

B1.18 Anatomie

<https://app.colanguage.com/fr/francais/plan-de-cours/b1/18>



La gorge	Le cerveau
La poitrine	Le foie
La taille	Les reins
Le ventre	L'estomac
Le genou	Les intestins
La cheville	Le pédiatre
Le coude	La température corporelle
Le poignet	Prendre la température
Les articulations	Contrôler la tension
Les muscles	Contrôler la glycémie
La peau	Se faire vacciner
Le cœur	Éviter le stress
Le poumon	

1.Exercices

1. Email



Vous recevez un email de votre médecin généraliste après un petit problème de santé : répondez pour expliquer vos symptômes, poser vos questions et proposer des disponibilités pour un rendez-vous.

Objet : Suite à votre appel – contrôle de santé

Bonjour Madame / Monsieur,

Suite à votre appel de ce matin, je vous conseille de prendre rendez-vous pour un **contrôle de santé** complet.

Nous pourrions vérifier votre **tension**, votre **poids**, ausculter votre **cœur** et vos **poumons**, et discuter des douleurs au **dos** ou aux **articulations**. Si nécessaire, nous ferons aussi un contrôle de la **glycémie**.

Merci de m'indiquer :

- Depuis quand vous avez mal (dos, genou, poitrine, ventre, etc.).
- Si vous avez eu de la **fièvre** ou des problèmes de **respiration**.
- Vos disponibilités cette semaine.

Cordialement,

Dr Martin Dupuis, médecin généraliste

Rédigez une réponse appropriée: *Je vous écris pour vous donner plus de détails sur... / Depuis environ..., je ressens une douleur à... / Je suis disponible le... matin / l'après midi.*

2. Complétez les dialogues

a. Visite chez le médecin du travail

Cadre en entreprise: *Docteur, je suis très fatigué, j'ai parfois des douleurs à la poitrine et je me sens souvent très stressé au travail.*

Médecin du travail: 1. _____

Médecin du travail: *Respirez profondément... encore... très bien ; votre cœur est régulier, mais vos muscles des épaules sont très tendus.*

Cadre en entreprise: 2. _____

Médecin du travail: *Je vous conseille de faire des pauses régulières, des étirements pour les articulations et au moins trente minutes de marche par jour pour le dos, la taille et les genoux.*

Cadre en entreprise: 3. _____

Médecin du travail: *Essayez d'éviter le stress continu : respirez profondément, déconnectez des écrans le soir et pratiquez une activité relaxante comme le sport ou la méditation.*

Cadre en entreprise: 4. _____

b. Bilan santé avant un voyage

Consultant: *Bonjour docteur, je pars en mission en Inde pendant trois mois et je voudrais faire un bilan complet de santé.*

Médecin généraliste: 5. _____

Consultant: *En ce moment j'ai souvent mal au ventre et à la gorge, surtout après les repas ou quand je parle beaucoup en réunion.*

Médecin généraliste: 6. _____

Médecin généraliste: *Pour l'Inde, il faudra aussi vous faire vacciner contre l'hépatite A et la typhoïde, c'est important pour protéger le foie et l'appareil digestif.*

Consultant: 7. _____

Médecin généraliste: *Pendant le voyage, buvez beaucoup d'eau, évitez le stress et bougez régulièrement pour ne pas bloquer les articulations, surtout genoux et chevilles pendant les vols.*

Consultant: 8. _____

1. D'accord, commençons par contrôler la tension et écouter votre cœur et vos poumons, puis on parlera de votre niveau de stress. **2.** Je passe mes journées assis devant l'ordinateur ; j'ai aussi des douleurs au poignet et au coude à force de taper. **3.** Et pour le stress, que puis-je faire concrètement ? **4.** Très bien, je vais modifier ma routine pour protéger mon cœur et ma santé à long terme. **5.** Très bien : on prendra la température, on contrôlera la tension et la glycémie, puis je vérifierai votre cœur, vos poumons et votre foie. **6.** Je vais ausculter votre poitrine et palper l'abdomen pour voir si les intestins ou les reins sont sensibles. **7.** D'accord, je préfère faire tout maintenant pour éviter les problèmes sur place, mon agenda sera chargé. **8.** Merci docteur, je suivrai vos conseils pour prendre soin de mon corps pendant la mission.

3. En 8 à 10 lignes, décrivez vos habitudes quotidiennes pour prendre soin de votre corps au travail ou à la maison et expliquez ce que vous aimeriez améliorer.

Je fais des pauses régulières pour... / Je bois de l'eau pour... / Je vérifie ma tension quand... / J'aimerais instaurer la routine suivante...
