

No dude en llamar a una ambulancia si tiene alguna de las siguientes condiciones.  
重大な病気を呼ぶ可能性があります！

**Adulto 大人**

**Carra 顔**

- Tiene dificultades para moverse o siente entumecimiento en la mitad de la cara. 顔半分が動かない、または、しびれる
- Asimetría facial al sonreír. ニッコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- Arrostra las palabras o habla de modo incorrecto. れつづまわりにくく、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

**Cabeza 頭**

- Dolor de cabeza intenso y repentino. 突然の激しい頭痛
- Fiebre alta repentina. 突然の高熱
- Muecas intensas que requieren ayuda para ponerse de pie. 支えなしで立てないくらい息がふらつく

**Pecho y espalda 胸や背中**

- Dolor severo repentino. 突然の激痛
- Falta de aire repentina o dificultad para respirar. 息がつかない、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. 痛み場所が移動する

**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

**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

**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

**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

**Náuseas 吐き気**

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

**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む
- Pérdida del conocimiento después de tragar algo. 食ものを飲み込んで意識がない

**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)
- A punto de ahogarse. 水におぼれている
- Caidas 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.  
こんなときには必ずすぐに119番

**Niño (menor de 15 años) こども (15歳以下)**

**Carra 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

**Pecho 胸**

- Tos violenta y/o sibilancias. 激しい咳やせーせーして呼吸が苦しそう
- Respiración débil. 呼吸が弱い

**Brazos y piernas 手・足**

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

**Cabeza 頭**

- Se queja de dolor de cabeza con convulsiones/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 duro que se golpea. 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

**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

**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)

**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

**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、顔色が悪くなる

**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
- Caidas 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(95°F)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.**

湿度や温度が高い中で、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

- ① **¡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すすめします。
- ② **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(82°F)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！
- ③ **¡Beba agua incluso cuando no tenga tanta sed!**  
のどが潤いていなくても水分補給をしてください！
- ④ **¡Vístase con ropa fresca y holgada y use artículos para el sol cuando salga.**  
外出の際は体を締めつけない涼しい服装で、日よけ対策もしてください！
- ⑤ **¡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！
- ⑥ **¡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, aflójelos 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

Déjeles 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も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 ayude 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) 全身にけいれんがある場合

# 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。

- Algunos consejos para llamar a una ambulancia 救急車を呼ぶときのポイント…………… 1
- 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) 救急車が必要な症状(大人と子ども)…………… 4
- ¿Qué es la enfermedad por calor? 熱中症とは…………… 5

※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

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



**Quando llegue la ambulancia, dígame 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う便利です。

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 Dígame al operador que se trata de una emergencia médica.**

**1 救急であることを伝える**

Quando llame al 119, primero dígame 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 Dígame al operador la ubicación de la emergencia.**

**2 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。



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教えてください。  
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。