteekista tai Suomen
Punaisesta Rististä.

Raput

- Portaiden molemmin puolin on tukevat kaiteet.
- Huolehditaan hiekoituksesta ja lumenluonnista.
- Hankitaan turvallinen rappuritiä (poikkisuuntaiset rihlaukset).
- Portaot tehdään näkyviksi. Väriyksellä ja valaistuksella voidaan varmis-
taa, että porrasaskelmat näkyvät hyvin. Tarvittaessa voidaan porras-
askelmat mataloittaa.

Piha-alue ja tiet

- Näkyvyys pihalta tielle pidetään esteettömänä (portaot, pensaot, lumi-
kinokset).
- Pihan kulkuväylät, tiet ja luiskat hiekoitetaan ja pidetään puhtaana lu-
mesta.
- Myös luiskissa on kaiteet.
- Ulkona on penkkejä levähdystä varten.
- Henkilöautolla (myös hälytysajoneuvolla) pääsee lähelle ulko-ovea.

Riittävä ulkovalaistus

- Kulkureitit esim. roskalaatikolle ja postilaatikolle on hyvin valaistu.
Hämäräkytkin sytyttää valon, kun päivänvalo alittaa tietyn ennalta sää-
detyn rajan. Automaattinen kellolaite sytyttää ja sammuttaa valot kel-
lonajan mukaan. Tunnistinvalo syttyy, kun henkilö tulee valosektoriin.

Lisätietoa ikäihmisten turvallisuudesta:

www.health.fi/tapaturma; valitse ikäihmisten tapaturmien ehkäisy



4. Myrkytykset

Kotona myrkytyksiä aiheuttavat tavallisimmin lääkkeet, myrkylliset kasvit, kemikaalit tai sienet.

Vaarallisimpia kodin kemikaaleja ovat koneastianpesuaineet, putken-avausaineet, liuottimet, maalituotteet ja jäähdytysnesteet. Tapaturmaisille myrkytyksille alttiimpia ovat alle 3-vuotiaat lapset. He tutustuvat ympäristöön maistellen kaikkea käsiinsä saamaa.

Alkoholimyrkytyskuolemat aiheuttavat 2/3 kaikista myrkytyskuolemista. Niiden määrä on lisääntynyt voimakkaasti viime vuosina. Alkoholi-myrkytykseen menehtyvät yleisimmin keski-ikäiset miehet. Toinen riskiryhmä ovat alkoholia, lääkkeitä ja huumeita sekaisin käyttävät nuoret.

Hyvin varustettu lääkekaappi ja hyvät ensiaputaidot auttavat ensi-alkuun. Myrkytystapauksissa tai myrkytystä epäiltäessä kannattaa heti ottaa yhteyttä terveyskeskukseen tai **Myrkytystietokeskukseen, puh. (09) 471 977 (suora) tai (09) 4711 (vaihde)**. Puhelin palvelee 24 tuntia vuorokaudessa. Hätätilanteessa soita numeroon 112.

Kodin kemikaalit säilytetään lukkojen takana.

(Myös alkoholi, tupakka ja paristot).

- Kemikaalien ja muiden tuotteiden varoitusmerkintöihin ja käyttöohjeisiin perehdytään huolellisesti.
- Kemikaalit säilytetään aina alkuperäispakkauksissaan.
- Valitaan turvakorkilla varustettuja tuotteita.
- Kemikaalit, lääkkeet ja paristot ovat hävitettäessä ongelmajätteitä, jolloin ne viedään ongelmajätteiden keräilypisteeseen. Vanhentuneet ja ylimääräiset lääkkeet voi viedä myös apteekkiin.
- Pihagrillin sytytysnestepullo korjataan käytön jälkeen pois lasten ulottuvilta.

Myrkylliset sisäkasvit pidetään pois lasten ulottuvilta.

- Myrkyllisiä sisäkasveja ovat mm. peikonlehti, anopinkieli, anopinhuuli ja monet vehkalajikkeet, kliivia, ihmepensas (kroton), muratti, kultaköynnös, amaryllis, joulutähti, atsalea, jouluruusu, esikot.

Pihapiirin myrkylliset koristekasvit vaihdetaan lapsiperheessä myrkyttömiin.

- Pihan myrkyllisiä kasveja ovat mm. alppiruusu, lumimarja, marjakuuset, kultasade.
- Myös luonnossa on monia myrkyllisiä kasveja (mm. kielo, sudenmarja, näsiä). Lisätietoja saa kukka- tai puutarhakauppiaalta sekä kasvi- ja puutarhakirjoista.

Tunnistamattomia sieniä ei pidä syödä.

- Myös tupakka ja tupakantumpit voivat joutua lapsen suuhun, syötyinä ne ovat hengenvaarallisia.

Elintarviketuotteet siirretään metallisista säilyketölkeistä pois heti avaamisen jälkeen.

Lääkkeiden ja alkoholin samanaikainen käyttö voi olla vaarallista.

Asiasta saa varmuuden kysymällä lääkäriltä tai apteekista. Tietoa lääkkeiden ja alkoholin yhteisvaikutuksista saa myös Alkoholi ja lääkkeet -esitteestä, jota saa apteekkeista.

- Hankitaan tarvittaessa lääkeannostelija.
- Liika alkoholi voi aiheuttaa myrkytystilan. Pienille lapsille jo pienikin määrä alkoholia voi olla hengenvaarallinen. Lasin- ja pullonpohjia ei jätetä pöydille.

Vaarallisten kemikaalien varoitusmerkinnät tunnetaan.



Pääkallol

Erittäin myrkyllisistä ja myrkyllisistä kemikaaleista varoitetaan pääkallolla. Pääkallolla varustetut kemikaalit voivat aiheuttaa jo hyvin pieninä annoksina vakavan, jopa kuolemaan johtavan myrkytyksen.

Pääkallolla merkitään myös kemikaaleja, joista voi koitua vakavia pitkäaikaisvaikutuksia, esim. syöpää.



Syövyttävä kemikaali

Syövyttävät kemikaalit tuhoavat kudosta joutuessaan kosketuksiin hengityselinten, ihon, silmien tai ruoansulatuskanavan kanssa. Syövyttäviä aineita ovat mm. konetiskiaineet ja putkenavausaineet, wc:n ja uuninpuhdistusaineet.



Andreaan risti

Haitalliset ja ärsyttävät kemikaalit voivat aiheuttaa myrkytyksen suhteellisen pieninä annoksina, niillä voi olla pitkäaikaista vaikutusta tai hengitettynä ne voivat aiheuttaa allergiaa. Haitallisia kemikaaleja ovat mm. monet maalituotteet ja jäähdytysnesteeet.

Varoitusmerkki kuvaa kemikaalin tärkeintä vaaraominaisuutta.

Myös sellaiset kemikaalit, joissa ei ole varoitusmerkkiä, voivat aiheuttaa terveysvaaroja ja ympäristövahinkoja: esim. polttoaineet, lääkkeet ja kosmeettiset tuotteet. Lääkkeillä ja kosmeettisilla tuotteilla on omat merkintävaatimuksensa

Kuluttaja ja kemikaalit -esite ilmestynyt 2001.

Tilattavissa mm. TUKESista (09) 616 71 tai www.tukes.fi



Lukollisessa lääkekaapissa on myrkytysten varalta lääkehiiltä ja kyypakkaus.

Käyttöohjeita noudatetaan tarkasti. Lääkehiili (Carbomix-rakeet) estää tehokkaasti useimpien myrkyjen imeytymisen. Sitä ei saa antaa syövyttäviä aineita nielleelle.

Tarkemmat ohjeet saa Myrkytystietokeskuksesta.

Ensiapu:

- Alä okseta myrkyä niellyttä ennen kuin tiedät, onko se tarpeen. Syövyttävää ainetta nielleelle annetaan vettä tai maitoa 1–2 dl myrkyä laimentamiseksi. Ei koskaan lääkehiiltä. Toimitetaan lääkärin hoitoon.
- Siirrä myrkyä hengittänyt raittiiseen ilmaan, puoli-istuvaan asentoon. Toimita potilas hoitoon.
- Silmistä syövyttävä aine huuhdotaan mahdollisimman nopeasti runsaalla vedellä. Huuhtelua jatketaan ainakin 15 minuuttia. Toimitetaan tarvittaessa lääkärin hoitoon.
- Iholta syövyttävää ainetta huuhdellaan vähintään 15 minuuttia. Hoitetaan kuin palovammaa.
- Lääkkeen, myrkyllisen kasvin tai sienien syöminen. Lapselta tarkistetaan, onko suussa vielä nielemättömiä pillereitä. Lääkehiiltä annetaan pakkauksen ohjeen mukaan. Otetaan yhteys lääkäriin tai Myrkytystietokeskukseen.
- Kyynpurema saattaa olla vaarallinen, erityisesti lapselle, raskaana olevalle ja huonokuntoiselle aikuiselle. Purtu raaja asetetaan vaaka-asentoon ja henkilö toimitetaan lääkäriin. Kyypakkauksen tabletteja voi antaa ohjeiden mukaan.

5. Paloturvallisuus

Tulipaloja syttyy joka päivä, vuosittain noin 13 000. Paloissa kuolee joka vuosi noin 100 ihmistä, ja noin 1500 loukkaantuu. Valtaosa kuolemaan johtaneista tulipaloista on asuntopalaja.

Tavallisimmat tulipalojen syttymissyöt ovat avotuli, sähköviat, ylikuumeneminen, tupakointi ja tulitikkuleikit. Joka kolmas kuolemaan johtanut tulipalo on syttynyt tupakasta. Palovammoja aiheuttavat myös valvonnan puute, huolimattomuus ja erilaiset vahingot, kuuma vesi, rasva ja ruoka, liesi, patterit ja kiukaat.

Palovaroitin on halpa henkivartija.

- Lain mukaan asunnossa on oltava vähintään yksi palovaroitin kussakin kerroksessa. Palovaroittimen hankinnasta vastaa huoneiston haltija, myös vuokralainen. Varoitin sijoitetaan kattoon keskeiselle, avoimelle paikalle, vähintään puolen metrin päähän seinästä, palkista tms. Kaksikerroksisessa asunnossa portaikon yläpää on oikea paikka. Tämän lisäksi toinen varoitin on hyvä sijoittaa alakerrassa makuuhuoneiden ja oleskelutilojen väliin. Jokaiseen makuuhuoneeseen suositellaan omaa palovaroitinta. Palovaroittimet voidaan kytkeä myös sarjaan.
- Varoitinta ei tule sijoittaa keittiöön tai kylpyhuoneeseen, koska kosteus ja ruoankäryt voivat aiheuttaa turhan hälytyksen.
- Palovaroitin tunnistaa savun. Se ilmoittaa alkavasta tulipalosta kovalla hälytysäänellä, joka herättää sikeimmästäkin unesta. Palovaroittimen ansiosta asukkaille jää aikaa poistua turvaan. Aikaa pelastautumiseen on vain parisen minuuttia.
- Laitteen toimivuus tarkistetaan kuukausittain testinappia painamalla. Lain mukaan asukas vastaa myös palovaroittimen toimintakunnosta. Pariston heikkenemisestä laite ilmoittaa noin puolen minuutin välein toistuvalla äänimerkillä. Paristot on syytä vaihtaa noin vuoden välein, esimerkiksi hätänumeropäivänä 11. 2. Paristoon merkitään vaihtopäivä esim. maalarinteipillä. Voit myös hankkia 10 vuotta kestävä pariston.
- Palovaroitin puhdistetaan pölystä kerran vuodessa joko pehmeällä harjalla tai pölynmurilla. Ilmaisimissa oleva radioaktiivinen säteilylähde ei ole vaarallinen. Käytöstä poistetut laitteet voidaan hävittää normaalin jätteen mukana.
- Palovaroitin on pakollinen myös kesämökillä.

Häkävaroitin on hyvä turva, etenkin loma-asunnossa, jossa yövytään harvoin.

- Häkä eli hiilimonoksidi on kaasumainen, hajuton ja väritön hiilen ja hapen yhdiste, jota syntyy epätäydellisestä palamisesta. Se vaikuttaa nopeasti ja huomaamatta sekä aiheuttaa jo vähäisinäkin annoksina tajut-



tomuuden. Jo pienikin ilman riittävää happea kytevä puumäärä voi synnyttää kuolettavan määrän häkää.

- Takan ja uunin avoimet pellit suljetaan vasta, kun hiilet ovat tummuneet. Häkävaara on syytä pitää mielessä erityisesti mökillä.

Pelastautumissuunnitelma auttaa toimimaan järkevästi vaaratilanteessa.

- Kotiympäristössä on hyvä silmäillä ennakkoon, miten parhaiten voi pelastautua ja pelastaa muut paikallaolijat, jos sattuisi tulipalo.
- Tee pelastautumissuunnitelma ja kertaa se vuosittain.
- Pelastautumista kannattaa harjoitella perheen kanssa. Opetellaan yhdessä, missä ovat sammutusvälineet, miten ne toimivat, mikä on lyhin reitti ulos, palotikkaille siirtyminen jne.
- Lapsille selvitetään toiminta palovaroittimen hälyttäessä ja opetetaan, että palon syttyessä ei saa mennä piiloon vaan kiireesti ulos turvaan. Ovet suljetaan perässä, jos mahdollista.

Kun palovaroitin hälyttää:

1. Pelasta itsesi ja muut vaarassa olevat.
2. Ilmoita palosta hätänumeroon 112.
3. Sammuta palo lähimmällä alkusammuttimella.
4. Sulje ovet ja ikkunat.
5. Opasta palokunta paikalle.

Kun soitat hätäpuhelun, kerro rauhallisesti ja selvästi:

1. Mitä on tapahtunut.
2. Missä on tapahtunut (tarkka osoite).
3. Onko ihmisiä vaarassa tai loukkaantunut.
4. Vastaa sinulle esitettyihin kysymyksiin.
5. Kuuntele toimintaohjeet ja toimi niiden mukaan.
6. Älä katkaise puhelua ennen kuin saat luvan.

Pidä yleinen hätänumero 112 puhelimen lähellä.

Sammutusvälineet

- sankoruisku
 - käsiammutin
 - sammutuspeite
- Pienen palon voi yrittää sammuttaa sammutusvälineillä tai matolla, paksulla ja tiiviillä huovalla, vedellä, jopa tukevalla palamattomalla kankaalla. Jos tuli ei sammu puolessa minuutissa, asunnosta on poistuttava heti.
 - Jos televisio tai muu kodinkone syttyy, irrotetaan pistotulppa heti pistorasasta. Sähkölaittepalot tukahdutetaan tai sammutetaan käsiammuttimella, sammutuspeitteellä tai paksulla matolla.
 - Rasvapaloa ei saa koskaan sammuttaa vedellä. Palo tukahdutetaan sulkemalla liesituuletin ja peittämällä rasvakattila kannella tai sammutuspeitteellä.

Torjutaan tulipalo ennalta

Usein tulipalo voi syttyä silkasta huolimattomuudesta tai ajattelemattomuudesta.

- Kodin sisustusmateriaalit ja tekstiilit valitaan mahdollisimman paloturvallisista materiaaleista (vuodevaatteet, patjat, verhot).
- Pyykkiä ei koskaan kuivata saunassa eikä varsinkaan kiukaan yläpuolella.
- Saunan kiuas sijoitetaan turvallisesti nurkkaan ja sitä kiertää kaide.
- Tuhkaa varten varataan metallinen, kannellinen astia.
- Tulitikkuja tai tupakansytytintä ei jätetä lasten käsiin.
- Kynttilää ei koskaan jätetä ilman valvontaa. Kynttilänjalan tai alustan tulee olla palamatonta materiaalia. Koristemansetit ovat palovaarallisia. Tuikkujen alustan tulee olla palamaton, ja tuikut tulee sijoittaa vähintään 3 cm:n päähän toisistaan.
- Ulkoroihuja ei pidä sijoittaa rapuille, lähelle syttyvää materiaalia.
- Television ja kylmäkalusteiden ympärille jätetään riittävästi ilmatilaa. Imurointi kylmälaitteiden takaa lattialta on tärkeää, koska pölyyntyneet laitteet saattaa kuumentua ja sytyttää palon.
- Television päällä ei saa pitää mitään.
- Tupakoivan kodin tuhkakupit ovat tarpeeksi suuria, lapsiperheissä mieluiten kannellisia. Ne tyhjenetään riittävän usein, mutta vasta kun sisältö on varmasti sammunut.
- Kertakäyttösytytintä ei jätetä aurinkoon.
- Takan edusta on palamatonta materiaalia. Kipinäsuojus.
- Liesisuoja estää lapsia vetämästä kuumia kattiloita päälleen.
- Liesituuletin ja hormi puhdistetaan säännöllisesti. Liedellä syttynyt palo leviää helposti liesituulettimeen ja hormiin kertyneeseen rasvaan.
- Vaatehuoneissa ja muissa säilytystiloissa huolehditaan, etteivät tavarat hyllyillä pääse koskettamaan valaisinta.
- Kuumailmapuhaltimien kanssa on syytä olla erityisen varovainen.
- Termostaattihanat ehkäisevät myös palovammoja.
- Palovaaralliset aineet säilytetään ohjeiden mukaan. Huonekaluöljyt sekä pellavaöljyt ovat itsesytyttäviä, niitä sisältävät rievut tai trasselit poltetaan tai pestään huolellisesti.
- Nestekaasua ei saa säilyttää maanalaisissa tiloissa, koska se on ilmaa raskaampaa. Nestekaasu räjähtää helposti: liitosten ja venttiilien kunto on syytä tarkastaa säännöllisesti.

Vuoteessa ei koskaan tupakoida.

- Hehkuva savuke voi sytyttää vuodevaatteet tai sohvanpäällisen ja täyteen kytemään. Jo pienestäkin kytemisestä saattaa syntyä tappava anos palokaasuja, vaikka liekkejä ei edes näy.

Sähkölaitteiden kanssa noudatetaan varovaisuutta.

- Sähkölaitteiden tiedot kannattaa tutkia ennen ostopäätöstä. FI-merkin-



tä sähkölaitteessa takaa, että suomalainen FIMKO Oy on ennakkoon tarkastanut ja hyväksynyt laitteen. CE-merkki ei sellaisenaan takaa laitteen sähköturvallisuutta, vaan mahdollistaa tuotteen vapaan liikkumisen Euroopan talousalueella. Puutteellisin tiedoin varustettu laite kannattaa jättää kauppaan.

- Kodin sähkötyöt, asennukset ja korjaukset vaativat aina ammattilaista. Virheellinen sähkötyö aiheuttaa hengen- ja palovaaran.
- Sähköpattereita ja lisälämmittämiä ei saa peittää, esimerkiksi kuivattaa niillä kastuneita ulkoiluvaatteita ja pyykkiä. Sähköpatteri voidaan varustaa peittämisuojalla esim. naulakon alla.
- Silitysrauta, hella tai sähkökiuas otetaan heti käytön jälkeen pois päältä. Lietteen voi hankkia liesikatkaisimen tai ajastimen, joka katkaisee virran tietyn ajan kuluttua. Silitysrautaa uusittaessa kannattaa hankkia sellainen, josta virta katkeaa, kun rautaa ei käytetä.
- Valaisimissa käytetään suosituksen mukaista lamppua, ei koskaan suurempaa.
- Valaisinten kupujen tulee olla ehjiä.
- Pöytävalaisimiksi valitaan tukeva malli. Seinävalaisimet kiinnitetään kunnolla, jotta ne eivät pudotessaan sytytä paloa.
- Televisiosta sammutetaan valmiusasento yön ajaksi ja kotoa lähtiessä. Matkalle lähtiessä irrotetaan pistotulppa pistorasiasta ja antenni seinästä.

Lisätietoja:

Kunnat ja alueelliset pelastusliitot järjestävät kodin turvakursseja ja alkusammutuskursseja.

6. Turvallisesti vesillä

Vuonna 2000 hukkui 195 suomalaista. Vielä 1970-luvun puolivälissä hukkuneita oli yli kaksinkertaisesti. Suomalaisia hukkuu vesiliikenteessä, uintimatalla tai heikoilla jäillä.

Eniten ihmisiä hukkuu juhannusviikolla. Tyypillinen kesällä hukkuja on keski-ikäinen 35–55-vuotias mies, joka lähtee kauniilla säällä pienellä soutuveneellä kotijärvelle kалаan. Hän joko putoaa veneestä tai vene kaatuu. Hän on yleensä juonut alkoholia eikä käytä pelastusliivejä. Tällaisessa tapauksessa pelastusliivi olisi pelastanut jopa 90 prosenttia hukkuneista.

Vesiliikennelainsäätö on muuttunut.

- Varustepakko on laajentunut. Varusteet on oltava kaikissa moottorilla varustetuissa vesikulkuneuvoissa (myös soutuveneet, joissa on moottori) ja yli viiden metrin pituisissa purjeella varustetuissa vesikulkuneuvoissa.
- Näissä on uusien määräysten mukaan oltava pelastusliivi, kelluntapukine tai pelastuspuku jokaiselle silloin, kun ollaan liikkeessä.
- Niissä vesikulkuneuvoissa, joissa pitää olla pelastusliivit, edellytetään muitakin pakollisia varusteita:
 - tyhjennyspumppu tai muu väline veden poistamiseen. Pumppu voi olla käsi- tai sähkökäyttöinen. Se saa olla joko irrallinen tai kiinteästi asennettu.
 - aivot tai mela tai ankuri köysineen. Nämä ovat vaihtoehtoisia varusteita.
 - hyväksytty käsisammutin, jos veneessä on polttolaite, sisäkone tai yli 25 kW:n perämoottori.
- Pelastusliivin tai sen vaihtoehdon tulee olla hyväksyttyä mallia. Uusissa liiveissä pitää olla EU-hyväksyntää osoittava CE-merkintä. Vanhojen pelastusliivien omistajien kannattaa tarkistaa, että liivien tai pukineen sisältä löytyy merkintä hyväksymisestä.
- Pelastusliivin, kelluntapuvun tai pelastuspuvun tulee olla käyttäjän koko ja vastata käyttöolosuhteita.
- Pelastusliivit ovat henkilökohtaisia pukineita. Kun veneellä kuljettaa vieraita, on maissa varmistettava jokaiselle oikeankokoiset liivit.
- Pelastusliivit kannattaa hankkia myös soutuveneeseen.
- Varustepakko ei tarkoita niiden käyttöpakkoa. Järkevä vesilläliikkuja muistaa, että vain päälle puettu liivi pelastaa.

Uimataito on paras henkivakuutus vesillä.

- Jokainen hankkii hyvän uimataidon. Lapset opetetaan pienestä pitäen hyväksi uimareiksi ja sukeltajiksi.



- Koskaan ei oudossa rannassa sukellela pää edellä.
- Veden virtaukset ja äkkijyrkät paikat selvitetään ranta-alueella.
- Maltti on valttia uimisessakin. Uintitaitonsa rajat on hyvä tuntea. Hyväkin uimari saattaa väsähtää kesken (suonenveto). Uidaan aina rannan suunnassa.
- Sydän ei pidä suurista lämmönvaihteluista. Saunan jälkeen kannattaa ensin vilvoitella ja sitten vasta pulahtaa aaltoihin.
- Heti ruokailun jälkeen ei saa mennä uimaan. Pari tuntia paussia on hyvä sääntö.
- Alkoholia nauttineen on parasta pysyä kuivalla maalla.
- Lapsia ei saa koskaan jättää valvomatta rannassa tai uimahallissa. Uimataidotonkin lapsi saattaa joutua syvään veteen kelluvan lelun perässä.
- Uima-allas suojataan kaiteella tai suojaverkolla, jos pienet lapset käyttävät allasta.
- Altaaseen johtavat tukevat portaat, joissa on kaiteet molemmin puolin.
- Elvytystaito on hankittu ja tallella!

Veneilijä on kunnossa.

- Vesille lähdetään vain selvin päin.
- Otetaan huomioon sääolosuhteet, kuunnellaan säätiedotukset, sillä keilit voivat vaihtua hyvin nopeasti.
- Ilmoitetaan reitti ja suunniteltu paluu-aika kotiväelle.
- Pelastusliivit pidetään aina veneessä ollessa päällä. Liivit on kiinnitetty kunnolla.
- Pidemmille venematkoille varustaudutaan hätäraketein ja tulitikuin. Matkapuhelin otetaan mukaan.
- Vaikeissa sääoloissa liikuttaessa pelastuspuku on paras. Hypotermiapussiksi soveltuu vaikka muovisäkki.

Veneessä on asianmukainen varustus.

- ankkuri köysineen, aivot tai mela
- äyskäri tai tyhjennyspumppu
- pelastusliivi, kelluntapukine tai pelastuspuku kullekin mukanaolijalle. Niiden on oltava kooltaan sopivia.
- tyhjä mehukanisteri ”pelastusrenkaaksi”
- tarpeeksi köyttä
- Vene on pidetty kunnossa.
- Veneessä ei ole ylikuormaa.
- Veneessä liikutaan varoen, ei koskaan seisomaan nousten.
- Kylmää, märkää ja tuulta vastaan pukeudutaan aina sään vaatimusten mukaisesti. Varavaatteet mukaan.
- Jos vene kaatuu, pysäyttyäytään kelluvan veneen päällä ja huudetaan apua.
- Toista pelastettaessa käytetään aina apuvälinettä. Se varmistaa auttajan turvallisuuden ja auttaminen onnistuu paremmin.

Pilkkijä pysyy vahvoilla jäillä.

Jäälläliikkujalla on mukanaan:

- jäänaskalit
- jääkeppi
- kelluttavaksi pakattu reppu (mahavyöllä varustettu)
- heittoliina tai 15–20 m pitkä köysi
- pilli

Jäälläliikkujan on syytä ottaa huomioon myös tuulen vaikutus ilman lämpötilaan. Viimaindeksi kuvaa tuulen ja lämpötilan yhteisvaikutusta. Kova tuuli ja -10 °C pakkanen tekevät yhdessä hyytävän kelin, johon on syytä pukeutua riittävän lämpimästi ja tuulenpitävästi.

mitattu tuulen nopeus ms	mitattu ilman lämpötila °C									
	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35
	viimaindeksi									
2	9	4	-1	-6	-11	-16	-21	-26	-31	-36
6	3	-4	-10	-17	-23	-30	-36	-43	-49	-56
10	-0	-8	-15	-22	-29	-37	-44	-51	-58	-65
14	-2	-10	-18	-25	-33	-41	-48	-56	-63	-71
18	-3	-11	-19	-27	-35	-43	-51	-58	-66	-74

Lisätietoa:

Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliitto www.suh.fi



7. Turvallisesti tieliikenteessä

Vaikka työ liikenneturvallisuuden parantamiseksi onkin kantanut hedelmää, liikenteessä kuolee edelleen noin 400 ja loukkaantuu noin 9000 ihmistä vuosittain.

Turvallinen liikkuminen on osa jokaisen kodin turvallisuustyötä. Kaikkien perheenjäsenten kannattaa opetella ja omaksua turvalliset tavat ja reitit.

Autoilu

- Nopeusrajoitusten noudattaminen ja ennakoiva ajotapa antavat kuljettajalle pelivaraa.
- Rattiin vain selvänä.
- Turvavyö kiinni liikkeelle lähdettäessä.
- Lapsi tarvitsee omat turvalaitteensa. Alle 25-kiloiselle parhaan suojan antaa selkä ajosuuntaan kiinnitettävä turvakaukalo tai turvaistuin. Sen jälkeen lapsi voi käyttää auton turvavyötä, jonka suojaa voi lisätä istuinkorokkeella tai vyöistuimella.
- Selkä ajosuuntaan kiinnitettävää turvalaitetta ei koskaan saa käyttää etuturvavyönnä (air bag) varustetulla istuinpaikalla. Laukeava turvavyö on lapselle hengenvaarallinen.

Polkupyöräily

- Kypärä päähän pyöräillessä. Kypärän tulee peittää otsa.
- Polkupyörässä pitää olla aina heijastimet, tehokkaat jarrut, soittokello ja pimeällä ajettaessa ainakin etuvalo. Talvipyöräilyssä tarvitaan liukuestein varustetut talvirenkaat.
- Lasta kuljetetaan tukevassa, turvavöin ja jalkasuojin varustetussa lapsistuimessa.
- Lapselle valitaan tukeva ja sopivan kokoinen pyörä.
- Tavaraa ei kuljeteta pyörän ohjaustangossa.
- Jos pyörätietä ei ole, on käytettävä oikeanpuoleista piennarta tai tien reunaa. Jalkakäytävällä saa ajaa vain alle 12-vuotias, jos ei aiheuta kohutonta häiriötä.

Jalankulku

- Pimeällä on tärkeää näkyä. Heijastin tai valo näkyvälle paikalle vaatteisiin.
- Heijastimia myyvät hyvin varustetut urheilutarvikeliikkeet ja tavaratalot, kioskit, apteekit ja huoltoasemat. Kiinteä heijastin vaatteissa on hyvä ratkaisu.
- Jos jalkakäytävää ei ole, kävellään tien vasenta laitaa tai pientareella.
- Liukkaalla kelillä on käytettävä pitäväpohjaisia kenkiä ja tarvittaessa va-

rustettava jalkineet liukusteilla. Erilaisia liukusteita myyvät kenkäliik-
keet ja suutarit.

- Liukkaan kelin apuvälineitä ovat myös kävelykepit, kävelysauvat, pot-
kukelkat, potkupyörät ja lastenrattaat.
- Ikäihmisten tarpeisiin kehitettyjä lonkkasuojaimia myyvät mm. aptee-
kit ja SPR.

Lisätietoa:

Liikenneturva (www.liikenneturva.fi)

Liikenne- ja viestintäministeriö (www.mintc.fi)

Tiehallinto (www.tiehallinto.fi)

Ajoneuvohallintokeskus (www.ake.fi)

Poliisi (www.poliisi.fi)

Kotitapaturmien ehkäisykampanja

Kotitapaturmien ehkäisykampanjan tavoitteena on kiinnittää suomalaisten huomio lähiympäristöönsä ja sen turvallisuuden kaikinpuoliseen edistämiseen. Avainasemassa tämän työn kannalta ovat kotikäyntityötä tekevät kotisairaanhoidon ja kotipalvelun henkilöstö, palotarkastajat, nuohoojat, seurakuntien ja järjestöjen lähimmäispalvelut sekä taloyhtiöiden suojeluhenkilöt.

Tiedotus, valistusmateriaalin tuottaminen sekä seminaari- ja koulutustilaisuuksien järjestäminen ovat kampanjan keskeisiä toimintamuotoja. Kotitapaturmien ehkäisykampanja on 1990-luvun puolivälissä valmistanut kouluttajakansiot terveystieteiden yhdyshenkilöille, palopäälliköille ja muille kotitapaturmien ehkäisytyötä tekeville. Kouluttajakansioita on myöhemmin täydennetty ja päivitetty.

Muu kotitapaturmien ehkäisykampanjan tuottama aineisto:

- Tarkistuslistat kotitapaturmien ehkäisemiseksi (lapset, aikuiset, vanhukset)
- Turvallisesti kotona -esite
- Kotiympäristö turvallisesti -opas koulutus- ja neuvontatyötä tekeville
- Turvallinen kunta -opas
- Ikäihmisten tapaturmien ehkäisy -aineisto (esite, oppaat, luentokalvot)
- Multimediatauotteet:
 - Turmalasta Turvalaan – tapaturmat ja niiden ehkäisy, CD-ROM
 - Kun Toivo Uurnalehto asiakkaansa menetti -video
- Julisteet

**Aineistotilaukset:**

Terveyden edistämisen keskus
Ippa Koivunen
puh. (09) 725 0333
faksi (09) 7253 0320
www.health.fi/tapaturma

Pelastustoimen tilaukset:

Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö SPEK
puh. (09) 476 112
faksi (09) 4761 1400
www.spek.fi

Kotitapaturmien ehkäisykampanja on osallistunut Lasten tapaturma-
kampanjan Pellekaija Pum -aineistojen tuottamiseen. Lisätietoa ja tilauk-
set Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö (SPEK).

Lisätietoa kotitapaturmien ehkäisykampanjasta
ja sen tuottamasta aineistosta:

Kotitapaturmien ehkäisykampanjan kotisivut: www.health.fi/tapaturma

Anja Alila, Suomen Punainen Risti,
puh. (09) 1293 275, anja.alila@redcross.fi

Liisa Joutsu, Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö,
puh. (09) 4761 1324, liisa.joutsu@spek.fi

Anne Lounamaa, Stakes,
puh. (09) 3967 2186, anne.lounamaa@stakes.fi

Auli Paavola, Suomen Kuntaliitto,
puh. (09) 771 2774, auli.paavola@kuntaliitto.fi

Maija Peltokangas, sisäasiainministeriö,
puh. (09) 1608 8643, maija.peltokangas@sm.intermin.fi

Merja Söderholm, sosiaali- ja terveysministeriö,
puh. (09) 160 4028, merja.soderholm@stm.vn.fi

Kaarina Tamminiemi, Terveyden edistämisen keskus,
puh. (09) 7253 0331, kaarina.tamminiemi@health.fi

Joona Vuorenpää, Suomen Vakuutusyhtiöiden Keskusliitto,
puh. (09) 6804 0254, joona.vuorenpaa@vakes.fi

Sosiaali- ja terveysministeriö
Sisäasiainministeriö
Stakes
Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö
Suomen Vakuutusyhtiöiden Keskusliitto
Terveystieteiden tutkimuskeskus

