

II TURVALISUS ÕPPEKÄIKUDEL JA KOOLI VÄLJASÕITUDEL

SISUKORD

Üldosa	3
Sissejuhatus.....	3
Üldised juhtnöörid õnnetusjuhtumi korral tegutsemiseks.....	3
Tegutsemisjuhised erinevates hädaolukordades:.....	4
Meditšiinilised probleemid õppekäigul/väljasõidul.....	4
Õpilase haigestumine.....	4
Õpetaja haigestumine.....	4
Kerge vigastus.....	4
Raske, üliraske vigastus.....	4
Õpilase, õpetaja surm.....	4
Tuleohutus väljasõidul.....	5
Võõrad (kolmandad) isikud väljasõidul.....	5
Õpilase kadumine.....	5
Liiklusavarii.....	6
Ujumise turvalisus.....	6
Uppuja päästmine.....	6
Päästmine jääaugust.....	7
Päästmine jääpangalt.....	7
Esmaabi ABC.....	9
Elustamise ABC.....	10
LISA 1 Õppekäigu/väljasõidu registreerimise leht.....	11

Üldosa

Õppekäik ja väljasõit õpilastega algavad selle hoolika planeerimisega. Sisuka programmi kõrval on väga oluline pöörata tähelepanu ka selle turvalisusele. Kõigi muude praktiliste ülesannete kõrval (bussi tellimine, programmi koostamine jne) tuleks enne teele asumist analüüsida ka sellega kaasnevaid turvalisuse riske ja koostada tegevuskavad tegutsemiseks võimalike õnnetusjuhtumite korral .

Sissejuhatus

Enne kui õppekäik või väljasõit võib alata, peab kooli juhtkond määrama turvalisuse eest vastutava õpetaja.

Turvalisuse eest vastutava õpetaja ülesanded enne väljasõitu on:

1. Saada täpne informatsioon õppekäigu/väljasõidu kohta (eesmärk, väljumine-saabumine, transport, ajakava jne) kõigile lastevanematele või hooldajatele.
2. Registreerida õppekäik/väljasõit vastavalt kooli poolt kehtestatud korrale (vt lisa 1).
 - a. Koolis kinnitatakse vahetult enne õppekäigu/väljasõidu algust selles osalevate õpilaste nimekiri.
 - b. Registreerimise lehel on fikseeritud turvalisuse eest vastutav õpetaja koos tema kontaktandmetega.
3. Võta kaasa kõikide kaasas olevate õpilaste ja nende vanemate või lähedaste kontaktandmed.
4. Mitmepäevase väljasõidu korral võta kaasa esmaabi komplekt ja juhend „Turvalisus õppekäikudel“.
5. Mitmepäevase väljasõidu korral selgita eelnevalt välja, millised on sihtkohas meditsiinilise abi võimalused.

Üldised juhtnõõrid õnnetusjuhtumi korral tegutsemiseks

1. Säilita rahu!
2. Turvalisuse eest vastutav õpetaja jagab ülejäänud kaasas olevatele õpetajatele ülesanded:
 - a. kes teavitab vajadusel päästeametit numbril 112 või politseid numbril 110,
 - b. kes tegeleb vajadusel kannatanutega,
 - c. kes hoolitseb ülejäänud õpilaste turvalisuse eest.
3. Turvalisuse eest vastutav õpetaja informeerib juhtunust kooli juhtkonda.

Tegutsemisjuhised erinevates hädaolukordades:

Meditšiinilised probleemid õppekäigul/väljasõidul

Õpilase haigestumine

1. Informeeri õpilase haigestumisest tema vanemaid või lähedasi.
2. Koostöös vanemate või lähedastega lepi kokku võimalikud viisid õpilase koju toimetamiseks.

Õpetaja haigestumine

1. Informeeri õpetaja haigestumisest kooli juhtkonda.
2. Haigestunud õpetajale korraldatakse transport väljasõidult lahkumiseks.

Kerge vigastus

1. Anna vajalikku esmaabi.
2. Informeeri juhtunust õpilase vanemaid või lähedasi.
3. Vajadusel/võimalusel korralda vigastatud õpilase transport koju.

Raske, üliraske vigastus

1. Fikseeri olukord ja jaga tegutsemisjuhised kõikidele õpetajatele ja täiskasvanud õpilastele (esmaabi andmine, abi kutsumine ja informeerimine, tegelemine ülejäänud õpilastega).
2. Alusta vajalikku esmaabi andmist.
3. Helista hädaabinumbril 112, tegutse edasi vastavalt nende poolt antud juhtnööridele.
4. Informeeri toimunust õpilase vanemaid või lähedasi ja kooli juhtkonda.
5. Vajadusel katkestada väljasõit ja korraldada õpilaste transport kooli tagasi.

Õpilase, õpetaja surm

1. Alusta koheselt elustamist.
2. Fikseeri olukord ja jaga tegutsemisjuhised kõikidele õpetajatele ja täiskasvanud õpilastele (abi kutsumine ja informeerimine, tegelemine ülejäänud õpilastega).
3. Informeeri toimunust kooli juhtkonda.
4. Kooli juhtkond korraldab juhtunust teatamise lähedastele. NB! Surmateadet ei tohi edastada telefoni teel!
5. Väljasõit katkestatakse ja korraldatakse õpilaste transport kooli tagasi.
6. Kooli direktor korraldab vajaliku järeltöö koolis.

Tuleohutus väljasõidul

Saabumisel tutvu majutuskoha evakuaatsiooniplaanidega ja informeeri õpilasi käitumisest tulekahju korral.

Tulekahju puhkemise korral:

1. Helista 112.
2. Kontrolli, kas kõik õpilased on evakueerunud.
3. Informeeri päästejuhti puuduvatest õpilastest.
4. Informeeri kooli juhtkonda.
5. Meedia suuna päästeameti kõneisiku või kooli direktori poole.
6. Kooli direktor korraldab vajaliku järeltöö kohapeal või koolis.

Võõrad (kolmandad) isikud väljasõidul

1. Kui väljasõidu kinnisele territooriumile saavad kolmandad isikud, proovi välja selgitada nende saabumise põhjus/eesmärk.
2. Vajadusel palu võõrastel lahkuda.
3. Kui võõras käitub ähvardavalt, taga esmajärjekorras õpilaste turvalisus, näiteks suunates kõik õpilased siseruumidesse.
4. informeeri võimalikust ohuallikast politseid numbril 110.

Õpilase kadumine

1. Uuri õpilastelt
 - millal kadunud kaaslast viimati nähti?
 - kus kadunud kaaslast viimati nähti?
 - kas keegi teab, kuhu kadunud õpilane läks?
 - kas keegi teab, miks kadunud õpilane ära läks (konflikt, keegi kutsus vmt)?
 - kas keegi on temaga pärast lahkumist telefoni teel rääkinud?
2. Püüa telefoni teel kadunud õpilasega kontakti saada.
3. Informeeri juhtunust õpilase vanemaid või lähedasi, uuri, kas neil on kadunud õpilase kohta infot.
4. Täpsusta, milline oli kadunud õpilase riietus.
5. Teavita politseid numbril 110 ja tegutse vastavalt politseilt saadud juhistele.
Kui õpilase asukoha ja olukorra kohta puudub ka lapsevanematel või lähedastel info, on õpetaja kohustatud teavitama politseid ka juhul, kui vanem või lähedane ei soovi teavitamist, sest õpilase elu ja tervis võivad olla ohus.
6. Ära mine ise õpilast otsima, kui ülejäänud õpilased jääks järelvalveta.
7. Informeeri kooli juhtkonda.
8. Kontakteeu uuesti kadunud õpilase vanematega või lähedastega ja selgita, mida on õpilase leidmiseks tehtud ja mida veel ette võetakse.
9. Kui kadunud õpilane leitakse, informeeri sellest kõiki osapooli, otsimine katkestatakse.

Liiklusavarii

1. Hinda olukorda ja jaga ülesanded.
2. Võimalusel tee õnnetuspaik teistele liiklejatele nähtavaks.

3. Kui keegi on saanud kannatada, teata kohe häirekeskusesse numbril 112.
4. Anna esmaabi:
 - Elusta,
 - teadvuseta kannatanud pööra külili asendisse ja ava hingamisteed,
 - sulge verejooksud surudes haav käge või riidetombuga kinni,
 - vestle pidevalt kannatanutega, sellega kontrollid nende teadvuselolekut, rahusta, kata soojalt käepäraste vahenditega.
5. Kui puudub otsene vajadus kannatanu bussist välja tõsta, on parem oodata, kuni saabuvad päästeteenistus ja kiirabi; kui kannatanu vajab elustamist, tõsta ta sõidukist välja vaatamata vigastustele, ava hingamisteed ja alusta elustamist.
6. NB! Kui buss on süttinud või vees ja kannatanuid on võimalik välja aidata enda elu ohtu seadmata, tee seda viivitamatult vaatamata vigastustele.
7. Likvideeri oht sõiduki süttimiseks, selleks eemalda võimalusel akut miinusjuhe. Püüa ära hoida igasugune sädeme tekkimise võimalus.
8. Kui buss on juba süttinud, kasuta tulekustutit, see peab olema igas transpordivahendis.

Ujumise turvalisus

1. Tutvu eelnevalt võimaliku ujumiskoha turvalisusega (vee temperatuur, ujumiskoha sügavus, põhi jne).

Uppuja päästmine

Kaldalt

1. Ulata kannatanule mõni ese, näiteks tugev puuoks, aer, lauajupp vm, basseinides võib olla selleks spetsiaalne teivas.
2. Võid heita basseini äärelle, kaile kõhuli ja ulatada abivajajale käge.
3. Kui abivajaja on "käeulatuse" kaugusest väljas, võid heita talle näiteks päästerõnga, -poi, viskeliini vms ja tõmmata kannatanu selle abil kaldale.
4. Kui ei ole päästevahendit, viska käepärane ujuv ese, millele abivajaja saaks toetuda.

vees

1. Abista kannatanut veest, kui vesi on piisavalt madal ja sinu jalad ulatuvad põhja - kui su jalad põhja ei ulatu, võid uppuda koos kannatanuga.
2. Ära mine vette kui vool, hoovus või pehme põhi teevad kannatanu vedamise raskeks.
3. Kui uppuja on kaldast kaugel ja otsustad minna vette, kutsu võimalusel kedagi appi ning lasse tal helistada hädaabinumbril 112. Kui oled üksi, helista enne vette minekut 112.
4. Kui sul on mingi ujuvvahend (nt poi, päästerõngas, plastmassaer vmt), võta see kaasa ja jäta kannatanule lähenedes enda ja tema vahele. Kui ta on saanud ujuvvahendist kinni, vea teda või lasse tal endal kaldale või basseini madalasse otsa ujuda.
5. Kui Sul ei ole ujuvvahendit, mine enne kannatanu haardeulatusse jõudmist talle selja taha, pane käsi tal kaenla alt läbi ja haara kinni ümber rinna. Nii vähendad ohtu, et uppuja sinust kinni haarates sind vee alla tõmbab. Kui nii siiski juhtub, tee kõik endast olenev, et haardest vabaneda. Selleks võid ka jõudu kasutada. Kõige rohkem

kardab uppuja vee alla minekut, mistõttu võid haardest vabanemiseks hetkeks vee alla sukelduda.

6. Kui kannatanu on liikumatu, on ta arvatavasti teadvusetu. Keera kannatanu selili ja vea ta kaldale või basseini madalasse otsa. Jälgi, et vedamise ajal oleks kannatanu hingamisteed veepiirist kõrgemal.
7. Kui kannatanu on teadvuseta või väga raske, tuleb ta veest välja "lohistada". Selleks seisa kannatanu taha, haara tema kaenlaalustest, toetades kannatanu pea oma käevartele. Vältimaks kannatanu libisemist haardest välja, lukusta oma käed kannatanu rinnal ning lohista ta kaldale.

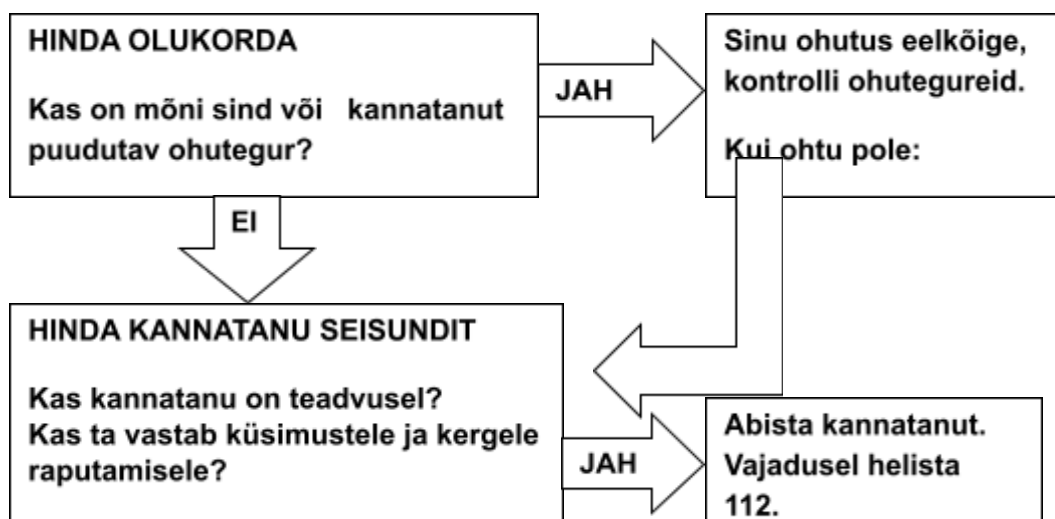
Päästmine jääaugust

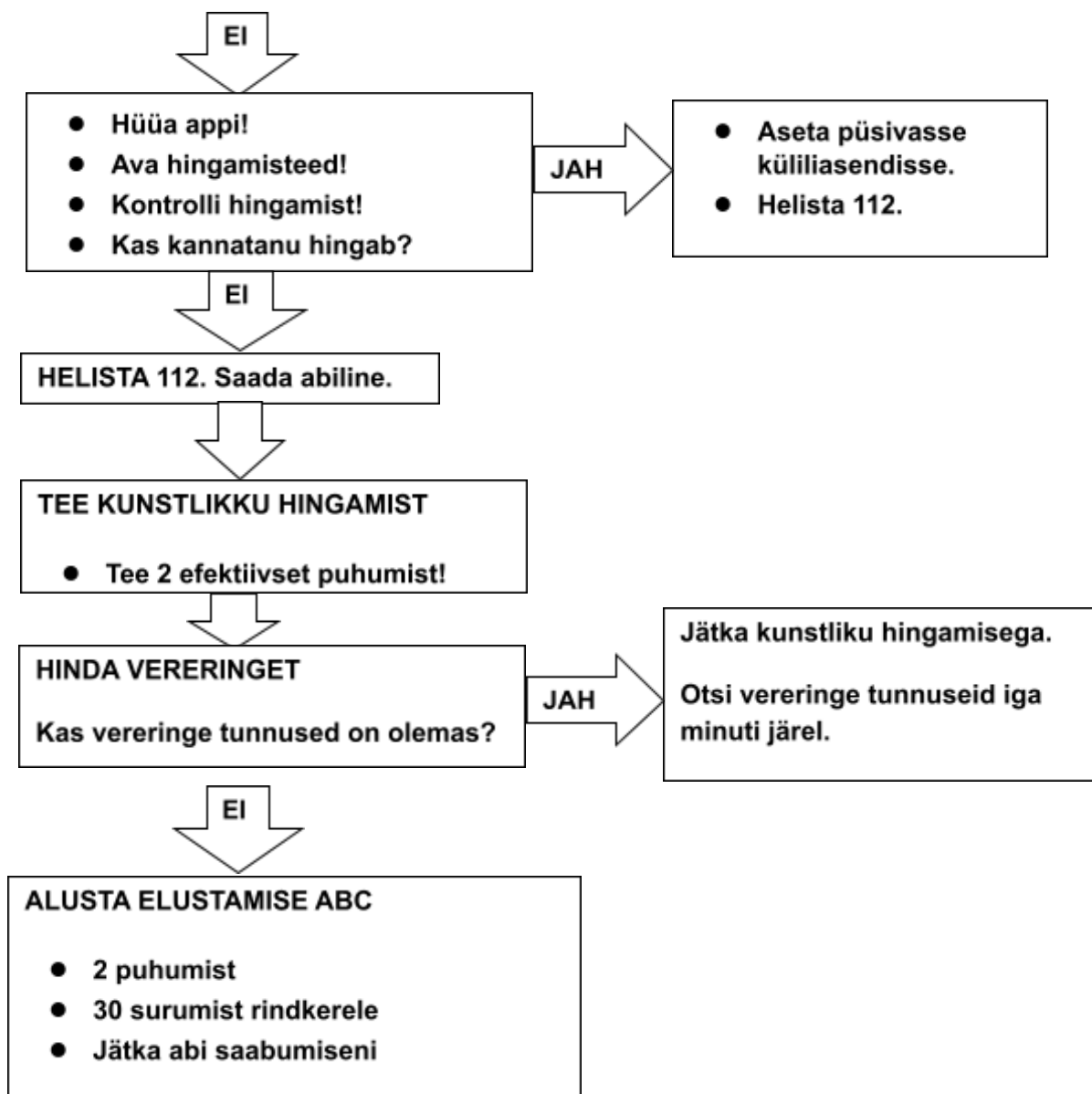
1. Ole rahulik!
2. Helista 112 või lase seda kellegil lähedalolijal teha.
3. Lähene hädasolijale võimalusel tema käidud rada. Kui ta on sinuga samas kaalus, siis on see orientiiriks, kus jää veel kannab.
4. Päästma minnes jälgi jää käitumist. Kui kuuled praksumist, viitab see sellele, et jää ei ole piisavalt tugev.
5. 2-3 meetrit enne jääaugu serva heida kõhuli ja liigu roomates. Selliselt jaotad oma kehakaalu ühtlaselt mööda jääd ja ei vaju ise sisse.
6. Ulata hädasolijale mingi ese (kaasa võetud puuoks, laud, redel jne.), kui muud käepärast ei ole, siis sobib selleks ka sinu jope.
7. Kui hädasolija ei suuda kangestunud sõrmede tõttu abivahendist haarata, siis rooma väga ettevaatlikult talle lähemale ja proovi temast kinni saada.
8. Kui oled hädasolija jääaugu servale saanud, siis ärge tõuske püsti, vaid roomake või rulluge eemale. Juhul kui kannatanu ei suuda roomata, pead teda lohistama.
9. Hoolitse, et saaksite ruttu sooja ja märjad riided seljast ära.

Päästmine jääpangalt

1. Teavita häirekeskust numbril 112.
2. Proovi saada hädasolijaga kontakt ja selgita talle, et abi on teel. Oluline on, et hädasolija ei liiguks jääpangal, sest see võib lagunema hakata.
3. Kui jääpank on piisavalt lähedal, võid proovida hädasolijale ulatada puuoksa, heita nõõri, salli vmt.
4. Kui hädasolija saab sinu ulatatud esemest kinni, siis tõmba ta ettevaatlikult kalda lähedale.
5. NB! Ära proovi jääpangale ujuda, talvises külmas vees jahtud kiiresti ja upud ära.

Esmaabi ABC





Elustamise ABC

Kui kannatanu on võõras ja puudub spetsiaalne kaitsemask, siis suust suhu hingamist ei tehta ja piirdatakse vaid kaudse südamemassaažiga.

A – hingamisteede avamine

- Aseta oma üks käsi kannatanu otsmikule ja painuta tema pead õrnalt tagapoole.
- Eemalda kannatanu suust võõrkehad (hambaproteesid, okse, toit jne.).
- Aseta oma sõrmeotsad kannatanu lõua alla ja tõsta lõug ette-üles.

- Kontrolli, kas kannatanu nüüd hingab.
- Kui kahtlustad lüüsisamba kaelaosa vigastust, ära pead tagapoole kalluta, vaid ava hingamisteed tõstes ainult õrnalt alalõuga.

B – kunstlik hingamine

- Aseta oma üks käsi kannatanu lõua alla ja teine laubale, surudes sellega pea kuklasse ja lõua ette-üles.
- Laubal oleva käe sõrmedega suru kinni tema ninasõõrmed.
- Suru oma avatud suu tihedalt ümber kannatanu avatud suu.
- Puhu õhk ühtlaselt kannatanu suhu ja jälgi, et tema rindkere samal ajal kerkiks.
- Tõsta hetkeks oma pea ja lase kannatanul ise välja hingata.
- Korda sissepuhumist teist korda.

C- kaudne südamemassaaž

- Aseta kannatanu selili kõvale alusele.
- Lasku põlvili kannatanu kõrvale.
- Aseta oma ühe labakäe tüvi kannatanu rinnaku keskele.
- Aseta oma teise labakäe tüvi esimese käe peale ja seo sõrmed omavahel.
- Suru sirgete kätega kannatanu rinnakule nii, et rindkere vajuks 4-5 cm.
- Vajuta nii 30 korda kiirusega umbes 100 survet minutis käsi kannatanu rindkerelt eemaldamata.
- Surve ja survest vabastamise vahekord on 1 : 1.
- Pärast seda tee jälle 2 õhu sissepuhumist kopsudesse.

Jätka elustamist kiirabi saabumiseni või kuni kannatanu hakkab ise hingama ja pulssi on tunda.

Juhul kui kaitsemaski ei ole käepärast ja suust suhu hingamine ei ole elustajale tänapäeva tingimustes turvaline, on parem teha ainult südamemassaaži, kui üldse mitte elustada.

Kannatanu ellujäämise võimalus on suurem ka siis, kui elustatakse ilma kunstliku hingamiseta.

LISA 1 Õppekäigu/väljasõidu registreerimise leht

Klass:

Väljasõidu aeg ja koht:

Kaasas olevad õpejada/täiskasvanud:

Turvalisuse eest vastutav õpetaja:

Turvalisuse eest vastutava õpetaja kontaktandmed:

Õpilaste nimekiri:

Kuupäev:

Turvalisuse eest vastutava
õpetaja allkiri

Juhtkonna kinnitus: