



B1.18 Anatomie

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

Het bloed	<i>(The blood)</i>	Pijn ervaren in	<i>(To feel pain in)</i>
Het bot	<i>(The bone)</i>	Sterven aan	<i>(To die of)</i>
Het hart	<i>(The heart)</i>	Verlossen van	<i>(To relieve of)</i>
De hersenen	<i>(The brain)</i>	Zich herstellen van	<i>(To recover from)</i>
De long	<i>(The lung)</i>	Zich laten vaccineren	<i>(To get vaccinated)</i>
De spier	<i>(The muscle)</i>	Gevoelig zijn	<i>(To be sensitive)</i>
De ziekte	<i>(The disease)</i>	Schelen aan	<i>(To be wrong with)</i>
De bloeddruk meten	<i>(To measure blood pressure)</i>	Lijden aan	<i>(To suffer from)</i>
De temperatuur meten	<i>(To take the temperature)</i>	Mankeren aan	<i>(To be lacking in)</i>
Diep in- en uitademen	<i>(Breathe in and out deeply)</i>	Wennen aan	<i>(To get used to)</i>
Iemand onderzoeken	<i>(To examine someone)</i>		

1. Scan the QR code to watch the video, or read the 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.

***Nausea** is an unpleasant feeling that can arise if your **stomach** becomes irritated by viruses, bacteria, or spoiled food. Your stomach then sends signals to your **brain**, where the **vomiting center** can be stimulated. As a result, you may feel nauseous or need to vomit, so that your body protects itself and you sometimes notice that you need rest. With motion sickness, it occurs because your eyes and the balance organ provide different information. Then it often helps to look at a fixed point outside.*

1. Waardoor raakt de maag vaak geïrriteerd en kan misselijkheid ontstaan?
 - a. Door een warme douche
 - b. Door te weinig zuurstof in de longen
 - c. Door intensief sporten na het eten
 - 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 braakcentrum wordt geprikkeld
 - b. De spieren krijgen extra energie
 - c. Het hart gaat meteen langzamer kloppen
 - d. De nieren beginnen harder te werken

1-d 2-a

2. Grammar: Pronouns in Dutch

Pronouns can be used as a subject, object, after a preposition, or possessively.



	Type (Type)	Vorm (Form)	Voorbeeld (Example)
Persoonlijk (Personal)	Onderwerp (Subject)	ik, jij, u, hij, zij, het, wij, jullie, u, zij	Zij ademen diep in en uit. (They breathe in and out deeply.)
	Voorwerp (Object)	mij, me, jou, je, hem, haar, het, ons, jullie, hen, hun	De arts onderzoekt haar vandaag. (The doctor examines her today.)
	Na voorzetsel (After a preposition)	met mij, aan jou, naar ons	De dokter praat met mij over mijn hart. (The doctor talks to me about my heart.)
Bezittelijk (Possessive)	Bijvoeglijk (Attributive)	mijn, jouw, uw, zijn, haar, ons, onze, jullie, hun	Jouw bloeddruk is vandaag te hoog. (Your blood pressure is too high today.)

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

- Kunt u __ arm ontspannen? Ik meet zo uw bloeddruk. (Can you relax your arm? I'll measure your blood pressure in a moment.)
a. jou b. u c. uw d. jouw
- De verpleegkundige heeft __ onderzocht en daarna heb ik diep in- en uitgeademd. (The nurse examined me and after that I breathed in and out deeply.)
a. mij b. mijn c. me d. ik

1. uw 2. mij

Rewrite the phrases (QR: AI+)



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

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

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

(I will call him back tomorrow.)

(The physiotherapist helps you with the exercises.)

(The nurse talks with you after the examination.)

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

Correct the error

- De verpleegkundige meet jou bloeddruk en noteert die.

The nurse measures your blood pressure and writes it down.

- De huisarts praat met me over mijn longen.

The general practitioner talks to me about my lungs.

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

3. Exercises

1. Match each word with its definition.

- | | |
|--------------------------|---|
| 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. Company doctor: taking body signals seriously (QR: Audio)



Fill in the gaps: 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.

More and more employers in the Netherlands offer a preventive health consultation with the company doctor. During such an appointment, the doctor often measures blood pressure and temperature and asks about complaints such as shortness of breath, chest pain or prolonged fatigue. Sometimes a brief physical examination follows, for example of muscles and joints, to see where the complaints might be coming from.

The company doctor also looks at lifestyle: enough sleep, regular exercise and recovery after an illness. Those who are sensitive to stress-related complaints can make a plan together with the doctor to recover, for example with fixed breaks and relaxation. If there is a higher risk of infections, the doctor may advise you to get vaccinated. This way you can recognize and prevent problems with the heart, lungs or muscles earlier.

(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. Listen to the audio fragment and choose the correct answer. (QR: Audio)

- | | True | False |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 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. Choose the correct solution

1. Mijn vader _____ jaren aan hoge bloeddruk _____, maar nu gaat het beter.
(My father suffered from high blood pressure for years, but now it's better.)
 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.
(I got vaccinated against the flu last year, because I was often ill.)
 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.
(After the examination, the doctor says that she has been suffering from pain in her chest for months.)
 a. heeft / geleden b. heeft / van c. is / geleden d. heeft / gehad
1. heeft / geleden 2. heb / laten 3. heeft / geleden

5. Roleplay - dialogues (QR: Audio)

Telefonisch consult bij huisarts

Doktersassistente *Huisartsenpraktijk De Singel, met Sophie, waarmee kan ik u helpen?*
Sophie: *(Family doctor's practice De Singel, this is Sophie speaking, how can I help you?)*

Patiënt Mark: *Hoi, ik voel me sinds gisteravond echt ziek en ik heb pijn op mijn borst als ik diep in- en uitadem.*
(Hi, I've been feeling really ill since last night and I have pain in my chest when I breathe in and out deeply.)

Doktersassistente *Heeft u uw temperatuur gemeten of uw bloeddruk gecontroleerd, en voelt u ergens gevoeligheid als ik op uw borst druk?*
Sophie: *(Have you taken your temperature or checked your blood pressure, and do you feel any tenderness if I press on your chest?)*

Patiënt Mark: *Ja, mijn temperatuur was 38,6 graden en mijn bloeddruk was hoger dan normaal; ik ben ook gevoelig bij mijn longen.*
(Yes, my temperature was 38.6 degrees and my blood pressure was higher than normal; I'm also tender around my lungs.)



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, the family doctor wants to examine you today; can you come in in twenty minutes and bring your vaccination certificate with you just to be safe?)

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

6. Speaking: translate and respond (QR: AI+)

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. Writing: E-mail (QR: AI+)

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



Write an appropriate response: *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?*

Important verbs

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

Lijden aan (*to suffer from*)

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 (*to get vaccinated*)

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