

Đừng ngại gọi xe cứu thương nếu bạn gặp phải các tình trạng sau.

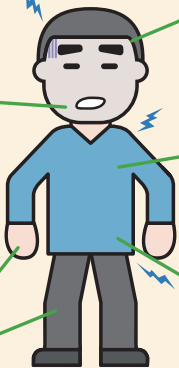
重大な病気やけがの可能性あります!

Khuôn mặt 顔

- Gặp khó khăn khi cử động hoặc cảm thấy tê bì ở một bên mắt
顔半分が動かない、または、しびれる
- Khuôn mặt bị lệch khi cười
ニコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- Nói nhịu hoặc phát âm không đúng
れつがまわびにくく、うまく話せない
- Khó khăn khi nhìn
見える範囲が狭くなる
- Chứng song thị
突然、周りが二重に見える
- Rô ràng trông đang bị ốm
顔色が明らかに悪い



Người lớn 大人



Đầu 頭

- Đau đầu dữ dội đột ngột
突然の激しい頭痛
- Đột ngột sốt cao
突然の高熱
- Chóng mặt nghiêm trọng cần giúp đỡ mới có thể đứng được
支えなしに立てられないようにふらつく

Ngực và lưng 胸や背中

- Đột ngột đau dữ dội
突然の激痛
- Đột ngột thở gấp hoặc khó thở
息急ぎ切れ、呼吸困難
- Cảm thấy ngực bị đè nặng trong vài phút
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
- Đau khi di chuyển
痛む場所が移動する

Dạ dày 胃

- Đột ngột đau bụng dữ dội
突然の激しい腹痛
- Đau bụng dữ dội liên tục
激しい腹痛が持続する
- Nôn ra máu
血を吐く
- Có máu trong phân
便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

Chân và tay 手・足

- Tê liệt đột ngột
突然のしびれ
- Chân và/hoặc tay đột ngột bị yếu một bên
突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

Trạng thái tinh thần bất thường 意識の障害

- Bất tỉnh (không có phản ứng) hoặc ngán ngờ
意識がない(返事が無い)またはおかしい(もうろうとしている)
- Kiệt sức
ぐったりしている

Buồn nôn 吐き気

- Buồn nôn dữ dội kèm theo toát mồ hôi lạnh
冷や汗やおうような激しい吐き気

Co giật kinh/Co giật けいれん

- Co giật liên tục
けいれんが止まらない
- Bất tỉnh ngay cả khi đã hết co giật
けいれんが止まっても、意識がもどらない

Nuốt 飲み込み

- Khó thở do bị nghẹn thức ăn trong cổ họng
食べ物をのどにつまらせて苦しむ
- Bất tỉnh sau khi nuốt phải thứ gì đó
食ものを飲み込んだ意識がない

Chấn thương/Bong けが やけど

- Chấn thương bị chảy máu nhiều
大量の出血を伴うけが
- Bị bong diện rộng
広範囲のやけど

Tai nạn 事故

- Tai nạn giao thông với lực va chạm mạnh
交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- Suy tụt chết đuối
水におぼれて落ちた
- Ngã từ trên cao
高いところから落ちた

◎ Bất kỳ tình huống nào khác mà tình trạng của bệnh nhân là bất thường hoặc khác thường.
その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

Đừng ngại gọi xe cứu thương nếu bạn gặp phải các tình trạng sau.

こんなときはすぐに119番

Khuôn mặt 顔

- Môi tái xanh <chị em> 色が紫色
- Rô ràng trông đang bị ốm
顔色が明らかに悪い

Trẻ em (dưới 15 tuổi) ども (15歳以下)

Đầu 頭

- Phàn nàn là đau đầu kèm theo co giật động kinh
痲を痛がって、けいれんがある
- Chảy máu không ngừng, mắt nhìn thực hoặc bất thường về ý thức do đập đầu mạnh vào một vật
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

Ngực 胸

- Ho dữ dội và/hoặc thở khó khê
激しい咳やせーせーして呼吸が苦しそう
- Thở yếu
呼吸が弱い

Chân và tay 手・足

- Chân và/hoặc tay cứng đờ
手足が硬直している



Trạng thái tinh thần bất thường 意識の障害

- Bất tỉnh (không có phản ứng) hoặc ngán ngờ
意識がない(返事が無い)またはおかしい(もうろうとしている)

Co giật けいれん

- Co giật liên tục
けいれんが止まらない
- Bất tỉnh sau khi co giật
けいれんが止まっても、意識がもどらない

Mề đay じんましん

- Nói mề đay toàn bộ cơ thể và mặt
全身にわたってじんましんが出て、顔色が悪くなった

Bong けが

- Vết bong gầy đau nhiều
痛みがひどいやけど
- Bong diện rộng
広範囲のやけど

Trẻ nhỏ dưới 3 tháng tuổi 生まれて3カ月未満の乳児

- Có vấn đề gì đó với trẻ
乳児の様子がおかしい

◎ Trong trường hợp cha mẹ thấy trẻ ở tình trạng khác thường hoặc bất thường.
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

<Cho mục đích cung cấp thông tin> Cách phòng ngừa sốt sốc nhiệt 熱中症を防ぐ方法

Mùa hè ở Nhật Bản rất nóng và ẩm, đôi khi nhiệt độ cao hơn 35°C (95°F). Do đó, mỗi năm có hơn 40.000 người phải cấp cứu tại bệnh viện vì "sốt sốc nhiệt". Bạn nên để ý cẩn thận để tránh bị sốt sốc nhiệt.

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。

Sốt sốc nhiệt là gì? 熱中症とは?

Các triệu chứng của sốt sốc nhiệt là nhiệt độ cơ thể cao, hoa mắt chóng mặt, khó ở, cơ giât và trạng thái tinh thần bất thường. Do nhiệt độ cao phá vỡ sự cân bằng giữa nước và muối (natri) trong cơ thể bạn, bạn không thể kiểm soát nhiệt độ cơ thể và bạn bị sốt sốc nhiệt.

Nhiệt độ và độ ẩm cao có thể xuất hiện ngay trong nhà. Khiến quá trình thoát nhiệt khỏi cơ thể gặp khó khăn. Do đó bạn cần cẩn thận không để bị sốt sốc nhiệt khi ở nhà.

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。

Các điểm lưu ý khi phòng ngừa sốt sốc nhiệt 熱中症予防のポイント

- ◎ Thường xuyên kiểm tra nhiệt độ trong phòng bạn!
Chúng tôi khuyên bạn nên để một nhiệt kế trong phòng。
部屋の温度をご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。
- ◎ Sử dụng điều hòa hoặc quạt để giữ nhiệt độ phòng dưới 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!
- ◎ Uống nước ngay cả khi bạn không quá khát!
のどが渴いていなくても水分補給をしてください!
- ◎ Mặc quần áo thoáng mát và sử dụng đồ che nắng khi đi ra ngoài!
外出の際は体を締めつけられない涼しい服装で、日よけ対策もしてください!
- ◎ Nghỉ ngơi đầy đủ và không làm việc quá sức!
無理をせず、適度に休憩をとってください!
- ◎ Dùng các bữa ăn cân bằng dinh dưỡng và xây dựng sức khỏe lành mạnh!
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!



✦ Sơ cứu sốt sốc nhiệt 熱中症の応急手当 ✦

✦ Chuyển bệnh nhân đến một nơi mát mẻ hơn, nói lỏng quần áo rồi đặt họ nằm xuống.
患者を涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる

✦ Bật điều hòa rồi chỉnh hướng gió từ quạt để làm cơ thể họ hạ nhiệt.
エアコン、扇風機をつけて体を冷やす



※ Trong trường hợp có bệnh mạn tính hoặc bệnh nhân là trẻ em, hãy hỏi ý kiến bác sĩ gia đình của bạn ngay để được tư vấn về cách phòng ngừa sốt sốc nhiệt.
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。

Vui lòng gọi xe cứu thương ngay nếu gặp tình trạng này.

このような時は、迷わずに救急車を呼びましょう

※ Nếu quanh bạn đang có những người nói tiếng Nhật, hãy nhờ họ giúp bạn gọi điện.
※あなたの周り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。

- Khi bạn không thể uống nước hoặc tự mình vận động do cảm thấy yếu nhiều hoặc mệt mỏi.
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。
- Khi bạn thấy người có những triệu chứng như mất nhận thức (hoặc nhận thức không ổn định) hoặc co giật toàn cơ thể.
意識がない(おかしい) 全身にけいれんがある場合

Hướng dẫn dịch vụ xe cứu thương 救急車利用ガイド ベトナム語版



Vui lòng gọi "119" khi bạn cần dịch vụ xe cứu thương

救急車が必要なときは「119」に電話をしてください。

Hướng dẫn này giải thích cách sử dụng dịch vụ xe cứu thương ở Nhật Bản và những điều cần lưu ý khi bạn sử dụng dịch vụ này. 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。

- Một số mẹo gọi xe cứu thương 救急車を呼ぶときのポイント 1
- Cách gọi xe cứu thương 救急車の呼び方 2, 3
- Các ví dụ về dấu hiệu và triệu chứng cần dịch vụ xe cứu thương (Người lớn và Trẻ em) 救急車が必要な症状(大人と子ども) 4
- Sốt sốc nhiệt là gì? 熱中症とは 5

※ Tất cả mọi người ở Nhật Bản đều có thể sử dụng dịch vụ xe cứu thương.

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

Quay số 119 để gọi xe cứu thương 救急車を呼ぶときの番号は「119」です

Hệ thống vận chuyển cấp cứu bằng xe cứu thương
(từ khi gọi 119 đến cơ sở y tế)
救急車による救急搬送 (119通報から医療機関まで)



Bạn có thể nhờ mọi người tại đó đưa họ **đến nơi xe cấp cứu sẽ đến**. Điều này sẽ giúp đội cấp cứu đến chỗ bạn nhanh hơn.

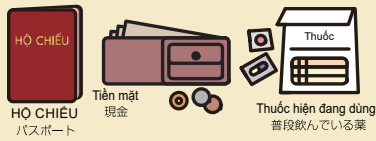
人手がある場合は、**救急車の来そうなところまで案内に出ると到着が早くなります。**



Sẽ rất tốt nếu bạn có thể chuẩn bị những thứ sau khi gọi xe cứu thương.

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。

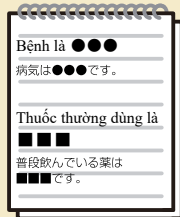
- Hộ chiếu **パスポート**
- Tiền mặt/thẻ tín dụng (để thanh toán tại bệnh viện)
現金/クレジットカード(病院での支払い)
- Thuốc hiện đang dùng **普段飲んでいる薬**



Khi xe cứu thương đến,

hãy báo cho đội cứu thương những thông tin sau đây.
救急車が来たら、**このようなことを伝えてください。**

- Những sự việc dẫn đến tai nạn hoặc bệnh
事故や具合が悪くなった状況
- Những thay đổi trước khi xe cứu thương đến nơi
救急隊が到着するまでの変化
- Các triệu chứng gây đau nhiều nhất **最もつらい症状**
- Tiền sử bệnh **持病**
- Thuốc hiện đang dùng **普段飲んでいる薬**



※ Bạn nên có sẵn một ghi chú về tình trạng y tế hiện tại của bạn.
※あなたの健康状態をメモにまとめておくとう便利です。

Sau khi nhận được cuộc gọi 119, điều phối viên sẽ hỏi bạn vài câu hỏi cần thiết để điều xe cứu thương. Nếu tình hình nghiêm trọng, xe cứu thương sẽ được điều đi trước khi hỏi những câu hỏi này.

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。

※ **Nếu quanh bạn đang có những người nói tiếng Nhật, hãy nhờ họ giúp bạn gọi điện.**

※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。

Hãy bình tĩnh và trả lời từ từ. あわてず、ゆっくりと答えてください

1 Cho điều độ phối viên biết bạn đang trong tình trạng cấp cứu y tế.

救急であることを伝える

Khi bạn gọi 119, đầu tiên hãy cho tổng đài biết bạn đang trong tình trạng cấp cứu y tế. Bạn có thể gọi 119 bằng điện thoại di động, PHS, điện thoại cố định hoặc điện thoại công cộng.

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 Báo cho tổng đài biết vị trí xảy ra tình huống cấp cứu.

救急車に来てほしい住所を伝える

Vui lòng báo cho họ biết vị trí của bạn. Nếu bạn không biết địa chỉ, hãy mô tả một tòa nhà hoặc ngã tư gần đó làm điểm mốc.

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 Cho biết triệu chứng của bạn. 具合の悪い方の症状を伝える

Cho biết triệu chứng của bạn và thời gian khởi phát triệu chứng.
誰が、いつから具合が悪くなったかを伝えてください



4 Cho biết tuổi của bạn. 年齢を教える

Nếu bạn không phải là bệnh nhân, thay vì chỉ gọi những người khác, bạn hãy cho tổng đài biết bệnh nhân bao nhiêu tuổi hoặc họ trông như thế nào.

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 Xin cho biết tên và thông tin liên lạc của bạn. あなたの名前と連絡先を伝える

Cho biết tên bạn và một số điện thoại để họ có thể liên lạc với bạn sau khi cuộc gọi 119 kết thúc.

Đội cấp cứu có thể liên lạc với bạn nếu họ không thể tìm thấy vị trí của bạn. **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。



※ Ngoài ra, điều phối viên có thể hỏi thêm các chi tiết và thông tin khác về bạn hoặc tình trạng bệnh lý của bệnh nhân. Hãy cho họ biết càng nhiều thông tin càng tốt.

※ Hình ảnh minh họa họ nêu trên là một trong những trường hợp giao tiếp phổ biến nhất với tổng đài "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。