

Sydänturvallisuudesta elinvoimaa

Hankkeen loppuraportti

**Unelmista elinvoimaa avustus /
Töysän ja Kuortaneen Säästöpankkisäätiöt**
Sydän-Suomen alue ry, Sydänliitto
3.9.2024

Sisällysluettelo

1	Tiivistelmä	3
2	Hankkeen nimi, toteuttajat	4
3	Hankkeen toteutus.....	4
4	Hankinnat, kustannukset ja rahoitus.....	8
5	Kohderyhmä ja yhteistyökumppanit.....	9
6	Tulokset ja vaikutukset	10
6.1	Määrälliset vaikutukset	10
6.2	Toiminnasta saadut palautteet- osallistujien kokemuksia.....	12
7	Viestintä ja näkyvyys	15
		18
		18
		19
		19
		20
	Liitteet	21

1 Tiivistelmä

Sydän- ja verisuonisairaudet ovat edelleen suomalaisten yleisin kuolinsyy. Yleisin verenkiertoelinten sairaus on sepelvaltimotauti, joka on myös yleisin sydänpysähdyksen aiheuttaja. Sydänpysähdys voi olla myös ensimmäinen sepelvaltimotaudin oire. Joka päivä vähintään kahdeksan suomalaisen sydän pysähtyy yllättäen sairaalan ulkopuolella ja heistä vain alle puolet saa elvytystä ennen ensihoidon saapumista paikalle. Kammiovärinä pysäyttää sydämen normaalin pumppaustoiminnan, eikä sydäimestä hapekas veri lähde eteenpäin aivoille tai muualle kehoon. Kammiovärinä johtaa 10 minuutissa sydämen pysähtymiseen ja ihmisen menehtymiseen.

Kun sydän on kammiovärinässä, on kiire auttaa. Apua tarvitaan minuuttien sisällä. Ensimmäisenä sydänpysähdystilanteeseen saapuvan maallikkoauttajajan rooli on potilaan selviytymisen kannalta kriittinen.

- Selvitetään hengittääkö henkilö,
- Soitetaan 112 numeroon ammattiavun paikalle saamiseksi,
- Aloitetaan rohkeasti peruselvytys yksin tai yhdessä,
- Opastetaan kolmas paikalla oleva henkilö noutamaan lähin sydäniskuri
- Otetaan sydäniskuri mukaan elvytykseen ja toimitaan sydäniskurin opastamana elvyttämistä jatkaen, kunnes ammattiapu saapuu paikalle ja ottaa tilanteesta vastuun.

Vain harva maallikoista on ollut elvyttämistilanteessa ja sen vuoksi kokemus on jännittävä ja haastava. Osaanko toimia, muistanko 112 numerot ja pystynkö auttamaan lähimmäistä tilanteessa? Jos paineluelvytys ja sydäniskurin käyttö aloitetaan alle viiden minuutin kuluessa, ihmisen selviytymismahdollisuudet moninkertaistuvat. Tutkimusten mukaan, sydänpysähdystilanteisiin ennakolta varautumisella; sisältäen elvytyksen ja sydäniskurin käytön harjoittelua ja yhdessä asioita läpikäymällä, voidaan osaamista ja rohkeutta auttamiseen lisätä.

Tässä Sydän-Suomen alueen toteuttamassa ja Kuortaneen sekä Töysän Säästöpankkisäätiöiden rahoittamassa hankkeessa keskityttiin maallikkoelvytyksen rakenteen kehittämiseen:

- 1) asukkaiden elvytysosaamisen ja -rohkeuden lisäämiseen sekä
- 2) sydäniskureiden määrän lisäämiseen ja saavutettavuuden parantamiseen.

Säästöpankkisäätiöiden toiminta-alueille sijoitettiin 13 + 11, yhteensä 24 sydäniskuria ja ulkoseinään kiinnitettyihin lämpökaappeihin, jotka mahdollistavat sydäniskurien saatavuuden 24/7. Hankkeessa järjestettiin yhdessä paikallisten Sydänyhdistysten sekä sydäniskurien ja lämpökaappien saajatahojen kanssa 24 maksutonta ja kaikille avointa sydänturvallisuustilaisuutta, jotka olivat kestoltaan kaksi tuntia. Näissä sydänturvallisuustilaisuuksissa osallistujia oli 176 +236, yhteensä 412 osallistujaa.

Keräsimme sydänturvallisuustilaisuuksista palautelomakkeen avulla osallistujien kokemuksia elvytystiedon, taidon ja rohkeuden lisääntymisestä. Raportoimme niistä tässä loppuraportissa, johon on liitetty Sydän-Suomen alueella limittäin menneistä muistakin Säästöpankkisäätiön hankkeista saadut osallistujapalautteet yhteistuloksina. Palautteet sisältävät vastaukset Kuortaneen, Töysän, Rengon ja Hauhon Säästöpankkisäätiöiden sydänturvallisuustilaisuuksiin osallistujilta. Vastaajien kokonaismäärä on merkittävä (n= 334). Vastaajista naisia oli 63 % (n=208), miehiä 37 % (n=116). Vastaaminen oli vapaaehtoista ja liittyi oheisohjelmana henkilön odotellessa vuoroa elvytyksen harjoitteluun tai sen jälkeiseen

hetkeen. Vahva enemmistö 94 % (n=315) palautteiden antajista oli 35-vuotiaita ja sitä vanhempia. Alle 35-vuotiaita oli vain 6 % (n=19) vastaajista.

Palautelomakkeen avoimista kommenteista nousee esiin yhteisöllisyyden kokemuksen tärkeys: ”Kun tietoisuus lisääntyy, missä laitteita on ja kuinka toimitaan, on helpompi antaa apua” ja ”porukalla toimiminen lisää yhteishenkeä, huolehdimme toinen toisistamme”. ”Kyläläiset voisivat kokoontua useammin yhdessä. Nuorille tiedotusta asiasta”. Yhteisöllisyyttä ja toisistaan huolehtimisen tärkeyttä osoittivat muutamissa sydänturvallisuustilaisuuksissa perustetut WhatsApp viestiryhmät, joiden kautta pohdittiin saatavan lähiapua paikalle nopeasti, sillä ryhmään kuuluvan lähettämä viesti näkyy kaikille ryhmässä oleville ja tällöin kaikki tietävät keneltä viesti tulee. Apuun lähtevät kiertävät lähimmän sydäniskurin kautta varmistaen, että laite saadaan yksin elvyttäjällekin paikalle.

2 Hankkeen nimi, toteuttajat

Jätimme loppukevästä 2023 Kuortaneen ja Töysän Säästöpankkisäätiölle avoimen verkkohakemuslomakkeen kautta hankehakemukset Sydänturvallisuudesta elinvoimaa Töysän ja Kuortaneen Säästöpankkisäätiöiden toiminta-alueelle. Saimme myönteiset avustuspäätökset kesäkuussa 2023.

Hankehakemuksesta vastasi Sydän-Suomen alueen kehittämispäällikkö Heidi Karjanlahti ja hankkeen taloudesta vastuussa oli toiminnanjohtaja Ulla Harala. Kirjanpidon hoiti Sydän-Suomen alue ry:n kirjanpidosta vastaava Talenom Oy.

Hankkeen koordinoinnin toteutuksesta ja raportoinnista vastasi Sydän-Suomen alueen vapaaehtoistoiminnan kehittäjä ja sydänturvallisuuden hankekoordinaattori Anne Kettula. Yhteistyössä hankkeen kanssa oli viisi paikallista sydänyhdistystä, joiden toiminta-alueet kohdistuivat Kuortaneen ja Töysän Säästöpankkisäätiöiden toiminta-alueelle:

- Ilmajoen Sydänyhdistys ry
- Seinäjoen Sydänyhdistys ry
- Alajärven Sydänyhdistys ry
- Alavuden Seudun Sydänyhdistys ry
- Ähtärinjärven Sydänyhdistys ry

3 Hankkeen toteutus

Käynnistimme Töysän säästöpankkisäätiön hankkeen elokuussa 2023 hankkeen toteutuksen suunnittelulla. Hankekoordinaattori laati toimintasuunnitelman, missä järjestyksessä paikkakunnille edetään ja minkä Sydänyhdistyksen kanssa ensimmäiseksi kokoonnumme suunnittelemaan sijoituskohteita. Sydäniskurien sijoittelun määrä vaihteli eri Sydänyhdistysten toiminta-alueella, joten lähdimme liikkeelle niistä paikkakunnista, joihin oli sijoitettavana eniten sydäniskureita ja jossa sama Sydänyhdistys oli mukana usean sydäniskurin sijoittelun suunnittelussa. Useassa Sydänyhdistyksessä toteutettiin limittäin sekä Töysän säästöpankkisäätiön että Kuortaneen Säästöpankkisäätiön rahoittamaa hanketta. Aloitimme ensimmäiseksi Seinäjoen Sydänyhdistyksen kanssa, johon kuului Töysän Säästöpankkisäätiössä ainoastaan Nurmon alue, mutta myös Kuortaneen Säästöpankkisäätiön alueena Seinäjoen, Ylistaron ja Peräseinäjoen alueet. Toiseksi jatkoimme Alavuden seudun Sydänyhdistyksen kanssa, jossa Alavuden kaupungille sijoitettiin neljä sydäniskuria ja yksi Töysän taajamaan, mutta Alavuden seudun Sydänyhdistyksen toiminta-alueella oli myös Kuortane Kuortaneen Säästöpankkisäätiön alue, joten mietittiin kolmen uuden sydäniskurin sijoituskohteet

samalla. Kolmanneksi edettiin Ilmajoen Sydänyhdistyksen kolmen sydäniskurin sijoittamiseen ja neljänneksi Ähtärinjärven sekä Alajärven Sydänyhdistysten kanssa. Alajärvelle sijoitettiin 3 ja yksi Alajärveen kuuluvalla Lehtimäen alueelle. Lehtimäki kuuluu Ähtärinjärven Sydänyhdistyksen alueeseen, joten tässä tehtiin yhteistyötä kahden Sydänyhdistyksen kanssa.

Ennen Sydänyhdistysten teamsissa ja kasvokkain järjestettyjä suunnittelukokouksia hankekoordinaattori tutustui Sydänturvallinen Suomi verkkopalvelusta sydänturvallisuuden lähtötilanteeseen ja selvitti sydäniskurien maahantuojaalta maaliskuussa 2023 kilpailutetut LifePak CR2 merkkisen, markkinoiden edullisimman, sydäniskurin hinnat ja tarjouksen voimassaolon. Kuortaneen Säästöpankkisäätiön rahoittamien 13 sydäniskurit ja lämpökaapit tilattiin 30.8.2023 ja Töysän Säästöpankkisäätiön rahoittamat 11 sydäniskuria ja lämpökaappia 15.9.2023.

Hankekoordinaattori kutsui Alajärven, Alavuden seudun, Ilmajoen, Seinäjoen, Ähtärinjärven Sydänyhdistysten puheenjohtajat yhteistapaamiseen teamsiin 21.8. 2023. Kokoukseen saapuivat neljä henkilöä, jotka edustivat Alajärven, Ilmajoen ja Seinäjoen Sydänyhdistyksiä. Osallistujille kerrottiin hankkeesta ja mitä siihen kuuluu, millaisia asioita hankesuunnitelmaan oli kirjattu. Sydänyhdistyksen puheenjohtajilta tiedusteltiin, mahdollisuuksia olla mukana hankkeessa paikallistuntemustaan hyödyntäen, että löytäisimme hyviä sijoituskohteita uusille iskureille. Osallistujat kokivat hankkeen hyväksi ja halusivat ehdottomasti olla mukana. Hankekoordinaattori soitti seuraavana päivänä Ähtärinjärven ja Alavuden seudun Sydänyhdistyksille, jotka eivät päässeet teams kokoukseen, myös he ilmaisivat halunsa osallistua hankkeeseen. Kokousmuistiot kirjoitettiin ja lähetettiin Sydänyhdistyksen edustajille, jotka saivat tehtäväksi kerätä yhdistyksistään muutaman henkilön yhteistyöryhmän pohtimaan hankekoordinaattorin kanssa kasvokkain hankkeen toiminta-alueelle sijoitettavia sydäniskuria tarkemmin.

Kasvokkain pidetyt suunnittelukokoukset (2 h) Sydänyhdistysten kanssa toteutettiin seuraavasti:

- 11.9.2023 Seinäjoen Sydänyhdistys kokoontui Sydän-Suomen alueen toimistolla Seinäjoella (Kalevankatu 5), jossa työryhmään oli nimetty viisi henkilöä.
- 13.9.2023 Ilmajoen Sydänyhdistys kokoontui Oma Säästöpankin kokoustilassa (Kaupatie 13), jossa suunnittelutyöryhmään osallistui viisi henkilöä.
- 21.9.2023 Alavuden seudun Sydänyhdistyksen suunnittelukokous pidettiin Kuortaneen Mäyrin Nesteen kokoustilassa (Seinäjoentie 10), jossa osallistujia oli kuusi, joista kolme Sydänyhdistyksen edustajia ja kolme kylien edustajia.
- 26.10.2023 Ähtärinjärven Sydänyhdistyksen suunnittelutyöryhmä kokoontui teamsissa kolmen henkilön voimin.
- 15.11.2023 Alajärven Sydänyhdistyksen nimetty suunnittelutyöryhmä kokoontui Alajärven seurakuntatalon kokoustilassa. Paikalla oli neljä Alajärven Sydänyhdistyksen edustajaa ja yksi Ähtärinjärven Sydänyhdistyksen Lehtimäellä (Lehtimäki kuuluu Alajärven kaupunkiin) asuva edustaja.

Sovimme suunnittelutyöryhmässä sydänyhdistysten kanssa, että hankekoordinaattori toimittaa heille sydäniskurit ja lämpökaapit ja he voivat itse toimittaa ne saajatahoille suoraan, samalla opastaen lämpökaapin asentamisen sähkömiehen käyntinä. Hankekoordinaattori otti sen jälkeen yhteyden saajatahoon puhelimitse opastaen sydäniskurin akun laitton, varmistuen että laite alkaa puhumaan ja on toimintakuntoinen sekä sydäniskurin rekisteröinnin defi.fi rekisteriin. Samalla hankekoordinaattori sopi sydänturvallisuustilaisuuden pitämisen ajankohdan ja ilmoitti sen sydänyhdistykseen suunnittelutyöryhmälle.

Toinen toimintakäytäntö oli siten, että sydänyhdistykset kontaktoivat sijoituskohteiksi suunnitellut tahot puhelimitse, tarjoten heille sydäniskuria ja lämpökaappia. Myönteisen vastauksen jälkeen, hankekoordinaattori soitti saajataholle ja sopi laitteiden vientiajan, joka toteutettiin sydänyhdistyksen suunnittelutyöryhmän kanssa yhdessä. Samalla ohjattiin yhdessä lämpökaapin sijoittelu ja sähkömiehen käyntitarve, rekisteröinti defi.fi karttapalveluun sekä sovittiin sydänturvallisuustilaisuuden aika. Näin sydänyhdistyksen toimijat saivat varmuutta opastettaviin asioihin yhteisellä käynnillä.

TAULUKKO 1. Sydänturvallisuustilaisuuksien ajankohdat, paikat ja osallistujien määrä.

SP-Säätiö	Sydänturvallisuustilaisuuden pitoaika	Sijoituskohte/ tilaisuuden pi- topaikka	Paikkakunta	Osallistujamäärä
Töysän	4.10.2023	Haalitalo (Latikankmäentie 4)	Nurmo	17
Kuortaneen	7.10.2023	Huussin Urheilutalo (Vaasantie 1081)	Ilmajoki	17
Kuortaneen	9.10.2023	Hanhikosken kylätalo (Vatajantie 612)	Seinäjoki/ Ylistaro	13
Kuortaneen	12.10.2023	Pojanluoman Seuratalo (Seuralantie 39)	Ilmajoki	28
Kuortaneen	21.10.2023	Leppälä-Talo (Pastontie 24)	Kuortane	7
Kuortaneen	23.10.2023	Luomalankylän koulu (Luomantie 130)	Seinäjoki /Peräseinäjoki	9
Kuortaneen	24.10.2023	Juupakylän koulu (Juupakyläntie 584)	Seinäjoki/Peräseinäjoki	20
Töysän	9.11.2023	Aseman Konttuuri (Asemantie 5)	Alavus	26
Töysän	15.11.2023	Seinäjärven Kylätalo (Sulkavankyläntie 1268)	Alavus	27
Kuortaneen	16.11.2023	Katajalaakson päiväkot (Katajalaaksonkatu 6)	Seinäjoki	7
Töysän	22.11.2023	Sulkavankyläkoulu (Sulkavankyläntie 425)	Alavus	31
Kuortaneen	25.11.2023	Senioriasumiskeskus Ylistupa (Västilänkuja 8)	Seinäjoki/ Ylistaro	6
Töysän	26.11.2023	Sydänmaan Nuorisoseuratalo (Sydänmaantie 936)	Alavus	11
Töysän	26.11.2023	Ylipään Nuorisoseuratalo (Kiiltomäentie 4)	Alavus/Töysä	14
Töysän	28.11.2023	Kertunlaakson koulu (Kertunlaaksonkatu 40)	Seinäjoki/Nurmo	4

Kuortaneen	12.12.2023	Halkosaaren koulu (Kitinojantie 49)	Seinäjoki/Halkosaari/Ylistaro	4
Kuortaneen	13.1.2024	Ylikylän-Lentilän koulu (Lahdenkan-kaantie 483)	Kuortane	16
Töysän	16.1.2024	Rämälän kylä (Rämäläntie 765)	Ähtäri	20
Kuortaneen	18.1.2024	Tuomiahon seurakuntakoti (Kiintokalliontie 1)	Ilmajoki/Ahonkylä	10
Töysän	30.1.2024	Levijoien Nuorisoseura (Tikkasentie 47)	Alajärvi	28
Töysän	3.2.2024	Paalijärven koulu (Jussilantie 4)	Alajärvi	30
Töysän	10.2.2024	Saukonkylän seura (Saukonkyläntie 130)	Alajärvi	28
Kuortaneen	14.2.2024	Kylätalo Metso (Rantakankaantie 581)	Alajärvi/Lehtimäki	28
Kuortaneen	30.5.2024	Kuortaneen Länsirantalaaset (Länsirannantie 463)	Kuortane	11

Kahden säätiön alueella järjestettiin 24 tilaisuutta, Töysän Sp-säätiön alueella 11 ja Kuortaneen Sp-säätiön alueella 13. Osallistujia oli Töysän Sp-säätiön alueen tilaisuuksissa 236 ja Kuortaneen Sp-säätiön alueen tilaisuuksissa 176. Yhteensä tavoitimme 412 osallistujaa.

Sydänturvallisuustilaisuudet kestivät 2 tuntia ja olivat sisällöltään seuraavanlaisia:

1. Aloitimme kahvituksella, muissa paitsi muutaman koulun ja päiväkodin tiloissa.
2. Järjestäjä/saajataho avasi tilaisuuden.
3. Rahoittajatahon lyhyt puheenvuoro.
4. Sydän-Suomen alueen hankekoordinaattori kiitti lyhyessä puheenvuorossa yhteistyöstä hankkeen onnistumisessa rahoittajia, vastaanottajatahoa ja Sydänyhdistystä yhteistyöstä.
5. Sydänyhdistyksen lyhyt puheenvuoro ja oman esittelypöydällä oleviin asioihin tutustumiseen kannustaminen.
6. Hankekoordinaattori kertoi normaalin sydämen toiminnasta, mikä on sydämen kammiövärinä, elottoman tunnistaminen, soittamisesta 112 Suomi sovelluksen kautta hätäkeskukseen ja samalla katsottiin sieltä löytyvät lähimmät sydäniskurit, elvyttämisestä, sydäniskurin paikalle saamisesta, sydäniskurin käytöstä elvytyksessä.
7. Harjoittelu Anne-nuken ja harjoitus sydäniskurin avulla mahdollistettiin osallistujille.
8. Paperisen palautelomakkeen (tai QR-koodin avulla kännykästä webropol-kysely) täyttäminen.
9. Lopuksi ulkona tutustuimme uuden ulkokaapin sisältöön, kaapin avaamisessa kuuluva hälytyssummerin merkitykseen. Rohkaisimme matalalla kynnyksellä sydäniskurin hakeamiseen ja kannustimme osallistujia tuttaviansa kera poikkeamaan lähistöllä olevien sydäniskurien luona ennakkovarautumisen

Tilaisuudet olivat esittelyn jälkeen keskustelevia ja osallistujat aktiivisia kaikella tavalla osallistuessaan harjoitteluun ja toistensa kanssa asioiden pohtimiseen. Monille ladattiin tilaisuuksissa 112 Suomi sovellus älykännykkään tai opastettiin sovelluksen päivittäminen.

Saajatahon kanssa allekirjoitettiin luovutussopimus, jossa näkyvät ne tavoitteet, joita pidimme hankesuunnitelmassa tärkeinä: 1) saajataho, käyttöön kyläläisille 2) Saatavilla 24/7 rajoituksetta, 3) Rekisteröity defi.fi karttapalveluun, josta näkyy 112 Suomi sovelluksessa, 4) avoin sydänturvallisuustilaisuus pidetty, 5) elektrodien ja akun vaihtovälin huomiointi 4-5 vuoden välein, jos laitetta ei ole käytetty. Muuten jokaisen käytön jälkeen vaihdettava 6) Tieto, että sydäniskuri parantaa paikkakunnan sydänturvallisuustasoa Sydänturvallinen Suomi verkkopalvelussa. Luovutussopimuksessa näkyy päiväys ja saajatahon edustajan sekä hankekoordinaattorin allekirjoitukset. Nämä luovutustodistukset ovat tämän hankeraportin liitteenä (liitteet erikseen Kuortaneen SP-Säätiön ja Töysän SP-säätiön).

Elektrodien ja akun vaihtoajan lähestyessä, jokaisessa tilaisuudessa saajatahoa opastettiin hakemaan Säästöpankkisäätiön avustusta uusien akun ja elektrodien hankkimiseen, liittämällä hakemukseen kopio allekirjoitetusta luovutussopimuksesta.

Mainittakoon tässä, että yhdessä kylässä, jonne tarjosimme sydäniskuria ja lämpökaappia, eivät ottaneet niitä vastaan, perustellen, ettei heillä ole hankintavaroja uusien elektrodien ja akun hankkimiseen. Tässä tilanteessa paikallinen Sydänyhdistys neuvotteli kunnanjohtajan kanssa kunnan avustuksen saamista tueksi, mutta tämäkään ei johtanut myönteiseen vastaanottopäätökseen ko. kylässä. Yleisesti monet saajatahot suhtautuivat myönteisesti lisävarusteiden hankkimiseen, mikäli laitteella voidaan pelastaa ihmisen henki, tuntuvat lisäkustannukset kovin pieniltä.

4 Hankinnat, kustannukset ja rahoitus

Sydäniskurit ja lämpökaapit tilattiin Kuopiolaiselta Safedo OYJ maahantuojaalta, joka hankkeen aikana myytiin Prestolle ja joka käyttää myyjänimenä nyt Suomen Ensiapukoulutus Oy:tä. Yhteystahona sinne oli Marja Helenius, Myynti- ja kehityspäällikkö, p. 040-4187960, marja.helenius@suomenensiapukoulutus.fi

Välineiden hankintakustannukset, Säästöpankkisäätiöiltä saatu avustusmäärä ja siitä koordinointiin käytetty rahoitusosuus, sekä Sydän-Suomen alueen omarahoitusosuus hankkeelle tehdyssä työssä:

1. Kuortaneen Säästöpankkisäätiön avustuksella tilattiin 30.8.2023, tulivat 31.8.2023

❖ 13 kpl Sydäniskuria / Lifepak CR2 merkki, lämpökaappi/ Arky -merkkinen	
• Sydäniskurit 13 kpl (sisält. alv 24 %)	21 278,40 €
• Lämpökaapit 13 kpl (sisält. alv 24 %)	8 866,00 €
• toimitus ja laskutuskulut (sisält. alv 24 %)	44,64 €
	30 189,04 €
❖ Saatu säätiön avustusmäärä:	
	34 824,40 €
❖ Avustuksesta käytetty koordinointiin	4 635,36 €
❖ Sydän-Suomen alueen omarahoitusosuus	4434,54 €

2. Töysän Säästöpankkisäätiölle avustuksella tilattiin 18.9.2023, tulivat 20.9.2023

❖ 11 kpl Sydäniskuria /Lifepak CR2 merkki, lämpökaapit / Arky	
• Sydäniskurit 11 kpl (sisält. alv 24 %)	18 004,80 €
• Lämpökaapit 11 kpl (sisält. alv 24 %)	7 502,00 €
• Toimitus- ja laskutuskulut (Sisält. alv 24 %)	44,64 €
	25 551,44 €
❖ Saatu säätiön avustusmäärä:	
	29 466,80 €
❖ Avustuksesta käytetty koordinointiin	3 915,36 €
❖ Sydän-Suomen alueen omarahoitusosuus	3769,36 €

Sydän-Suomen vastuulla olevat kokonaisuudet olivat hankekoordinaattorin hankkeeseen liittyvät tila-, tarvike, matkakorvaukset ja päivärahat sekä kirjanpitokustannukset. Lisäksi Sydän-Suomen vastuulla olivat suunnittelutyöhön ja tapahtumiin osallistuvien sydänyhdistysten talkootyökustannukset sekä sydäniskurin sijoituskohteiden sydäniskurin sijoittamiseen ja toimijoiden tapahtumajärjestämiseen liittyvät kustannukset ja talkootyö.

Paikallisten Sydänyhdistysten työpanos hankkeessa perustui yhdistyksen normaalisti tehtävään vapaaehtoistoimintaan. Vaikka Sydänyhdistysten kulkeminen toiminta-alueen laita-alueilla pidetyissä sydänturvallisuustilaisuuksissa lisäsi paikallisyhdistyksille matkakuluja, sai Sydänyhdistys yhdistystoiminnan näkyvyyttä tuomalla esiin tilaisuuksissa yhdistystoimintaansa ja monissa tilaisuuksissa uusia jäseniäkin yhdistykseen. Kylissä pidetyissä sydänturvallisuustilaisuuksissa oltiin tyytyväisiä, että uudenlaista toimintaa tuotiin lähipalveluna heidän kokoon-tumispaikkoihinsa.

5 Kohderyhmä ja yhteistyökumppanit

Tämä hanke kohdistui Sydänturvallinen Suomi verkkopalvelusta etsittynä riskialueluokkiin kuuluville alueille, jotka Töysän ja Kuortaneen Säästöpankkisäätiön toiminta-alueilla sijaitsivat taa-jamien ulkopuolella ja joiden ympärillä asuvat asukkaat olivat hankkeen elvytysvalmiuksien edistämisen ja sydäniskurien sijoittamisen kohderyhmää.

Yhteistyökumppaneina olivat toiminta-alueella toimineet viiden paikallisen sydänyhdistyksen suunnittelutyöryhmään osallistuneet sydänyhdistyksen toimihenkilöt. Sijoituskohteissa toimijat olivat myös yhteistyökumppaneita, sillä esimerkiksi kouluilla opettajat olivat mukana opas-tamassa, mille hallintoportaalle otamme yhteyttä, saadaksemme sähkökaapin kiinnitettyä kou-lun seinään. Opettajat olivat mukana myös sydänturvallisuustilaisuuksien tilajärjestelijöinä koululla. Opettajat jakoivat koululaisten vanhemmille tiedotteita tilaisuuksista. Kylätaloilla jär-jestettiin maksuton kahvitus heidän toimestaan ja myös kylätalon toimijat osallistuivat tilai-suuden rakentamiseen sekä mainosten jakamiseen omalla kylällään. Sijoituskohteita olivat

- Nuorisoseuratalot/kylätalot (11 kpl),
- Koulurakennukset (7 kpl),
- Metsästäjien lahtisola/kotarakennus (1 kpl),
- Päiväkotit (1 kpl),
- Senioriasumiskeskus (1 kpl),
- Seurakuntakoti/seurakunta (1 kpl),
- Kyläranta/laavu (1 kpl),
- Urheilutalo (1 kpl)

Rahoittajatahon edustajien kanssa yhteistyö toimi erinomaisesti. Helena Marjomäki toimi yhteyshenkilönä Töysän SP-säätiön ja Kirsi Melender Kuortaneen Sp-säätiön tilaisuuksia koskevien mainosten jakamisessa säästöpankkisäätiön ja Oma Säästöpankin edustajille.

Eri tilaisuuksissa oli mukana säästöpankkisäätiöiden ja Oma Säästöpankin edustajia:

Oma Säästöpankki, Kuortaneen ja Alajärven palvelupäällikkö

Oma Säästöpankki, Tuuri-Ähtärin konttorinjohtaja

Oma Säästöpankki, Alavuden konttorin palveluneuvoja

Oma Säästöpankki, Hyllykallion konttorin konttorinjohtaja

Töysän Säästöpankkisäätiön hallituksen jäseniä 4

Töysän Säästöpankkisäätiön valtuuskunnan jäseniä 4

Kuortaneen Säästöpankkisäätiön puheenjohtaja

Kuortaneen Säästöpankkisäätiön hallituksen edustaja

Kuortaneen Säästöpankkisäätiön valtuuskunnan jäseniä 3

Kuortaneen Säästöpankkisäätiön jäsen

Kuortaneen säästöpankkisäätiön rollup kulki hankekoordinaattorin mukana ja se nostettiin esille etenkin niissä tilaisuuksissa, jossa säästöpankkisäätiön edustajaa ei ollut mukana. Hankekoordinaattori haki rollupin Seinäjoen Oma Säästöpankin konttorilta lainaan, viestitellen haku- ja palautusajoista Seinäjoen Oma Säästöpankin yhteyshenkilön kanssa.

6 Tulokset ja vaikutukset

Hanke ja sen toteuttaminen onnistui erittäin hyvin. Aikataulullisesti kaikki tilaisuudet sujuivat, kuten olimme sopineet. Yhtäkään tilaisuutta ei tarvinnut peruuttaa. Tilaisuuksissa osallistujamäärä oli yhteensä 412, joka on keskimäärin 17 osallistujaa jokaisessa tilaisuudessa. Kuortaneen Säästöpankkisäätiön toiminta-alueen tilaisuuksissa keskimäärin 14 ja Töysän Säästöpankkisäätiön toiminta-alueen tilaisuuksissa keskimäärin 18 osallistujaa.

6.1 Määrälliset vaikutukset

Kohdepaikkakuntien sydänturvallisuudessa tapahtui hyviä muutoksia, verrattaessa alkutilannetta 10.3.2023 lopputilanteeseen 31.5.2024. Tarkastelua tehtiin Sydänturvallinen Suomi verkkopalvelun osamittarien ja defi.fi karttapalvelun antaman numeeristen tietojen pohjalta, jotka kerättiin alla oleviin taulukoihin 2 ja 3 vertailun helpottamiseksi ja muutoksen todentamiseksi.

TAULUKKO 2. Sydänturvallisuuden alkutilanne 10.3.2024 hankkeen paikkakunnilla.

Alkutilanne 10.3.2023									
Paikkakunnat	Asukas luku	Sydäniskurien määrä	Sydäniskurit 24/7	Sydänturvallisuuden tasoluokka, maksimi 100	Sydäniskurien määrä 1000 asukasta kohti	Sydäniskurien sijoittelu rsikialueille	Sydäniskurien sijoittelu 65+ asukkaiden mukaan	Sepelvaltimo-tauti-indeksi	EA koulutukset 1000 asukasta kohti
Alajärvi	9 311			56,8 (P)	23,6 (P)	12,9 (P)	16,6 (Hy)	3,5 (P)	2,8
Alajärvi		19	4						
Lehtimäki		3	0						
Alavus	11 197			30,4 (He)	8,9 (He)	12,2 (P)	5,7 (He)	3,5 (P)	3,9
Alavus		4	1						
Töysä		5	2						
Kuortane	3 528	6	1	36,4 (P)	17 (P)	9,1 (He)	6,6 (P)	3,5 (P)	2,2
Ilmajoki	12 366	15	3	36,3 (P)	12,1 (He)	10,6 (P)	10 (P)	3,5 (P)	3,7
Seinäjoki	64 736			44,9 (P)	16,8 (P)	9,2 (He)	15,2 (Hy)	3,5 (P)	4,6
Seinäjoki		82	4						
Ylistaro		8	0						
Nurmo		12	0						
Peräseinäjoki		7	0						
Ähtäri	5 484	17	4	54,3 (P)	31 (Hy)	13,1 (P)	6,6 (P)	3,5 (P)	2,5
Yhteensä		178	19						

Taulukossa 2 on väritetty ruskealla ne paikkakunnan osamittarit, jotka vaikuttavat sydänturvallisuuden tasoon heikkoina kohtina. Taulukko osoittaa, että Alavudella lähtötilanne oli monen osamittarin kohdalla heikko. Kuortaneella, Ilmajoella ja Seinäjoella oli myös yksittäisiä heikkoja osamittareita. Taulukossa keltaisella on kuvattu hyvälle tasolle yltäviä osamittareita ja alkuvaiheessa niitä oli vain kolmella paikkakunnalla: Alajärvi, Seinäjoki ja Ähtäri. Seurasimme hankkeen aikana sydäniskurien määrän lisääntymistä ja niistä 24/7 saatavilla olevien sydäniskurien määrän nousua. Nämä luvut paikkakunnittain ovat taulukossa 2, omassa otsikoidussa sarakkeessa. Lähtötilanteessa hankkeen paikkakunnilla oli 178 sydäniskuria, joista 19 kpl (10,6 %) oli saatavilla rajoituksetta 24/7.

Hankkeen loppuminen määräytyi viimeiseen 30.5.2024 pidettyyn sydänturvallisuustilaisuuteen, jolloin kaikki tässä hankkeessa sijoitetut sydäniskurit olivat kirjattu defi.fi rekisteristerein.

TAULUKKO 3. Sydänturvallisuuden lopputilanne hankkeen paikkakunnilla 31.5.2024.

Lopputilanne 31.5.2024									
Paikkakunnat	Asukas luku	Sydäniskurien määrä	Sydäniskurit 24/7	Sydänturvallisuuden tasoluokka, maksimi 100	Sydäniskurien määrä 1000 asukasta kohti	Sydäniskurien sijoittelu rsikialueille	Sydäniskurien sijoittelu 65+ asukkaiden mukaan	Sepelvaltimo-tauti-indeksi	EA koulutukset 1000 asukasta kohti
Alajärvi	9 183			66 (P)	32,6 (Hy)	13 (P)	16,6 (Hy)	3,5 (P)	0,6
Alajärvi		27	7						
Lehtimäki		4	1						
Alavus	11 102			41,1 (P)	18,9 (P)	12,9 (P)	5,7 (He)	3,5 (P)	0,7
Alavus		13	6						
Töysä		8	4						
Kuortane	3 437	15	4	69,4 (Hy)	40 (Hy)	12,5 (P)	13,3 (P)	3,5 (P)	0,5
Ilmajoki	12 369	24	7	44,9 (P)	19,4 (P)	11,9 (P)	10 (P)	3,5 (P)	3,8
Seinäjoki	65 323			51,6 (P)	22,9 (P)	9,2 (He)	15,8 (Hy)	3,5 (P)	2,9
Seinäjoki		112	11						
Ylistaro		10	2						
Nurmo		18	3						
Peräseinäjoki		10	2						
Ähtäri	5 406	27	13	64,1 (P)	40 (Hy)	10,5 (P)	10 (P)	3,5 (P)	0,1
Yhteensä		268	60						

Hankkeen jälkeen kuvattu tilanne taulukossa 3 osoittaa, että heikkojen osamittarien määrät (ruskeat) ovat vähentyneet ja hyvien (keltaisten osamittarien) määrä ovat lisääntyneet. Sydäniskurien määrä on hankkeen aikana lisääntynyt 268 sydäniskuriin, joista 60 kpl (22,4 %) on nyt 24/7 saatavilla.

Lopputilanteessa oli sydäniskurien määrä kasvanut 90:llä sydäniskurilla alkutilanteeseen nähden, vaikka Kuortaneen ja Töysän Säästöpankkisäätiön rahoittamana sijoitettiin vain 24 uutta sydäniskuria. Hankkeella ja sen näkyvyydellä lehdissä sekä somessa ja saattoi olla vaikutusta siihen, että uusia sydäniskuria hankittiin alueelle ja rekisteröimättömiä rekisteröitiin. Lisäksi LEADER kehittämisyhdistysten pienhankerahoituksella on saatettu hankkia sydäniskuria paikkakunnille.

6.2 Toiminnasta saadut palautteet- osallistujien kokemuksia

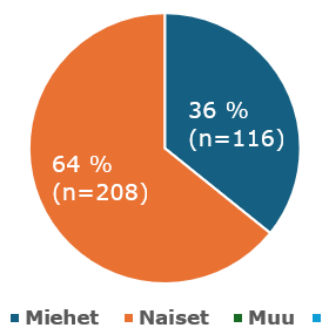
Osallistujilta kerättiin sydänturvallisuustilaisuuksissa palautetta A4 paperisen palautelomakkeen avulla. Nämä paperiset lomakkeet hankekoordinaattori syötti tilaisuuksien jälkeen Webropol -kyselyohjelmaan. Toinen mahdollisuus vastaajilla oli tilaisuuksissa täyttää QR-koodilla älykännykällä avattava Webropol -kysely. Näitä täyttöjä tuli vähäinen määrä.

Kysely oli vapaaehtoinen ja se mahdollistettiin Kuortaneen ja Töysän sekä Rengon ja Hauhon säästöpankkisäätiöiden rahoittamissa sydänturvallisuustilaisuuksissa, joten vastaajien määrä nousi yhteensä 334. Kaikki eivät vastanneet kaikkiin kysymyksiin, joten kunkin kysymyksen vastaajamäärissä on vaihtelua kokonaisvastaajamäärään verrattuna.

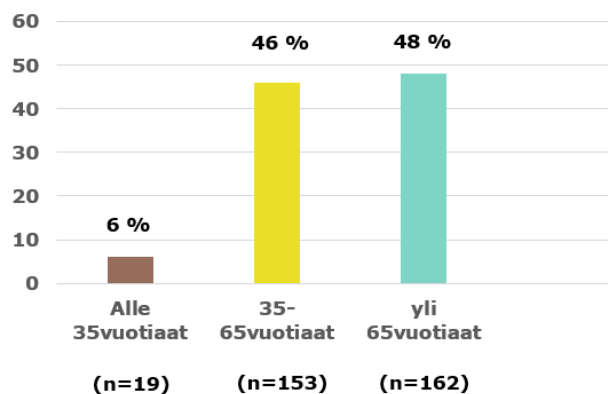
Seuraavassa palautelomakkeista saatuja osallistujien vastauksia graafisina piirakkakuvinäinä ja prosenttiosuuksina, joissa vastaajien määrät ovat näkyvissä.

Naisvastaajia oli puolet enemmän kuin miehiä, ja vastaajista lähes kaikki olivat 35-vuotiaita tai sitä vanhempia.

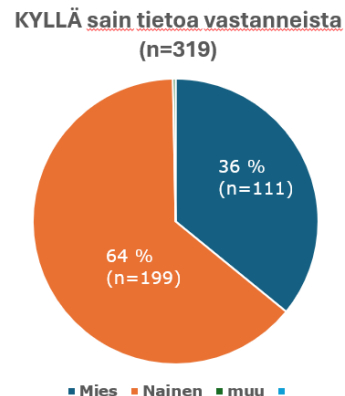
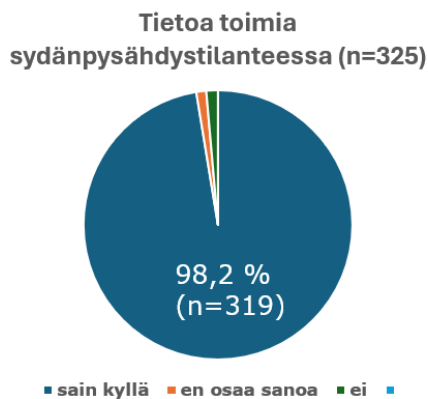
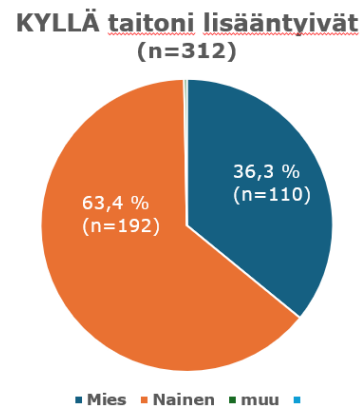
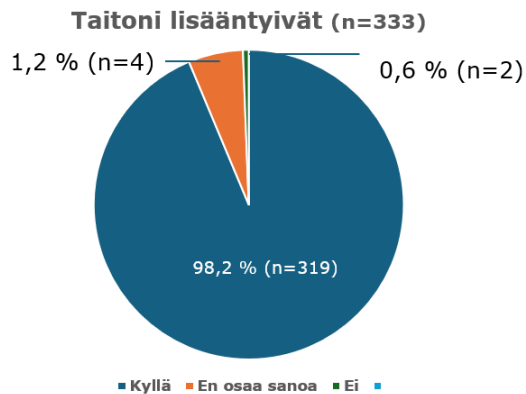
Sukupuolijakauma (n=325)



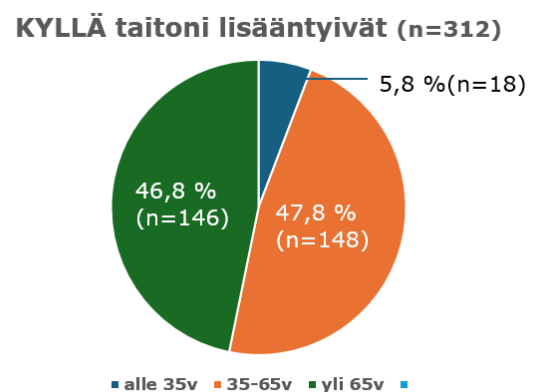
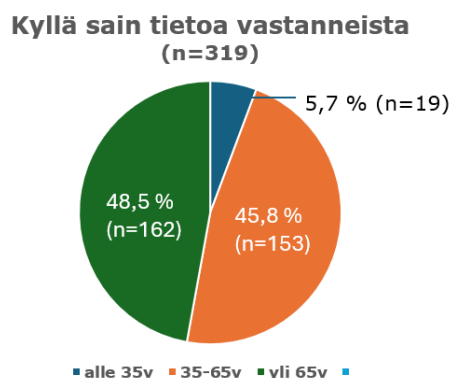
Eri ikäluokkiin kuuluvien %-määrä (n=334)

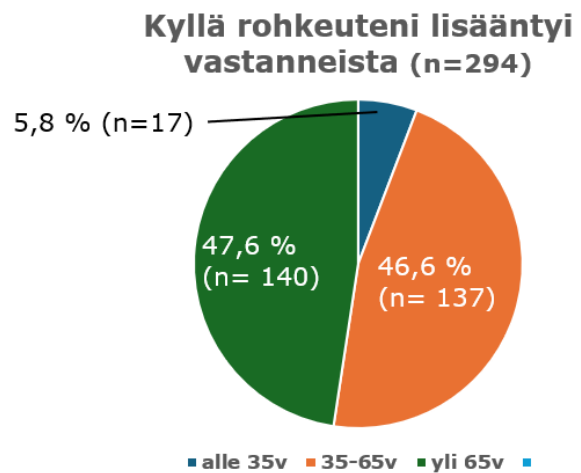
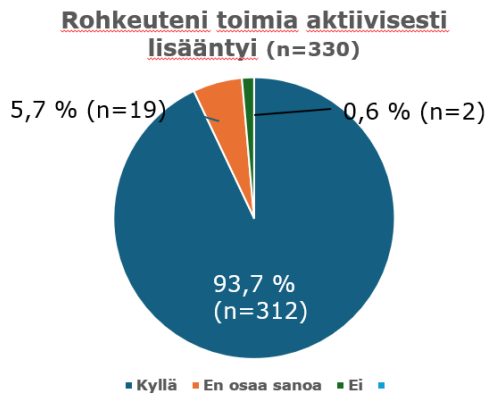


Valtaosalle vastaajista oli sydänturvallisuustilaisuuksien pohjalta tullut kokemus oman tiedon lisääntymisestä sydänpysähdystilanteessa auttamisen varalle. Näistä kyllä-vastauksen antajista naisia oli yli puolet ja lähes yhtä paljon 35-65-vuotiaiden kuin yli 65-vuotiaiden ryhmään kuuluvia.



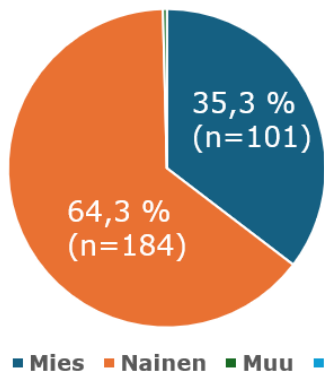
Vastaajien elvytysvalmiuksiin liittyvän elvytystaidon ja tiedon lisääntymisen kokemusta kysyttiin. Yllä olevissa piirakkakuviissa nähdään, että lähes kaikki vastaajat kokivat sydänturvallisuustilaisuuksien lisäkkeen elvytystietoja ja taitoja. Miehet ja naiset kokivat taidoissa ja tiedoissa sekä valmiudessa toimia sydänpysähdystilanteessa tapahtuneen edistystä. Lähes kaikki osallistujat vastasivat ”kyllä” tietojen ja taitojen saamiseen, eikä keski-ikäisten tai vanhempaan ikäryhmään kuuluvien vastaukset eronneet. Taidot kohenevat matalankynnyksen tilaisuuksissa kaikenikäisillä miehillä ja naisilla.





Naisten rohkeuden kokemus vankistui enemmän kuin miesten. Rohkeuden lisääntymisen kokemus oli samansuuntaista 35-65-vuotiailla kuin yli 65-vuotiailla.

KYLLÄ rohkeuteni lisääntyi vastanneista (n=294)



Kokemus paineluelvytyksestä (n=334)

- Vastaajista 10 % (n=64) koki paineluelvytyksen harjoitusnukella helpoksi
- Vastaajista 72 % (n=240) koki sen sopivan haastavaksi
- Vastaajista 9% (n=30) koki vaikeaksi,
 - Vaikeaksi kokeneista naisia oli 11,5 % (n=24) ja yli 65vuotiaita 12,9 % (n=21).

Kokemus tarvitaanko jatkossa mahdollisuuksia harjoitella (n=333)

- Vastaajista 62 % (n=205) koki tarvitsevansa harjoittelumahdollisuuksia jatkossakin
- Vastaajista 38,4 % (n=128) ei osannut sanoa tai kokivat etteivät tarvitse
 - Tässä vastausluokassa en osaa sanoa vastaajien määrä (32,1 % (n=107) nousi korkeaksi, ei vastaajien määrä oli 6,3 % (n=21).
 - "En osaa sanoa" vastauksia antaneissa miesten (31,9 %) ja naisten (31,7 %) sekä 35-65vuotisten (32 %) sekä yli 65vuotisten (32,3 %) osuuksissa ei ollut huomattavaa poikkeamaa

Edistikö sydänturvallisuustilaisuus asuinympäristön sydänturvallisuutta (n=333)

- Vastaajista 97,6 % (n=325) koki, että kyllä edisti
- Vastaajista 2,4 % (n=8) ei osannut sanoa. Ei vastauksia ei ollut yhtäkään.
 - Naisia näistä "ei osaa sanoa vastaajista" oli 2,9 % (n=6) ja
 - Heistä iäkkäämpien yli 65vuotisten ryhmään kuuluvia 3,1 % (n=5)

Asuinympäristöön saatu sydäniskuri lisäsi kyläläisten yhteisöllisyyttä. Kun pyysimme tarkentamaan avoimella vastauksella, millä tavalla yhteisöllisyys lisääntyi, saimme 127 vastausta, joissa toistuivat monta kertaa sanat: turvallisuus, tiedon ja opin saaminen, yhdessä keskustelu, huolehtiminen, välittäminen, joista alle koostin vielä yhteenvedoksi yhteisöllisyyden kokemukset.

Kyläyhteisö koetaan isoksi perheeksi, jossa porukalla toimitaan yhteiseen hyvään pyrkien. Lähimmäisten auttaminen on kaikkien yhteinen asia. Asuinympäristöön saatu sydäniskuri, tieto sen toiminnasta ja yhdessä hankittu osaaminen sen käytöstä vahvistaa turvallisuuden tunnetta. Koettiin tärkeäksi, että moni osaa auttaa, kun apua tarvitaan. "Tämän tilaisuuden jälkeen tunnen ja tiedän, että saan apua nopeasti omassa asuinympäristössä asuvilta".

Ikääntyvällä ja yksin asuvalla yhteisöllinen turvallisuuden tunne vastauksista korostui. Palautteissa mainittiin "on hyvä tietää, että oli näin paljon kuulemassa asiasta ja kaikki he osaavat auttaa". Muutamissa tilaisuuksissa perustettujen asuinympäristön WhatsApp ryhmien odotetaan jatkossa toimivan keinona saada sydäniskurin tuoja ja elvytysapua paikalle.

Sydänturvallisuustilaisuudet kokosivat kylän väkeä yhteiseen sosiaaliseen hetkeen. Palautteissa nousi esiin sydäniskuri ja elvytys tärkeänä keskusteluteemana. Näitä hetkiä kaivataan ja toivotaan jatkossakin lisää. Sydänturvallisuustilaisuudet on koettu myös lähipalveluiksi kyliin, niiden tuontia kyliin kiiteltiin.

7 Viestintä ja näkyvyys

Sydäniskureihin ja lämpökaappeihin kiinnitettiin Kuortaneen ja Töysän säästöpankin tarrat rahoittajatahon näkyvyyden osoittamiseksi. Kun sydäniskuria ja lämpökaappia ehdotettiin luovutettavaksi saajatalolle, toimme aina esille sekä rahoittajatahon, hankkeen koordinoijan roolin ja paikallisen sydänyhdistyksen asiantuntijuuden paikallistuntemuksen antajana. Hanke-rahautuspäätöksen jälkeen ja ennen sydänturvallisuustilaisuuksia kirjoitettiin jokaisella paikkakunnalla ilmestyviin paikallislehtiin tiedote. Monet lehdet julkaisivat tiedotteet, mutta koska hankekoordinaattorille ei tule jokaista lehteä, oli niiden saanti haasteellista. Muutama saatu lehtikirjoitus on tämän raportin lopussa. Ennen sydänturvallisuustilaisuuksia hyödynnettiin paikkakuntien tapahtumakalentereja, joihin laadittiin ilmoitus tulossa olevista

tilaisuuksista. Alavuden kaupungin viestintähenkilö sometti ja jakoi laajasti Alavuden sydänturvallisuustilaisuuksien mainoksia, samoin Kuortaneen kunnan viestintäkoordinaattori edisti aktiivisesti tilaisuuksien näkyvyyttä.

Sydän-Suomen alueen some-kanavassa (Facebook) julkaistiin tulossa olevien sydänturvallisuustilaisuuksien mainoksia. Hankekoordinaattori jakoi mainoksia paikkakuntien facebook puskaradioissa, niihin ryhmiin liittymällä hyvissä ajoin. Paikalliset Sydänyhdistykset kirjoittivat omien kotisivujensa tapahtumakalentereissa sekä uutisissa heidän roolistaan olla mukana tällaisessa hankkeessa ja tiedottaen samalla tulevista tapahtumista. Lisäksi he julkaisivat facebook-ryhmissään somemainoksia.

Sydänturvallisuustapahtumissa rahoittajatahon edustajat pitivät lyhyen puheenvuoron, jossa kertoivat kyläläisille mahdollisuuksista edelleen hakea säästöpankkisäätiön avustuksia sopiiviin yhteistoimintakohteisiin. Yhteisnäköymisemme onnistui hienosti. Säästöpankkisäätiö näkyi logollaan jokaisen sydänturvallisuustilaisuuden mainoksissa, joita Sydän-Suomen alueelta tehtiin ja jaettiin. Hankekoordinaattorin toimesta Kuortaneen Säästöpankkisäätiön Roll Up oli sydänturvallisuustilaisuuksissa esillä, vaikka ei ketään säätiön edustajaa ollut paikalla.

Sydänturvallisuustapahtumien markkinointiin ja viestintään osallistuivat myös sydäniskuriensaajatahot. Hankekoordinaattori lähetti heille mainokset hyvissä ajoin ja myös he jakoivat mainoksia kylän somekanavilla. Joissakin tilaisuuksissa oli lehtitoimittaja mukana jutun tekemisessä. Lehtitoimittajien saanti iltatilaisuuksiin jutun tekoon on harmillisesti vähentynyt.

Ilkka-Pohjalainen maakuntalehti teki ison jutun lehteen lokakuussa 2023. Tuolloin toimittaja Mia Kärkkäisen kanssa sovimme uudesta jutusta, kun Kuortaneen ja Töysän säästöpankkisäätiöiden rahoittamat sydäniskurit olisivat paikoillaan ja sydänturvallisuustilaisuudet pidetty. Etelä-Pohjalaiset Kylät ry painoi 95 000 kpl määrän tiedotuslehden toukokuussa 2024, johon saimme koko sivun sydänturvallisuus jutun ja jossa sydäniskurin kuva lämpökaapissa oli merkattu näkyvästi Töysän Säästöpankkisäätiön tarralla. Nimikoimme kaikki 24 Sydäniskuria ja lämpökaappia joko Töysän tai Kuortaneen säästöpankkisäätiöiden tarroilla näkyvästi.

Sydäniskureita kuudelle paikkakunnalle

Etelä-Pohjanmaan 24 uutta sydäniskuria sijoitetaan ulos, jotta ne ovat aina käytettävissä. Anne Kettula Sydän-Suomen alue ryssä vinkkaa, että aiemmin sisälle asennetut iskurit kannattaa siirtää ulos lämpökaappiin.

Mia Kärkkäinen

Etelä-Pohjanmaan sydänturvallisuus ottaa ainoan sektion ensiöihin, sillä alueella on tuhossa pelkistään tuhden rahoituksen kautta yhä vanha sydäniskuri.

On upea asia, että iskureita tulee lisää. Maakunnassa tapahtuu noin sata sydänpysähdystä vuosittain. Se voi tapahtua kenehän tahansa, ja silloin tarvitaan iskuria, sanoo Sydänliiton Sydän-Suomen alue ry:n vastaavatoimittajan kehittäjä Anne Kettula.

Yhdistys on saanut Kuortaneen (1 iskuri) ja Töysän (Säästöpankkisäätiön (11 iskuri) yhteensä 64 000 euroa ikärehtien, lämpökaappien sekä niiden koordinoitua ja infoaapahtumien järjestämiseen.

Tuoret ajatukset on määritellyt sydäniskurirekisterin eli del.fi:n ja Sydänturvallisuuden

linen Suomi-tilausten perusteella.

Olemme valinneet paikat sille perusteella, ettei missä ole ollut tai on ollut hyvin vähän 24/7-iskureita eli ympäri vuorokauden käytettävissä olevia iskureita. Esimerkiksi Seinäjoen Nurmossa, Ylistarossa ja Poriinajoella niitä ei ole ollut.

Kettulalla on menettelyn soittokierros siltä, ottavakko tiettyjen rakennusten omistajien lisäksi vastaan.

Järjestämme loppuosaan paikoissa sydänturvallisuustilaisuuksia. Ensimmäinen oli Nurmossa Haal-

täällä 4.10. Seuraavat ovat Ilmajoella Huissin urheilutalolla 7.10., Ylistarossa Hankosen kylätalolla 9.10. ja Poriinajoella Seuralassa 12.10.

Kettula kannustaa tilaisuuksiin lähiseudun asukkaita ja muita.

Siellä näkee, miten iskuri käytetään, ja halokaaat pääsevät harjoittelemaan.

Sydänpysähdysten taustalla voi olla todettu sepelivammat, tai pysähdys saattaa olla sen ensimmäinen oire.

Jos sydän pysähtyy, sinä ei ehdi tekemään mit-

mittä esimerkiksi itonkyrön kunnantalossa.

Kettula kehottaa kaikkia lataamaan älykännykkinsä maksuttoman 112 Suomi-sovelluksen, myös työkannykoihin.

Sen kautta kun soittaa hätäpuhelun, hätäkeskus näkee soittajan sijainnin satelliittipaikannuksen ansiosta. Sovelluksesta soittaja näkee lähimmät rekisteröidyt iskurit. Hyvä vinkki on lukea kaverin kanssa pyöräilijälle ja etsiä kunnan kotoa lähimmät iskurit.

Syyti on myös opetella etukäteen, kuinka lämpökaappi avataan.

Kun oven avaa, alkaa se 10 sekunnin piippaus. Jos kuulet jossain sellaisen äänen, tiedät, että kyseessä voi olla hätätilanne.

Silloin riennetään apuun.

Elvytyspainelu on niin raskasta töulua, että sinä tarvitaan monta käsiaparia. Suurin käsin on painettava rimalastaa viidestä kuudesta senttiä alaspäin. Se on aika jykkä, koska alueella on lunta, russia ja kudoista. Ripelin taholin tempoksi sopii Ilo-Greenin Sioyri® -alve kappale. Se on YouTubeissa myös Fredin suomeksi lauluna.

Elvytys kestää kaksi mi-

nuuttia kerrallaan, sitten on iskuriin väle. Jos iskuri ei ole, elvytystä on jatkettava niin kauan kuin ensivastausta on paikalla.

Auttamaan kannattaa mennä senkin vuoksi, jos paikalla ei ole ketään, joka hakisi iskuriin.

Yksi vaihtoehto saada lisätietoa on ilmoittautua ensiapukursseille.

Vaikka kytäyhdistykset voivat aktivoida ja hakea avustusta kursseista saami- seksi.

Kettula kehottaa loppuun paljon muillekin tammille: iskuriin hankintaan voi hakea tukea.

Iskuri ja lämpökaappi maksavat yhteensä hieman yli 2300 euroa. Tarjolla on Leader- ja sääntörahoitusta. Voi käyttää myös loppuun mailla. Sinä hankittin kolmelle kyläläiselle oma iskuri. Maksajiksi saatiin yrityksiä, kunta ja pankki.

Isopöytä on nyt yhdeksän 24/7-iskuria ja kaikkiaan tuusina. Se on maakunnan sydänturvallisin kunta ja Suomen tilastossa peräti kolmannella sijalla.

Sydän-Suomen alue ry aikoo hakea ensi vuodelle Etelä-Pohjanmaalle EU-rahaa sydänturvallisuuden edistämiseksi edelleen.

Anne Kettula yllyttää hankkimaan lisää sydäniskureita pohjalaiskuntiin

Korsnäs ja Isojoki komeilevat Suomen sydänturvallimpien kuntien kärkikolmikossa. Petrattavaa on molemmissa maakunnissa.

Etelä-Pohjanmaa, Pohjanmaa
Mia Kärkkäinen

Kävelet kadulla keskustassa myöhään illalla, sydämesi pysähtyy ja kaadot maahan. Ohi kuljijia pyyhähtyy elvytämään sinua, ja toinen soittaa hätänumeroon 112.

Tarvitaan alle viidessä minuutissa sydäniskuria, joka voi pelastaa sydämesi rytmin. Kolmas auttaja selvittää 112 Suomi -kämppäsovelluksen avulla, löytyykö läheltä maallikoille tarkoitettua laitetta.

Mutta onko iskuria lyhyen matkan päällä ja vieläpä jo kinni meidän liikkeiden ulkoseinällä?

Sydänturvallisuutta parantaa Suomen kuntien sydänturvallisuustilasto. Maallikkokurien määrällä ja sijaitsemalla on suuri merkitys pisteytyksessä. Suurin mahdollinen pistemäärä on sata pistettä.

Toukokuun 23. päivänä kaksi pohjalaiskuntaa komeilee maan kärkikolmikossa. Toisena on Korsnäs Pohjanmaalla 79 pisteellä ja kolmantena eteläpohjalainen Isojoki 78 pisteellä. Molemmat ovat säilyttäneet asemansa viime vuodelta.

Pisteellä erolla pitää johtopaikkaa Kivijärvi (80). Maan keskiarvo on 48. Sen yllä oli puolet kumminkin pohjalaismakunnan kunnista.

Kun Ilkka-Pohjalainen teki vastaavan tilastojuttun viedessä 2022 leivillä, alueella vain Korsnäs ylsi hyvälle tasolle sydänturvallisuudessaan.

Nyt vuoden päättyä tilasto osoittaa, että samaan saraan on yltänyt viisi muutakin kuntaa: Etelä-Pohjanmaalla Isojoki, Karijoki ja Kuortane ja Pohjanmaalla Närpiö ja Uusikaarlepyy. Kunnat ovat kartasta tumman värineitä.

Huimimmin lukeutella on nousut Kuortane. Se on kipunut valtakunnan listalla sijalta 240 peräti 28:nneksi. Alavuekin on parantunut sijalta 268 sijalle 222. Monta kymmentä sijaa ylemmäksi on selvittänyt esimerkiksi Ahlari.

Pohjanmaalla aikojen kipuaja on Kristinankaupunki, se on hupannut sijalta 145 sijalle 107. Toista kymmentä sijaa ovat kunnostautuneet muun muassa Vasa ja Närpiö.

Anne Kettula Sydänturvallisuuden Suomen alue ryssä toimii vaasalaistoiminnan kehittäjänä Etelä-Pohjanmaalla, Pirkkanmaalla ja Kanta-Hämeessä. Hän toteuttaa, että Etelä-Pohjanmaan sydänturvallisuus on vahvistunut.



Sydänturvallisuuteen perehtynyt Anne Kettula kertoo, että on tärkeää tietää ilon sekä, miten maallikkosydäniskuriin kaappi avataan. Haastattelun jälkeen hän opastaa kauhavalajasta Erkkilä Kauhavan S-marketissa. -En ole aiemmin avannut tällaista, Erkkilä kertoo. KLAAR: MIA KÄRKKÄINEN

Sydänturvallisuus

Suhteissa on kunnat: sijainnin- ja väestömuutokset.

Sydänturvallisuus kertoo, kuinka hyvin tietyllä alueella on varauduttu sydänpysähdystilanteisiin maallikkoselvityksen näkökulmasta. Sydänturvallisuus määritetään neljän mittarin avulla: Sydänskurien määrä, niiden sijointi, sepeleväimäisyys ja maastotila ja niiden yhteisvaikutus. Suurin painoarvo on sydänskurien määrällä (40 %). Apumittarina on ensiapuolustuksen suhteellinen määrä.

Suurin pistemäärä on 100.

Hyvä: yli 66,67
Parannettavaa: 66,67-77,77
Heikko: alle 66,67

Koko maan lukema: 48
Paras lukema: Kivijärvi 81
Huonoin lukema: osa Ahvenanmaan kunnista 0, muuten 19
Keskittynyt: 19

Lähde: Suomen Sydänturvallisuuskeskus, 2023/2024

Toukokuussa 2022 kartassa oli kuusi heikon tuloksen kuntaa ja vain yksi hyvä. Nyt hyviä on jo kuusi eikä heikkoja ole enää yhtään.

- Paras tilanne on Kivijärvellä, Isojoella, Karijoella, Teuvalla ja Alajärvellä. Eniten petrattavaa on Iisossakylässä, Vimpelissä, Alavudella ja Kurikassa. Myös sivukylät kaipavat iskuria kaikilla paikkakunnilla.

Palikka iskuri rakennettiin vuonna 2023.

Huomioitavaa on sekin, että iskurin akku kestä viitisen vuotta. Kettula näki viimeksi samankaltaista vanhentuneen akun Lempiälässä. Etelä-Pohjanmaan sata vanhinta iskuria saatavat olla sen ikäisiä, että akun vaihtaminen on pian ajankohtaista. Jos iskuria ei ole tarvitta, vaihtaminen voi muuttua.

Kuluvana vuonna Kuortaneen ja Toivon sydänturvallisuuskäsitteet rakennettiin 24 ympäristövuorokauden saatavilla olevaa iskuria lämpökaappiin.

Ne päättyivät Seinäjoelle (8), Alavudelle (5), Alajärvellä (4), Iisossakylä (3) ja Ahlariin (1). Etelästä kertoo, että kunnissa on

FAKTA

Sydänturvallisuus

- Maakunnat: 1) Keski-Suomi 58/100 pistettä, 2) Satakunta 57, 3) Pohjanmaa 56, 4) Itä-Uusimaa 55, 5) Etelä-Pohjanmaa 55, ... 30) Pirkkanmaa 49.
- Pohjanmaalla on 442 sydäniskuria, jotka on rekisteröitytietojärjestelmään.
- Iskuri on pidettävä saadaksi sivukylä, koska ensihoidon saaminen kestää lähes kaikkien kunnissa. Sijainti saa 0,8/30 pistettä. Arvosana heikko.
- 65-vuotiaiden asutuksen tilastointi 13,3/30 pisteen verran. Arvosana parannettava.
- Etelä-Pohjanmaalla on 465 iskuria. Kyllä sijaitsevat 12,2 pistettä, arvosana parannettava. Sama arvosana (12,2) tulee siitä, kun kunnissa on sijaitsevat yli 65-vuotiaiden asutuksen tilastointi. Lähde: Suomen Sydänturvallisuuskeskus 2023/2024

- Neuvon alkuun iskurin hankinnassa, mutta pidä enää tilauksia. Viimeinen tilaus alkua Kuortaneen lämpökaappien laavulla 30. toukokuuta iltaan. Vastaavien tilauksien voi kysyä vetäjältä paikallisesta sydänturvallisuustyöstä ja SPR:n yhdistyksistä. Kettula huomauttaa, että on



18(21)



Sydäniskurikaapit ja sydäniskurit tarroitettiin Kuortaneen ja Töysän Säästöpankkisäätiön tarroilla



Ilmajoen seurakunta

2 pv · 🌐



Ilmajoen Sydänyhdistys lahjoitti Ilmajoen seurakunnalle sydäniskurin ja lämpökaapin. Sijoituspaikka on Tuomi-Ahon srk-koti... Näytä lisää





Ähtärinjärven Sydänyhdistys sai Ähtärissä ilmestyviä lehtiä hyvin yhteistyöhön hankkeen uutisointiin.



Kuortaneen ja Töysän Säästöpankkisäätiön rollupit nostettiin tilaisuuksissa esiin, riippuen kummanko alueella sydänturvallisuustilaisuus järjestettiin.



**Halkosaaren koululle
Seinäjoella
(Kitinojantie 49)
on asennettu
24/7 saatavilla oleva
sydäniskuri !**

**Ti 12.12.2023
klo 18.00-20.00
järjestetään
kaikenikäisille asuinalueen
asukkaille suunnattu
sydänturvallisuustilaisuus**

**Tervetuloa
sydäniskurin käytön ja
elvytyksen opastukseen.**

**Kuortaneen
Säästöpankkisäätiö**




Some mainokset oli kaikissa tilaisuuksissa samanlaisella pohjalla, rahoittajataho aina näkyvissä

**Alajärvellä Paalijärven kyläkoululle
on asennettu
24/7 saatavilla oleva
sydäniskuri !**



**La 3.2.2024
klo 12.00-14.00**

**(Jussilantie 4)
Järjestetään
avoin**

sydänturvallisuustilaisuus.

**Sydäniskurin toimintaa ja sen käyttöä
elvytyksessä ovat opastamassa
Anne Kettula Sydäneliiton Sydän-Suomen alueelta
yhdessä Alajärven Sydänyhdistyksen kanssa**

**Tilaisuuteen kutsutaan erityisesti kaikkia
asuinalueen asukkaita, perheitä, yritysten
ja yhdistysten edustajia.
Tarjoilua on. Tervetuloa !**

**Töysän
Säästöpankkisäätiö**



Jaoimme PDF-mainoksia samalla pohjalla, joissa rahoittajan ja paikallisen sydänyhdistyksen logot näkyvissä.

Liitteet

Liite 1 Kahdenväliset luovutussopimukset Kuortaneen Säästöpankkisäätiön rahoittamien uusien sydäniskurien ja lämpökaappien saajatahojen kanssa (1-13)

Liite 2 Kahdenväliset luovutussopimukset Töysän Säästöpankkisäätiön rahoittamien uusien sydäniskurien ja lämpökaappien saajatahojen kanssa (1-11)

Seinäjoella 3.9.2024

Ulla Harala

Anne Kettula

Ulla Harala, toiminnanjohtaja

Anne Kettula, TtM, ft (AMK)

Sydän-Suomen alue ry

Vapaaehtoistoiminnan kehittäjä