

Otázka: La santé

Předmět: Francouzský jazyk

Přidal(a): Petra

La santé

- La santé en général
- Les maladies
- Comment éviter les maladies
- Chez le médecin
- Les Français et la santé
- Le corps humain
- Moi et la santé

LES MALADIES

La santé est notre meilleur capital et une chose le plus précieux. Mais souvent on est tombe malade. Il existe de nombreuses maladies de plusieurs types:

- Par exemple une maladie légère, qui sont très fréquentes, et on les connaît tous. Ces maladies ne sont pas sérieuses, mais elles sont ennuyeuses. Quelquefois on peut se guérir sans aller voir le médecin. Ce sont la grippe, le rhume ou l'angine.
- Des maladies génétiques sont transmises par l'un des parents et ce sont par exemple certaines formes de diabète.
- Il existe les maladies graves, comme le cancer, qui peut être mortel.
- Et les maladies psychiques, comme l'anorexie ou la boulimie. Ces maladies sont typiques

pour les jeunes filles, qui veulent être mince et qui se voient grosses.

ÉVITER LES MALADIES

Pour préserver notre santé, on devrait vivre saintement. On pourrait prendre assez d'exercice, faire du sport. Je pense qu'à nos jours c'est un problème le plus grave, parce que beaucoup de gens travaillent dans les bureaux et ils ne se bougent assez. C'est pourquoi il est important de faire d'exercice et aller dehors. C'est-à-dire faire du vélo, jouer au tennis, se promener, nager, et faire des autres sports.

Il faut avoir une alimentation équilibrée, boire suffisamment. Il est important de manger des légumes et des fruits. Par contre il est mal de manger trop de sucre, trop de sel et trop de graisse. Un autre problème, ce sont des boissons. En général, on boit peu d'eau et par contre on boit trop de boissons d'alcool et de café.

Quelques gens sont végétariens, c'est-à-dire qu'ils ne mangent pas de viande et parfois des œufs et du poisson. Par contre, il existe les végétaliens, qui refusent tout produit de provenance animale, comme les œufs, la beurre, le lait et les laitages. Beaucoup de gens disent que le végétalisme n'est pas sain, mais je connais une fille végétalienne et elle n'a pas de problème avec sa santé.

On devrait éviter des cigarettes, parce que fumer peut causer le cancer du poumon. On devrait dormir suffisamment et prendre assez de repos et essayer d'éviter le stress. Bien sûr la vie apporte des situations difficiles, mais si on a des problèmes chaque jour, c'est mal pour la santé.

CHEZ LE MÉDECIN

Il faut aller chez le médecin régulièrement pour un contrôle annuel ou quand on ne se sent bien. Il est nécessaire de consulter si des symptômes de maladie apparaissent, par exemple la fièvre, mal à la tête, une nausée, etc.

Chez le médecin, il faut attendre dans la salle d'attente. Ensuite on entre dans le cabinet de consultation où on rencontre le médecin. Le médecin nous pose quelques questions, il nous examine et il fait de l'auscultation et il mesure la pression artérielle. S'il reconnaît la maladie, il peut établir son diagnostic et nous expliquer ce que nous devrions faire.

En France, on doit payer pour aller chez le médecin. Les Français achètent beaucoup de médicaments, donc quand ils ont malade, ça coute cher. En République Tchèque, d'habitude on ne paye pas beaucoup pour visiter le médecin. On possède une carte d'assurance maladie.

CORPS HUMAIN

Maintenant je voudrais parler du corps humain. Il se compose de la tête, du tronc et des 4 membres. La tête comprend le crâne qui protège le cerveau, et le visage qui forme la partie frontale de la tête. Le visage peut être rond, ovale, ou carré et on y trouve le front, les yeux, le nez, les joues, la bouche et le menton, et les oreilles sur les côtés.

Le cou relie la tête au tronc, qui contient des organes vitaux, comme le cœur, les poumons, l'estomac, le foie ou les intestins.

Nous avons 4 membres : 2 bras et 2 jambes. Le bras est terminé par la main, qui compte 5 doigts.

MOI & LES MALADIES

Heureusement, je ne suis pas malade souvent. Une ou deux fois par année, j'ai un rhume. Mais je suis fatigué toujours, parce que je ne dors pas suffisamment et je ne bois pas assez de l'eau. Et probablement je ne me bouge pas assez. Mais quand je ne me sens pas bien, ce n'est pas sérieux. Quand j'étais petit, j'étais malade souvent, mais j'ai eu peur de médecin.