

Otázka: Gesundheit, Hygiene

Předmět: Němčina

Přidal(a): Andrea

Zu gesunder Lebensweise gehört viel Bewegung an frischer Luft, viel schlafen, Spaziergänge machen, Sport treiben z.B. Schwimmen, Radfahren, Skilaufen oder fahren, Jogging... Wir sollten nicht Alkohol und zu viel Kaffee trinken, nicht rauchen. Man soll regelmäßiger essen, oft aber wenig. Man soll Obst und Gemüse essen, wenig Süßigkeiten, Fettes und Mehlspeisen. Wir sollen viel schlafen, nicht stundenlang vor dem Bildschirm. Manche Leute leben ungesund. Die Leute haben wenig Sport, zu viel Sport. Sie trinken Alkohol, rauchen, essen abends. Sie bleiben lange wach und sie stehen früh auf.

Beim Arzt

Wenn ich krank zuletzt war, ging ich zu dem Arzt. Im Wartezimmer waren viele Patienten. Ich musste eine Stunde warten. Dann sagte die Krankenschwester „der nächste bitte“. Ich war dran. Im Sprechzimmer musste ich die Versicherungskarte abgeben. Und dann ich ging zu den Arzt. Der Arzt fragte mich: Welche Beschwerde habe ich und was tut mir weh. Ich hatte Fieber, Kopfschmerzen und Husten. Dann musste ich meine Oberkörper frei machen. Und der Arzt untersuchte mich. Ich musste wieder einatmen, Atem anhalten und wieder ausatmen. Dann musste ich die Zunge ziehen. Der Arzt schaute mir in den Hals an. Der Hals war rot. Ich musste auf Liege legen und den Arzt tastete mir der Bauch ab. Dann konnte ich wieder anziehen. Der Arzt sagte mir eine Diagnostik. Ich hatte Grippe. Dann er hat mir Medikamente verschrieben. Er sagte mir: Wie oft sie nehmen. Dann ich musste in der Apotheke gehen. Ich soll in Bett liegen

und schwitzen, Tabletten nehmen, Kräutertee mit Zitronen und Honig trinken. In eine Woche war ich wieder gesund.

Kurorte

Unsere Republik ist reich an Heilquellen. Die bekanntesten Kurorte sind westböhmischen Bäderdreiecks – die Karlsbad, Franzensbad und Marienbad. Karlsbad wurde bereits im 14. Jahrhundert von Karl den vierten gegründet. In Karlsbad fahren Patienten aus aller Welt mit Magen (žaludek), Gallen (žlučník) und Leberbeschwerden (jaterní). In Marienbad sind viele Parks und Blumenanlagen. Dort ist bekannte Singenfontanne. Marienbad gehört zu unseren schönsten Kurorten. Die Patienten fahren dort mit Nieren, Asthma- und Nervenkranken. Franzensbad liegt inmitten von Wäldern und Parks. Dort heilt man Frauenleiden und Herzerkrankungen. Goethe hat sie „ein Paradies auf Erden“ genannt. Das grösste Bad Mährens – Luhačovice ist bester Kurort für die Behandlung von Asthma und Bronchitis und Poděbrady für die Behandlung von Herzkranken. Und in Třeboň ist ein Moorbad.

Krankheiten

Es gibt verschiedene Krankheiten – leichte, schwere, ansteckende, nicht ansteckende, heilbare, unheilbare. Zu den leichten gehören Grippe, Erkältung, Angina, Kopfschmerzen, Halsschmerzen und Schnupfen. Bei Erkältung hat der Patient meistens leichtes Fieber, niest, schnupft, hustet, fühlt sich müde und hat Kopfschmerzen. Bei höher Fieber muss man zu dem Arzt gehen. Der Arzt untersucht uns, verschreibt uns ein Rezept. Bei Erkältung z.b. verschiedene Pillen, Tabletten, Tropfen, Dragees, Sirup. Dann wir müssen im Bett bleiben. Gefährlicher sind meisten die Infektionskrankheiten, zu denen Scharlach (spála), Tuberkulose, Typhus und Gelbsucht gehören. Zu den heute noch unheilbaren Krankheiten gehören Krebs und AIDS. Zu Kinderkrankheiten gehören Röteln, Mumps, Windpocken.

Verletzungen – Arm-Knoche, Bein

Slovíčka:

atmen – dýchat

aus/atmen- vydechnout

ein/atmen-vdechnout

erkältet-nachlazen(ý)

s Fieber,s- horečka

e Gesundheit,- zdraví

e Grippe,-chřipka

r Hausarzt-praktický lékař

husten-kašlat

r Husten,s-kašel

s Krankenhaus,es-nemocnice

sich legen-lehnout si

r Magen,s-žaludek

niesen-kýchat

r Patient,en-pacient

s Rezept,s-recept

schlucken-spolknout

r Schmerz,es-bolest

r Schnupfen,s-rýma

s Sprechzimmer,s-ordinace

e Tablette-prášek

untersuchen-prohlídnout

verschreiben-předepsat

s Wartezimmer,s-čekárna

weh/tun-bolet

die Kopfschmerzen-bolesti hlavy

die Luft anhalten-zadržet dech

Machen sie bitte Ihren Oberkörper frei-Svlékněte se prosím do půl těla

zur Kontrolle kommen-přijít na kontrolu

části těla:

r Kopf,s-hlava

s Auge,s-oko

e Nase,-nos

r Mund,s-ústa

e Brust,-hrud'

r Arm,s-ruka, paže

r Bauch,s-břicho

e Hand,-ruka

s Knie,s-koleno

s Bein,s-noha

r Fuss,es-noha

s Ohr,s-ucho

r Rücken,s-záda