

Tarkastuslista ikäihmisille

AJATUKSIA KOTITAPATURMIEN EHKÄISEMISEKSI

Kyllä **Ei**

	Kyllä	Ei
Onko puhelimen lähellä hätänumerot? Yleinen hätänumero 112		
Onko asunnossa toimiva ja oikein sijoitettu palovaroitin? Palovaroitin sijoitetaan makuuhuoneiden ja muiden tilojen väliin ja ylemissä kerroksissa portaikon yläpuolelle. Palovaroittimia on oltava vähintään yksi kutakin alkavaa 60 m2 kohti.		
Onko palovaroittimen patterikotelo sijoitettu niin, että patterit on helppo vaihtaa?		
Ovatko alkusammutusvälineet saatavilla ja kunto tarkistettu? Alkusammutusvälineitä ovat mm. sammutuspeite ja käsisammutin.		
Osaatko käyttää kotisi alkusammutusvälineitä?		
Onko liedessäsi turvallisuutta parantavia toimintoja? Esim. ylikuumenemissuoja, turva- ajastin.		
Ovatko sähkölaitteet ja -johdot kunnossa?		
Ovatko sähköjohdot kiinnitetty/pois tieltä?		
Ovatko päivittäin tarvittavat käyttöesineet helposti saatavilla?		
Onko asunnossa tukevat taloustikkaat?		
Ovatko huonekalut ja matot tukevasti asetettu?		
Ovatko kulkureitit vapaat? Kulkureitit on hyvä pitää vapaana ja esteettömänä, sillä aikaa pelastautumiseen on vain pari, kolme minuuttia.		
Ovatko kynnykset tarpeeksi matalat?		
Onko wc- ja pesutilojen lattiat turvalliset?		
Onko portaissa sekä wc- ja pesutiloissa tarvittavat ja turvalliset tukikahvat tai kaiteet?		
Onko kotisi valaistus riittävä?		
Onko valokatkaisimia tarpeeksi?		
Ovatko ulkojalkineet turvalliset ja kunnossa?		
Ovatko pihapiirin kulkuväylät kunnossa? Kesällä ja talvella.		
Onko pihapiirin valaistus riittävä?		
Onko talo numeroitu ja numerot näkyvillä?		
Onko kotisi vara-avain turvallisessa paikassa tai henkilöllä?		

Tarkastuslista ikäihmisille

Muita huomioitavia asioita:

Pidätkö liikuntakykyä säännöllisesti yllä?

Oletko päivittäin yhteydessä johonkin läheiseen tai tuttavaan?

Tietääkö joku missä olet, jos olet pitempään poissa kotoa?

Syötkö säännöllisesti?

Onko tarvetta turvapuhelimeen/ hälyttimeen?

Ovatko käytössäsi olevat apuvälineet riittävät?

Oletko tarkistuttanut näkösi vuoden sisällä?

Onko käytössäsi oleva lääkitys ajan tasalla?

(mm. voimassaolevat reseptit ja käytössäsi olevat lääkkeet eivät ole vanhentuneita)

Onko kotonasi ensiaputarvikkeita?

Onko varauloskäynti olemassa ja esteetön?

Pääsetkö poistumaan asunnosta 2-3 minuutissa?

Onko talon osoite ja koordinaatit tiedossa?

Apu tulee ensisijaisesti perille osoitteen perusteella, mutta on olemassa tapauksia, joissa osoite ei ole selkeä. Koordinaattien avulla hätäkeskus voi hälyttää paikalle apua, vaikka tarkkaa osoitetta ei olisi-kaan mahdollista antaa.