

A2.22.1 Igiene quotidiana e cura della pelle

Tägliche Hygiene und Hautpflege



Alcune parti del corpo hanno bisogno di più attenzione, anche quando fai **la doccia**. Quando usi **lo shampoo**, è utile massaggiare la *cute* per pulirla meglio. Per le unghie si può usare ogni giorno **una spazzola con il sapone di Marsiglia**. Anche l'ombelico si pulisce con **acqua e sapone**. *Appena* finisci la doccia, asciuga bene i piedi.

*Einige Körperteile brauchen mehr Aufmerksamkeit, auch wenn du **duchst**. Wenn du **Shampoo** benutzt, ist es hilfreich, die Kopfhaut zu massieren, um sie gründlicher zu reinigen. Für die Nägel kann man jeden Tag **eine Bürste mit Marseiller Seife** benutzen. Auch der Bauchnabel wird mit **Wasser und Seife** gereinigt. Sobald du mit dem Duschen fertig bist, trockne die Füße gut ab.*

1. Quando fai lo shampoo, che cosa spesso non si pulisce bene?
 - a. I capelli
 - b. I piedi
 - c. La cute
 - d. Le orecchie
2. Che cosa si consiglia di usare ogni giorno per pulire bene le unghie?
 - a. Solo acqua fredda
 - b. Un batuffolo di cotone con alcool
 - c. Una spazzola con il sapone di Marsiglia
 - d. Un deodorante forte
3. Quando è importante asciugare bene i piedi?
 - a. Appena finita la doccia
 - b. Fino a mezzanotte
 - c. Quando compri lo shampoo
 - d. Durante la colazione

1-c 2-c 3-a

2. Lesen Sie den Dialog und beantworten Sie die Fragen.

Un paziente parla con la dermatologa di irritazioni e riceve consigli pratici

Ein Patient spricht mit der Dermatologin über Hautreizungen und bekommt praktische Tipps

- Edoardo:** Buongiorno dottoressa, sono qui perché da mesi, dopo la doccia, mi compaiono delle piccole irritazioni. *(Guten Morgen, Frau Doktor, ich bin hier, weil ich seit Monaten nach dem Duschen kleine Hautreizungen bekomme.)*
- Dermatologa:** Può succedere se non ci si asciuga subito, soprattutto nelle zone più delicate. *(Das kann passieren, wenn man sich nicht sofort abtrocknet, besonders an empfindlichen Stellen.)*
- Edoardo:** Quindi cosa dovrei fare? Ha qualche consiglio in particolare? *(Was sollte ich also tun? Haben Sie einen konkreten Rat?)*
- Dermatologa:** Le consiglio di asciugarsi bene prima di fare altro, così evita gli arrossamenti. *(Ich rate Ihnen, sich gründlich abzutrocknen, bevor Sie etwas anderes machen – so vermeiden Sie Rötungen.)*
- Edoardo:** Mi è venuto anche il dubbio di usare troppi prodotti ultimamente. *(Ich frage mich auch, ob ich in letzter Zeit zu viele Produkte benutze.)*
- Dermatologa:** Mi può dire quali usa di solito? *(Können Sie mir sagen, welche Sie normalerweise benutzen?)*

- Edoardo:** Uso shampoo, docciaschiuma, dopobarba, deodorante e, per ultimo, il profumo. *(Ich benutze Shampoo, Duschgel, Aftershave, Deodorant und zum Schluss Parfüm.)*
- Dermatologa:** Non è un problema: l'importante è scegliere prodotti delicati e non mettere profumo finché la pelle non migliora. *(Das ist nicht das Problem: Wichtig ist, milde Produkte zu wählen und kein Parfüm zu verwenden, bis sich die Haut wieder beruhigt hat.)*
- Edoardo:** Ho anche dei dubbi sulle orecchie, perché ho letto che i cotton fioc non vanno bene. *(Ich habe auch Fragen zu den Ohren, weil ich gelesen habe, dass Wattestäbchen nicht gut sind.)*
- Dermatologa:** Esatto, sono troppo aggressivi. Usi solo acqua e sapone e pulisca bene anche dietro le orecchie. *(Genau, die sind zu aggressiv. Verwenden Sie nur Wasser und Seife und reinigen Sie auch hinter den Ohren gründlich.)*
- Edoardo:** Va bene, seguirò i suoi consigli. Spero di vedere miglioramenti entro poche settimane. *(In Ordnung, ich werde Ihren Rat befolgen. Ich hoffe, dass ich innerhalb weniger Wochen eine Besserung sehe.)*
- Dermatologa:** Vedrà che sarà così. Mi aggiorni se non nota cambiamenti. *(Das wird bestimmt so sein. Geben Sie mir Bescheid, wenn Sie keine Veränderung bemerken.)*

1. Cosa consiglia la dottoressa per evitare arrossamenti dopo la doccia?
 - a. Usare più deodorante subito dopo la doccia
 - b. Mettere il profumo sulle zone irritate
 - c. Pulire le orecchie con i cotton fioc ogni giorno
 - d. Asciugarsi bene prima di fare altro
2. Cosa dice la dottoressa riguardo al profumo?
 - a. È necessario metterlo prima del deodorante
 - b. Si deve cambiare profumo ogni settimana
 - c. Si può mettere solo se la pelle è già irritata
 - d. È meglio non metterlo finché la pelle non migliora

1-d 2-d