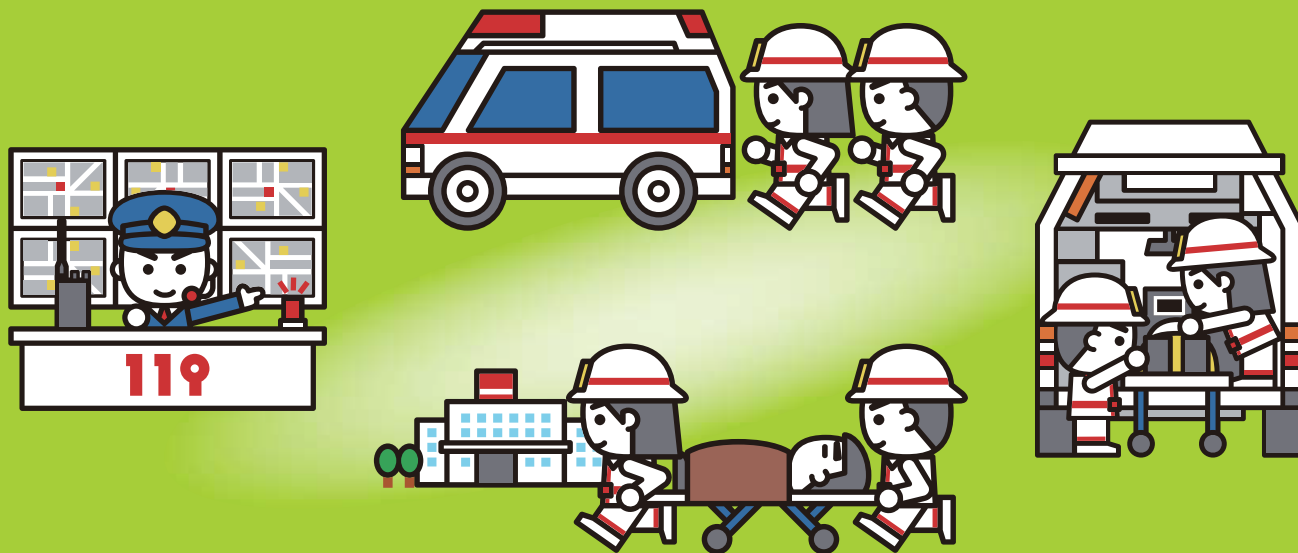


Guía de servicios de ambulancia

救急車利用ガイド スペイン語版



Llame al "119" cuando requiera un servicio de ambulancia

救急車が必要なときは「119」に電話をしてください。

Esta guía explica cómo utilizar los servicios de ambulancia en Japón y lo que debe tener en cuenta cuando los utilice. このガイドでは、日本での救急車を呼ぶ際の方法と、注意すべき点を説明しています。

- Cómo llamar a una ambulancia 救急車の呼び方 2, 3
- Ejemplos de signos y síntomas que indican que se requieren servicios de ambulancia (adultos y niños) 4, 5
救急車が必要な症状 (大人と子ども)
- ¿Qué es la enfermedad por calor? 熱中症とは 6, 7
- Algunos consejos para llamar a una ambulancia 救急車を呼ぶときのポイント 8

※ El servicio de ambulancia está disponible para cualquier persona en Japón.

緊急の病気やケガの際は誰もが救急車を利用することができます

Cómo llamar a una ambulancia 救急車の呼び方

Después de recibir la llamada al 119, el operador le hará algunas preguntas necesarias para el envío de una ambulancia. Si la situación es grave, se enviará la ambulancia antes de que se hayan formulado todas estas preguntas.

119に電話をすると、指令員（消防のオペレーター）が救急車の出動に必要なことを、順番にお聞きします。緊急性が高い場合は、すべてを聞く前に救急車が出動します。

※ **Si hay personas que hablan japonés a su alrededor, pídale ayuda.**

※ **あなたの周囲に日本語を話せる人がいる場合は、お手伝いをお願いしてください。**

Mantenga la calma y responda lentamente. あわてず、ゆっくりと答えてください

1 Dígle al operador que se trata de una **emergencia médica**. 救急であることを伝える



Cuando llame al 119, primero dígle al operador que se encuentra en una emergencia médica. Puede llamar al 119 a través de un teléfono móvil, PHS, teléfono fijo o teléfono público.

電話に出た指令員（消防のオペレーター）に救急であることを伝えてください

2 Dígle al operador **la ubicación de la emergencia**. 救急車に来てほしい住所を伝える



Indique el lugar donde se encuentra. Si no conoce la dirección, describa un edificio o una intersección cercanos como punto de referencia.

あなたがいる場所を教えてください。住所がわからない場合は、近くの建物や交差点などの目印を教えてください。

3 Explique sus **síntomas**. 具合の悪い方の**症状**を伝える



Explique sus síntomas y cuándo comenzaron.

誰が、いつから具合が悪くなったかを伝えてください

4 Diga su **edad**. **年齢**を教える



Si usted no es el paciente, en lugar de llamar a otros, dígame al operador cuántos años tiene o qué aspecto tiene el paciente.

具合の悪い方の年齢を伝えてください。年齢がわからない場合は、おおよその年齢を伝えてください。

5 Proporcione su **nombre y datos de contacto**. **あなたの名前と連絡先**を伝える



Proporcione su nombre y un número de teléfono, para que podamos localizarlo incluso después de que finalice la llamada al 119.

El equipo podrá comunicarse con usted si no pueden encontrar su ubicación.

あなたのお名前と119通報後も連絡が取れる電話番号を伝えてください。場所が不明なときなど、問い合わせることがあります。

※ Además de esto, el operador puede pedirle más detalles e información sobre su condición médica o la del paciente. Proporcione tanta información como sea posible.

※ El flujo que se ilustra arriba es uno de los casos más comunes de comunicación con los operadores del “119”.

※その他、消防の指令員（オペレーター）から詳しい症状などについて尋ねられることがあります。答えられる範囲で伝えてください。

※上記に示したものは、一般的な聞き取り内容です。

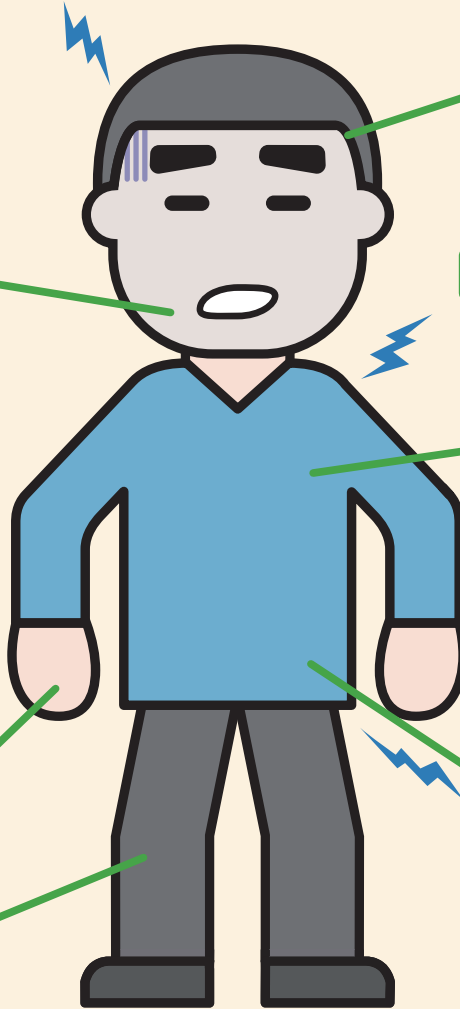
No dude en llamar a una ambulancia si tiene alguna de las siguientes condiciones.
 重大な病気やけがの可能性がります!

Cara 顔

- Tiene dificultades para moverse o siente entumecimiento en la mitad de la cara.
顔半分が動きにくい、または、しびれる
- Asimetría facial al sonreír
ニコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- Arrastra las palabras o habla de modo incorrecto
ろれつがまわりにくく、うまく話せない
- Tiene dificultades para ver
見える範囲が狭くなる
- Visión doble
突然、周りが二重に見える
- Obviamente se ve enfermo
顔色が明らかに悪い



Adulto 大人



Cabeza 頭

- Dolor de cabeza intenso y repentino
突然の激しい頭痛
- Fiebre alta repentina 突然の高熱
- Mareos intensos que requieren ayuda para ponerse de pie
支えなしで立てないぐらい急にふらつく

Pecho y espalda 胸や背中

- Dolor severo repentino 突然の激痛
- Falta de aire repentina o dificultad para respirar
急な息切れ、呼吸困難
- Sensación de compresión en el pecho durante unos minutos
胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2~3分続く
- Dolor que se desplaza por el cuerpo
痛む場所が移動する

Brazos y piernas 手・足

- Entumecimiento repentino
突然のしびれ
- Debilidad repentina de su pierna y/o brazo en un lado del cuerpo
突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

Estómago おなか

- Dolor abdominal intenso y repentino
突然の激しい腹痛
- Dolor abdominal intenso y continuo
激しい腹痛が持続する
- Vómitos con sangre 血を吐く
- Sangre en las heces
便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

Estado mental anormal 意識の障害

- Estado inconsciente (el paciente no responde) o estupor
意識がない(返事がない)またはおかし(もうろうとしている)
- Agotamiento ぐったりしている



Náuseas 吐き気

- Náuseas intensas con sudores fríos
冷や汗を伴うような強い吐き気

Convulsión/Ataque けいれん

- Convulsión continua けいれんが止まらない
- Pérdida de conciencia incluso después de la terminación de la convulsión
けいれんが止まっても、意識がもどらない

Traumatismo/ Quemadura けが やけど

- Traumatismo con sangrado masivo
大量の出血を伴うけが
- Quemadura extensa 広範囲のやけど



Deglución 飲み込み

- Disnea con comida atascada en la garganta
食べ物をのどにつまらせて苦しい
- Pérdida del conocimiento después de tragar algo
変なものを飲み込んで意識がない



Accidente 事故

- Accidente de tráfico con golpe de alta impacto
交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- A punto de ahogarse 水におぼれている
- Caídas desde un lugar alto 高いところから落ちた

◎ Cualquier otra situación en la que el estado del paciente sea anormal o inusual.
 その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

No dude en llamar a una ambulancia si tiene alguna de las siguientes condiciones.

こんなときには すぐに119番

Niño (menor de 15 años) こども (15歳以下)

Cabeza 頭

Cara 顔

- Labios azules
くちびるの色が紫色
- Obviamente se ve enfermo
顔色が明らかに悪い

- Se queja de dolor de cabeza con convulsione/ataques
頭を痛がって、けいれんがある
- Sangrado continuo, pérdida o anomalía de la conciencia y estado mental anormal debido a un fuerte golpe en la cabeza con algo
頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

Pecho 胸

- Tos violenta y/o sibilancias
激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- Respiración débil
呼吸が弱い

Estómago おなか

- Diarrea o vómitos severos, no comer ni beber, estado mental anormal
激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- Sufre de un fuerte dolor de estómago
激しいおなかの痛みで苦しがる
- Vómitos continuos
嘔吐が止まらない
- Heces con sangre
便に血がまじった

Brazos y piernas 手・足

- Rigidez de piernas y/o brazos
手足が硬直している



Estado mental anormal 意識の障害

- Estado inconsciente (el paciente no responde) o estupor
意識がない (返事がない)
またはおかしい (もうろうとしている)

Convulsión けいれん

- Convulsión continua
けいれんが止まらない
- Pérdida del conocimiento después de una convulsión.
けいれんが止まっても、意識がもどらない

Deglución 飲み込み

- Pérdida del conocimiento después de tragar algo
物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

Urticaria じんましん

- Urticaria de todo el cuerpo y palidez de la cara después de la picadura de un insecto
虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった



Quemadura やけど

- Quemadura muy dolorosa
痛みひどいやけど
- Quemadura extensa
広範囲のやけど

Accidente 事故

- Accidente de tráfico con golpe de alto impacto
交通事故にあった (強い衝撃を受けた)
- Casi se ahoga 水におぼれている
- Caídas desde lugares altos
高いところから落ちた

Bebé menor de 3 meses 生まれて3カ月未満の乳児

- Algo está mal con un bebé
乳児の様子がおかしい



◎ En el caso de que los padres encuentren la condición de los niños anormal o inusual.
その他お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

<Para su información> Cómo prevenir las enfermedades causadas por el calor

熱中症を防ぐ方法

Es muy húmedo y caluroso durante el verano en Japón, y la temperatura a veces supera los 35°C (95°F). Como resultado, **más de 40.000 personas** son trasladadas de urgencia a hospitales por "enfermedades causadas por el calor" cada año. Debe tener suficiente cuidado para no **enfermarse por el calor**.

日本の夏は湿度が高く非常に暑いです。時には35°C（95F）を超える場合もあり、その結果、毎年**4万人以上**の方が熱中症のため病院に救急搬送されています。熱中症にならないよう注意が必要です。

¿Qué es la enfermedad por calor? 熱中症とは？

Los síntomas de la enfermedad por calor son temperatura corporal alta, mareos, malestar, convulsiones y estado mental anormal. Dado que la temperatura alta desestabiliza el equilibrio entre el agua y la sal (sodio) en su cuerpo, no puede controlar la temperatura de su cuerpo y, por lo tanto, se enferma a causa del calor.

Puede haber temperaturas y humedad altas incluso en interiores, lo que dificulta la liberación del calor del cuerpo. Por lo tanto, también debe tener cuidado de no enfermarse por el calor cuando se quede en casa.

温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウム）のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の障害など、様々な障害をおこします。

屋内でも室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

Los puntos de la prevención de las enfermedades causadas por el calor 熱中症予防のポイント

😊 **¡Compruebe la temperatura de su habitación con frecuencia!**
Le recomendamos que ponga un termómetro en su habitación.

部屋の温度をこまめにチェックしてください！部屋に温度計を置くことをお奨めします。

😊 **Utilice un acondicionador de aire o un ventilador para mantener la temperatura ambiente por debajo de los 28°C. (82°F)**

室温が28°C（82F）を超えないように、エアコンや扇風機を使用してください！

😊 **¡Beba agua incluso cuando no tenga tanta sed!**

のどが渇いていなくても水分補給をしてください！

😊 **Vístase con ropa fresca y holgada y use artículos para el sol cuando salga.**

外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策もしてください！

😊 **¡Descanse lo suficiente y no trabaje demasiado!**

無理をせず、適度に休憩をとってください！

😊 **¡Consuma comidas balanceadas y desarrolle una condición saludable!**

日頃から栄養バランスの良い食事を取り、健康的な生活をしてください！





Primeros auxilios para enfermedades causadas por el calor.

熱中症の応急手当



+ **Traslade a los pacientes a un lugar más fresco, aflójeles la ropa y recuéstelos.**

患者を涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる

+ **Encienda un acondicionador de aire y dirija el ventilador para enfriar el cuerpo de las víctimas.**

エアコン、扇風機をつけて体を冷やす

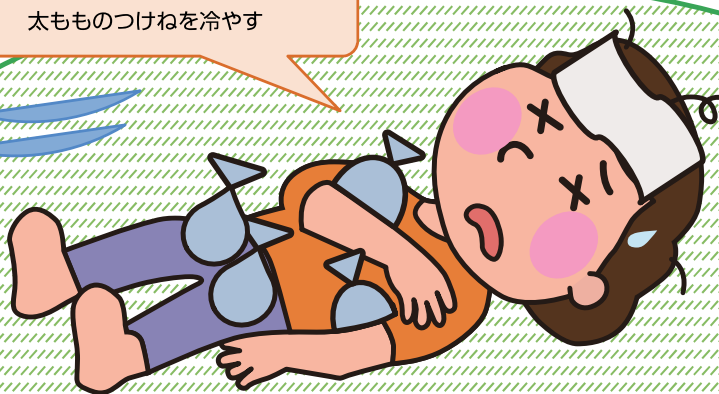
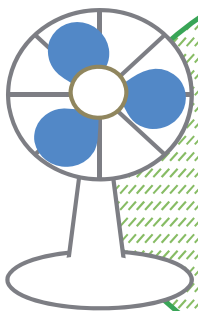


Refrésqueles la axila y la base del muslo.

首の周り・脇の下・
太もものつけねを冷やす

Déjelos beber agua poco a poco, si pueden.

飲めるようであれば
水分を少しずつ飲ませる。



⚠ En el caso de tener una enfermedad crónica o un niño, consulte a su médico de cabecera para obtener consejo sobre la prevención de las **enfermedades causadas por el calor**.
持病を持っている方や子どもの場合は、医師に相談し、熱中症予防のアドバイスをもらっておきましょう。

Llame a una ambulancia sin dudar en estas condiciones.

このような時は、迷わずに救急車を呼びましょう

※ Si hay personas que hablan japonés a su alrededor, pídale que le ayuden a llamar.

※あなたの周囲に日本語を話せる人がいる場合は、お手伝いをお願いしてください。



- **Cuando no pueda beber agua o moverse solo debido a que siente una fuerte debilidad o languidez.**
自分で水が飲めない場合、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合。
- **Cuando encuentre personas que presenten síntomas como falta de conciencia (o cuyo estado sea inestable) o convulsiones en todo el cuerpo.**
意識がない (おかしい) 全身にけいれんがある場合

Marque **119** para llamar a una ambulancia 救急車を呼ぶときの番号は「119」です

Sistema de transporte de emergencia en ambulancia (desde la llamada al 119 a la institución médica).

救急車による救急搬送（119通報から医療機関まで）



Si puede preguntar a las personas en el lugar, llévalas **al lugar donde la ambulancia llegará**. Esto ayudará a que el equipo de la ambulancia lo localice más rápidamente.

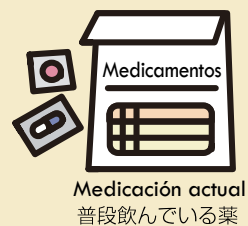
人手がある場合は、**救急車の来そうなところ**まで案内に出ると到着が早くなります。



Será útil si puede **preparar lo siguiente** cuando llame a una ambulancia.

救急車を呼んだら、**このような物を用意しておく**と便利です。

- Pasaporte (パスポート)
- Efectivo/Tarjeta de crédito (para pagar en el hospital) (現金/クレジットカード (病院での支払い))
- Medicación actual (普段飲んでいる薬)



Cuando llegue la ambulancia, **dígale al equipo de la ambulancia la siguiente información**.

救急車が来たら、**このようなことを伝えてください**。

- Las condiciones en las que ocurrió el accidente o la enfermedad. (事故や具合が悪くなった状況)
- Cualquier cambio que haya ocurrido antes de que llegara la ambulancia. (救急隊が到着するまでの変化)
- Los síntomas más dolorosos (最もつらい症状)
- Historial de enfermedades (持病)
- Medicación actual (普段飲んでいる薬)

La enfermedad es ●●●
病気は●●●です。

La medicación que toma regularmente es ■■■
普段飲んでいる薬は■■■です。

※ Será útil tener a mano una nota de su estado médico actual.

※ あなたの健康状態をメモにまとめておくと便利です。