

B1.18 Anatomie

Anatomia

<https://app.colanguage.com/pl/francuski/program/b1/18>



Le cerveau	(mózg)	Le ventre	(brzuch)
Le cœur	(serce)	Le genou	(kolano)
Le foie	(wątroba)	La cheville	(kostka)
Les reins	(nerki)	Le coude	(łokieć)
Les intestins	(jelita)	Le poignet	(nadgarstek)
L'estomac	(żołądek)	La température corporelle	(temperatura ciała)
Le poumon	(płuco)	Prendre la température	(mierzyć temperaturę)
La peau	(skóra)	Contrôler la tension	(kontrolować ciśnienie)
Les muscles	(mięśnie)	Contrôler la glycémie	(kontrolować poziom glukozy)
Les articulations	(stawy)	Se faire vacciner	(zaszczepić się)
La gorge	(gardło)	Éviter le stress	(unikać stresu)
La poitrine	(klatka piersiowa)	Le pédiatre	(pediatra)
La taille	(talia)		

1. Ćwiczenia

1. Email

Otrzymujesz e-mail od swojego lekarza rodzinnego po drobnych problemach zdrowotnych:  odpowiedz, opisując swoje objawy, zadając pytania i proponując terminy dostępne na wizytę.



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 pourrons 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

Napisz odpowiednią odpowiedź: 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. Uzupełnij dialogi

a. Visite chez le médecin du travail

Cadre en entreprise: Docteur, je suis très fatigué, j'ai parfois (Panie doktorze, jestem bardzo zmęczony, czasami odczuwam bóle w klatce piersiowej i często czuję duży stres w pracy.)

Médecin du travail: 1. _____ (Dobrze, zaczniemy od zmierzenia ciśnienia i osłuchania serca oraz płuc, potem porozmawiamy o poziomie stresu.)

Médecin du travail: Respirez profondément... encore... très bien ; votre cœur est régulier, mais vos muscles des épaules sont très tendus. (Proszę głęboko oddychać... jeszcze raz... bardzo dobrze; serce pracuje regularnie, ale mięśnie barków są mocno napięte.)

Cadre en entreprise: 2. _____ (Spędzam dni siedząc przed komputerem; bolą mnie też nadgarstek i łokieć od ciągłego pisania.)

Médecin du travail:	<i>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.</i>	(Radziłbym robić regularne przerwy, rozciągać stawy oraz przeznaczać przynajmniej trzydzieści minut dziennie na spacer dla zdrowia kręgosłupa, pasa i kolan.)
Cadre en entreprise:	3. _____	(A co z stresem — co mogę konkretnie zrobić?)
Médecin du travail:	<i>Essayez d'éviter le stress continu : respirez profondément, déconnectez des écrans le soir et pratiquez une activité relaxante comme le sport ou la méditation.</i>	(Staraj się unikać ciągłego stresu: oddychaj głęboko, odłączaj się od ekranów wieczorem i praktykuj relaksujące aktywności, takie jak sport lub medytacja.)
Cadre en entreprise:	4. _____	(Dobrze, zmień swoją rutynę, żeby chronić serce i zdrowie na dłuższą metę.)
b. Bilan santé avant un voyage		
Consultant:	<i>Bonjour docteur, je pars en mission en Inde pendant trois mois et je voudrais faire un bilan complet de santé.</i>	(Dzień dobry, panie doktorze — jadę na misję do Indii na trzy miesiące i chciałbym zrobić pełne badania zdrowotne.)
Médecin généraliste:	5. _____	(Dobrze: zmierzmy temperaturę, sprawdzimy ciśnienie i poziom glukozy, potem osłucham serce, płuca i zbadam wątrobę.)
Consultant:	<i>En ce moment j'ai souvent mal au ventre et à la gorge, surtout après les repas ou quand je parle beaucoup en réunion.</i>	(Ostatnio często boli mnie brzuch i gardło, zwłaszcza po posiłkach albo kiedy dużo mówię na spotkaniach.)
Médecin généraliste:	6. _____	(Osłucham klatkę piersiową i palpacyjnie zbadać będę brzuch, żeby sprawdzić, czy jelita lub nerki są wrażliwe.)
Médecin généraliste:	<i>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.</i>	(Na wyjazd do Indii konieczne będzie też zaszczepienie się przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i duru brzusznego — to ważne dla ochrony wątroby i układu pokarmowego.)
Consultant:	7. _____	(W porządku, wolę zrobić to wszystko teraz, żeby uniknąć problemów na miejscu — będę miał napięty grafik.)
Médecin généraliste:	<i>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.</i>	(W podróży pij dużo wody, unikaj stresu i ruszaj się regularnie, żeby nie zastały się stawy, szczególnie kolana i kostki podczas lotów.)
Consultant:	8. _____	(Dziękuję, panie doktorze — zastosuję się do pana rad, żeby dbać o ciało podczas misji.)

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. W 8–10 zdaniach opisz swoje codzienne nawyki związane z dbaniem o ciało w pracy lub w domu i wyjaśnij, co chciał(a)byś poprawić.

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