*Aloita lapsen elvytys puhaltamalla.*

Tämä ohje koskee alle murrosikäisen lapsen elvyttämistä.

Elvytyksen onnistumisen ratkaisee ennen kaikkea aika, joka kuluu sydämen pysähtymisestä elvytyksen aloittamiseen.

**Näin elvytät lasta**

1. Jos lapsi menettää tajuntansa, selvitä saatko hänet hereille puhuttelemalla ja ravistelemalla olkapäistä.
2. Jos lapsi ei herää:
   * Jos auttajia on kaksi, toinen aloittaa elvytyksen ja toinen soittaa hätänumeroon 112.
   * Jos olet yksin, selvitä ensin hengittääkö lapsi. Jos ei, puhalla viisi kertaa, jonka jälkeen soita hätänumeroon 112 ja aseta puhelin kaiutintoiminnolle.
   * Mikäli paikalla ei ole puhelinta, elvytä lasta yhden minuutin ajan ja hae apua. Jatka elvytystä, kunnes apu saapuu.
3. Aseta lapsi selälleen ja selvitä hengittääkö hän normaalisti. Avaa lapsen hengitystie päätä ojentamalla, leuankärjestä ylös kohottamalla. Tunnustele poskellasi ilmavirtaa ja katso rintakehän liikettä.
4. Jos hengitys ei ole normaalia tai se puuttuu, aloita puhalluselvytys. Puhalla 5 kertaa:
   * Avaa hengitystie.
   * Aseta suusi tiukasti lapsen suun päälle.
   * Sulje lapsen sieraimet sormillasi.
   * Puhalla sen verran, että lapsen rintakehä nousee (liikkuu).
5. Paina 30 kertaa:
   * Aseta kämmentyvi keskelle lapsen rintalastaa.
   * Paina käsivarsi suorana 30 kertaa.
6. Puhalla 2 kertaa.
7. Jatka lapsen elvytystä tauotta rytmillä 30:2. Lasta voidaan elvyttää myös rytmillä 15:2.

**Näin elvytät vauvan**

1. Jos vauva menettää tajuntansa, selvitä saatko hänet hereille puhuttelemalla ja ravistelemalla varovasti olkapäistä.
2. Jos vauva ei herää:
   * Jos auttajia on kaksi, toinen aloittaa elvytyksen ja toinen soittaa hätänumeroon 112.
   * Jos olet yksin, selvitä ensin hengittääkö vauva. Jos ei, puhalla viisi kertaa, jonka jälkeen soita hätänumeroon 112 ja aseta puhelin kaiutintoiminnolle.
   * Mikäli paikalla ei ole puhelinta, elvytä vauvaa yhden minuutin ajan ja hae apua. Jatka elvytystä, kunnes apu saapuu.
3. Aseta vauva selälleen ja selvitä hengittääkö hän normaalisti. Avaa vauvan hengitystie varovasti ojentamalla päätä lauankärjestä. Tunnustele poskellasi ilmavirtaa ja katso rintakehän liikettä.
4. Jos hengitys ei ole normaalia tai se puuttuu, aloita puhalluselvytys.  
   Puhalla 5 kertaa:
   * Avaa hengitystie.
   * Aseta suusi tiukasti lapsen suun ja sierainten päälle.
   * Puhalla sen verran, että vauvan rintakehä nousee (liikkuu).
5. Paina 30 kertaa:  
   * Aseta 2-3 sormea keskelle vauvan rintalastaa.
   * Jos auttajia on kaksi, toinen puhaltaa ja toinen voi painella rintalastaa kahdella peukalolla, jolloin kädet ovat vauvan rintakehän ympärillä.
   * Paina 30 kertaa.
6. Puhalla 2 kertaa.
7. Jatka vauvan elvytystä tauotta rytmillä 30:2. Vauvaa voi myös elvyttää rytmillä 15:2.

Elvytystä tarvitaan silloin, kun autettavan sydän on pysähtynyt. Elvytyksen onnistumisen ratkaisee ennen kaikkea aika, joka kuluu sydämen pysähtymisestä elvytyksen aloittamiseen.

**Näin elvytät aikuisen – painelu-puhallus**

1. Jos henkilö menettää tajuntansa, selvitä, onko hän herätettävissä: puhuttele ja ravistele.
2. Kun henkilö ei herää, soita 112.
   * Aseta puhelin kaiutintoiminnolle ja jatka auttamista.
3. Aseta autettava selälleen ja selvitä hengittääkö hän normaalisti:
   * Avaa hengitystie päätä ojentamalla, leuankärjestä kohottamalla.
   * Tunnustele poskellasi ilmavirtaa, katso rintakehän liikettä.
4. Autettava ei hengitä normaalisti. Aloita paineluelvytys, paina 30 kertaa:
   * Aseta kämmentyvi keskelle autettavan rintalastaa, toinen käsi alemman päälle.
   * Paina rintalastaa kohtisuoraan alaspäin 30  
     kertaa.
5. Jatka elvytystä puhaltamalla 2 kertaa:
   * Avaa hengitystie, sulje autettavan sieraimet, peitä suullasi autettavan suu ja puhalla rauhallisesti 2 kertaa, rintakehä nousee (liikkuu).
   * Jatka rytmillä 30:2, kunnes ensihoitopalvelu ottaa vastuun tai autettava virkoaa.

Veden varasta pelastetun ja elottoman ihmisen elvytys aloitetaan aina viidellä alkupuhalluksella. Jos vedestä pelastetun suu on täynnä vettä, se poistetaan ennen elvytyksen aloittamista kallistamalla ihminen hieman kyljelleen ja tyhjentämällä suu vedestä.