

# GABAY SA PANG-KONSULTA SA DOKTOR



GABAY SA  
PANG-KONSULTA SA  
DOKTOR SA Tagalog

タガログ語  
メディカルハンドブック



Asosasyong Internasyonal Ng Ibaraki

公益財団法人 茨城県国際交流協会

## Para sa Doktor

HINDI KO MAINTINDIHAN ANG MGA SALITANG MEDIKAL SA HAPON.

GUSTO KONG IPALIWANAG ANG MGA NARARAMDAMAN KO SA PAMAMAGITAN NG GABAY NA ITO.

TULUNGAN NINYO SANA AKO.

## 日本のお医者さんへ

私は日本の医学用語がわかりません。この冊子を使って私の症状をお話しいたします。どうぞよろしくお願ひします。



GABAY SA  
PANG-KONSULTA  
SA DOKTOR

メディカルハンドブック  
タガログ語

# ANG NILALAMAN NG GABAY NA ITO 目次

## I. ANG TANGGAPAN NG OSPITAL 病院の受付にて 04-05

## II. DEPARTAMENTO SA PAGAMUTAN 診療科について 05-08

- (1) Kabuuang pamantayan ng mga departamento batay sa sintomas  
(1) 症状による診療科のだいたいの目安 05-06
- (2) Listahan ng Pangalan ng mga Departamento  
(2) 診療科の名称一覧 06-08

## III. MGA KATANUNGAN SA PAGPAPAKONSULTA

問診 08-10

## IV. KASALUKUYANG SINTOMAS 現在の症状 11-19

- (1) Panahon ng Paglabas ng Sintomas (1) 発症時期 11
- (2) Ang Kalagayan ng Katawan (2) 全身の症状 11
- (3) Sintomas sa isang bahagi ng katawan

- (3) 部位別の症状 12-19
- |                       |                    |
|-----------------------|--------------------|
| ■ ULO                 | ■ 頭の症状 12          |
| ■ MATA                | ■ 目の症状 12          |
| ■ TAINGA              | ■ 耳の症状 13          |
| ■ ILONG               | ■ 鼻の症状 13          |
| ■ BIBIG               | ■ 口の症状 13          |
| ■ LALAMUNAN           | ■ 喉の症状 13-14       |
| ■ LEEG                | ■ 首の症状 14          |
| ■ DIBDIB              | ■ 胸の症状 14-15       |
| ■ BALAKANG            | ■ 腰の症状 15          |
| ■ SIKMURA             | ■ 胃腸・消化器の症状 15     |
| ■ PAG-IHI             | ■ 泌尿器の症状 15-16     |
| ■ TUMBONG             | ■ 肛門の症状 16         |
| ■ UTAK AT KALAMNAN    | ■ 脳・神経・筋肉の症状 16-17 |
| ■ MENTAL NA KALAGAYAN | ■ 精神の症状 17         |
| ■ BALAT               | ■ 皮膚の症状 17         |
| ■ KABABAIHAN          | ■ 女性の症状 17-18      |
| ■ BATA                | ■ 子どもの症状 18        |
| ■ PINSALA SA KATAWAN  | ■ けがの症状 18-19      |

## V. BAKUNA 予防接種 19

## VI. MGA PARTE NG KATAWAN 人体図 20-22

- (1) Mga Bahagi ng Katawan (1) 体の部位 20-21
- (2) Mga Organs o Bahagi ng Katawan (2) 臓器 22

## VII. PAKIKIPAG-USAP KAPAG MAGPAPAKONSULTA

診察時のやりとり 23

## VIII. MGA PANGALAN NG SAKIT SA KATAWAN

病名 24-27

- |   |                      |
|---|----------------------|
| ■ Mga Sakit sa Paghinga                           | ■ 呼吸器疾患 24           |
| ■ Mga Sakit sa Pagtunaw ng Pagkain                | ■ 消化器疾患 24           |
| ■ Mga Sakit sa Sirkulasyon ng Dugo                | ■ 循環器疾患 24           |
| ■ Sakit sa Atay, Lapay at Apdo                    | ■ 肝臓・胆嚢・膵臓疾患 24-25   |
| ■ Karamdaman sa Endocrine System                  | ■ 内分泌疾患 25           |
| ■ Sakit sa Pag-ihing                              | ■ 泌尿器疾患 25           |
| ■ Karamdamang Madalas Maranasan ng mga Kababaihan | ■ 女性がかかりやすい疾患 25     |
| ■ Karamdamang Madalas Maranasan ng mga Bata       | ■ 子どもがかかりやすい疾患 25-26 |
| ■ Karamdaman sa Mata, Ilong, Tainga               | ■ 目・鼻・耳の疾患 26        |
| ■ Iba Pang Mga Sakit                              | ■ その他の疾患 26-27       |

## IX. PARAAN NG PAGGAMOT AT MGA DAPAT

PAG-INGATAN 治療方法と注意事項 27-28

- (1) Tungkol sa Paraan ng Paggamot (1) 治療方法について 27-28
- (2) Mga Dapat Tandaan (2) 注意事項 28

## X. TUNGKOL SA GAMOT 薬について 28-31

- (1) Mga Uri ng Gamot (1) 薬の種類 28-29
- (2) Oras at Paraan ng Pag-Inom ng Gamot  
(2) 薬の飲み方・使い方 29-30
- (3) Dapat Tandaan (3) 注意事項 30-31

## I. ANG TANGGAPAN NG OSPITAL 病院の受付にて

- ◆ May nakakaintindi ba ng Wikang Tagalog?
  - ◆ タガログ語のわかる人はいますか?
- ◆ Pakay sa Pagbisita sa Ospital
  - Pagpapakonsulta
  - Pagpapa-eksamin
  - Pagkuha ng gamot
  - Pagpapabakuna
  - Pinayuhan ng doktor na magpa-eksamin
  - Pagbisita sa maysakit
- ◆ 来院の目的は□です
  - 診察・治療
  - 検査
  - 薬の受け取り
  - 予防接種
  - 検診で要検査と言われた
  - 面会
- ◆ Ito ay unang beses na magpatingin ◆ 初診です
- ◆ Shokaijo o Liham ng Pagpapakilala ng Doktor [Mayroon / Wala]
  - ◆ 紹介状が [あります / ありません]
- ◆ Sa Health Insurance [Kasapi / Hindi Kasapi]
  - ◆ 保険に [加入しています / 加入していません]
- ◆ Uri ng Health Insurance
  - Public Health Insurance
  - Social Insurance
  - Travel Insurance
- ◆ 保険の種類は□です
  - 国民健康保険
  - 社会保険
  - 海外旅行傷害保険
- ◆ Dala mo ba ang
  - Health Insurance Card
  - Shinsatsuken o Check-up Card
  - Boshi Teccho o Mother and Child Health Handbook
  - Medical Care Voucher mula sa inyong munisipyo
- ◆ □を持っていますか?
  - 保険証
  - 診察券
  - 母子手帳
  - 市町村の医療券
- ◆ [Dala / Hindi Dala / Nakalimutan]
  - ◆ [持っています / 持っていません / 忘れました]

- ◆ Nais kong magpatingin sa ○ Departamento ng Pagamutan  
→ Tingnan ang II. DEPARTAMENTO SA PAGAMUTAN (pahina 5-8)
  - ◆ ○科にかかりたいです → II. 診療科について (P.5~8) 参照
- ◆ Alamin ang temperatura ng katawan ◆ 体温を測ってください
- ◆ Maghintay hanggang sa matawag ang pangalan
  - ◆ 名前を呼ばれるまでここで待っていてください

## II. DEPARTAMENTO SA PAGAMUTAN 診療科について

- ### (1) Kabuuang pamantayan ng mga departamento batay sa sintomas 症状による診療科の дайたいの目安
- ◆ Sakit ng Ulo: Espesyalista sa loob ng katawan, Operasyon sa Nervous System
    - ◆ 頭痛……内科・脳神経外科
  - ◆ Karamdaman sa Dibdib: Espesyalista sa Puso, dugo-sa sirkulasyon nito, Espesyalista sa Paghinga
    - ◆ 胸部痛……循環器内科・呼吸器内科
  - ◆ Karamdaman sa Tiyan: Espesyalista sa tiyan (bituka), Dalubhasa sa pagbubuntis (Gynecology)
    - ◆ 腹痛……消化器内科(胃腸内科)・産婦人科
  - ◆ Lagnat: Espesyalista sa loob ng katawan
    - ◆ 発熱……内科
  - ◆ Pagsusuka: Espesyalista sa loob ng katawan, Espesyalista sa tiyan (bituka), Departamento sa pangagamot sa Pag-ihing
    - ◆ 吐き気・嘔吐……内科・消化器内科(胃腸内科)・泌尿器科
  - ◆ Pagtatae: Espesyalista sa loob ng katawan, Espesyalista sa tiyan (bituka)
    - ◆ 下痢……内科・消化器内科(胃腸内科)
  - ◆ Pagsusuka ng Dugo, Pagtatae ng Dugo, Pag-ubo ng Dugo o Hemoptysis: Espesyalista sa tiyan (bituka), Espesyalista sa Paghinga
    - ◆ 吐血・下血・咯血……消化器内科(胃腸内科)・呼吸器内科

- ◆ Galos • Pagkasugat: Dalubhasas sa Pagoopera, Plastic Surgery
  - ◆ ケガ・切り傷……外科・形成外科
- ◆ Pagbali ng Buto, Arthritis: Orthopedics
  - ◆ 骨折・関節炎……整形外科
- ◆ Kumbulsyon: Espesyalista sa loob ng katawan, Espesyalista sa Nervous System
  - ◆ けいれん発作……内科・神経内科
- ◆ Pagkasunog: Espesyalista sa Balat, Plastic Surgery, Dalubhasas sa Pagoopera
  - ◆ やけど……皮膚科・形成外科・外科
- ◆ Pagkahilo: Panggagamot sa Tainga, Ilong, Lalamunan, Espesyalista sa Nervous System
  - ◆ めまい……耳鼻いんこう科・神経内科
- ◆ Pagdadalang-tao: Dalubhasa sa pagpapaanak, Dalubhasa sa pagbubuntis (Gynecology)
  - ◆ 妊娠……産科・産婦人科
- ◆ Karamdaman ng Bata: Espesyalista sa Bata
  - ◆ 子どもの病気……小児科

## (2) Listahan ng Pangalan ng mga Departamento

### 診療科の名称一覧

- |   |                |
|---|----------------|
| ◆ Espesyalista sa loob ng katawan                         | ◆ 内科           |
| ◇ Departamento sa pangkalahatang pagsusuri at panggagamot | ◇ 総合診療科        |
| ◇ Espesyalista sa Paghinga                                | ◇ 呼吸器内科        |
| ◇ Espesyalista sa Puso                                    | ◇ 循環器内科        |
| ◇ Espesyalista sa tiyan (bituka)                          | ◇ 消化器内科 (胃腸内科) |
| ◇ Espesyalista sa Bato                                    | ◇ 腎臓内科         |
| ◇ Espesyalista sa Nervous System                          | ◇ 神経内科         |
| ◇ Espesyalista sa Diyabetes (Metabolism)                  | ◇ 糖尿病内科 (代謝内科) |

- |  |                     |
|--|---------------------|
| ◇ Espesyalista sa Dugo   | ◇ 血液内科              |
| ◇ Departamento sa Allergy                                      | ◇ アレルギー科            |
| ◇ Departamento sa Rayuma                                       | ◇ リウマチ科             |
| ◇ Espesyalista sa nakahahawang sakit                           | ◇ 感染症内科             |
| ◇ Espesyalista sa Pagiisip at Utak                             | ◇ 心療内科              |
| ◆ Espesyalista sa Balat  | ◆ 皮膚科               |
| ◆ Espesyalista sa Bata   | ◆ 小児科               |
| ◆ Espesyalista sa Pagiisip                                     | ◆ 精神科               |
| ◆ Kagawaran ng Emerhensiya                                     | ◆ 救急科               |
| ◆ Dalubhasas sa Pagoopera                                      | ◆ 外科                |
| ◇ Operasyon sa dibdib /pitso (Paghinga)                        | ◇ 呼吸器外科             |
| ◇ Operasyon sa Suso  | ◇ 乳腺外科              |
| ◇ Operasyon sa lalamunan                                       | ◇ 気管食道外科            |
| ◇ Operasyon sa Tiyan (sa Bituka), Operasyon sa Anus at Tumbong | ◇ 消化器外科 (胃腸外科・肛門外科) |
| ◆ Operasyon sa Puso  | ◆ 心臓血管外科            |
| ◆ Operasyon sa Nervous System                                  | ◆ 脳神経外科             |
| ◆ Operasyon sa Bata  | ◆ 小児外科              |
| ◆ Departamento sa panggagamot sa Pag-ih                        | ◆ 泌尿器科              |
| ◆ Plastic Surgery (Cosmetic Surgery)                           | ◆ 形成外科 (美容外科)       |
| ◆ Orthopedics  | ◆ 整形外科              |
| ◆ Departamento sa Pisikal (Rehabilitation)                     | ◆ リハビリテーション科        |
| ◆ Klinika ng panggagamot sa sumasakit                          | ◆ ペインクリニック          |
| ◆ Departamento ng panggagamot sa mata                          | ◆ 眼科                |
| ◆ Panggagamot sa Tainga, Ilong, Lalamunan                      | ◆ 耳鼻いんこう科           |
| ◆ Dalubhasa sa pagbubuntis (Gynecology)                        | ◆ 産婦人科              |
| ◇ Dalubhasa sa pagpapaanak                                     | ◇ 産科                |
| ◇ Pangggagamot sa pag-aari ng babae (Gynecology)               | ◇ 婦人科               |

- ◆ Nagpapagaling ng mga Ngipin
  - ◇ Nangangalaga sa ngipin ng bata
  - ◇ Espesyalista sa bibig, panga at mukha
  - ◇ Nagwawasto o naglilinis ng ngipin
- ◆ 歯科
  - ◇ 小児歯科
  - ◇ 歯科口腔外科
  - ◇ 矯正歯科

### III. MGA KATANUNGAN SA PAGPAPAKONSULTA 問診

- ◆ Ang pangalan ko ay ○○
  - ◇ Isulat sa Alpabeto
  - ◇ Isulat sa Hiragana (Katakana)
- ◆ 名前は○○です
  - ◇ アルファベットで書いてください
  - ◇ ひらがな(かたかな)で書いてください
- ◆ Ang aking kasarian ay [Lalaki / Babae]
  - ◆ 性別は [男 / 女] です
- ◆ Ang aking araw ng kapanganakan ay Taon ○○ Buwan ○○ Araw ○○
  - ◆ 生年月日は○○年○○月○○日生です
- ◆ Ang aking edad ay ○○
  - ◆ 年齢は○○才です
- ◆ Ang tipo ng aking dugo ay [A / B / O / AB / Hindi ko alam]
  - ◆ 血液型は [A / B / O / AB / 不明] です
- ◆ Ang aking nasyonalidad ay ○○
  - ◆ 国籍は○○です
- ◆ Ang aking tirahan sa Japan ay ○○
  - ◆ 日本の住所は○○です
- ◆ Ang aking telepono sa bahay ay ○○
  - ◆ 自宅の電話番号は○○です
- ◆ Ang aking cellphone o PHS number ay ○○
  - ◆ 携帯/PHS番号は○○です
- ◆ Kasalukuyang pinapagamot na karamdaman→Tingnan ang VIII. MGA PANGALAN NG SAKIT SA KATAWAN (pahina 24-27)
  - ◆ 現在治療中の疾患 →Ⅷ. 病名 (P.24~27) 参照
- ◆ Kasalukuyang iniinom na gamot [Mayroon / Wala]
  - ◆ 現在服用中の薬が [あります / ありません]

- ◆ Ang Kasaysayan ng Pasyente
  - ◇ Sakit sa Utak o Brain Disease
  - ◇ Sakit sa puso
  - ◇ Mga sakit sa paghinga
  - ◇ Sakit sa atay
- ◆ 既往歴
  - ◇ 脳疾患
  - ◇ 心臓病
  - ◇ 呼吸器疾患
  - ◇ 肝臓病

- ◇ Sakit sa bato
- ◇ May ulser• duodenal ulser
- ◇ TB/tuberculosis
- ◇ Lumbago (samakit ang baiwang)/Arthritis
- ◇ Mataas ang presyon ng dugo
- ◇ Hika
- ◇ Epilepsy
- ◇ Diabetes
- ◇ Mental Disorder
- ◇ HIV
- ◇ Iba pang karamdaman o impeksyon
- ◇ Iba pang mga sakit
- ◇ Wala
- ◇ 腎臓病
- ◇ 胃・十二指腸潰瘍
- ◇ 肺結核
- ◇ 腰痛・関節痛
- ◇ 高血圧
- ◇ 喘息
- ◇ てんかん
- ◇ 糖尿病
- ◇ 精神疾患
- ◇ HIV
- ◇ その他の感染症
- ◇ その他の疾患
- ◇ 特になし

- ◆ Mga Allergy
  - ◇ Gamot
  - ◇ Pagkain
  - ◇ Bubuyog (o anumang insekto)
  - ◇ Rash
  - ◇ Hika
  - ◇ Eczema
  - ◇ Anaphylaxis
  - ◇ At iba pa
- ◆ アレルギー
  - ◇ 薬
  - ◇ 食物
  - ◇ 蜂(虫)
  - ◇ じんましん
  - ◇ 喘息
  - ◇ 湿疹
  - ◇ アナフィラキシー
  - ◇ その他

- ◆ Kasaysayan ng Medikal na Operasyon
  - ◆ 手術歴
  - Tingnan ang VI. MGA PARTE NG KATAWAN (pahina 20-22) / VIII. MGA PANGALAN NG SAKIT SA KATAWAN (pahina 24-27) VI.人体図 (P.20~22) / Ⅷ.病名 (P.24~27) 参照

- ◇ Utak
- ◇ Bahagi ng Dibdib
- ◇ Bahagi ng Tiyan
- ◇ Kamay o Paa
- ◇ At iba pa
- ◇ Wala
- ◇ 脳
- ◇ 胸部
- ◇ 腹部
- ◇ 手足
- ◇ その他
- ◇ なし

- ◆ Kasalukuyang Paglalakbay
  - ◇ Pangalan ng Bansa
  - ◇ Panahon: Buwan ○○
- ◆ 最近の渡航歴
  - ◇ 国名
  - ◇ 渡航時期○○月

- ◆ Kasaysayan ng Bakuna
  - Tingnan ang V. BAKUNA (pahina 19)
  - V. 予防接種 (P.19) 参照

- ◆ Kasaysayan ng Karamdaman ng Pamilya
  - ◆ 家族歴
    - ◇ Kanser
    - ◇ Cerebral Apoplexy
    - ◇ Mataas ang presyon ng dugo
    - ◇ Sakit sa puso
    - ◇ Diabetes
  - ◆ 癌
  - ◆ 脳卒中
  - ◆ 高血圧
  - ◆ 心臓病
  - ◆ 糖尿病

- ◆ Sa kasalukuyan, ang isa sa aking pamilya ay may [Influenza / TB/tuberculosis / Iba pang karamdaman o impeksyon]
  - ◆ 現在 [インフルエンザ / 肺結核 / その他の感染症] に かかっている家族がいます

- ◆ May posibilidad na naapektuhan ng food poisoning
  - ◆ 食中毒の可能性がります

- ◆ May posibilidad na magdalang-tao
  - ◆ 妊娠している可能性がります

- ◆ Ako nasa ika-○○ buwan ng aking pagdadalang-tao
  - ◆ 妊娠○○週目です

- ◆ Ang huling buwan ng aking pagreregla ay buwan ○○ taon ○○
  - ◆ 最終月経は○○月○○日です

- ◆ Maaari ka bang masalanan ng dugo? [Oo / Hindi]
  - ◆ 輸血してもよいですか? [はい / いいえ]

- ◆ Ikaw ba ay may pinagpapagamutang ospital? [Oo / Hindi]
  - ◆ かかりつけの病院はありますか? [はい / いいえ]

- ◆ Ipaalam ang pangalan ng pagamutan
  - ◆ 病院の名前を教えてください

## IV. KASALUKUYANG SINTOMAS 現在の症状

### (1) Panahon ng Paglabas ng Sintomas 発症時期

- ◆ Kailan nagsimula ang sintomas?
  - ◇ Nakaraang ○ oras
  - ◇ Nakaraang ○ araw
  - ◇ Nakaraang ○ linggo
  - ◇ Nakaraang ○ buwan
- ◆ 症状はいつから始まりましたか
  - ◇ ○時間前
  - ◇ ○日前
  - ◇ ○週間前
  - ◇ ○カ月前
- ◆ Ang sintomas na ito ay
  - ◇ Sa unang pagkakataong lumabas
  - ◇ Nagkaroon na nito nakaraan
  - ◇ Biglaang lumabas
  - ◇ Paminsan-minsa'y lumalabas
  - ◇ Lumalala
  - ◇ Gumagaling at nawawala na
- ◆ 症状は
  - ◇ はじめてです
  - ◇ 以前にもありました
  - ◇ 突然なります
  - ◇ とときどきなります
  - ◇ 悪化しています
  - ◇ 良くなっています

### (2) Ang Kalagayan ng Katawan 全身の症状

- ◆ Mayroon akong lagnat
  - ◆ 熱があります
- ◆ Patuloy ang mababang lagnat
  - ◆ 微熱が続いています
- ◆ Panginginig
  - ◆ 寒気がします
- ◆ Pagkahilo
  - ◆ めまいがします
- ◆ Nanghihina ako
  - ◆ 身体がだるいです
- ◆ Pinagpapawisan nang malamig
  - ◆ 冷や汗がでます
- ◆ Masama ang pakiramdam
  - ◆ 気分が悪いです
- ◆ Wala akong ganang kumain
  - ◆ 食欲がありません
- ◆ Ang timbang ang biglaang [bumaba / tumaas]
  - ◆ 体重が急に [減りました / 増えました]
- ◆ Ang presyon ng dugo ay [mataas / mababa]
  - ◆ 血圧が [高いです / 低いです]
- ◆ Masakit ang buong katawan
  - ◆ 全身が痛みます

### (3) Sintomas sa isang bahagi ng katawan 部位別の症状

◆ Ituro ang bahaging may karamdaman

◆ 具合が悪いところを指差してください

#### ■ ULO

◇ Masakit ang aking ulo [Sobra / Hind gaano]

◇ 頭痛がします [ひどい / 軽い]

◇ Mayroong bahagi na sumasakit

◇ 頭の片側が痛みます

◇ Parang mabigat ang ulo ko

◇ 頭が重く感じます

◇ Nahihilo ako

◇ 頭がくらくらします

◇ Nalululang pakiramdam

◇ 頭がぼおっとします

◇ Pagkahilo sa biglaang pagtayo

◇ 立ちくらみがします

◇ Kawalan ng malay (Buan ○○ Araw ○○)

◇ 意識を失いました (○○月○○日)

#### ■ 頭の症状

#### ■ MATA

◇ Hindi ko lubos makita ng malinaw

◇ 物がよく見えません

◇ Nagdo-doble ang aking paningin

◇ 二重に見えます

◇ Malabo ang paningin ko

◇ かすんで見えます

◇ May mga tuldok-tuldok na itim akong nakikita

◇ 目の前に黒い点が見えます

◇ Masakit ang mata

◇ 目が痛みます

◇ Nakakasilaw

◇ まぶしいです

◇ Nagluluha ang aking mata

◇ 涙が出てきます

◇ Nangangati ang aking mata

◇ 目がかゆいです

◇ Pagkapuwing

◇ 目に異物が入りました

◇ Gulite

◇ ものもらいができました

◇ Pamumula ng mata

◇ 目が充血しています

◇ Gumagamit ng contact lens

◇ コンタクトを使用しています

#### ■ 目の症状

#### ■ TAINGA

◇ Sumasakit ang aking tainga

◇ 耳が痛みます

◇ Mayroong lumalabas na basa sa aking tainga

◇ 耳から液体が出ます

◇ Parang may umuugong sa aking tainga

◇ 耳鳴りがします

◇ Hindi ako makarinig nang mabuti

◇ 耳がよく聞こえません

◇ Pagpasok ng maliit na bagay sa tainga

◇ 耳に異物が入りました

◇ Pakiramdam na may parang may nakabara sa tainga

◇ 耳が詰まった感じがします

#### ■ ILONG

◇ Tumutulo lagi ang sipon ko

◇ 鼻水がでます

◇ May dugo na lumalabas sa ilong ko

◇ 鼻血がでます

◇ Barado ang ilong ko

◇ 鼻が詰まります

◇ Hindi pagtigil ng pagbahing

◇ くしゃみが止まりません

◇ Hindi gaanong gumagana ang pang-amoy

◇ 臭いがよくわかりません

◇ Paghilik

◇ いびきをかくので困っています

#### ■ 鼻の症状

#### ■ BIBIG

◇ Mayroong masakit sa loob ng aking bibig

◇ 口の中が痛みます

◇ Nanunuyo ang loob ng aking bibig

◇ 口の中が乾きます

◇ Iba ang aking panglala

◇ 味覚がおかしいです

◇ Masakit ang dila

◇ 舌が痛みます

◇ Pagkakaroon ng singaw sa bibig

◇ 口内炎ができました

◇ Masakit ang ngipin ko

◇ 歯が痛みます

◇ Pagdurugo o pagnanana ng gilagid

◇ 歯茎から血や膿がでます

#### ■ LALAMUNAN

◇ Masakit ang aking lalamunan

◇ 喉が痛みます

◇ Sumasakit kapag ako ay lumulunok

◇ 物を飲み込む時に痛みます

◇ May nakabara sa lalamunan

◇ 喉に物が詰まっています

#### ■ 喉の症状



- ◇ Nawawala ang aking boses
- ◇ Pamamaos
- ◇ Panunuyo ng lalamunan
- ◇ Mayroon akong plema
- ◇ Pamamaga ng tonsils

### ■ LEEG

- ◇ Masakit ang aking leeg
- ◇ Namamaga ang aking leeg
- ◇ Hindi ko maigalaw ang aking leeg

### ■ DIBDIB

#### (Sintomas sa puso)

- ◇ Sumasakit ang aking dibdib
- ◇ Panikip ng dibdib
- ◇ Pananakit ng dibdib
- ◇ Paiba-iba ang lugar kung saan nararamdaman ang sakit
- ◇ Bumibilis ang tibok ng aking puso
- ◇ [Mabagal / Mabilis / Hindi regular at wasto (Arrhythmia)] ang pagtibok ng puso

◇ 脈が [遅いです / はやいです / 乱れます (不整脈)]

#### (Sistemang respiratoryo)

#### (気管支・肺の症状)

→ Tingnan ang LALAMUNAN (pahina 13-14)

喉の症状 (P.13~14) 参照

- ◇ Nahihirapan akong huminga
- ◇ Mayroon akong ubo
- ◇ Kapag ako'y humihinga, mayroong parang sipol na maririnig
- ◇ Kapag ako'y humihinga, mayroong parang nakabara sa aking hingahan

- ◇ 息苦しい感じがします
- ◇ 咳が出ます
- ◇ 息をする時、ヒューウという音がします
- ◇ 息をする時、ゼロゼロ、ゼーゼーといひます

- ◇ 声が出ません
- ◇ 声がかすれます
- ◇ 喉が渇きます
- ◇ 痰が出ます
- ◇ 扁桃腺が腫れています

### ■ 首の症状

- ◇ 首が痛みます
- ◇ 首が腫れています
- ◇ 首が回りません

### ■ 胸の症状

#### (心臓の症状)

- ◇ 胸が痛みます
- ◇ 胸に圧迫感があります
- ◇ 胸につかえる感じがあります
- ◇ 痛みが移動しています
- ◇ 動悸がします

- ◇ Madalas akong kinakapos sa paghinga
- ◇ May kasamang dugo sa pag-ubo

- ◇ 息切れがします
- ◇ 咳といっしょに血が出ます

### ■ BALAKANG

### ■ 腰の症状

- ◇ Pananakit ng balakang
- ◇ Pamamanhid sa paa [Mayroon / Wala]

◇ 足のしびれが [あります / ありません]

### ■ SIKMURA

### ■ 胃腸・消化器の症状

- ◇ Pananakit ng sikmura
- ◇ Pananakit sa [tagiliran / puso / buong tiyan]
- ◇ Parang puno lagi ang aking tiyan
- ◇ Pagkakaroon ng pananakit ng tiyan
- ◇ Nasusuka ako
- ◇ Pagsusuka [nangingitim na kulay / manilaw-nilaw]
- ◇ Hematemesis o pagsusuka ng dugo
- ◇ Sumasakit ang aking dibdib pagkatapos kumain
- ◇ Malambot ang aking dumi
- ◇ Hindi pagdumi
- ◇ Mayroong [puti / Maitim] ang aking dumi
- ◇ Pagdudumi ng may dugo
- ◇ Madalas na pagkakaroon ng kabag

- ◇ 胃(上腹)が痛みます
- ◇ [横腹 / 下腹 / 腹部全体] が痛みます
- ◇ お腹が張っているような感じがします
- ◇ 胃けいれんが起きます
- ◇ 吐き気がします
- ◇ 嘔吐しました [黒っぽい / 黄色っぽい]
- ◇ 吐血しました
- ◇ 胸やけがします
- ◇ 下痢をしています
- ◇ 便秘をしています
- ◇ 白い便 / 黒い便] がでました
- ◇ 血便があります
- ◇ よくガスがでます

### ■ PAG-IHI

### ■ 泌尿器の症状

- ◇ Nahihirapan ako sa aking pag-ihi
- ◇ Madalas at madaming pag-ihi
- ◇ Madalang na pag-ihi

- ◇ 小便が出にくいです
- ◇ 排尿の回数が多いです
- ◇ 排尿の回数が少ないです

- ◇ May kasamang dugo ang aking ihi      ◇ 小便に血が混ざっています
- ◇ May sumasakit kapag ako'y umihi      ◇ 小便をすると痛みます
- ◇ Katatapos ko lang umihi, parang naihi ulit      ◇ 残尿感があります
- ◇ Iba ang kulay ng ihi kaysa dati      ◇ 尿の色がいつもより濃いです
- ◇ Hindi ko mapigilan ang aking pag-ihi      ◇ 尿漏れがあります
- ◇ May ibang bagay na lumalabas kasama ang ihi      ◇ 尿と一緒に異物が出ました

## ■ TUMBONG

- ◇ Pananakit ng tumbong      ◇ 肛門が痛みます
- ◇ May lumalabas na dugo kapag dumudumi      ◇ 排便時に出血します
- ◇ Pananakit [habang dumudumi / pagkatapos dumumi]      ◇ [排便時 / 排便後] に痛みがあります
- ◇ Mayroong almuranas      ◇ 痔に悩んでいます
- ◇ May lumalabas na nana      ◇ 膿が出ました

## ■ UTAK AT KALAMNAN

- ◇ Humihina ang aking memorya      ◇ 簡単な事が思い出せません
- ◇ Nahihirapan akong magsalita      ◇ 言葉がうまく話せません
- ◇ Pagkahilo      ◇ 意識がもうろうとします
- ◇ Nakakaranas ako ng kombulsiyon      ◇ けいれんがおきます
- ◇ Kawalan ng lakas ng kamay o paa      ◇ 手足に力の入らないところがあります
- ◇ Nahihirapan akong maglakad      ◇ うまく歩けません
- ◇ Pamamaga sa [kamay / paa]      ◇ [手 / 足]が腫れています
- ◇ May pamamanhid sa kamay o paa      ◇ 手足にしびれるところがあります
- ◇ Parang ayaw gumana ang aking utak at apektado ang buong katawan      ◇ 刺激をしても感じない部分があります
- ◇ Pagkakaroon ng facial nerve paralysis      ◇ 顔に麻痺があります

- ◇ Pananakit ng kasu-kasuan      ◇ 関節が痛みます

## ■ MENTAL NA KALAGAYAN

- ◇ Hindi ako makatulog      ◇ 眠れません
- ◇ Pagkairita      ◇ いらいらします
- ◇ Pakiramdam ng kawalan ng katatagan ng pag-iisip      ◇ 無気力感があります
- ◇ Kawalan ng konsentrasyon      ◇ 集中できません
- ◇ Pagkakita o pagkarinig sa mga bagay na walang nakakakita o nakakarinig      ◇ 実際にはないものが見えたり聞こえたりします

## ■ BALAT

- ◇ Pagkakapantal-pantal sa balat      ◇ 何かにかぶれました
- ◇ Paglabas ng mga pantal      ◇ 発疹が出ました
- ◇ Hindi matigil ang pagkati      ◇ かゆくてたまりません
- ◇ Paglabas ng hives o tagulabay      ◇ じんましんが出ました
- ◇ Malala ang [sunburn / frostbite]      ◇ [日焼け / しもやけ] がひどいです
- ◇ Pagkakaroon ng [alipunga / kulugo / kalyo]      ◇ [水虫 / いぼ / 魚の目] で悩んでいます

## ■ KABABAIHAN

- ◇ Hindi ako dinadatnan ng regla      ◇ 月経がありません
- ◇ Hindi buwanan ang dating ng aking regla      ◇ 月経が不順です
- ◇ Labis na pananakit ng puson kapag may regla      ◇ 月経痛がひどいです
- ◇ Masyadong malakas ang aking regla      ◇ 月経過多です
- ◇ Dinudugo ako      ◇ 不正出血しました
- ◇ Labis na discharge      ◇ おりものが多いです
- ◇ May [Pananakit / Pamumukol] sa suso      ◇ 乳房に [痛み / しこり] があります

- ◇ [Pangangati / Pamamaga / Pananakit] ng kaselanan
  - ◇ 陰部が [痒いです / 腫れています / 痛みます]
- ◇ Paki-check kung ako ay buntis
  - ◇ 妊娠しているかどうか調べてください
- ◇ [Buntis ako / Hindi nagdadalang-tao]
  - ◇ [妊娠しています / 妊娠していません]
- ◇ Labis na pagkakaroon ng morning sickness o pagduduwal sa umaga
  - ◇ つわりがひどいです

## ■ BATA

- ◇ Hindi kumakain
  - ◇ 食事をしません
- ◇ Hindi pag-inom ng gatas
  - ◇ ミルクを飲みません
- ◇ Kawalan ng lakas, matamlay
  - ◇ 元気がなく、ぐったりしています
- ◇ Masama ang lagay ng loob
  - ◇ 機嫌が悪いです
- ◇ Walang tigil na pag-iyak
  - ◇ ずっと泣いています
- ◇ May maling bagay na [nainom / nakain]
  - ◇ 誤って何かを [飲みました / 食べました]

## ■ PINSALA SA KATAWAN

- ◇ Dahilan ng pagkapinsala
  - aksidente sa kalye
  - nagabsakan
  - pagkabangga
  - gumulong
  - pagkahulog
  - nahywa
  - nasaksak o natusukan
- ◇ Natapilok
- ◇ Pagdurugo sa loob ng katawan (pamumuo ng dugo sa ilalim ng balat)
  - ◇ 内出血(皮下出血)しています

## ■ 子どもの症状

## ■ けがの症状

- ◇ けがの原因はです
  - 交通事故
  - 落下物
  - ぶつかった
  - 転んだ
  - 落ちた
  - 切った
  - 刺さった
- ◇ ねんざしました

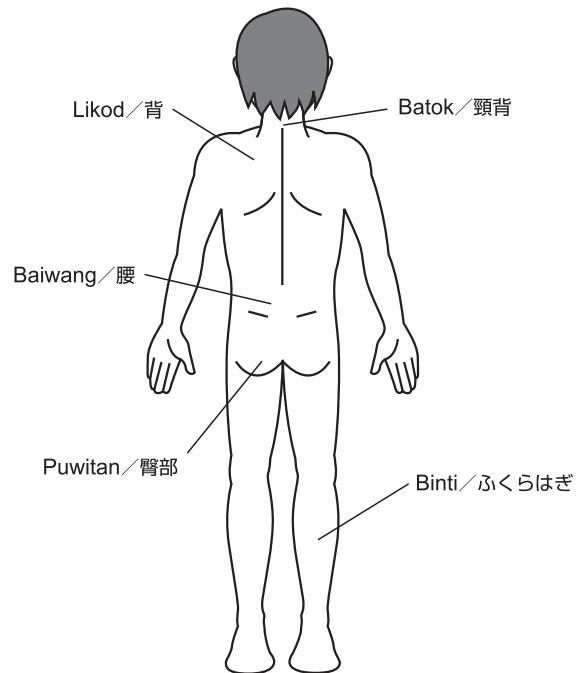
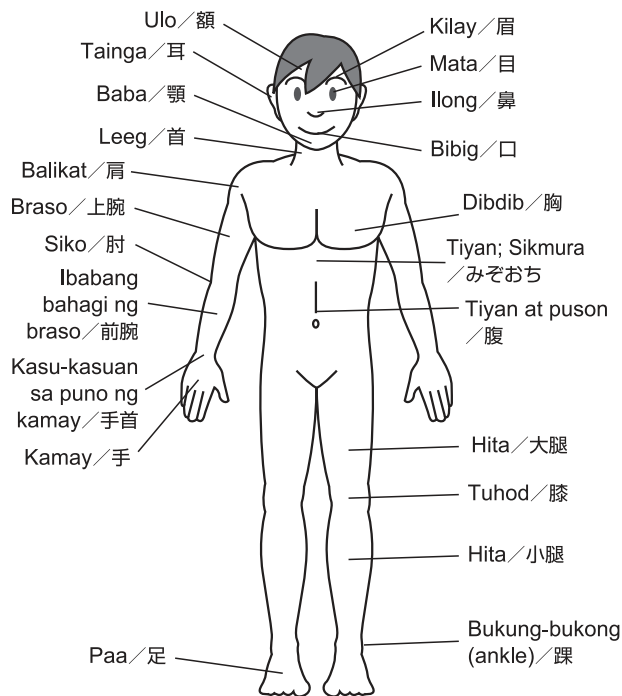
- ◇ Masakit ang sugat
  - ◇ 傷が痛みます
- ◇ Natanggalan ng kuko
  - ◇ 生爪をはがしました
- ◇ Nasunog ang balat
  - ◇ やけどをしました
- ◇ Nakagat ng [aso / ahas]
  - ◇ [犬 / へび] に噛まれました
- ◇ Nakagat o natusukan ng [bubuyog / iba pang insekto]
  - ◇ [蜂 / 虫] に刺されました

## V. BAKUNA 予防接種

- ◆ Nais kong magpabakuna para sa
  - ◇ BCG (Tuberculosis)
    - ◇ BCG (結核)
  - ◇ MMR (Diphtheria, Pertussis, Tetanus)
    - ◇ 三種混合 (ジフテリア, 百日咳, 破傷風)
  - ◇ Pinagsamang Measles at Rubella
    - ◇ 麻しん風疹混合
  - ◇ Japanese Encephalitis
    - ◇ 日本脳炎
  - ◇ Polio (Infantile Spinal Paralysis)
    - ◇ ポリオ (小児マヒ)
  - ◇ Beke
    - ◇ おたふくかぜ
  - ◇ Varicella o Bulutong tubig
    - ◇ 水ぼうそう
  - ◇ Hib o Haemophilus Influenzae type b
    - ◇ Hib・ヒブ (細菌性髄膜炎)
  - ◇ Hepatitis B
    - ◇ B型肝炎
  - ◇ Pneumococcal vaccine
    - ◇ 肺炎球菌
  - ◇ Influenza
    - ◇ インフルエンザ
  - ◇ HPV (para maiwasan ang Cervical cancer)
    - ◇ HPV (子宮頸癌)
- ◆ Ika-〇 beses ko
  - ◆ 〇回目です
- ◆ Pinakahuling beses na nagpabakuna ay buong Buwan 〇〇 Araw 〇〇
  - ◆ 一番最近受けたのは〇〇月〇〇日です

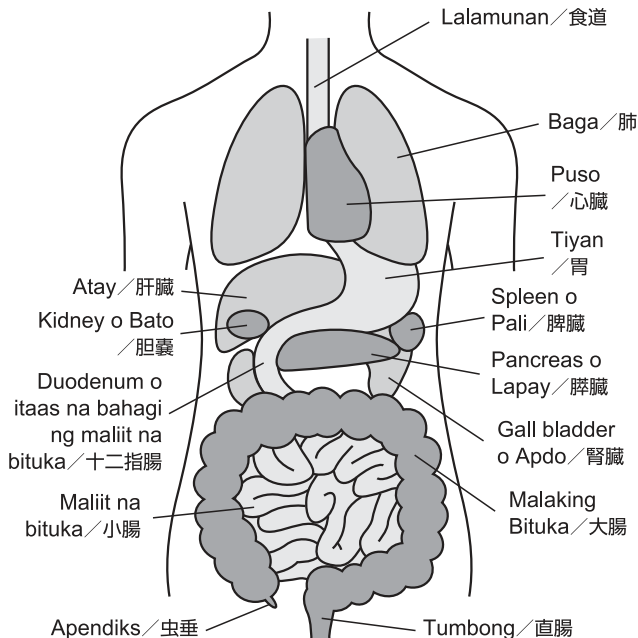
## VI. MGA PARTE NG KATAWAN 人体图

### (1) Mga Bahagi ng Katawan 体の部位



## VI. MGA PARTE NG KATAWAN 人体図

### (2) Mga Organs o Bahagi ng Katawan 臓器



## VII. PAKIKIPAG-USAP KAPAG MAGPAPAKONSULTA 診察時のやりとり

- ◆ I-eeksamin kita
- ◆ Buksan ang (inyong) bibig
- ◆ Tumalikod
- ◆ Ililis paitaas ang sleeve
- ◆ [Hubarin / Suotin] ang damit
  - ◆ 服を [脱いで / 着て] ください
- ◆ Matulog nang [nakadapa / nakatihaya]
  - ◆ [仰向け / うつ伏せ] に寝てください
- ◆ Ang hininga [Ihinga / Pigilin / ilabas ang hinga]
  - ◆ 息を [吸って / 止めて / 吐いて] ください
- ◆ Ipapasok at sisipatin ng daliri ko ang iyong puwet (Digital Rectal Examination o DRE)
  - ◆ 肛門に指を入れて診察します (直腸指診)
- ◆ Aalamin ang [temperatura / presyon ng dugo]
  - ◆ [体温 / 血圧] を計ります
- ◆ I-eeksamin ang [dugo / ihi / dumi / plema]
  - ◆ [血液 / 尿 / 便 / 痰] の検査をします
- ◆ Kukunan ng [ultrasound / Endoscope]
  - ◆ [超音波 / 内視鏡] 検査をします
- ◆ Kukunan ng 
  - X-ray
  - Gastrointestinal o GI series
  - CT
  - MRI
  - Electrocardiogram o ECG
  - Brainwave
- ◆  を撮ります
  - 単純レントゲン
  - 消化管造影検査
  - CT
  - MRI
  - 心電図
  - 脳波
- ◆ 診察をします
- ◆ 口を開けてください
- ◆ うしろを向ってください
- ◆ 腕をまくってください

## VIII. MGA PANGALAN NG SAKIT SA KATAWAN 病名

### ◆ Pangalan ng Iyong karamdaman ay

#### ■ Mga Sakit sa Paghinga

- ◇ Sipon
- ◇ Tonsil
- ◇ Bronkitis
- ◇ Pulmonya
- ◇ Hika
- ◇ Pulmonary tuberculosis
- ◇ Emphysema o sakit sa baga
- ◇ Pulmonary kanser

#### ■ Mga Sakit sa Pagtunaw ng Pagkain

- ◇ Pamamaga at pananakit ng tiyan
- ◇ Pangangasim ng tiyan
- ◇ Duodenal ulcer
- ◇ Sakit sa bituka o Inflammatory Bowel Disease o IBD (Crohn's disease · ulcerative colitis) ◇ 炎症性腸疾患 (クローン病 · 潰瘍性大腸炎)
- ◇ Apendisititis
- ◇ Kanser ng tubo patungong tiyan
- ◇ Kanser sa tiyan
- ◇ Kanser ng malaking bituka

#### ■ Mga Sakit sa Sirkulasyon ng Dugo

- ◇ Mataas ang presyon ng dugo
- ◇ Dyslipidemia o mataas na kolesterol (May sobrang taba sa dugo)
- ◇ Arrythmia o iregular na pagtibok ng puso
- ◇ Sakit sa puso
- ◇ Sakit sa dibdib
- ◇ Ataka sa puso

#### ■ Sakit sa Atay, Lapay at Apdo

- ◇ Gall stones
- ◇ Hepatitis
- ◇ Cirrhosis

### ◆ あなたの病名です

#### ■ 呼吸器疾患

- ◇ 風邪
- ◇ 扁桃炎
- ◇ 気管支炎
- ◇ 肺炎
- ◇ 喘息
- ◇ 肺結核
- ◇ 肺気腫
- ◇ 肺癌

#### ■ 消化器疾患

- ◇ 胃炎
- ◇ 胃潰瘍
- ◇ 十二指腸潰瘍
- ◇ 盲腸炎
- ◇ 食道癌
- ◇ 胃癌
- ◇ 大腸癌

#### ■ 循環器疾患

- ◇ 高血圧
- ◇ 脂質異常症 (高脂血症)
- ◇ 不整脈
- ◇ 心臓弁膜症
- ◇ 狭心症
- ◇ 心筋梗塞

#### ■ 肝臓・胆嚢・膵臓疾患

- ◇ 胆石
- ◇ 肝炎
- ◇ 肝硬変

- ◇ Kanser sa atay · Cholangiocarcinoma o Kanser sa maliit na tubo ng apdo ◇ 肝癌 · 胆管癌
- ◇ Pancreatitis ◇ 膵炎
- ◇ Pancreatic cancer ◇ 膵癌

#### ■ Karamdaman sa Endocrine System

- ◇ Diabetes
- ◇ Gout o isang uri ng arthritis
- ◇ Hyperthyroidism

#### ■ 内分泌疾患

- ◇ 糖尿病
- ◇ 痛風
- ◇ 甲状腺機能亢進症

#### ■ Sakit sa Pag-ihing

- ◇ Kidney stones
- ◇ Renal calculus
- ◇ Impeksiyon sa pantog
- ◇ Pyelonephritis
- ◇ Nephritis o pamamaga ng central na bahagi ng bato

#### ■ 泌尿器疾患

- ◇ 尿路結石
- ◇ 腎結石
- ◇ 膀胱炎
- ◇ 腎盂腎炎

- ◇ Nephrotic Disorder

- ◇ Benign Prostatic Hyperplasia

- ◇ 腎炎

- ◇ ネフローゼ症候群
- ◇ 前立腺肥大

#### ■ Karamdamang Madalas Maranasan ng mga Kababaihan

##### (Sa Gynecology o Hinekolohiya)

- ◇ Menopause
- ◇ Uterine fibroids
- ◇ Kanser sa Suso
- ◇ Cervical cancer
- ◇ Ovarian tumor

##### ■ 女性がかかりやすい疾患 (婦人科)

- ◇ 更年期障害
- ◇ 子宮筋腫
- ◇ 乳癌
- ◇ 子宮癌
- ◇ 卵巣腫瘍

##### (Sa Obstetrics o Panganganak)

- ◇ Gestational Hypertension o Alta-presyon sa panahon ng pagdadalang-tao
- ◇ Ectopic Pregnancy

##### (産科)

- ◇ 妊娠高血圧症候群
- ◇ 子宮外妊娠

#### ■ Karamdamang Madalas Maranasan ng mga Bata

- ◇ Bungang Araw
- ◇ Impetigo
- ◇ MC o Molluscum Contagiosum
- ◇ Atopic Dermatitis (AD) na isang uri ng eczema

##### ■ 子どもがかかりやすい疾患

- ◇ あせも
- ◇ とびひ
- ◇ 水いぼ
- ◇ アトピー性皮膚炎

- ◇ Urticaria o Tagulabay
- ◇ Pagtatae at pagsusuka
- ◇ Hand, foot and mouth disease o HFMD
- ◇ Pharyngoconjunctival o napakataas na lagnat
- ◇ Bulutong tubig
- ◇ Beke
- ◇ Sudden rash
- ◇ Pertussis
- ◇ Streptococcal infection
- ◇ Tigdas
- ◇ German measles
- ◇ Herpetic stomatitis o malalang singaw sa bibig
- ◇ Erythema Infectiosum o fifth disease
- ◇ Epilepsy
- ◇ Kawasaki Disease o KD
- ◇ Kanser sa Pagkabata

#### ■ Karamdaman sa Mata, Ilong, Tainga

- ◇ Korte-bista
- ◇ Farsightedness
- ◇ Astigmatismo
- ◇ Strabismus o Pagkabanlag o pagkaduling
- ◇ Conjunctivitis o Pink eye
- ◇ Sty o Kuliti
- ◇ Allergic rhinitis
- ◇ Pollen allergy
- ◇ Sinusitis
- ◇ External Otitis
- ◇ Otitis media

#### ■ Iba Pang Mga Sakit

- ◇ May bali sa buto
- ◇ Pilay
- ◇ Slipped disc
- ◇ Spinal disc herniation
- ◇ Osteoporosis
- ◇ May sakit sa utak
- ◇ Influenza

- ◇ じんましん
- ◇ 嘔吐下痢症
- ◇ 手足口病
- ◇ プール熱
- ◇ 水ぼうそう
- ◇ おたふくかぜ
- ◇ 突発性発疹
- ◇ 百日咳
- ◇ 溶連菌感染症
- ◇ はしか
- ◇ 風疹
- ◇ ヘルペス性口内炎
- ◇ りんご病
- ◇ てんかん
- ◇ 川崎病
- ◇ 小児癌

#### ■ 目・鼻・耳の疾患

- ◇ 近視
- ◇ 遠視
- ◇ 乱視
- ◇ 斜視
- ◇ 結膜炎
- ◇ ものもらい
- ◇ アレルギー性鼻炎
- ◇ 花粉症
- ◇ 副鼻腔炎 (ちくのう症)
- ◇ 外耳炎
- ◇ 中耳炎

#### ■ その他の疾患

- ◇ 骨折
- ◇ ねんざ
- ◇ ぎっくり腰
- ◇ 椎間板ヘルニア
- ◇ 骨粗鬆症
- ◇ 精神障害
- ◇ インフルエンザ

- ◇ Iba pang karamdaman o impeksyon
- ◇ Collagen disease
- ◇ Karamdamang nakukuha sa Pakikipagtalik o STD (gonoriya/sipilis/HIV)
- ◇ Galis-aso
- ◇ その他の感染症
- ◇ 膠原病
- ◇ 性感染症 (淋病・梅毒・HIV)
- ◇ かいせん

## IX. PARAAN NG PAGGAMOT AT MGA DAPAT PAG-INGATAN 治療方法と注意事項

### (1) Tungkol sa Paraan ng Paggamot 治療方法について

- ◆ Ibibigay ang reseta kaya't kunin ang gamot sa parmaseutika  
◆ 処方箋を渡しますから薬局で薬をもらってください
- ◆ Bibigyan kita ng iniksiyon ◆ 注射をします
- ◆ Pagpapa-Intravenous drip o IV therapy (Aabutin ng humigit-kumulang  
○ oras) ◆ 点滴をします (約○時間かかります)
- ◆ Kailangan ng patuloy na pagpapagamot ◆ 継続した治療が必要です
- ◆ Magtungo sa ospital ng araw-araw ng mga [○ araw / ○ linggo]  
◆ 毎日 [約○日間 / 約○週間] 通院してください
- ◆ Mangyaring bumalik sa ospital pagkatapos ng [○ araw /  
○ linggo] ◆ [○日後 / ○週間後] また来てください
- ◆ Bumalik bago maubos ang gamot  
◆ 薬がなくなる前に来てください
- ◆ Pumunta agad sa ospital sa anumang paglala sa sintomas  
◆ 症状の変化があったらすぐ来てください
- ◆ Kinakailangang [muling magpa-eksamen / ma-confine sa ospital /  
maoperahan] ◆ [再検査 / 入院 / 手術] が必要です
- ◆ Ipakikilala ang ibang paggamutan • klinika  
◆ 他の病院・診療所を紹介します
- ◆ Hindi na nangangailangan ng partikular na paraan ng pagpapagamot  
◆ 特に治療は必要ありません

- ◆ Dito matatapos ang pag-e-eksamen ◆ 診察はこれで終わりです
- ◆ Hindi na kailangan ang muling pagpapakonsulta ◆ 再受診の必要はありません

## (2) Mga Dapat Tandaan 注意事項

- ◆ Iwasan ang  は控えてください
  - pagbababad sa tubig  入浴
  - paninigarilyo  喫煙
  - pag-e-ehersisyo  運動
  - pag-inom ng alak  飲酒
- ◆ [Huwag pumasok nang ilang araw / Maaaring pumasok] sa trabaho (o sa eskwela)
  - ◆ 仕事(学校)は[○日程度お休みしてください / 行っても構いません]
- ◆ Kapag kailangan ng karagdagang kaalaman, mangyaring magpakonsulta kasama ang taong nakakaunawa ng wikang Hapon
  - ◆ 詳しい説明が必要なので、言葉の分かる人と一緒に診察を受けてください

## X. TUNGKOL SA GAMOT 薬について

### (1) Mga Uri ng Gamot 薬の種類

- ◆ Nais kumuha ng [original drug / generic drug]
  - ◆ [先発医薬品 / 後発医薬品] を希望します
- ◆ Ang gamot na ito ay [iniinom / pamahid o inilalagay sa bahagi ng katawan / iniiniksyon]
  - ◆ この薬は [内服薬 / 外用薬 / 注射薬] です
- ◆ Ang mga uri ng medikasyon sa panlabas ◆ 外用薬の種類はです
 

<input type="checkbox"/> itinatapal sa balat	<input type="checkbox"/> 貼り薬
<input type="checkbox"/> ipinapahid sa balat	<input type="checkbox"/> 塗り薬
<input type="checkbox"/> ipinapatak sa mata	<input type="checkbox"/> 点眼薬
<input type="checkbox"/> inilalagay sa ilong	<input type="checkbox"/> 点鼻薬
<input type="checkbox"/> inhaler o nilalanghap	<input type="checkbox"/> 吸入薬
<input type="checkbox"/> suppositories o ipinapasok sa puwet	<input type="checkbox"/> 座薬
<input type="checkbox"/> oral agents	<input type="checkbox"/> 口腔用剤

- |  |                              |
|--|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> gamot sa tainga | <input type="checkbox"/> 点耳薬 |
| <input type="checkbox"/> vaginal drug    | <input type="checkbox"/> 陰剤  |
- ◆ Ang epekto nito ay ang mga sumusunod ◆ 次のような効果があります
 

◇ pababain ang lagnat	◇ 熱を下げる
◇ para maibsan ang sakit	◇ 痛みを抑える
◇ patigilin ang naduduwal na pakiramdam	◇ 吐き気を止める
◇ pagbutihin ang kalagayan ng tiyan	◇ 胃腸の働きを良くする
◇ palambutin ang dumi	◇ 排便を促す
◇ makapagpatulog ng mahimbing	◇ よく眠れる
◇ alisin ang pamamaga	◇ 炎症を鎮める
◇ alisin ang sintomas ng allergies	◇ アレルギー症状を抑える
◇ paluwagin ang daloy ng paghinga	◇ 気管を広げる
◇ gawing normal ang daloy ng dugo	◇ 血液の流れを良くする
◇ pababain ang presyon ng dugo	◇ 血圧を下げる
◇ sugpuin ang bakterya/virus/parasitiko	◇ 菌/ウイルス/寄生虫を抑制する
◇ patigilin ang ubo at plema	◇ 咳や痰を押さえる
◇ pababain ang blood sugar	◇ 血糖を下げる
◇ gawing normal ang nibel ng kolesterol at triglycerides	◇ コレステロールや中性脂肪を正常化する
◇ palakasin ang mga buto	◇ 骨を強くする
◇ alisin ang pagkahilo	◇ めまいを止める
◇ magpakalma kung may mental na karamdaman (pagbitihin ang pakiramdam)	◇ 精神的に安定させる (気分を楽にする)
◇ patigilin ang pagkakaroon o pagalingin ang ulcer	◇ 潰瘍を予防したり治したりする

### (2) Oras at Paraan ng Pag-Inom ng Gamot 薬の飲み方・使い方

- ◆ [Inumin / Gamitin] nang ○ beses sa isang araw
  - ◆ 1日○回 [服用して / 使用して] ください
- ◇ sa paggising sa umaga 起床時 ◇ umaga 朝
- ◇ tanghali 昼 ◇ sa gabi 夜
- ◇ bago matulog 就寝前 ◇ bago kumain 食前
- ◇ agad bago kumain 食直前 ◇ agad pagkatapos kumain 食直後
- ◇ pagkatapos kumain 食後 ◇ sa pagitan ng pagkain 食間



- ◇ mga 〇〇 (oras) 〇〇時頃
- ◇ kapag malala ang sintomas 症状がひどい時
- ◆ Inumin [〇 tableta / 〇 kapsul / 〇 piraso] sa isang beses
  - ◆ 1回 [〇錠 / 〇包 / 〇個] ずつ服用してください
- ◆ Maglagay ng pagitan ng 〇〇 oras sa pag-inom
  - ◆ 〇時間以上の間隔をあけてください
- ◆ Ang gamot na ito ay pang-〇〇 araw ◆ この薬は〇〇日分です
- ◆ Inumin kasama ng isang basong maligamgam na tubig
  - ◆ コップ1杯くらいの水やぬるま湯といっしょに飲んでください
- ◆ Huwag inumin kasama ng ibang inumin maliban sa tubig
  - ◆ 水以外のものと飲まないでください
- ◆ Maaaring inumin kahit di-kasama ang tubig ◆ 水がなくても飲めます
- ◆ Direktang inumin ◆ そのまま飲んでください
- ◆ Langhapin ◆ 吸い込んでください
- ◆ Panatilihin sa iyong bibig hanggang matunaw ◆ 飲まずになめてください
- ◆ Paki mumog mo ito ◆ うがいをしてください
- ◆ [Ipahid / Idikit] mo ito ◆ [塗って / 貼って]ください
- ◆ Ipatak ito sa iyong [mata / ilong / tainga]
  - ◆ [目 / 鼻 / 耳] にたらしめてください
- ◆ [kanang bahagi / kaliwang bahagi / parehong bahagi]
  - ◆ [右側 / 左側 / 両方]
- ◆ I-spray ◆ スプレーしてください
- ◆ Mag enema (labatiba) ◆ 洗腸してください
- ◆ Ipasok sa [vagina / puwet] ◆ [膣 / 肛門] に入れてください

### (3) Dapat Tandaan 注意事項

- ◆ Huwag itigil ang pag-inom ng gamot kapag hindi ipinayo ng doktor
  - ◆ 医師の指示なしで、薬の服用を中止しないでください
- ◆ May posibilidad na [magkaroon ng side effects / makatulog]
  - ◆ [副作用が出る / 眠くなる] 可能性があります

- ◆ Huwag magpasuso ng gatas kapag umiinom ng gamot habang nagpapagaling
  - ◆ 薬で治療している期間は母乳をあげないでください
- ◆ Huwag uminom ng alak kapag uminom ng gamot habang nagpapagaling
  - ◆ 薬で治療している期間はアルコール類は飲まないでください

## Ang Sentro ng mga Konsultasyon para sa mga Banyaga 外国人相談センター

Sa nakasulat na iskedyul sa ibaba ay maaaring makausap ang tagasalin ng ibang wika

Araw at Oras: Lunes~Biyernes 8:30am-5:00pm

(araw ng pahinga ang holiday)

TEL: 029-244-3811

下記のスケジュールで電話による通訳が可能です。

日時/月曜日~金曜日 8:30~17:00 (祝日はお休み)

電話番号/029-244-3811

Lunes 月曜日	Martes 火曜日	Miyerkules 水曜日	Huwebes 木曜日	Biyernes 金曜日
Hapon, Ingles, iba pa 日本語・英語・その他				
Chinese 中国語 13:30~17:00	Kastila Koreano Vietnamese スペイン語 韓国語 ベトナム語	Thai Chinese  タイ語 中国語	Tagalog Portuges Indonesian	Thai  タイ語
	Indonesian インドネシア語 13:30~17:00		Indonesian インドネシア語	

## Suporta sa Pagsasaling Pangmedikal

### 医療通訳サポーター

Nakarehistro sa nasabing asosasyon na nagpapadala ng suporta ng pagsasaling pangmedikal bilang pagtugon sa pangangailangan ng mga pagamutan. Para sa karagdagang kaalaman, bisitahin ang

<https://www.ia-ibaraki.or.jp>

当協会では、医療通訳サポーターを登録し、医療機関からの依頼に応じて派遣をしています。詳細については

<https://www.ia-ibaraki.or.jp>

をご覧ください。

## Maaaring i-download ang Medical Handbook

### メディカルハンドブックをダウンロードできます

Ang nilalaman ng handbook na ito ay maaaring i-download sa

<https://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/soudan/medical/index.htm>

このハンドブックのデータについては

<https://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/soudan/medical/index.htm>

からダウンロードできます。

## MEMO

2019年3月

編集・発行

茨城県国際交流課・

(公財)茨城県国際交流協会

〒310-0851

水戸市千波町後川745

県民文化センター分館2階

TEL 029-241-1611

FAX 029-241-7611

E-mail [iia@ia-ibaraki.or.jp](mailto:iia@ia-ibaraki.or.jp)

URL <https://www.ia-ibaraki.or.jp>

Taong inilathala: Marso 2019

Inilathala ng

Ibaraki Prefecture

Asosasyong Internasyonal ng Ibaraki

Kenmin Bunka Center Annex 2F

745 Ushirokawa, Senba-cho

Mito City, Ibaraki 〒310-0851

TEL 029-241-1611

FAX 029-241-7611

E-mail [iia@ia-ibaraki.or.jp](mailto:iia@ia-ibaraki.or.jp)

URL <https://www.ia-ibaraki.or.jp>