

Sicherheit ist das  
tägliche Ergreifen kleiner  
Vorsichtsmaßnahmen.

Informationen und Hinweise zur Unfallvermeidung und bei Notfällen

## ZU HAUSE UND IN DER FREIZEIT

Ihr eigenes Zuhause kann gefährlich sein. Immerhin ereignen sich zwei Drittel aller Verletzungen zu Hause oder in der Freizeit. Jedes Jahr sterben etwa 400 Finnen bei Verkehrsunfällen und auch die Statistiken bezüglich Ertrinken sind erschreckend. Die häufigste Ursache von Unfällen mit Ertrinken ist Alkohol; Schwimmen und Alkohol passen nicht zusammen.

## RISIKO SCHWERER UNFÄLLE

Im Bereich aller Rettungsdienste gibt es Anlagen, die gefährliche Chemikalien verarbeiten, außerdem werden Gefahrenstoffe per Bahn und Straße transportiert. Falls es zu einem Unfall kommt, warnen die Rettungsdienste alle in der Gegend, stellen Schutzinformationen zur Verfügung und führen gegebenenfalls Evakuierungen aus.



### **Rettungsdienst Länsi-Uusimaa**

Beratung, Zentrale (09) 8162 8699

E-Mail: pelastuslaitos@espoo.fi

Internet [www.lup.fi](http://www.lup.fi)

Diensthabender Brand-Sachverständiger (09) 8162 6815

**Projektteam** Länsi-uusimaa Department for Rescue Services and The Designer Who Loved Me Oy  
**Copywriting** Suunnittelutoimisto Lähde Oy **Layout und Grafikdesign** The Designer Who Loved Me Oy  
**Fotos** Studio Sette **Englische Übersetzung** The English Centre Helsinki Oy

## ERGREIFEN VON SICHERHEITSVORKEHRUNGEN

Haben Sie sich jemals Gedanken darüber gemacht, was Sie bei einem Stromausfall machen würden, der länger als einen Tag dauert, oder falls die Fernwärmeversorgung ausfällt oder die Trinkwasserversorgung unterbrochen wird? Wo kriegen Sie Lebensmittel her, wenn Sie durch Überschwemmungen oder Schneefälle eingeschlossen sind? Diese Broschüre gibt Ihnen Vorschläge, wie Sie sich auf Unterbrechungen oder Notfälle vorbereiten können, die Ihr tägliches Leben betreffen.

## ZIVILSCHUTZ

Die Broschüre gibt Ihnen Informationen und Hinweise für schwerere Notfälle während Zivilschutzmaßnahmen, die dem Schutz von Leben und Eigentum dienen. Setzen Sie sich mit dem Rettungsdienst in Verbindung, um zu erfahren, wo sich der nächste Schutzraum befindet, oder wie Sie einen provisorischen Schutz errichten können.

Medizinische Notfälle	5
Unfälle	11
Brandschutz zu Hause	17
Ein sicheres Zuhause für Kinder	23
Sicherheitstipps für ältere Mitbürger	5
Störungen, die Ihr tägliches Leben beeinträchtigen	26
Besondere Notfälle	29
Regionale Rettungsdienste	33
Partner	38
Tätigen eines Notrufs an 112	39



Bleiben Sie ruhig und  
rufen Sie 112 an,  
wenn Sie sich in einer  
Notsituation befinden.

Stellen Sie sicher, dass Sie die grundlegenden Wiederbelebensmaßnahmen beherrschen. Man braucht nur ein paar Stunden, um diese zu erlernen, sie können aber zwischen Leben oder Tod entscheiden. Frischen Sie Ihre Kenntnisse alle zwei bis drei Jahre auf.



## Medizinische Notfälle

Verletzungen und plötzliche Erkrankungen können überall und jederzeit passieren. In solchen Situationen ist es eventuell schwierig, die nötige Ruhe zu bewahren und ein Opfer korrekt zu versorgen. Es ist trotzdem von entscheidender Bedeutung 112 anzurufen, um den Rettungsdienst zu aktivieren.

## ERSTE HILFE LEISTEN

Der Zweck der Ersten Hilfe ist es, die Atemwege des Opfers frei und die Atmung sowie Blutzirkulation aufrecht zu halten.

1. Schätzen Sie die Lage kurz ein, gewährleisten Sie Ihre eigene Sicherheit und rufen Sie 112 an.
2. Legen Sie die Atemwege des Opfers frei, indem Sie dessen Kinn anheben und den Kopf überstrecken.
3. Prüfen Sie, ob ein bewusstloses oder nicht ansprechbares Opfer atmet. Versuchen Sie die Atemluft auf Ihrer Hand, Ohr oder Wange zu spüren.
4. Beginnen Sie, falls das Opfer nicht atmet, mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung.
5. Bringen Sie das Opfer, falls es ohne Bewusstsein ist, jedoch atmet, in die stabile Seitenlage und halten Sie es warm.
6. Stoppen Sie eventuelle Blutungen, indem Sie mit Ihren Händen auf die Wunde drücken. Heben Sie das verletzte Glied an, und vergewissern Sie sich, dass sich das Opfer hinlegt.
7. Sorgen Sie beim Verdacht von Rückenverletzungen dafür, dass das Opfer den Kopf ruhig hält.

### Bei einem Notfall

- Ruhe bewahren und nachdenken.
- Rufen Sie 112 an.
- Achten Sie auf Ihre eigene Sicherheit und verhindern Sie weitere Verletzungen.
- Leisten Sie Erste Hilfe.
- Weisen Sie den Rettungsdiensten den Weg zur Unglücksstelle.

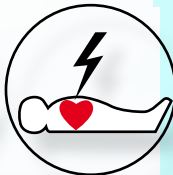
### EINE SCHNELLE REAKTION IST ENTSCHEIDEND



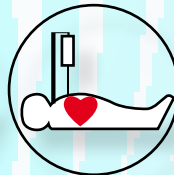
Rufen Sie  
122 an



Sofort mit  
der Herz-  
Lungen-  
Wieder-  
belebung  
beginnen



Es muss so schnell  
wie möglich mit der  
Defibrillation (stop-  
pen des Kammer-  
flimmerns durch  
Stromstöße) be-  
gonnen werden



Erweiterte  
medizinische  
Erste Hilfe

## PLÖTZLICHE ERKRANKUNGEN

### HERZINFARKT (HERZSCHMERZEN)

Rufen Sie sofort 112 an, falls Sie den Verdacht haben, dass jemand einen Herzinfarkt hat.

Ein Herzinfarkt kündigt sich oft mit ungenauen Symptomen an, wenn die Sauerstoffversorgung des Herzens nachlässt. Dies tritt auf, wenn der Blutfluss zum Herzen stoppt oder stark eingeschränkt wird. Eine Herzerkrankung ist die häufigste Ursache von plötzlichem Tod aufgrund eines Herzinfarkts.

Die Überlebenschancen des Opfers hängen davon ab, wie schnell die Rettungsdienste am Ort des Geschehens eintreffen. Die Rettungssanitäter untersuchen das Opfer und beginnen sofort mit der medizinischen Versorgung, bevor das Opfer für die weitere Behandlung ins Krankenhaus gebracht wird.

### Symptome

- Weiträumige Brustschmerzen, die länger als fünf Minuten andauern
- Druck, beklemmendes Engegefühl oder stechende Schmerzen im Brustbereich
- Schmerzen, die in den Arm, den Nacken oder in die Schultern hin ausstrahlen
- Blasse, kühle, schweißnasse Haut
- Kurzatmigkeit, Ängstlichkeit
- unerklärliche Schmerzen im oberen Bauchbereich, Übelkeit und Schwächegefühl (vor allem bei Frauen und bei Diabetikern)

### Erforderliche Maßnahmen

- Patienten ruhig halten.
- Patienten in halb sitzende Position oder (bei Kurzatmigkeit) in eine sitzende, vorwärts gelehnte Position aufrichten.

### Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.sydanliitto.fi](http://www.sydanliitto.fi), [www.terveysportti.fi](http://www.terveysportti.fi),  
[www.emergencyfirstresponce.com](http://www.emergencyfirstresponce.com),  
[www.medicfirstaid.com](http://www.medicfirstaid.com), [www.ecr.edu](http://www.ecr.edu)

## HERZSTILLSTAND

**Wenn das Herz zu schlagen aufhört ist das Überleben eine Sache von Sekunden.**

Während eines Herzstillstands hört das Herz auf zu schlagen. Durch Herz-Lungen-Wiederbelebung können Laien den Blutkreislauf aufrecht erhalten, bis der Rettungsdienst eintrifft. Die Überlebenschancen des Opfers hängen davon ab, wie schnell mit den Wiederbelebungsmaßnahmen begonnen wird.

### Symptome

- Das Opfer reagiert nicht auf Berührung oder Ansprache.
- Das Opfer ist lethargisch und bewegt sich nicht.
- Das Opfer atmet nicht oder stoßweise (Schnappatmung\*).

### Erforderliche Maßnahmen

- Rufen Sie sofort 112 an.
- Machen Sie die Atemwege des Opfers frei und prüfen Sie die Atem- und Luftbewegung.
- Beginnen Sie die Wiederbelebung mit der Herzdruckmassage.
- Beginnen Sie mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung, wenn Sie das Verfahren kennen (30 Brustkompressionen gefolgt von zwei Beatmungen).
- Bringen Sie das Opfer, falls es erbricht, für einen Moment in die stabile Seitenlage. Entfernen Sie eventuelle große Behinderungen im Rachen des Opfers mit den Fingern. Sie dürfen die Wiederbelebung für höchstens 30 Sekunden unterbrechen.
- Setzen Sie die Herzdruckmassage, falls Sie das Erbrochene nicht aus den Atemwegen des Opfers entfernen können, bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes fort.
- Beenden Sie die Wiederbelebung erst, wenn Sie von den Rettungssanitätern dazu angewiesen werden.

### So führen Sie die Herz-Lungen-Wiederbelebung aus

Geben Sie 30 Brustkompressionen gefolgt von zwei Beatmungen. Wenn sich die Brust des Opfers bei den Beatmungen nicht hebt, **DÜRFEN SIE NICHT** mit der Beatmung fortfahren. Das Wichtigste ist es, den Blutkreislauf des Opfers mit den Brustkompressionen aufrecht zu erhalten. Lange Unterbrechungen der Brustkompressionen können zu Hirnschäden führen.

\*Schnappatmung oder stoßweise Respiration ähnelt normaler Atmung, es gibt aber keinen Luftstrom. Schnappatmung tritt bei bis 40% aller Patienten mit Herzstillstand auf.

## HIRNSCHLAG

Ein Hirnschlag wird durch eine Verstopfung oder das Reißen von Blutgefäßen im Gehirn verursacht. Ein plötzlicher Hirnschlag erfordert eine dringende Notfallbehandlung im Krankenhaus. Nur Rettungssanitäter können die Schwere der Situation und die erforderliche Behandlung beurteilen.

Rufen Sie sofort 112 an, auch wenn die Symptome wie Lähmung der Hand oder eines Beines nur vorübergehend waren.

### Symptome

- Sprachprobleme, kloßige Sprache
- Schluckprobleme
- Hängende Unterlippe
- Plötzliche Schwäche oder Taubheit in einem Arm oder Bein
- Sehstörungen, Geisterbild

### Erforderliche Maßnahmen

- **Rufen Sie sofort 112 an.**
- Machen Sie die Atemwege des Opfers frei und bringen Sie es in die stabile Seitenlage.

**Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.stroke.fi](http://www.stroke.fi)

## VERLETZUNGEN

Die meisten Verletzungen, die zu Hause und während der Freizeit auftreten, könnten leicht mit kleinen Vorsichtsmaßnahmen, durch die Beseitigung von Risikofaktoren und durch die Änderung tagtäglicher Abläufe verhindert werden.

Die Wohnung sollte ein sicherer Platz für Personen aller Altersklassen sein. Indem Sie auf Händen und Knien durch alle Räume kriechen, können Sie die Gefahren erkennen, die die Aufmerksamkeit Ihrer Kinder anziehen. Sicherheitstipps für Familien mit kleinen Kindern finden Sie auf Seite 23.

Stürze, Stolpern und Ausrutschen sind die häufigsten Unfallursachen für ältere Personen. Sicherheitstipps finden Sie auf Seite 25.

## NOTFÄLLE IN VERBINDUNG MIT PSYCHISCHEN STÖRUNGEN

Personen mit psychischen Problemen benötigen professionelle Unterstützung und besondere Pflege. Es kann passieren, dass sie den Sinn für die Realität verlieren und selbstzerstörerisch handeln oder nicht in der Lage sind, für sich selbst zu sorgen, und so eine Gefahr für sich und die anderen in ihrem Umfeld darstellen. Rufen Sie in solchen Fällen 112 an.

## VERBRENNUNGEN

Verbrennungen werden nach ihren Ursachen eingeteilt: chemische Verbrennungen, elektrische Verbrennungen, Verbrennungen durch Hitze und Verbrennungen der Atemwege.

Verbrennungen verletzen die Haut und das Gewebe darunter. Durch das Einatmen heißer Gase kann es zu einem lebensbedrohlichen Anschwellen des Rachens und dadurch zu einer Blockade der Atemwege kommen. Sie sollten sofort ärztliche Hilfe aufsuchen, wenn die betroffene Fläche größer als die Fläche Ihrer Hand ist.

### Rufen Sie 112 für Hilfe an

- Wenn die Verbrennung eine große Fläche betrifft oder wenn das Opfer heiße Gase eingeatmet oder eine elektrische Verbrennung erlitten hat.
- Wenn das Opfer große und starke Verbrennungen im Gesicht, an den Händen, Beinen, am Unterleib, Rücken oder im Bereich der Hauptgelenke aufweist.

### Erste Hilfe bei schweren Verbrennungen

- Rufen Sie 112 an.
- Halten Sie die Atemwege des Opfers frei.
- Kühlen Sie Brandwunde für 10 Minuten mit kühlem Wasser.
- Decken Sie das Opfer ab, um Unterkühlung zu vermeiden, wenn der Rettungsdienst nicht innerhalb von 10 Minuten eintrifft.
- Bringen Sie ein Opfer mit Verbrennungen im Gesicht / der Atemwege in eine halbsitzende Stellung.

### Erste Hilfe bei chemischen Verbrennungen

- Sorgen Sie für Ihre eigene Sicherheit und rufen Sie 112 an.
- Entfernen Sie das Opfer von dem Ort, an dem es der gefährlichen Chemikalie ausgesetzt wurde.
- Bitten Sie das Opfer kontaminierte Kleidung auszuziehen. Es besteht das Risiko, dass chemische Dämpfe andere in Gefahr bringen. Bringen Sie das Opfer, falls es bei Bewusstsein ist und laufen kann, zu einer Dusche, damit es sich waschen kann.
- Spülen Sie flüssige Chemikalien für mindestens 20 Minuten von der Haut ab.
- Bürsten Sie pulverförmige Chemikalien von der Haut ab, bevor Sie die Haut abspülen.



## VERGIFTUNGEN

Die häufigsten Vergiftungsursachen zu Hause sind Alkohol, Medikamente, giftige Pflanzen, Chemikalien und Pilze.

Falls das Opfer keine sichtbaren Vergiftungssymptome aufweist und Sie weitere Anweisungen benötigen, rufen Sie den rund um die Uhr besetzten Giftnotruf unter (09) 471 977 oder (09) 4711 an und befolgen Sie die Anweisungen.

### **Medikamentenüberdosis**

Rufen Sie sofort 112 an, falls Sie den Verdacht haben, dass sich jemand wegen einer Medikamentenüberdosierung in Lebensgefahr befindet.

### **Erforderliche Maßnahmen**

- Geben Sie dem Opfer, falls es bei Bewusstsein ist, Kohle-tabletten, sofern diese zur Verfügung stehen.
- Bringen Sie das Opfer, falls es bewusstlos ist, aber normal atmet, in die stabile Seitenlage.
- Sammeln Sie alle Medikamente und Medikamentenverpackungen, die Sie finden können, als Information für den Rettungsdienst.
- Achten Sie darauf, dass das Opfer keinen Alkohol trinkt.

### **Verschlucken giftiger Pflanzen oder Pilze**

Versuchen Sie herauszufinden, welche Pflanze oder welcher Pilz die Vergiftung verursacht hat, bevor Sie Erste Hilfe leisten.

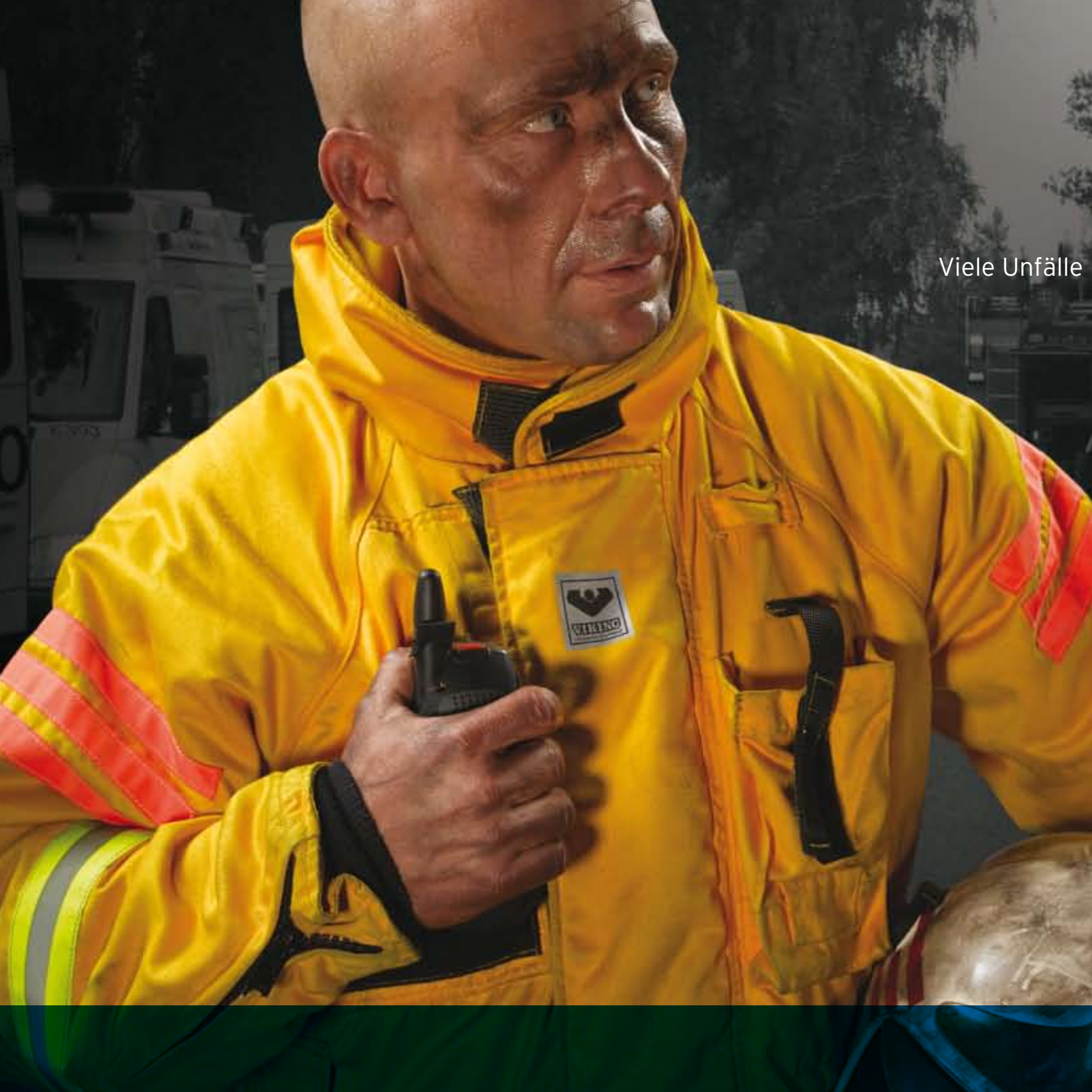
### **Erforderliche Maßnahmen**

- Prüfen Sie, ob das Opfer irgendwelche Pflanzenteile oder Pilze im Mund hat.
- Geben Sie dem Opfer Pflanzenkohle gemäß den Anweisungen auf der Packung.
- Rufen Sie 112 oder den Giftnotruf unter (09) 471 977 oder (09) 4711 an.

## IHR VERBANDSKASTEN SOLLTE FOLGENDES ENTHALTEN

- Kräftiger wasserdichter Beutel oder Schachtel
- Erste Hilfe-Anweisungen
- Latexfreie Schutzhandschuhe
- Beatmungsfolie
- Rettungsdecke
- Zwei Wundschnellverbände
- Zwei elastische Binden
- Zwei Dreieckstücher
- Pflaster
- Klebeband
- Kältepackung
- Zeckenpinzette
- Wundtücher oder Desinfektionsmittel
- Schmerzmittel
- Schlangen-Antiserum
- Pflanzenkohle (bei Vergiftungen)
- Fiebersenkungsmittel (Zäpfchen oder Flüssigkeit bei Fieberkrämpfen)
- Schere

Denken Sie daran, dass es in abgelegenen Gegenden mehr als eine Stunde dauern kann, bis Hilfe eintrifft.



Viele Unfälle



sind vermeidbar.

## Unfälle

Unfälle werden fast immer durch menschliche Faktoren ausgelöst. Ermüdung, Belastung, Stress, Ärger und persönliche Probleme beeinträchtigen unsere Konzentration bei der Arbeit, zu Hause und im Straßenverkehr.

Halten Sie an, wenn Sie an eine Unfallstelle kommen und helfen Sie den Verletzten. Rufen Sie 112 an und weisen Sie den Rettungsdiensten den Weg zur Unglücksstelle. Vergewissern Sie sich, dass Ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse auf dem neuesten Stand sind, damit Sie einem Schwerverletzten helfen können.

## VERKEHRСУNFÄLLE

### **Verkehrsunfälle werden nicht durch schlechtes Wetter verursacht**

Die meisten Verkehrsunfälle werden durch fahrlässige Fahrweise und zu hohe Geschwindigkeit verursacht. Eine große Anzahl von Verkehrsunfällen könnte vermieden werden, wenn die Verkehrsteilnehmer besser aufpassen und daran denken würden, den Sicherheitsabstand zum vorausfahrenden Fahrzeug einzuhalten.

Das Anlegen der Sicherheitsgurte verringert das Verletzungsrisiko erheblich. Wussten Sie, dass durch die bei einem Unfall freigesetzte kinetische Energie ein Erwachsener das Gewicht eines Elefanten erreichen kann? Fahrzeuginsassen, die keinen Sicherheitsgurt angelegt haben und gegen Hindernisse im Fahrzeug geschleudert werden, stellen nicht nur eine Gefahr für sich selber dar, sondern gefährden auch das Leben der anderen Mitfahrer.

### **Sie sollten**

- Die Verkehrsregeln beachten und diese Ihren Kindern beibringen.
- Ein Vorbild für andere sein.
- Tragen Sie einen Schutzhelm beim Fahrradfahren und beim Inlineskaten.
- Bewahren Sie eine Warnweste in Ihrem Auto auf.
- Fahren Sie nicht, wenn Sie wütend sind oder zu wenig geschlafen haben.
- **JEDER KANN HELFEN!**

### **Erforderliche Maßnahmen**

- Anhalten.
- Prüfen Sie die Situation, bevor Sie 112 anrufen.
- Sorgen Sie für Ihre eigene Sicherheit und vermeiden Sie weitere Unfälle. Schalten Sie Ihre Warnblinkanlage ein und legen Sie vor dem Aussteigen Ihre Warnweste an. Bitten Sie andere Verkehrsteilnehmer, die am Unfallort ankommen, den Verkehr zu leiten. Stellen Sie ein Warndreieck in ausreichender Entfernung von der Unfallstelle auf.
- Nähern Sie sich einem Gefahrguttransport, der in Brand geraten ist, in einen Unfall verwickelt wurde oder von der Straße abgekommen ist, erst, wenn dies von der Notrufzentrale genehmigt wurde. Bitten Sie die Notrufzentrale gegebenenfalls um weitere Anweisungen, bevor Sie sich der Unfallstelle nähern.\*
- Zählen Sie die Verletzten und prüfen Sie deren Zustand.
- Bewegen Sie alle Opfer von der Straße oder aus dem beschädigten Fahrzeug, falls die Gefahr besteht, dass sie von vorbeikommenden Fahrzeugen angefahren oder durch Rauch und Feuer in einem brennenden Fahrzeug getötet werden.
- Legen Sie die Atemwege eines bewusstlosen Opfers frei, indem Sie den Kopf überstrecken und dessen Kinn anheben.
- Falls das Fahrzeug mit hoher Geschwindigkeit unterwegs war oder Insassen aus einem fahrenden Fahrzeug geschleudert wurden, haben sie wahrscheinlich Rückenverletzungen erlitten. Stützen Sie den Kopf des Opfers und bitten Sie die Person still zu halten.
- Halten Sie das Opfer warm und trocken.

## WASSERUNFÄLLE

### **Gebrauchen Sie Ihren gesunden Menschenverstand, wenn Sie sich im Wasser oder in der Nähe davon aufhalten**

Jeden Sommer kommt es in finnischen Gewässern zu Ertrinken oder anderen tödlichen Unfällen. Viele der Todesfälle könnten einfach vermieden werden, indem auf Alkohol verzichtet wird, und mit den entsprechenden Schwimm-, Lebensrettungs-, und Navigationskenntnissen.

### **Ergreifen Sie die richtigen Vorsichtsmaßnahmen**

Prüfen Sie vor der Abfahrt den Zustand Ihres Boots und der Ausrüstung. Achten Sie auch auf die aktuellen Wettervorhersagen, um zu verhindern, dass Sie von starken Winden oder einem Gewitter überrascht werden.

Nach finnischem Gesetz müssen alle Segelboote mit einer Länge von mehr als fünf Metern und alle Motorboote mit Schwimmwesten für alle Passagiere, Rudern oder einem Paddel, Anker mit Ankerleine und einem Gerät zum Entfernen von Wasser aus dem Boot ausgerüstet sein. Boote mit Gaskocher, Innenbordmotor, Außenbordmotor mit mehr als 34 PS, brennbaren Flüssigkeiten, Flüssiggas oder einer Batterie müssen mit einem zugelassenen Feuerlöscher ausgerüstet sein. Aktualisierte Seekarten sind auch ein wichtiger Sicherheitsfaktor.

### **Denken Sie daran**

- An Bord immer Schwimmwesten tragen.
- Beachten Sie die gesetzlichen Promillegrenzen.
- Halten Sie die Notrufnummern griffbereit.

### **Verhalten bei einem Unfall mit Gefahr des Ertrinkens**

Verwenden Sie eine Rettungsboje, ein Seil, ein Ruder oder einen Bootshaken, um jemanden im Wasser zu retten. Nähern Sie sich einem Opfer im Wasser von hinten. Andernfalls besteht die Gefahr, dass das Opfer in Panik gerät und Sie unter Wasser zieht.

Eine Person, die unter Wasser gerettet wurde, erbricht normalerweise, da sie Wasser geschluckt hat. Wasser und Erbrochenes können die Atemwege des Opfers blockieren, Sie müssen daher schnell den Rachen frei machen und das Opfer vor der Wiederbelebung in die stabile Seitenlage bringen. Falls das Opfer nur für wenige Minuten unter Wasser war, können Sie vielleicht die Vitalfunktionen mit einer Herz-Lungen-Wiederbelebung wieder herstellen.

Setzen Sie, falls keine Hilfe zur Verfügung steht oder kein Telefon in der Nähe ist, die Herz-Lungen-Wiederbelebung HÖCHSTENS FÜR EINE MINUTE fort, bevor Sie den Notruf tätigen.

Falls Sie das Opfer im Wasser nicht retten konnten und es unter die Oberfläche sinkt, müssen Sie sich genau die Position merken, wo die Person untergegangen ist. Es ist wichtig, dass Sie den Rettungskräften die genaue Position zeigen können.

Rufen Sie bei Notfällen im Meer und Gewässern im Landesinneren 112 an. Bei Notfällen im Meer können Sie auch die Maritime Rettungszentrale unter 0204 1000 anrufen. Die Maritime Rettungszentrale ist für Rettungsaktionen im Meer verantwortlich, während die Verantwortung für Rettungsaktionen in Gewässern im Landesinneren bei den Rettungsdiensten liegt.

## EINBRECHEN IN EIS

### **Bewegen Sie sich nie alleine auf gefrorenen Gewässern**

Fragen Sie sich, bevor Sie sich auf ein gefrorenes Gewässer begeben, ob dies wirklich erforderlich ist, und ob Sie sicher sein können, dass das Eis Sie trägt. Vergewissern Sie sich vor dem Start, dass Sie die folgende Ausrüstung dabei haben: ein Paar Ahlen, ein langer Stock (um die Dicke des Eises zu prüfen), ein zweiter Satz Kleidung, ein Mobiltelefon (wasserdicht verpackt), ein Rettungsseil und eine Rettungsdecke. Denken Sie daran, dass die Ahlen nutzlos sind, wenn Sie sie in ihre Tasche stecken!

Ein Sturz in eiskaltes Wasser kann tödlich sein. Wasser kühlt Ihre Körpertemperatur 25-mal so schnell wie Luft mit der gleichen Temperatur, was bedeutet, dass Sie die Auswirkungen der Unterkühlung innerhalb von Minuten spüren.

### **Falls Sie in Eis einbrechen sollten**

- Bewahren Sie die Ruhe.
- Rufen Sie nach Hilfe oder pfeifen Sie mit einer Pfeife.
- Ziehen Sie sich mit den Ahlen aus dem Wasser. Falls Sie jemanden anderes sehen, der in das Eis einbricht, müssen Sie sich aus der Richtung nähern, wo das Eis am dicksten ist, und die letzten paar Meter kriechen.
- Ziehen Sie, sobald Sie aus dem Wasser kommen, trockene Kleidung an und versuchen Sie sich aufzuwärmen.
- Rufen Sie 112 an.
- Geben Sie der Person, die aus dem Wasser gerettet wurde, etwas von Ihrer eigenen Kleidung und versuchen Sie zu verhindern, dass die Körpertemperatur des Opfers weiter fällt.
- Halten Sie sich still und Ihre Beine in einer erhöhten Position.

Eine Person, die an Unterkühlung leidet, darf nur vorsichtig bewegt werden und darf nicht gerieben oder wieder belebt werden, es darf kein Alkohol verabreicht oder eine warme Dusche oder Sauna gemacht werden. Einer Person, die bei Bewusstsein ist, darf etwas Warmes und Zuckerhaltiges trinken.

## NATURKATASTROPHEN

### **Bewahren Sie Ruhe und denken Sie nach!**

Stürme, starker Regen und Überschwemmungen führen oft zum Bedarf gleichzeitiger Rettungsaktionen, was bedeutet, dass die Rettungsdienste die Opfer nicht alle gleichzeitig erreichen können. Rettungsdienste leisten Unterstützung, wenn es beispielsweise unsichere Dächer gibt oder Bäume auf Gebäude oder Straßen stürzen oder zu stürzen drohen. Bei extremen Witterungsbedingungen sind Rettungsdienste auch mit durch starken Regen verursachte Leitungs- und Wasserschäden beschäftigt. Das Entfernen von Bäumen, die auf Stromleitungen gefallen sind, liegt normalerweise im Verantwortungsbereich der Stromversorgungsunternehmen.

Während Naturkatastrophen erhalten Sie Informationen und Anweisungen über Radio und Fernsehen.

### **Wie Sie sich auf Naturkatastrophen vorbereiten können**

Bleiben Sie ruhig und halten Sie Kerzen und batteriebetriebene Lampen für länger anhaltende Stromausfälle griffbereit.

### **Vergewissern Sie sich, dass Sie Ihr Boot richtig gesichert haben**

Vergewissern Sie sich, dass Sie Ihr Boot gegen starke Winde und heftigen Regen richtig gesichert haben. Ein nicht korrekt gesichertes Boot kann schwere Schäden bei anderen Booten im Anlegebereich verursachen.

### **Erforderliche Maßnahmen**

- Versuchen Sie zu verhindern, dass Hochwasser an Stellen eintritt, wo das Wasser Schäden verursachen kann.
- Vergewissern Sie sich, dass niemand verletzt wurde und dass keine Personen im Gefahrenbereich zurückgelassen wurden.
- Rufen Sie 112 an.
- Verhindern Sie, dass andere Personen den Gefahrenbereich betreten (wie Bereiche mit umstürzenden Bäumen oder unsicheren Blechdächern).

### **Verletzte wilde Tiere**

Es ist unmöglich, alle verletzten wilden Tiere zu retten. Verletzte Tiere gehören zum natürlichen Lebenskreislauf. Rufen Sie 112 an, wenn Sie sich unsicher sind, ob ein Tier Hilfe benötigt.

## NOTFALL-NACHVERSORGUNG

Unfallopfer benötigen oft professionelle Unterstützung, um ihr tagtägliches Leben nach dem Notfall weiterführen zu können. Ein Notfall beeinflusst Opfer, Helfer, Zeugen und die Familienmitglieder der Opfer.

Die Notfall-Nachversorgung hilft bei der Bewältigung des Leids und der Reaktionen, die durch Unfälle, plötzliche Todesfälle und Beinaheunfälle verursacht werden. Sie hilft auch bei Angstzuständen und beim Abbau von Stresssymptomen.

### **Die Notfall-Nachversorgung wird in Finnland durch folgende Stellen geleistet**

- Gesundheitszentren und Krankenhäuser
- Krisengruppen und Krisenzentren
- Arbeitsschutzdienst
- Sozialämter
- Kliniken für psychische Erkrankungen
- Kliniken für Familienberatung
- Kirchengemeinden
- Zentren für Familienberatung
- Opferunterstützung Finnland

Die kommunalen, sozialen und Krisen-Beratungsstellen können auch über die Notrufzentralen durch Anruf von 112 kontaktiert werden.

### **Die kommunalen Beratungsstellen**

Die kommunalen Beratungsstellen bieten Unterstützung bei Problemen in Bezug auf Kinderschutz, psychosozialen Problemen, Drogenmissbrauch, Geldproblemen sowie für Senioren und Behinderte und in dringenden Krisensituationen, auch außerhalb normaler Bürozeiten. Sie können anonym bleiben, die Beratungsstellen stehen allen zur Verfügung, die sich in einer Krisensituation befinden. Enge Familienmitglieder, Nachbarn, Freunde oder Beamte können auch im Auftrag Dritter anrufen. Der Dienst ist kostenlos.

### **HEHU-Team**

Das HEHU-Notfallteam der Evangelisch-Lutheranischen Kirche Finnland unterstützt die Behörden mit psychologischer Hilfe an Unfallstellen.

### **Nationale Beratungsstellen**

Die nationale Beratungsstelle der Finnischen Vereinigung für Psychosoziale Betreuung kann unter 0203 44 55 66 erreicht werden

Mo. 9:00-22:00, Di.-Fr. 9:00-18:00 und So. 15:00-22:00

Krisenvermeidung für Ausländer

(09) 4135 0501 Wochentags 9:00-15:00

Nationale Beratungsstelle der Evangelisch-Lutheranischen Kirche Finnland

01019-0071

So.-Do. 18:00-1:00 und Fr.-Sa. 18:00-3:00

Opferunterstützung Finnland

0203 16116

Unter [www.tukinet.fi](http://www.tukinet.fi) finden Sie eine Online-Krisenberatung. Hier sind Freiwillige beschäftigt, die Ihnen persönliche Unterstützung geben, außerdem können Sie an Diskussionsgruppen teilnehmen.


### **Das finnische Rote Kreuz**

Die Notfalleinheit des finnischen Roten Kreuzes, die Teil des freiwilligen finnischen Rettungsdienstes ist, bietet Unfallopfern psychologische und materielle Hilfe während der ersten Tage nach dem Unglück. Das finnische Rote Kreuz führt, organisiert und schult auch eine Gruppe von Psychologen für Großunfälle und Katastrophen.



Jährlich kommen in Finnland ca. hundert Personen durch Brände um. Diese Zahl ist vergleichsweise viel höher als in anderen westeuropäischen Ländern. Die meisten der Todesfälle durch Feuer werden durch eine Kombination aus Trunkenheit und Fahrlässigkeit verursacht.





Gehen Sie stets vorsichtig mit Feuer um.

## Brandschutz zu Hause

Ein Feuer in einem Wohnhaus wird innerhalb von 2-3 Minuten lebensbedrohlich.

Das Einatmen heißer Gase, die durch brennende Gegenstände wie Möbel, Textilien und Haushaltsgeräte verursacht werden, führt innerhalb von wenigen Minuten zu Bewusstlosigkeit und Tod.

Sie müssen ein brennendes Gebäude so schnell wie möglich verlassen, da heiße Gase die Sicht behindern, was auch in vertrauten Umgebungen zu Verwirrung führen kann. Die sicherste Alternative ist es, auf Händen und Knien aus dem Haus zu kriechen, da die Sicht auf Bodenhöhe am Besten ist.

## IST IHRE WOHNUNG SICHER GENUG?

Achten Sie darauf, dass Ihre Wohnung sicher ist. Eine Brandschutzprüfung kostet nichts und dauert nur ein paar Minuten.

Wenn Sie in einer Wohneinheit mit mehr als fünf Wohnungen leben, müssen Sie sich den Rettungsplan, der von der Wohnungsgesellschaft erstellt wurde, genau ansehen. Besuchen Sie auch die Website Ihres Rettungsdienstes für die neuesten Informationen zur Brandvermeidung und zum Verhalten im Fall von Bränden.

- Vergewissern Sie sich, das Ihr Adressschild beleuchtet ist und von der Straße, die zu Ihrem Haus führt, zu sehen ist.
- Merken Sie sich die Lage des Schalters zum Ausschalten der mechanischen Lüftung. Wenn ein Feuer in Ihrem Haus ausbricht, müssen Sie die Lüftung ausschalten, um zu verhindern, dass die Flammen sich von Raum zu Raum verbreiten. Auch wenn es ein Feuer in der Umgebung gibt, wird so verhindert, dass die heißen Gase in das Haus eindringen und Schäden verursachen.
- Achten Sie darauf, dass die Rauchmelder korrekt funktionieren, richtig positioniert und korrekt installiert sind.
- Bewahren Sie Streichhölzer außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Halten Sie die Ausgänge frei.
- Prüfen Sie den Zustand der Feuerleiter, die eine Flucht von den oberen Stockwerken erlaubt.
- Feuerschutztüren geschlossen halten.
- Prüfen Sie den Zustand der Dachleiter, des Laufstegs und der Wandleiter.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Heizöltank regelmäßig geprüft und gewartet wird.
- Stellen Sie sicher, dass die Feuerstellen oder Abzugsleitungen keine Risse aufweisen und dass sie regelmäßig gereinigt werden.
- Vergewissern Sie sich, dass der Saunaofen auf einem stabilen Sockel steht und allen Brandschutzanforderungen entspricht. Hängen Sie keine Wäschestücke über den Ofen.
- Bewahren Sie keine brennbaren Objekte an den Gebäudewänden, auf dem Dachboden, im Keller oder in der Garage auf.
- Achten Sie auf den einwandfreien Zustand der elektrischen Ausrüstung und Installation, sowie dass diese alle Vorschriften entsprechen.
- Vergewissern Sie sich, dass alle brennbaren Flüssigkeiten, Flüssiggas und andere Gefahrenstoffe korrekt gelagert werden.
- Bewahren Sie keine Behälter mit Flüssiggas im Keller auf. Die Druckregelventile und Gasschläuche müssen jährlich geprüft und die Schläuche mindestens alle fünf Jahre ersetzt werden.
- Achten Sie auf die korrekte Lüftung bei Verwendung von Flüssiggas in Innenräumen.
- Bewahren Sie Lösungsmittel, Lacke, Reinigungsmittel, Desinfektionsmittel, Insektizide, Medikamente und giftige Pflanzen außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Feuerlöschschränke regelmäßig geprüft und gewartet wird.
- Vergewissern Sie sich, dass alle Mitglieder des Haushalts wissen, wie die Feuerlöschschränke verwendet wird, und dass sie in einem Notfall den Weg aus dem Gebäude kennen.

**Weitere Informationen finden Sie unter:**  
[www.spek.fi](http://www.spek.fi)

## PRAKTISCHE ANWEISUNGEN

### **Rauchmelder bieten Schutz bei niedrigen Kosten**

Alle Wohnungen und Ferienhäuser in Finnland müssen mit Rauchmeldern ausgestattet sein. Ein korrekt funktionierender Rauchmelder ist besonders empfindlich gegenüber Rauch, und der laute Signalton warnt die Bewohner und gibt ihnen die nötige Zeit zur Flucht.

Wie alle anderen Geräte im Haushalt muss ein Rauchmelder korrekt gewartet werden und muss, falls er defekt oder unzuverlässig ist, sofort ersetzt werden.

- Prüfen Sie Ihre Rauchmelder jeden Monat. Das Gerät funktioniert korrekt, wenn es beim Drücken der Testtaste piept.
- Sorgen Sie dafür, dass die Rauchmelder staubfrei sind, beispielsweise durch vorsichtiges Absaugen.
- Die Batterien müssen jedes Jahr ersetzt werden, außer es werden besondere Batterien mit einer Lebensdauer von fünf oder zehn Jahren verwendet.
- Wählen Sie ein Datum zum Batteriewechsel, das Sie sich leicht merken können (z.B. den nationalen 112 Tag am 11. Februar).
- Vergewissern Sie sich, dass Sie auch Rauchmelder in Ihrer Ferienwohnung, Ihrem Wohnwagen und Boot haben, und prüfen Sie sie regelmäßig.

### **Installieren eines Rauchmelders**

Vergewissern Sie sich, dass Sie über mindestens einen Rauchmelder pro Stockwerk verfügen. Ein Gerät kann eine Fläche von maximal 60 m<sup>2</sup> abdecken und sie sollten in Schlafzimmern und Räumen installiert werden, die normalerweise zum Verlassen des Gebäudes verwendet werden. Die Eltern- und Kinder-Schlafzimmer sollten alle mit Rauchmeldern ausgestattet sein. Es kann zu Fehlalarmen kommen, falls Sie einen Rauchmelder in der Küche oder zu nahe an einer Dusche oder Sauna installieren. Die Sicherheit kann durch Anschluss der Geräte an die Stromversorgung wesentlich verbessert werden.

### **Wohngebäude mit Feuerstellen sollten auch mit Kohlenmonoxid-Meldern ausgestattet werden**

Da normale Rauchmelder nicht auf Kohlenmonoxid reagieren, sollten Häuser mit Feuerstellen auch mit Kohlenmonoxid-Meldern ausgestattet werden. Ein Kohlenmonoxid-Melder muss, wie auch ein Rauchmelder, am höchsten Punkt der Decke installiert werden.

### **Vergewissern Sie sich, dass Sie die richtige Feuerlöschrüstung griffbereit haben**

Vergewissern Sie sich, dass Sie eine Löschdecke, einen Feuerlöscher und einen Wasserschlauch besitzen, um verschiedene Brandarten in Ihrer Wohnung zu bekämpfen.

Vergewissern Sie sich, dass jeder im Haus weiß, wie ein Feuerlöscher bedient wird. Es handelt sich schließlich um grundsätzliches Wissen.

### **Versuchen Sie nicht brennendes Fett mit Wasser zu löschen!**

Selbst kleine Wassermengen sorgen bei einem Brand in Verbindung mit Fett für eine explosionsartige Verbreitung und heißes Fett kann schwere Verbrennungen verursachen. Löschen Sie Fettbrände durch Unterdrückung des Feuers mit einem Topfdeckel oder einer Löschdecke. Sie können auch andere Arten dicker Decken oder einen Teppich verwenden, wichtig ist, dass sie keine Synthetikfasern enthalten. Denken Sie daran, die Dunstabzugshaube über dem Herd auszuschalten.

### **Versuchen Sie nicht einen elektrischen Brand mit Wasser zu löschen!**

Wasser leitet Strom. Daher ist ein Feuerlöscher die sicherste Methode um einen elektrischen Brand zu löschen. Stecken Sie das brennende Gerät aus oder trennen Sie die Hauptsicherung, bevor Sie mit der Brandbekämpfung beginnen.

**Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.tukes.fi](http://www.tukes.fi)

### **Bereiten Sie einen Rettungsplan vor**

Vergewissern Sie sich, dass jeder im Haus den schnellsten und sichersten Fluchtweg im Falle eines Feuers kennt.

Jeder muss in der Lage sein, sein Schlafzimmer sicher und schnell verlassen zu können. Notausgänge müssen groß genug (zu öffnende Fenster oder ein Balkon, von dem die Feuerwehr die Bewohner retten kann) und dürfen nicht verschlossen sein. Prüfen Sie den Zustand der Feuerleiter regelmäßig.

Eine Wohneinheit mit mehr als fünf Wohnungen muss über einen Rettungsplan verfügen.

### **Flüchten Sie nie in einen rauchgefüllten Raum!**

In einem Wohnblock halten die Trennwände zwischen Wohnungen einem Brand für etwa eine Stunde und die Türen etwa 30 Minuten stand. Wenn Sie ein brennendes Gebäude verlassen, müssen Sie daran denken, die Tür zum Treppenhaus nach sich zu schließen, damit auch die Nachbarn das Haus sicher verlassen können. Versuchen Sie nie über ein rauchgefülltes Treppenhaus zu flüchten.

Falls das Feuer Ihre Wohnung noch nicht erreicht hat, sollten Sie in der Wohnung bleiben, da dies der sicherste Ort im Gebäude ist. Halten Sie Ihre Wohnungstür geschlossen und dichten Sie sie gegebenenfalls mit nassen Handtüchern ab. Rufen Sie 112 an, und erklären Sie, dass Sie in Ihrer eigenen Wohnung gefangen sind.

### **Handeln Sie schnell!**

1. Retten Sie als erstes jene in unmittelbarer Gefahr.
2. Warnen Sie andere Personen im Gebäude und fordern Sie sie zum Verlassen des Gebäudes auf.
3. Schließen Sie vor dem Verlassen des Gebäudes alle Türen und Fenster.
4. Rufen Sie 112 an, wenn Sie sich an einem sicheren Ort befinden.
5. Löschen Sie das Feuer mit einem Feuerlöscher, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen.
6. Begrenzen Sie die Ausbreitung des Feuers, indem Sie Türen, Fenster, Lüftungsöffnungen schließen und die Klimaanlage ausschalten.
7. Leiten Sie die Rettungsdienste zum Brandort und informieren Sie die Retter über eventuell im Gebäude verbliebene Personen.

### **Feuerstellen und Kaminkehren**

Der Gebäudeeigentümer oder Bewohner ist dafür verantwortlich, dass die Feuerstellen in einwandfreiem Zustand gehalten und korrekt verwendet werden. Sorgen Sie dafür, dass Ihre Feuerstellen regelmäßig gekehrt werden und verbrennen Sie nur trockenes und sauberes Holz. Das Verbrennen von Abfall kann die Feuerstelle und die Abzugsleitungen beschädigen und es erhöht die Gefahr eines Kaminbrands.

Gemäß einem Dekret des finnischen Innenministers muss der Gebäudeeigentümer oder Bewohner sicherstellen, dass das gesetzlich vorgeschriebene Kehren ausgeführt wird.

Feuerstellen und deren Abzugsleitungen müssen jedes Jahr gekehrt werden. Feuerstellen und Abzugsleitungen in privaten Ferienwohnungen und deren Saunen müssen alle drei Jahre gekehrt werden. Gegebenenfalls müssen die Brennräume und Heizflächen von zentralen Warmwasserbereitern und Konvektoren öfters gereinigt werden.

**Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.nuohoojat.fi](http://www.nuohoojat.fi), [www.tukes.fi/en](http://www.tukes.fi/en)

### **Gefahrgut**

Lösungsmittel, Lacke, Kraftstoffe oder Gasflaschen dürfen nicht in den Lagerräumen von Wohneinheiten aufbewahrt werden.

### **Flüssiggas**

Flüssiggas ist hochentzündlich. Außerdem entsteht durch die unvollständige Verbrennung von Flüssiggas Kohlenmonoxid, was sehr gefährlich ist. Flüssiggas darf nie in Kellerräumen gelagert werden und bei Verwendung in Innenräumen muss auf die korrekte Lüftung geachtet werden.

### **Feuerwerke und offenes Licht**

Kontrollieren Sie auf den Internetseiten Ihrer Gemeinde und Rettungsdienste die neuesten Vorschriften hinsichtlich Feuerwerke und offenem Licht. Denken Sie daran, die Beschränkungen bei Waldbrandgefahr zu beachten!

Das Verbrennen von Abfällen ist verboten. Gartenabfälle können unter bestimmten Bedingungen verbrannt werden, unter der Voraussetzung, dass keine Rauchbelästigung oder Brandgefahr verursacht wird. Setzen Sie sich für weitere Informationen zur Entsorgung Ihrer Gartenabfälle mit Ihrer Gemeinde in Verbindung.


### **Kerzen**

Kerzen müssen immer auf eine feuerfeste Unterlage gestellt werden, in ausreichendem Abstand von Vorhängen und anderen Textilien. Stellen Sie nie Kerzen zu dicht nebeneinander und lassen Sie sie nie unbeaufsichtigt. Outdoorkerzen dürfen nie auf Balkonen angezündet oder auf brennbare Flächen wie Holztreppe gestellt werden.





Sorgen Sie dafür, dass Ihr Zuhause kindersicher ist. Indem Sie auf Händen und Knien durch alle Räume kriechen erkennen Sie die Gefahren, denen Ihre Kinder ausgesetzt sind, und wie sie ihre Umgebung wahrnehmen.



Erwachsene sind für die Sicherheit  
ihrer Kinder verantwortlich.

## Ein sicheres Zuhause für Kinder

Die meisten Todesfälle von Kindern und Jugendlichen in Finnland werden durch Unfälle im Haushalt verursacht. Es liegt in der Verantwortung der Eltern, für die Sicherheit ihrer Kinder zu sorgen.

## SORGEN SIE FÜR EINE SICHERE WOHNUNG

Bringen Sie Steckdosensicherungen an, bewahren Sie Medikamente, giftige Stoffe und Pflanzen sowie scharfe Gegenstände außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Kaufen Sie Schutzgitter, versehen Sie Fenster und Türen mit Sicherheitsschlössern und bringen Sie Schutzverkleidungen am Herd an. Dies sind die wichtigsten Maßnahmen, um die Sicherheit von Kindern bis 3 Jahren zu gewährleisten.

- Bringen Sie Ihren Kindern bei, wie sie sich bei einem Feuer verhalten müssen. Vergewissern Sie sich, dass sie einen sicheren und -schnellen Weg ins Freie kennen. Bringen Sie ihnen bei, wie sie 112 für Hilfe anrufen können.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihre Kinder ihre Adresse auswendig kennen.
- Bringen Sie Ihren Kindern die Verkehrssicherheitsregeln bei.
- Seien Sie ein Vorbild für Ihre Kinder. Wenn Sie die Regeln missachten, machen Ihre Kinder das gleiche.
- Bringen Sie Ihren Kindern bei, Schutzausrüstung bei ihren Hobbys zu tragen. Ein Helm, Handgelenkschützer, Knie- und Ellbogenschützer helfen, Ihre Kinder vor schweren Verletzungen beim Inlineskaten, Skateboarden, BMX und anderen Hobbys zu bewahren.
- Achten Sie auf die Sicherheit Ihrer Kinder, wenn sie auf einem Trampolin spielen.
- Bringen Sie Ihren Kindern bei einen Fahrradhelm zu tragen. Er schützt sie vor tödlichen Verletzungen und schweren Gehirnverletzungen.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihre Kinder im Dunkeln gesehen werden können. Reflektoren bieten einen wirksamen Schutz für Personen aller Alterstufen.
- Bewahren Sie Haushaltsgeräte, heiße Töpfe, giftige Reinigungsmittel und scharfe Gegenstände außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Bewahren Sie Streichhölzer außerhalb der Reichweite Ihrer Kindern auf und erklären Sie, warum es gefährlich ist mit Feuer zu spielen.
- Bringen Sie Ihren Kindern bei, 112 anzurufen, um Hilfe zu rufen, wenn sie oder Freunde verletzt sind, Gefahr des Ertrinkens, Erstickens oder Einschließens wegen eines Feuers besteht.
- Warnen Sie Ihre Kinder vor den Gefahren des Straßenverkehrs, von Baustellen, Wäldern, Küsten, Straßen oder anderen unbeobachteten Orten in der Gegend. Stellen Sie eindeutige Regeln auf, was Ihre Kinder tun dürfen und was nicht, wenn sie im Freien spielen.

### **Lassen Sie Kinder nie unbeaufsichtigt, wenn sie sich in der Nähe von Wasser befinden**

Kinder, die nicht richtig schwimmen können, dürfen NIE ohne Aufsicht ihrer Eltern in Wasser beliebiger Tiefe steigen. Badeunfälle auf finnischen Stränden haben gezeigt, dass es nicht möglich ist, ein Kind zu retten, das mehr als ein paar Meter entfernt ist. Eltern sind immer für die Sicherheit ihrer Kinder, die am Strand spielen, verantwortlich.

### **Immer eine Schwimmweste tragen**

Bringen Sie Ihren Kindern bei, an Bord von Booten immer eine Schwimmweste zu tragen, und vergewissern Sie sich, dass sie die Sicherheitsanweisungen kennen. Sie können bereits einem Kind im Schulalter beibringen, wie jemand mit einem Seil, einer Rettungsboje, einem Ruder oder einem Bootshaken gerettet wird. Weitere Informationen finden Sie unter: [www.viisaastivesilla.fi](http://www.viisaastivesilla.fi)

## BRINGEN SIE IHREN KINDERN BEI, WIE MAN RICHTIG UM HILFE RUFT

### **Bei einem Notruf müssen Sie:**

1. Ihren Namen und genaue Adresse angeben
2. Erklären was passiert ist: Feuer, plötzliche Erkrankung oder andere Art von Unfall
3. Alle Fragen beantworten
4. Das Telefon erst auflegen, wenn Sie dazu aufgefordert werden

### **Das Wichtigste ist es, sich die Notrufnummer 112 zu merken!**

Erste-Hilfe-Kenntnisse  
können das Leben  
Ihres Kindes retten.



# Sicherheitstipps für ältere Mitbürger

Bis zu 80% aller Unfälle, die ältere Personen erleiden, sind Stürze. Ein Sturz kann für eine ältere Person tödliche Folgen haben. Viele der Unfälle, die ältere Personen erleiden, könnten durch Verbesserung der Sicherheit im Haus und durch Optimierung tagtäglicher Abläufe sowie besserer Bewegungsräume, vor allem in Küche und Bad, verhindert werden.

## SIE KÖNNEN STÜRZE VERHINDERN, INDEM SIE

- das Licht einschalten, wenn Sie nachts auf die Toilette gehen müssen.
- langsam aus dem Bett aufstehen, um Schwindel zu vermeiden.
- rutschfeste Socken tragen.
- auf lose Teppiche und Teppichkanten achten.
- rutschfeste Matten auf den Badezimmerboden und in die Duschwanne legen und rutschfeste Unterlagen verwenden.
- die Toilette mit Haltegriffen und die Badewanne mit einem Sitz ausstatten und Griffstangen an den Badezimmerwänden anbringen.
- tagtägliche Gebrauchsgegenstände auf unteren Regalbrettern griffgünstig lagern und einen stabilen Klapptritt für die Küche kaufen.
- geeignete Schuhe tragen (wie Schuhe mit rutschfesten Sohlen) wenn Sie auf rutschigen oder eisigen Flächen laufen.
- nicht auf Treppen, zum Telefon oder zur Tür rennen.
- die Batterien der Rauchmelder jedes Jahr ersetzen, außer Sie verwenden Batterien mit einer Lebensdauer von fünf oder zehn Jahren.
- einen Rauchmelder mit Batteriegehäuse für Wandmontage installieren: Hierdurch wird der Batteriewechsel vereinfacht.
- die Rauchmelder an die Stromversorgung anschließen.

**Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.kotitaturma.fi](http://www.kotitaturma.fi)

## RUFEN SIE SO SCHNELL WIE MÖGLICH UM HILFE - 112 ANRUFEN IST IMMER DIE RICHTIGE ENTSCHEIDUNG

Rufen Sie sofort 112 an, falls Sie Herzschmerzen haben und sich schwach und unwohl fühlen und warten Sie nicht darauf, dass die Symptome verschwinden. Bitten Sie gegebenenfalls Ihre Nachbarn um Hilfe oder rufen Sie um Hilfe.

HALTEN SIE DIE LEITUNG FREI nach dem 112-Anruf. Der Rettungsdienst ruft Sie eventuell zurück, um Sie nach weiteren Informationen zu Ihrem Zustand zu fragen.

### Denken Sie daran!

- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Namensschild gut sichtbar und beleuchtet ist.
- Halten Sie die Notrufnummer 112 und Ihre Aufenthaltsadresse griffbereit.
- Verwenden Sie nur Sicherheitsschlösser, die von Hausmeistern geöffnet werden können. Andernfalls wird nur das Eintreffen der Rettungsdienste verzögert.
- Halten Sie Ihre Medikamentenliste, die aktuellen Arztberichte und EKGs für den Rettungsdienst griffbereit.

Mit dem Alter werden Sie weiser  
- und anfälliger für Verletzungen

# Versorgungsunterbrechungen beeinflussen Ihr tägliches Leben

## **Gehen Sie vorsichtig mit Feuer um**

Lassen Sie nie ein offenes Feuer oder auch nur eine kleine Kerze für eine Sekunde unbeaufsichtigt. Stellen Sie sicher, dass die Rauchmelder in Ihrem Haus korrekt funktionieren. Sie sind schließlich billig, wirksam und könnten Ihr Leben im Falle eines Feuers retten. Weitere Informationen über Brandschutz zu Hause und die korrekte Verwendung von Rauchmeldern finden Sie auf Seite 17.

## **Brandschutz in der eigenen Wohnung**

- Halten Sie die Arbeitsflächen in der Küche frei. Lebensmittelreste, Küchentücher und Plastikschalen können leicht ein Feuer auslösen.
- Lassen Sie Geschirrspülmaschinen oder Waschmaschinen nicht unbeaufsichtigt laufen.
- Ersetzen Sie alte und defekte Haushaltsgeräte.
- Stellen Sie keine Pflanzen, Deckchen oder andere entzündliche Gegenstände auf Fernsehgeräte. Das Gießen der Blumen kann zu einem Kurzschluss führen, was seinerseits dazu führen kann, das Feuer im Fernsehgerät ausbricht. Ein Deckchen kann die Lüftungsöffnungen des Fernsehgeräts verdecken und eine Überhitzung verursachen.
- Rüsten Sie Ihre Haushaltsgeräte mit Zeitschaltuhren aus, damit sie sich automatisch ausschalten.
- Trocknen Sie keine Kleidungsstücke auf elektrischen Heizgeräten oder auf Saunaöfen.
- Vergewissern Sie sich, dass sich alle Elektrogeräte und die Elektroinstallation in Ihrem Haus in einwandfreiem Zustand befinden.
- Verwenden Sie keine Nachttischlampen mit Klemmbefestigung.  
Eine heiße Lampe kann leicht ein Feuer auslösen, wenn sie auf das Bett fällt.

### **Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.spek.fi](http://www.spek.fi), [www.redcross.fi](http://www.redcross.fi), [www.redcross.fi/en\\_GB/](http://www.redcross.fi/en_GB/)

Die folgenden praktischen Informationen helfen Ihnen, mit plötzlichen Unterbrechungen der Wasser- und Stromversorgung umzugehen.

## **Verhalten bei Ausfall der Trinkwasserversorgung**

Halten Sie immer ein paar Wasserflaschen und nachfüllbare Wasserbehälter griffbereit. Drehen Sie bei Ausfall der Trinkwasserversorgung die Wasserhähne zu, holen Sie Wasser von einer Verteilungsstelle, füllen Sie die Behälter und rationieren Sie den Wasserverbrauch. Prüfen Sie die Waschmaschine, drehen Sie den Hahn zu und unterbrechen Sie gegebenenfalls das Waschprogramm.

## **Verhalten bei einem Stromausfall**

Halten Sie immer eine Taschenlampe, ein batteriebetriebenes Radio, Reservebatterien, Kerzen und Streichhölzer bereit.

Vergewissern Sie sich, dass niemand im Lift eingesperrt ist, und dass der elektrische Saunaofen ausgeschaltet ist. Schalten Sie alle Haushaltsgeräte aus, drehen Sie die Herdknöpfe auf 0 und decken Sie die Tiefkühltruhe mit Decken ab. Öffnen Sie die Tiefkühltruhe nur wenn nötig.

## **Verhalten bei Ausfall der Heizung**

Die beste Vorbereitung für einen Ausfall der Heizungsversorgung ist es, alle Mitbewohner mit warmen Wollsocken und Pull-overn auszustatten. Schalten Sie alle Lüftungsanlagen aus und schließen Sie alle Türen, Fenster und Lüftungsöffnungen. Schützen Sie alle Bereiche, bei denen Beschädigung droht, wie z.B. Wasserrohre, und beschränken Sie den Warmwasserverbrauch.

## **Vermeiden von Wasserschäden**

- Prüfen Sie die Anschlussschläuche und die Absperrventile Ihrer Waschmaschinen regelmäßig.
- Merken Sie sich die Lage des Haupt-Absperrventils, damit Sie wissen, wo Sie das Wasser abstellen können.
- Halten Sie die Bodenabläufe frei und sauber.

- Lassen Sie Waschmaschinen oder Geschirrspülmaschinen nicht unbeaufsichtigt und schließen Sie nach der Verwendung IMMER das Absperrventil.

#### **Falls Wasserschäden eintreten**

- Versuchen Sie das Ausmaß der Beschädigung zu begrenzen und das Leck zu verschließen.
- Schließen Sie Türen zu anderen Teilen des Gebäudes.
- Schalten Sie gegebenenfalls die Hauptsicherung aus.

#### **HALTEN SIE IMMER EINEN LEBENSMITTELNOTVORRAT BEREIT!**

Stellen Sie sicher, dass ein ausreichender Vorrat an Lebensmitteln und anderen wesentlichen Sachen für Notfälle bereitsteht. Hierzu gehören Medikamente, Hygieneartikel, Windeln, ein batteriebetriebenes Radio, eine Taschenlampe, Batterien, Kerzen und Streichhölzer. Der Vorrat muss den Bedarf der gesamten Familie für einen Zeitraum von bis zu einer Woche decken.

#### **Notvorrat einer Person für eine Woche**

- 0,5 kg Kartoffeln
- 0,5 kg Reis und Nudeln
- 0,5 kg Zucker
- 16 l Getränke & Wasser und 1 kg Süßigkeiten
- 1,5 kg Brot und andere Getreideprodukte
- 1,3 kg Milch und Milchprodukte
- 1 kg Obst und Beeren
- 1,5 kg Gemüse
- 1 kg Fleisch, Fisch, Huhn und Eier
- Trinkwasser

Denken Sie daran, den Vorrat regelmäßig aufzubreuchen und wieder aufzufüllen und denken Sie an die besonderen Bedürfnisse von Kindern, älteren Mitbewohnern und Kranken!

Sie können  
Versorgungsunterbrechungen  
nicht immer vermeiden  
- Sie können sich jedoch  
darauf vorbereiten.

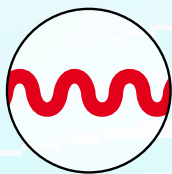


Halten Sie sich bei Katastrophenfällen an die Anweisungen,  
die von den Behörden gegeben werden.



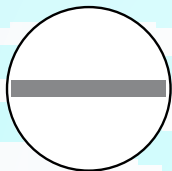
## Katastrophenfälle

Bewahren Sie bei Großunfällen oder Atomunfällen die Ruhe und befolgen Sie die Anweisungen, die von den Behörden im Fernsehen oder Radio gegeben werden. Hören Sie Radio und seien Sie vorbereitet.



### Allgemeines Alarmsignal

Das allgemeine Alarmsignal warnt die Öffentlichkeit vor einer unmittelbaren Gefahr. Es handelt sich um einen einminütigen, regelmäßig an- und abschwellenden Ton, oder eine Warnung der Behörden, die über Lautsprecher übertragen wird. Der an- und abschwellige Ton dauert jeweils sieben Sekunden.



'Entwarnung' wird mit einem einminütigen Dauerton gegeben. Hiermit wird darauf hingewiesen, dass die Bedrohung oder Gefahr vorüber ist.



Ein Tonsignal mit einer Dauer von ca. sieben Sekunden stellt einen Alarmtest dar, es sind keine Schutzmaßnahmen erforderlich.

### Erforderliche Maßnahmen beim Ertönen des allgemeinen Alarms

- Gehen Sie in geschlossene Räume und bleiben Sie dort.
- Schließen Sie alle Türen, Fenster und Lüftungsöffnungen und schalten Sie alle Lüftungsanlagen aus.
- Verschließen Sie alle Öffnungen mit Plastikfolie und Klebeband, um zu verhindern, dass radioaktive Gase und Partikel in das Gebäude eindringen können.
- Bewahren Sie die Ruhe, hören Sie Radio und warten Sie auf weitere Anweisungen.
- Verwenden Sie nicht das Telefon. Die Leitungen könnten überlastet werden.
- Verlassen Sie die Gegend nur, wenn Sie von den Behörden dazu aufgefordert werden.

Die Anweisungen stehen auch auf der Teletext-Seite 868 des finnischen Fernsehens und auf den ersten Seiten Ihres Telefonbuchs zur Verfügung.

## KATASTROPHENFÄLLE

### Großunfall

Ein Großunfall ist ein Unfall, bei dem es zahlreiche tote oder verletzte Personen gibt. Der daraus folgende Schaden von Umwelt und Eigentum oder die Art des Ereignisses werden als besonders schwerwiegend betrachtet.

Großunfälle können durch Verkehrsunfälle, Brände, Explosionen, Unfällen in Atomkraftwerken, bewaffnete Konflikte, Strahlungsunfälle und chemische Unfälle verursacht werden, ausgelöst durch Gefahrgut, Naturkatastrophen, ansteckende Krankheiten oder Ausbrüche von Krankheiten, die über das Trinkwasser verbreitet werden.

Ein Großunfall kann Menschenleben gefährden, er kann aber auch eine unmittelbare Umweltschädigung bewirken. Manchmal lässt sich das Ausmaß der Umweltschädigung erst viel später erkennen.

Beim Eintreten eines Notfalls kann auf Grundlage des Notstandsgesetzes ein Dekret erlassen werden, welches der finnischen Regierung besondere Vollmachten verleiht.

### Atomunfälle

Durch einen schweren Unfall in einem Atomkraftwerk in Finnland oder einem Nachbarland kann es zu einem gefährlichen Anstieg der Strahlung kommen. Für Personen, die mehr als 20 km von der Unglücksstelle entfernt sind, reicht es aus, in Gebäuden zu bleiben, die erforderlichen Vorsichtsmaßnahmen zu ergreifen und Jodtabletten einzunehmen.

Ein allgemeines Alarmsignal warnt die Öffentlichkeit, anschließend werden Anweisungen zum Schutz der allgemeinen Öffentlichkeit im Fernsehen, im Radio und über andere Medien (Seite 31) übertragen.

Bewahren Sie immer Jodtabletten in Ihrem Arzneimittelschrank auf. Sie verhindern, dass das radioaktive Jod, das nach einem Atomunfall in die Luft freigesetzt wird, von Ihrer Schilddrüse aufgenommen wird. Nehmen Sie Jodtabletten nur, wenn Sie von den Behörden dazu aufgefordert werden.

**Weitere Informationen finden Sie unter:** [www.stuk.fi](http://www.stuk.fi)

### Schutz in Gefahrensituationen

Die erste Maßnahme ist, in geschlossenen Räumen zu bleiben, die erforderlichen Vorsichtsmaßnahmen zu ergreifen und Radio zu hören, um weitere Anweisungen zu erfahren. In den meisten Fällen sind Schutzmaßnahmen nur für ein paar Stunden oder höchstens einen Tag erforderlich.

## ZIVILSCHUTZ



### Allgemeiner Zivilschutz

Es liegt in der Verantwortung der Behörden, die wichtigsten Funktionen der Gesellschaft aufrecht zu halten. Der Zweck des Zivilschutzes ist es, das Leben und Eigentum der Menschen zu schützen, sich auf Notfälle vorzubereiten und sicherzustellen, dass die Rettungsdienste ihre Aufgaben ausführen können.

### Vorsichtsmaßnahmen

Hauseigentümer und Mieter, Regierungsbehörden, Unternehmen und Gesellschaften müssen über eigene Rettungspläne verfügen. Die Pläne müssen beschreiben, wie ein Notfall vermieden werden soll, und was in einem Notfall zu tun ist.

### Schutzräume

Ein einsatzbereiter Schutzraum ist ein Gebäude oder Raum, der dafür vorgesehen ist, der Öffentlichkeit Schutz gegen die Bedrohung durch Gas oder giftige Lecks, bewaffnete Angriffe, radioaktiven Niederschlag oder einer ähnlichen Gefahr zu bieten. Der Eigentümer des Schutzraumes ist für die Wartung verantwortlich und muss diesen innerhalb von 24 Stunden einsatzbereit machen.

Eine Wohneinheit kann über einen eigenen Schutzraum verfügen oder einen Schutzraum mit anderen Wohneinheiten teilen. Ein öffentlicher Schutzraum ist für lokale Einwohner und andere Personen gedacht, die sich zum Zeitpunkt des Unglücks in der Gegend aufhalten. Es gibt normalerweise in ländlichen Gegenden oder Gegenden mit vorwiegend Einzelhäusern keine Schutzräume. In diesen Gegenden müssen die Einwohner die erforderlichen Vorsichtsmaßnahmen selbst ergreifen.

### Folgende Artikel sollten Sie in einen Schutzraum mitnehmen

- Persönliche Hygieneartikel
- Bequeme Kleidung, eine Schlafmatte, eine Decke oder Schlafsack und ein Kissen
- Lebensmittel und Trinkwasservorrat für zwei Tage
- Besteck und einen Dosenöffner
- Bücher, Zeitschriften, Spiele und Spielzeug
- Eine Taschenlampe, Batterien, Papierhandtücher und Plastikbeutel
- Ihre Medikamente!

### Evakuierung

Evakuierung bedeutet die Bewegung der gesamten Bevölkerung oder von Teilen der Bevölkerung aus einem bedrohten Bereich mit Aufnahme und Niederlassung der Bevölkerung in einem sicheren Bereich mit Sicherstellung der Überlebensbedingungen der Bevölkerung und der Vitalfunktionen der Gesellschaft während der Evakuierung. Eine Evakuierung wird unter Anleitung der Behörden ausgeführt.

Bleiben Sie in geschlossenen Räumen und treffen Sie die erforderlichen Vorsichtsmaßnahmen. Gehen Sie nur dann zum Schutzraum, wenn Sie von den Behörden dazu aufgefordert werden!

Schalten Sie das Radio ein!

## ÖLVERSCHMUTZUNG UND CHEMIEUNFÄLLE

### **Alte Öltanks können gefährlich sein**

Alle Öltanks, sowohl über- als auch unterirdisch, müssen alle 5-10 Jahre repariert werden. Immerhin ist der Grundstückseigentümer immer für die Tanks und die Umweltschäden, die sie verursachen, verantwortlich.

Selbst kleine Undichtigkeiten sind ernst zu nehmen. Das Öl sickert durch den Erdboden, vor allem in Einschnitte für erdverlegte Ablaufleitungen, Kabel, Wasser- und Abwasserleitungen. Durch das Durchdringen von Trinkwasserleitungen aus Kunststoff kann es auch das Trinkwasser kontaminieren.

Ausgelaufenes Öl muss mit Torf, Sägespänen oder Ölbindematten aufgenommen werden. Rufen Sie sofort den Rettungsdienst unter 112 an, wenn Sie ein Ölleck feststellen.

### **Faktoren, die das Risiko einer Ölundichtigkeit vergrößern**

- Die Pegelanzeige ist defekt oder fehlt komplett
- Der Tank besitzt eine quadratische Form (üblich in den 60-er und 70-er Jahren)
- Kleine Entlüftungsleitungen (bei Tanks mit einem Fassungsvermögen von weniger als 5.000 l)
- Die Entlüftungsleitung verfügt über eine Pfeife als Füllalarm
- Die Entlüftungsleitung ist defekt oder verstopft
- Sauerer Boden
- Das letzte Inspektionsdatum ist unbekannt

### **Unternehmen Sie die folgenden Schritte, wenn Sie eine Umweltverschmutzung durch Öl feststellen**

- Warnen Sie die Personen in der Gegend.
- Verhindern Sie, dass das Öl in die Abwasserleitungen und das Oberflächenwasser eintritt.
- Rufen Sie 112 an.
- Verhindern Sie eine Funkenbildung und stellen Sie sicher, dass es kein offenes Feuer in der Gegend gibt.
- Weisen Sie den Rettungsdiensten den Weg zur Unglücksstelle.

### **Chemikalien und anderes Gefahrgut**

Ein allgemeines Alarmsignal warnt die Öffentlichkeit, wenn es zu einem Unfall mit Chemikalien oder anderem Gefahrgut wie Chlor, Ammoniak und Schwefeldioxid gekommen ist. Bleiben Sie, wenn Sie den Alarm hören, in geschlossenen Räumen, ergreifen Sie die erforderlichen Vorsichtsmaßnahmen und beachten Sie die im Radio gesendeten Anweisungen.

### **Erforderliche Maßnahmen**

- Bleiben Sie, wenn Sie sich in einem Gebäude befinden, auf dem höchsten Stockwerk. Atmen Sie gegebenenfalls durch ein feuchtes Tuch. Schalten Sie das Radio ein und achten Sie auf weitere Anweisungen.
- Bewegen Sie sich, falls Sie sich im Freien befinden, quer zum Wind durch die Chemikalienwolke zu einer Position oberhalb der Unfallstelle (z.B. auf einen Hügel). Schützen Sie gegebenenfalls Ihre Atmung.

### **Weitere Informationen finden Sie unter:**

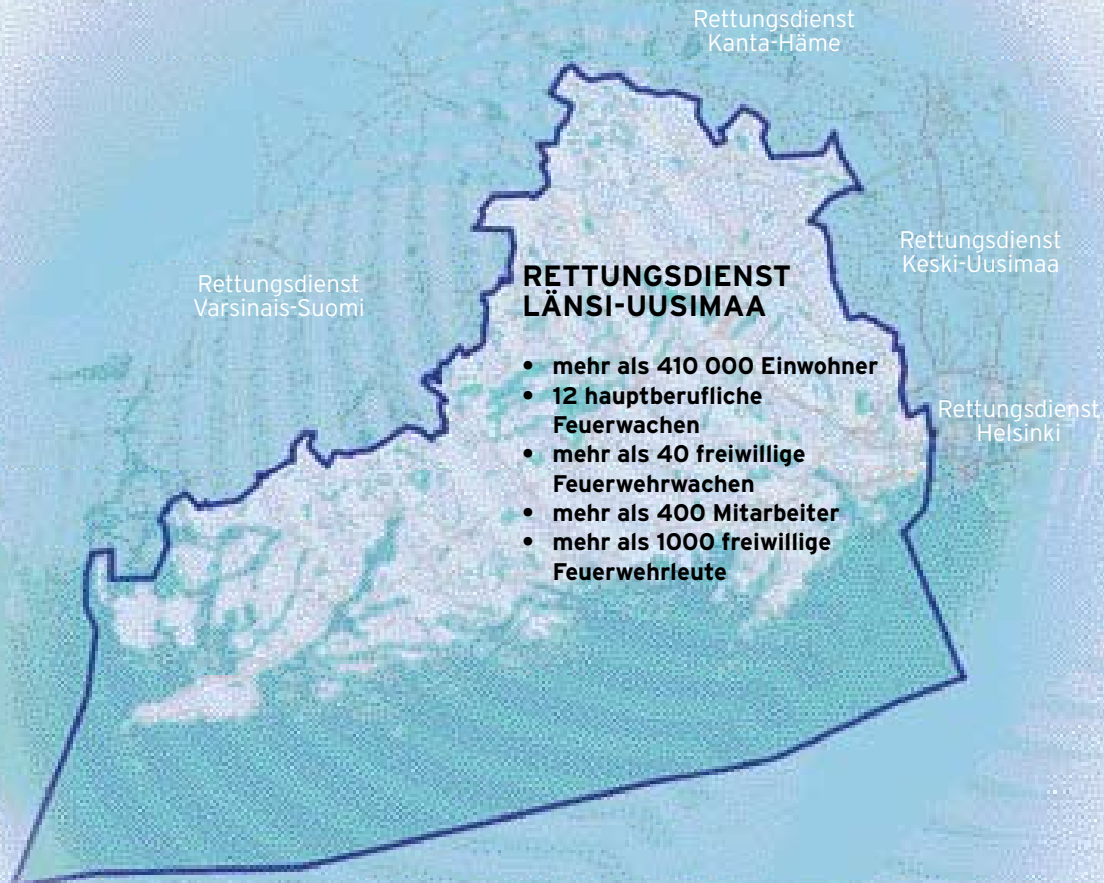
[www.oil.fi](http://www.oil.fi), [www.oil-gas.fi](http://www.oil-gas.fi), [www.oljylammitys.fi](http://www.oljylammitys.fi), [www.oil-gas.fi/eng](http://www.oil-gas.fi/eng)




# Rettungsdienst Länsi-Uusimaa

PRÄVENTIV, AKTIV, AUFMERKSAM

Zu den Aufgaben des Rettungsdienstes Länsi-Uusimaa gehört es, Feuerwehr- und Rettungsdienstleistungen bereitzustellen, die Bevölkerung aufzuklären und sonstige Maßnahmen zur Brand- und Unfallvorbeugung zu treffen und Zivilschutzmaßnahmen in ihrer Region auszuführen. Der Rettungsdienst leistet auch Notfallversorgung und Ambulanzdienste auf Grundlage gesonderter Vereinbarungen.





**Vision des Rettungsdienstes Länsi-Uusimaa**

Der Rettungsdienst Länsi-Uusimaa verfügt über eine hervorragende Kompetenz bei der Verhütung von Unfällen, bei der Rettungstätigkeit und bei der Notfallversorgung. Er ist äußerst angesehen und ein begehrter Arbeitsplatz und zeichnet sich durch offene Kommunikation und Kooperationsfähigkeit aus.

Damit diese Vision Realität werden kann, brauchen wir neben dem Einsatz unserer Mitarbeiter und Partner auch Ihren Einsatz, um die Sicherheit in Länsi-Uusimaa zu wahren und zu gewährleisten.



## **Wussten Sie, dass**

dem Rettungsdienst Länsi-Uusimaa in seinem Gebiet rund um die Uhr in ständiger Bereitschaft ein Brandmeister, diensthabende Kommandanten und Einsatzleiter, leitende Feuerwehrmänner, Feuerwehrleute, Krankentransportleiter und Fachpfleger für Notfallmedizin zur Verfügung stehen?

Im Gebiet des Rettungsdienstes Länsi-Uusimaa gibt es insgesamt über 40 Freiwillige Feuerwehrwachen, die bei Bedarf um Hilfe gebeten werden.

Alle Mitarbeiter des Rettungsdienstes beteiligen sich an der Unfallverhütung, indem sie die Bürger informieren und schulen.

Brandschutzinspektionen werden hauptsächlich von den leitenden Brand-Sachverständigen, den Inspektionsingenieuren, den übrigen Brandschutzinspektoren und den sonstigen leitenden Mitarbeitern des Rettungsdienstes durchgeführt. Brandschutzinspektionen in Wohngebäuden werden auch von diensthabenden Feuerwehrleuten und leitenden Feuerwehrleuten durchgeführt. Dabei kann es vorkommen, dass die Feuerwehrleute zu einem dringenden Notfall abgerufen werden und die Brandschutzinspektion später fortsetzen.

Im Gebiet des Rettungsdienstes Länsi-Uusimaa werden in öffentlichen Gebäuden alljährlich und in Wohngebäuden alle zehn Jahre Brandschutzinspektionen durchgeführt.

Zusätzlich zu den herkömmlichen Feuerwehrlöschfahrzeugen und Krankenwagen verfügt der Rettungsdienst über Boote und andere Spezialausrüstungen: u.a. mobile Rettungsleitstellen, Tankfahrzeuge, Hebebühnen, Rettungsfahrzeuge sowie Ausrüstung zur Bekämpfung von Unfällen mit Gefahrenstoffen.

## DIENSTLEISTUNGEN ZUR NOTFALLVERSORGUNG DES RETTUNGSDIENSTES LÄNSI-UUSIMAA



### **Die medizinische Notfallversorgung ist ein Teil der Gesundheitsversorgung**

Ziel der Notfallversorgung ist es, die Lebensfunktionen des plötzlich Erkrankten oder Verletzten am Ort des Geschehens zu stabilisieren und zu sichern und bei Bedarf den Patienten sicher in das zuständige Krankenhaus oder eine andere medizinische Notdienststelle zu transportieren. In Länsi-Uusimaa bieten mehrere verschiedene Dienstleister Notfall- und Krankentransporte verschiedener Stufen an.

## NOTFALLVERSORGUNG IN VIER STUFEN

### **Erste-Hilfe-Einheit**

Ein Feuerwehrgewagen, der über in der Erste-Hilfe-Tätigkeit geschultes Personal sowie über Untersuchungs- und Behandlungsgeräte für Patienten verfügt, ist eine Erste-Hilfe-Einheit. Zu Erste-Hilfe-Einsätzen können auch für diese Tätigkeit zugelassene Feuerwehrgewagen der Freiwilligen Feuerwehr gesandt werden. Eine Erste-Hilfe-Einheit wird nicht zum Transport von Patienten verwendet.

### **Krankengewagen für lebensrettende Sofortmaßnahmen**

Auf jeden Krankentransport-Notruf hin wird zumindest ein Krankengewagen für lebensrettende Sofortmaßnahmen geschickt, dessen Personal die ausreichende Kompetenz besitzt, den Patienten zu versorgen und zu überwachen, so dass sich sein Zustand während des Krankentransportes nicht unterwartet verschlechtert. Bei Bedarf kann das Personal der Einheit auch einfache lebensrettende Behandlungsmaßnahmen durchführen. Die Behandlung wird während des Transportes gemäß den Anweisungen des verantwortlichen Arztes durchgeführt.

### **Krankengewagen für erweiterte lebensrettende Maßnahmen**

Das Personal des Krankengewagens ist in der Lage, bei Notfallpatienten intensiviertere, erweiterte lebensrettende Maßnahmen durchzuführen und sie so zu transportieren, dass die Lebensfunktionen des Patienten gesichert werden können. Die Rettungssanitäter führen die Behandlung des Patienten während des Transportes gemäß den Anweisungen des verantwortlichen Arztes durch. Eine mögliche Verabreichung von Medikamenten wird auf Anweisung des Arztes entweder gemäß der zuvor gegebenen Behandlungsanweisung oder aufgrund einer Telefonberatung durchgeführt. Auch das Senden eines EKGs an das zuständige Krankenhaus ist möglich.

### **Medizinischer Einsatzleiterwagen**

Das Personal des Fahrzeugs ist in der Lage, Notfallpatienten eine erweiterte, intensiviertere Notfallversorgung zukommen zu lassen. Der Einsatzleiter überwacht die Notfallversorgung und den Krankentransport und leitet bei Bedarf die medikamentöse Notfallbehandlung. Dieses Fahrzeug wird nicht zum Transport von Patienten verwendet.

# Auf zur Rettung!

## EIN VOLL AUSGERÜSTETER FEUERWEHRMANN

Helm mit Freisprecheinrichtung für Funkkommunikation.

Feuerwehrjacke und -overall schützen den Feuerwehrmann vor Hitze und Flammen.

Ein Feuerwehrmann verwendet eine Thermographiekamera, um Personen und brennende Gegenstände in dunklen und rauchgefüllten Räumen zu finden.

Außenluftunabhängiges Atemgerät

Ein Feuerwehrmann benutzt einen Löschschlauch mit Strahlrohr um das Feuer zu kühlen und zu löschen.

© Tuomas Päävä

## FEUERWEHRMANN ODER RETTUNGSSANITÄTER

Zusätzlich zum Löschen von Bränden führen Feuerwehrmänner auch Erste-Hilfe-Tätigkeiten aus.

Ein Defibrillator wird verwendet, um den Herzrhythmus zu prüfen und den normalen Herzrhythmus wieder herzustellen. Er kann auch verwendet werden, um eine Elektrokardiogramm zu erstellen und die Ergebnisse können dem Arzt zur Diagnose geschickt werden.

Ein Beatmungskit enthält die Erste-Hilfe-Ausrüstung um Verletzte mit Beeinträchtigung der Atmung zu behandeln.

Ein Erste-Hilfe-Kit enthält medizinische Ausrüstung wie ein Stethoskop, Blutdruckmesser, Geräte zur Messung des Blutsauerstoffs und Blutzuckers, Notfallmedikamente, Infusionsflüssigkeiten und Verbandsmaterial.

© Tuomas Päävä

Würden Sie gerne zum professionellen Rettungspersonal gehören?

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.pelastusopisto.fi](http://www.pelastusopisto.fi)

# Tägliche Zusammenarbeit zu Ihrer Sicherheit

## NOTRUFZENTALE LÄNSI-UUSIMAA - 112

Die Notrufzentrale von Länsi-Uusimaa befindet sich in einer Feuerwache in Lohja. Notrufe aus 15 Kommunen mit mehr als 410 000 Einwohnern werden an die gemeinsame Notrufnummer 112 geleitet, unabhängig davon, ob der Anrufer Notdienstleistungen des Rettungsdienstes, der Polizei, des Sozialdienstes oder des Gesundheitsdienstes benötigt.

**Weitere Informationen:** [www.112.fi](http://www.112.fi)

## POLIZEI

Rettungsdienst und Polizei arbeiten täglich in den verschiedensten Unfall- und Gefahrensituationen eng zusammen. Die Polizei ist für die Verkehrslenkung am Unfallort und für die Untersuchung von Unfällen und Bränden am Geschehensort verantwortlich; auch hilft sie dem Rettungsdienst bei der Absperrung des Unfallortes oder bei der Evakuierung von Gefährdeten und sichert bei Bedarf die Arbeit des Rettungspersonals.

**Weitere Informationen:** [www.poliisi.fi](http://www.poliisi.fi)

## ABTEILUNG FÜR RETTUNGSDIENSTE IM INNENMINISTERIUM

Die Abteilung für Rettungsdienste im Innenministerium leitet, entwickelt und überwacht die finnischen Rettungsdienste. Sie überwacht auch die Qualität der Dienstleistungen und sorgt dafür, dass sie in allen Teilen Finnlands zur Verfügung stehen. Außerdem ist sie für die Vorbereitung und Organisation der Rettungsdienste sowie für die Koordination der Aktivitäten der verschiedenen Ministerien in diesem Bereich verantwortlich.

**Weitere Informationen:** [www.pelastustoimi.fi](http://www.pelastustoimi.fi)

## DER FINNISCHE GRENZSCHUTZ

Der finnische Grenzschutz leitet die Personenrettung bei Unfällen, die auf dem Meer im finnischen Hoheitsgebiet geschehen. Die Küstenwache von Westfinnland ist für maritime Rettungsaktionen im Schärenmeer und im Bottnischen Meerbusen zuständig, während die Küstenwache des Finnischen Meerbusens für die Seenotrettung im Finnischen Meerbusen zuständig ist. Bei maritimen Rettungsaktionen sind neben den Rettungseinheiten des Finnischen Grenzschutzes je nach Lage auch sonstige Behörden und Institutionen involviert.

**Weitere Informationen:** [www.borderguard.fi](http://www.borderguard.fi)

## UJUDENMAAN PELASTUSLIITTO UND FINLANDS SVENSKA BRAND- OCH RÄDDNINGSFÖRBUNDET

Der Rettungsdienst Länsi-Uusimaa bietet in Zusammenarbeit mit dem Uudenmaan pelastusliitto und dem Finlands Svenska Brand- och Räddningsförbundet Schulungen für die Bürger der Kommunen, für Hauseigentümergeinschaften, Unternehmen und Vereinigungen an, in denen das Verhalten in Notsituationen eingeübt wird. Diese beiden Verbände sind auch für die Schulung der Freiwilligen Feuerwehr und für Fortbildungen für Berufsrettungspersonal zuständig.

**Weitere Informationen:** [www.upl.fi](http://www.upl.fi), [www.fsbr.fi](http://www.fsbr.fi)

## DIE NATIONALE FINNISCHE RETTUNGSVEREINIGUNG (SPEK)

Die nationale finnische Rettungsvereinigung SPEK agiert als Dachverband für die oben genannten regionalen Rettungsvereinigungen. Sie ist auch für die nationale Verbreitung von Sicherheitsinformationen, für die Erstellung und den Verkauf von Schulungsmaterial und für Informationsdienste verantwortlich.

**Weitere Informationen:** [www.spek.fi](http://www.spek.fi)

## FREIWILLIGER RETTUNGSDIENST - VAPEPA

VAPEPA ist ein Netzwerk freiwilliger Helfer, deren Mitglieder rund 50 Organisationen umfassen. Seine Aufgabe ist es, die Behörden in Notfällen zu unterstützen. Allgemeine Rettungsdienstleistungen werden vom Finnischen Roten Kreuz koordiniert. Die Koordination der freiwilligen Rettungsaktionen auf dem Meer und in Binnengewässern unterliegt die finnischen Seenotrettungsvereinigung, während die finnische Luftrettungsvereinigung für die Koordination von freiwilligen Brandüberwachungsflügen und luftgestützten Rettungsdiensten zuständig ist.

**Weitere Informationen:** [www.vapepa.fi](http://www.vapepa.fi), [www.redcross.fi](http://www.redcross.fi), [www.meripelastus.fi](http://www.meripelastus.fi), [www.redcross.org](http://www.redcross.org), [www.ilmailuliitto.fi](http://www.ilmailuliitto.fi), [www.pelastustoimi.fi](http://www.pelastustoimi.fi), [www.redcross.fi/en\\_GB/](http://www.redcross.fi/en_GB/)

# Tätigen eines Notrufs an 112

## 1. RUFEN SIE, FALLS MÖGLICH, SELBER AN

Sie können die Situation und Ihren eigenen Zustand am Besten beschreiben. Wenn Dritte anrufen, kann dies das Eintreffen der Rettungsdienste verzögern.

## 2. ERKLÄREN SIE, WAS PASSIERT IST

Der Mitarbeiter in der Notrufzentrale wird Sie fragen, was passiert ist, damit er die richtige Art von Hilfe schicken kann.

## 3. GEBEN SIE DIE GENAUE ADRESSE UND DEN NAMEN DER GEMEINDE AN

Es könnte mehrere Adressen mit dem gleichen Namen in der Gegend geben, die durch die Notrufzentrale abgedeckt wird. Es ist daher sehr wichtig, dass Sie sowohl den Straßennamen als auch den Namen der Gemeinde angeben. Halten Sie immer Ihre Adresse griffbereit, damit Sie der Notrufzentrale die richtige Information geben können.

## 4. BEANTWORTEN SIE DIE FRAGEN, DIE IHNEN GESTELLT WERDEN

Das Eintreffen der Rettungsdienste wird nicht verzögert, selbst wenn Sie detailliert über das Ereignis befragt werden. In dringenden Fällen schickt der Mitarbeiter der Notrufzentrale die Rettungsdienste los, bevor das Telefongespräch beendet wird, und gibt den Rettungsdiensten die zusätzlichen Informationen, während diese schon unterwegs sind.

## 5. BEFOLGEN SIE DIE ANWEISUNGEN

Die Mitarbeiter der Notrufzentrale wurden geschult, um mit verschiedenen Situationen umzugehen, und Sie sollten deren Anweisungen befolgen. Die Maßnahmen, die während der ersten paar Minuten ergriffen werden, können entscheidend sein.

## 6. LEGEN SIE NICHT AUF

Wenn Sie zu früh auflegen, kann dies das Eintreffen der Rettungsdienste verzögern. Nachdem Ihnen gesagt wurde, dass Sie auflegen können, sollten Sie die Leitung frei halten. Es kann sein, dass der Mitarbeiter der Notrufzentrale oder die Rettungsdienste Sie für zusätzliche Informationen zurückrufen.

Weisen Sie den Rettungsdiensten den Weg zur Unglücksstelle. Rufen Sie nochmals die Notrufzentrale an, falls sich die Situation ändert.

## DENKEN SIE DARAN!

- Legen Sie nicht auf. Notrufe werden so schnell wie möglich und in der Reihenfolge der Anrufe beantwortet.
- Wenn Sie 112 anrufen brauchen Sie keine Vorwahl.
- Anrufe an 112 sind kostenlos.





Finnland ist ein sicherer Ort. Die Unfallstatistiken zeigen jedoch, dass es noch viel Raum für Verbesserungen gibt. Letztendlich treten Verletzungen und Todesfälle zu Hause und während der Freizeit in Finnland häufiger auf als in anderen europäischen Ländern. Unser Ziel ist es, bis zum Jahr 2012 aus dem Mittelfeld in die Gruppe der fünf sichersten Länder in Europa aufzusteigen.

Die Aufgabe der regionalen Rettungsabteilungen ist es, Ihre Sicherheit zu gewährleisten und Ihnen bei Unfällen und anderen Notfällen professionelle Hilfe zu bieten. Diese Broschüre gibt Ihnen Informationen darüber, wie Sie gefährliche Situationen in Ihrem täglichen Leben vermeiden können, was Sie in Notfällen tun müssen und wo Sie weitere Informationen erhalten.

Lesen Sie sich diesen Leitfaden durch, damit Sie wissen, was Sie tun müssen. Bei einem Notfall haben Sie keine Zeit zu überlegen, was Sie tun können, weil die ersten Minuten kritisch sind: Wenn ein Feuer ausbricht, ist der Raum innerhalb von Minuten mit tödlichem Rauch gefüllt, und wenn jemand einen Herzstillstand erleidet kommt es auch innerhalb von Minuten zu bleibenden Hirnschäden. Wenn Sie der Erste an einer Unfallstelle sind, ist es Ihre Pflicht, professionelle Hilfe anzufordern und den Verletzten sofort zu helfen. Wenn Sie über Erste-Hilfe-Kenntnisse verfügen können Sie Leben retten.

Möchten Sie Ihr eigenes Leben und das der Menschen um Sie herum sicherer machen? Möchten Sie wissen, was Sie in einem Notfall tun können? Lesen Sie, falls die Antwort hierzu Ja ist, diesen Leitfaden.