

B1.18 Anatomie



- Leer de lichaamsdelen en organen
- Hoe je voor je lichaam zorgt

Het bloed	<i>(Das Blut)</i>	Zich laten vaccineren	<i>(Sich impfen lassen)</i>
De bloeddruk meten	<i>(Blutdruck messen)</i>	Diep in- en uitademen	<i>(Tief ein- und ausatmen)</i>
Het hart	<i>(Das Herz)</i>	Zich herstellen van	<i>(Sich erholen von)</i>
De long	<i>(Die Lunge)</i>	Lijden aan	<i>(Leiden an)</i>
Het bot	<i>(Der Knochen)</i>	Sterven aan	<i>(Sterben an)</i>
De spier	<i>(Der Muskel)</i>	Mankeren aan	<i>(Fehlen an)</i>
De hersenen	<i>(Das Gehirn)</i>	Schelen aan	<i>(Nicht in Ordnung sein mit)</i>
De ziekte	<i>(Die Krankheit)</i>	Gevoelig zijn	<i>(Empfindlich sein)</i>
Pijn ervaren in	<i>(Schmerzen empfinden in)</i>	Verlossen van	<i>(Befreien von)</i>
Iemand onderzoeken	<i>(Jemanden untersuchen)</i>	Wennen aan	<i>(Sich gewöhnen an)</i>
De temperatuur meten	<i>(Die Temperatur messen)</i>		

1. Scannen Sie den QR-Code, um das Video anzusehen, oder lesen Sie den Text. (QR: Audio)

Misselijkheid is een vervelend gevoel dat kan ontstaan als je **maag** geïrriteerd raakt door virussen, bacteriën of bedorven eten. Je maag stuurt dan signalen naar je **hersenen**, waar het **braakcentrum** geprikkeld kan worden. Daardoor kun je je misselijk voelen of moeten overgeven, zodat je lichaam zich beschermt en je soms merkt dat je rust nodig hebt. Bij reisziekte ontstaat het doordat je ogen en het evenwichtsorgaan verschillende informatie geven. Dan helpt het vaak om naar een vast punt buiten te kijken.



Übelkeit ist ein unangenehmes Gefühl, das entstehen kann, wenn dein **Magen** durch Viren, Bakterien oder verdorbenes Essen gereizt wird. Dein Magen sendet dann Signale an dein **Gehirn**, wo das **Brechzentrum** gereizt werden kann. Dadurch kannst du dich übel fühlen oder dich übergeben müssen, sodass dein Körper sich schützt und du manchmal merkst, dass du Ruhe brauchst. Bei Reisekrankheit entsteht es dadurch, dass deine Augen und das Gleichgewichtsorgan unterschiedliche Informationen geben. Dann hilft es oft, auf einen festen Punkt draußen zu schauen.

1. Waardoor raakt de maag vaak geïrriteerd en kan misselijkheid ontstaan?
 - a. Door een warme douche
 - b. Door intensief sporten na het eten
 - c. Door te weinig zuurstof in de longen
 - d. Door virussen of bacteriën
2. Wat gebeurt er in de hersenen als de maag een signaal stuurt na het eten van bedorven voedsel?
 - a. Het hart gaat meteen langzamer kloppen
 - b. Het braakcentrum wordt geprikkeld
 - c. De spieren krijgen extra energie
 - d. De nieren beginnen harder te werken

1-d 2-b



2. Grammatik: Fürwörter

Voornaamwoorden kunnen worden gebruikt als onderwerp, voorwerp, na een voorzetsel of bezittelijk.

	Type (Typ)	Vorm (Form)	Voorbeeld (Beispiel)
Persoonlijk (<i>Personalpronomen</i>)	Onderwerp (<i>Subjekt</i>)	ik, jij, u, hij, zij, het, wij, jullie, u, zij	Zij ademen diep in en uit. (<i>Sie atmen tief ein und aus.</i>)
	Voorwerp (<i>Objekt</i>)	mij, me, jou, je, hem, haar, het, ons, jullie, hen, hun	De arts onderzoekt haar vandaag. (<i>Der Arzt untersucht sie heute.</i>)
	Na voorzetsel (<i>Nach einer Präposition</i>)	met mij, aan jou, naar ons	De dokter praat met mij over mijn hart. (<i>Der Arzt spricht mit mir über mein Herz.</i>)
Bezittelijk (<i>Possessivpronomen</i>)	Bijvoeglijk (<i>attributiv</i>)	mijn, jouw, uw, zijn, haar, ons, onze, jullie, hun	Jouw bloeddruk is vandaag te hoog. (<i>Dein Blutdruck ist heute zu hoch.</i>)

Na voorzetsel nooit me/je, maar mij/jou.

- Kunt u __ arm ontspannen? Ik meet zo uw bloeddruk. (*Können Sie Ihren Arm entspannen? Ich messe gleich Ihren Blutdruck.*)
a. jou b. u c. uw d. jouw
- De verpleegkundige heeft __ onderzocht en daarna heb ik diep in- en uitgeademd. (*Die Krankenschwester hat mich untersucht und danach habe ich tief ein- und ausgeatmet.*)
a. mij b. mijn c. me d. ik

1. uw 2. mij

Schreibe die Sätze neu (QR: KI+)



- (mijn huisarts) Ik bel mijn huisarts morgen terug.

(*Ich rufe ihn morgen zurück.*)

- (jou) De fysiotherapeut helpt jou met de oefeningen.

(*Der Physiotherapeut hilft dir bei den Übungen.*)

- (met je) De verpleegkundige praat met je na het onderzoek.

(*Die Krankenschwester spricht nach der Untersuchung mit jou.*)

1. Ik bel hem morgen terug. 2. De fysiotherapeut helpt je met de oefeningen. 3. De verpleegkundige praat met jou na het onderzoek.

Korrigiere den Fehler

1. De verpleegkundige meet jou bloeddruk en noteert die.

Die Krankenschwester misst deinen Blutdruck und notiert ihn.

2. De huisarts praat met me over mijn longen.

Der Hausarzt spricht mit mir über meine Lungen.

1. De verpleegkundige meet jouw bloeddruk en noteert die. 2. De huisarts praat met mij over mijn longen.

3.Übungen

1. Ordnen Sie jedes Wort seiner Definition zu.

- | | |
|--------------------------|---|
| a. zich laten vaccineren | 1. Lang last hebben van een ziekte of aandoening (hij lijdt aan astma). |
| b. lijden aan | 2. Een prik krijgen zodat je lichaam zich tegen een ziekte beschermt. |
| c. de bloeddruk meten | 3. Controleren hoeveel druk het bloed in je bloedvaten uitoefent. |

a-2 b-1 c-3



2. Betriebsarzt: Körpersignale ernst nehmen (QR: Audio)

Fülle die Lücken aus: pijn, herstel, temperatuur, onderzoek, vaccineren, bloeddruk



Steeds meer werkgevers in Nederland bieden een preventief gezondheidsconsult aan bij de bedrijfsarts. Tijdens zo'n afspraak meet de arts vaak de (1) _____ en de (2) _____ en vraagt naar klachten zoals benauwdheid, (3) _____ op de borst of langdurige vermoeidheid. Soms volgt een kort lichamelijk (4) _____, bijvoorbeeld naar spieren en gewrichten, om te zien waar de klachten vandaan kunnen komen.

De bedrijfsarts kijkt ook naar leefstijl: voldoende slaap, regelmatig bewegen en (5) _____ na een ziekte. Wie gevoelig is voor stressklachten kan samen met de arts een plan maken om te herstellen, bijvoorbeeld met vaste pauzes en ontspanning. Bij een hoger risico op infecties kan de arts adviseren om je te laten (6) _____. Zo kun je problemen aan hart, longen of spieren eerder herkennen en voorkomen.


Immer mehr Arbeitgeber in den Niederlanden bieten eine präventive Gesundheitsberatung beim Betriebsarzt an. Während eines solchen Termins misst der Arzt oft den Blutdruck und die Temperatur und fragt nach Beschwerden wie Atemnot, Schmerzen in der Brust oder anhaltender Müdigkeit. Manchmal folgt eine kurze körperliche Untersuchung, zum Beispiel von Muskeln und Gelenken, um herauszufinden, woher die Beschwerden kommen könnten.

Der Betriebsarzt schaut auch auf den Lebensstil: ausreichend Schlaf, regelmäßige Bewegung und Erholung nach einer Krankheit. Wer anfällig für Stressbeschwerden ist, kann zusammen mit dem Arzt einen Plan zur Erholung erstellen, zum Beispiel mit festen Pausen und Entspannung. Bei einem höheren Infektionsrisiko kann der Arzt empfehlen, sich impfen zu lassen. So kannst du Probleme mit Herz, Lunge oder Muskeln früher erkennen und vorbeugen.

(1) bloeddruk, (2) temperatuur, (3) pijn, (4) onderzoek, (5) herstel, (6) vaccineren

1. Welke signalen van je lichaam zou jij in een gezondheidsconsult noemen, en wat zou je willen laten controleren?

3. Hören Sie sich den Audioausschnitt an und wählen Sie die richtige Antwort aus. (QR: Audio)

- | | Wahr | Falsch | |
|---|--------------------------|--------------------------|--|
| 1. De spreker gaat naar de bedrijfsarts omdat ze al een tijdje klachten heeft aan haar borst en ademhaling. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |
| 2. Tijdens de afspraak doet de arts eerst metingen zoals bloeddruk en temperatuur. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 3. De spreker sluit uit dat stress iets met haar klachten te maken heeft. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
- 1-V 2-V 3-X

4. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Mijn vader _____ jaren aan hoge bloeddruk _____, maar nu gaat het beter. *(Mein Vater hat jahrelang unter hohem Blutdruck gelitten, aber jetzt geht es besser.)*
 a. heeft / geleden b. heeft / lijden c. had / geleden
 d. is / geleden
2. Ik _____ me vorig jaar _____ vaccineren tegen griep, omdat ik vaak ziek was. *(Ich habe mich letztes Jahr gegen Grippe impfen lassen, weil ich oft krank war.)*
 a. heb / laten b. heb / laat c. ben / laten d. had / laten
3. Na het onderzoek zegt de arts dat zij al maanden last _____ gehad _____ pijn in haar borst. *(Nach der Untersuchung sagt der Arzt, dass sie schon seit Monaten unter Schmerzen in der Brust gelitten hat.)*
 a. heeft / geleden b. heeft / van c. is / geleden d. heeft / gehad
1. heeft / geleden 2. heb / laten 3. heeft / geleden

5. Rollenspiel - Dialoge (QR: Audio)

Telefonisch consult bij huisarts

Doktersassistente *Huisartsenpraktijk De Singel, met Sophie, waarmee kan ik u helpen?*

Sophie: *(Hausarztpraxis De Singel, hier ist Sophie, womit kann ich Ihnen helfen?)*

Patiënt Mark: *Hoi, ik voel me sinds gisteravond echt ziek en ik heb pijn op mijn borst als ik diep in- en uitadem.*

(Hallo, ich fühle mich seit gestern Abend richtig krank und ich habe Schmerzen in der Brust, wenn ich tief ein- und ausatme.)

Doktersassistente *Heeft u uw temperatuur gemeten of uw bloeddruk gecontroleerd, en voelt u ergens gevoeligheid als ik op uw borst druk?*

Sophie: *(Haben Sie Ihre Temperatur gemessen oder Ihren Blutdruck kontrolliert, und spüren Sie irgendwo eine Empfindlichkeit, wenn ich auf Ihre Brust drücke?)*

Patiënt Mark: *Ja, mijn temperatuur was 38,6 graden en mijn bloeddruk was hoger dan normaal; ik ben ook gevoelig bij mijn longen.*

(Ja, meine Temperatur lag bei 38,6 Grad und mein Blutdruck war höher als normal; ich bin auch im Bereich meiner Lungen empfindlich.)



Doktersassistente *Oké, de huisarts wil u vandaag nog onderzoeken; kunt u over twintig minuten langskomen en neem voor de zekerheid uw vaccinatiebewijs mee?*

Sophie:

(Okay, der Hausarzt möchte Sie heute noch untersuchen; können Sie in zwanzig Minuten vorbeikommen und nehmen Sie vorsichtshalber Ihren Impfnachweis mit?)

1. Welke metingen heeft Mark thuis gedaan en wat waren de waarden?

6. Spreken: übersetzen und antworten (QR: KI+)

Ik heb pijn in mijn ... en ik voel me ... / De huisarts meet mijn bloeddruk en temperatuur en luistert naar mijn longen. / Ik laat me vaccineren omdat ...



1. Ik voel me sinds twee dagen misselijk en heb ook hoofdpijn - wat denk je dat er aan de hand is en wat doe je daarna?

2. Je bent bij de huisarts en die wil je onderzoeken - welke metingen of controles verwacht je en waarom?

7. Schreiben: E-Mail (QR: KI+)

Onderwerp: Afspraak bedrijfsarts - donderdag 10:30

Hallo Samira,

Omdat je je de afgelopen week twee keer ziek hebt gemeld, heeft de bedrijfsarts gevraagd om een korte afspraak te plannen. Je afspraak staat op **donderdag om 10:30** (online). De arts zal eerst een paar vragen stellen en kan ook je **bloeddruk** en **temperatuur** laten meten.

Wil je per e-mail bevestigen of dit tijdstip voor jou lukt? Geef ook aan welke klachten je nog ervaart (bijvoorbeeld pijn, benauwdheid of misselijkheid).

Met vriendelijke groet,

Maarten de Vries

HR



Schreibe eine passende Antwort: *Dank u wel voor uw bericht. Ik bevestig hierbij de afspraak op... / Op dit moment heb ik vooral last van... en ik ervaar pijn in... / Kunt u mij laten weten of ik iets moet voorbereiden of meenemen?*

Wichtige Verben

ik
jij/je
hij/zij/ze/het
wij/we
jullie
zij/ze

Lijden aan (*leiden an*)

Voltooid tegenwoordige tijd (VTT)
heb geleden aan
hebt geleden aan
heeft geleden aan
hebben geleden aan
hebben geleden aan
hebben geleden aan

Zich laten vaccineren (*sich impfen lassen*)

Voltooid tegenwoordige tijd (VTT)
heb me laten vaccineren
hebt je laten vaccineren
heeft zich laten vaccineren
hebben ons laten vaccineren
hebben je laten vaccineren
hebben zich laten vaccineren