

**PODSTAWOWY PORADNIK  
DLA PIEŁĘGNIAREK,  
OPIEKUNÓW OSÓB STARSZYCH,  
CHORYCH I NIEPEŁNOSPRAWNYCH**



© Copyright by Wydawnictwo EPROFESS & Edyta Pawlik

Wydanie I, 2016

ISBN: 978-83-63435-52-3

Projekt okładki: *Jacek Piekarczyk*

Wszelkie prawa zastrzeżone. Każda reprodukcja lub adaptacja całości bądź części niniejszej publikacji, niezależnie od zastosowanej techniki reprodukcji (drukarskiej, komputerowej, fotograficznej i in.), wymaga pisemnej zgody Wydawcy.

**Wydawnictwo EPROFESS**

Żory

[www.eprofess.pl](http://www.eprofess.pl)

e-mail: [wydawnictwo@eprofess.pl](mailto:wydawnictwo@eprofess.pl)

## Spis treści

1.	OGÓLNE POJĘCIA O ZDROWIU .....	3
2.	ZAWODY MEDYCZNE.....	6
3.	CZĘŚCI CIAŁA, ORGANY .....	8
4.	CHOROBY I DOLEGLIWOŚCI .....	20
5.	LEKARSTWA.....	32
6.	WIZYTA U LEKARZA .....	36
7.	POBYT W SZPITALU, OPIEKA NAD CHORYM.....	40
8.	PIERWSZA POMOC .....	44
9.	PODSTAWOWA OPIEKA .....	48
10.	PODCZAS POSIŁKÓW .....	52
11.	MYCIE CHOREGO I ZAŁATWIANIE POTRZEB FIZJOLOGICZNYCH .....	54

---

## 1. Ogólne pojęcia o zdrowiu

### **RZECZOWNIKI :**

Apotheke, die – apteka

Atem, der – oddech

Behandlung, die – leczenie

Besserung, die – poprawa

Epidemie, die – epidemia

Gefahr, die - niebezpieczeństwo

Gesundheit, die – zdrowie

Gesundheitszustand, der – stan zdrowia

Kondition, die – kondycja

Krankenkasse, die – kasa chorych

Krankenhauskosten – koszty leczenia w szpitalu

Krankenversicherung, die – ubezpieczenie zdrowotne

Medizin, die – medycyna

notwendige Behandlungen – konieczne leczenie

Pflege, die – opieka

Rettungswagen, der – karetka pogotowia

Risiko, das – ryzyko

Rückfall, der – nawrót choroby

Stress, der – stres

Temperatur, die - temperatura

Versicherung, die – ubezpieczenie

Versorgung, die – opieka

vorbeugende Maßnahme – środek zapobiegawczy

Vorbeugung, die – profilaktyka, zapobieganie

Vorsorgeuntersuchung, die – badanie diagnostyczne

Zustand, der – stan

## **CZASOWNIKI:**

atmen – oddychać

behandeln – leczyć

erkranken an – zachorować na

fehlen – dolegać

genesen – wyzdrowieć

helfen – pomóc

klagen über – skarżyć się na

leiden an – cierpieć na

riskieren – ryzykować

schaden – szkodzić

sich anstecken – zarazić się

sich erkälten – przeziębnić się

sterben an – umrzeć na

vorbeugen - zapobiegać

weh tun – boleć

## **PRZYMIOTNIKI :**

fit- sprawny

gefährlich – niebezpieczny

gesund – zdrowy

gesundheitsschädlich – szkodliwy dla zdrowia

heilbar – uleczalny  
krank – chory  
langwierig – przewlekły  
schmerzhaft - bolesny  
schwach – słaby  
stark – silny  
tödlich – śmiertelny  
unheilbar – nieuleczalny  
wirkungsvoll – skuteczny  
vorbeugend - zapobiegawczy

**ZAPAMIĘTAJ !**

**Besser ist vorbeugen als heilen  
lepiej zapobiegać niż leczyć**

### **ZWROTY :**

gesund werden – wyzdrowieć  
in guter körperlichen Verfassung sein – być w dobrej kondycji fizycznej  
körperliche Tätigkeiten – czynności fizyczne  
krank werden – zachorować  
eine Krankenversicherung abschließen – zawrzeć ubezpieczenie na wypadek choroby  
in einer Krankenkasse sein – być w kasie chorych  
von der Versicherung bezahlen – opłacić z ubezpieczenia

## 2. ZAWODY MEDYCZNE

A  
R  
Z  
T

Apotheker, der – aptekarz / Apothekerin, die – aptekarka

Augenarzt, der – okulista

Chirurg, der – chirurg

Facharzt, der - specjalista

Frauenarzt, der - ginekolog

D  
E  
R

Hals-Nasen-Ohren-Arzt, der – laryngolog

Hautarzt, der - dermatolog

Internist, der – internista

-

Hausarzt, der – lekarz domowy

L  
E  
K  
A  
R  
Z

Kardiologe, der - kardiolog

Kinderarzt, der – pediatra

Nervenarzt, der - neurolog

Notarzt, der – lekarz pogotowia

Onkologe, der - onkolog

Orthopäde, der - ortopeda

Psychiater, der - psychiatra

Radiologe, der – radiolog

Spezialist, der – specjalista

Urologe, der - urolog

Zahnarzt, der - dentysta

---

### 3. CZĘŚCI CIAŁA, ORGANY

---

#### RZECZOWNIKI :

Arm, der – ręka, ramię  
Achillessehne, die – ścięgno Achillesa  
Achselhöhle, die – pacha  
Amboss, das – kowadełko  
Augapfel, der – gałka oczna  
Auge, das - oko  
Augenbrauen, die (l.mn) - brwi  
Augenlid, das – powieka  
Augenwimper, die – rzęsa  
Backenzahn, der – ząb trzonowy  
Bart, der – broda, zarost  
Bauch, der - brzuch  
Becken, das – miednica  
Bein, das – noga  
Brust, die - piersi  
Brustbein, das – mostek  
Brustkorb, der – klatka piersiowa  
Brustwirbel, der – kręgi piersiowe  
Darmbein, das – kość biodrowa  
Daumen, der – kciuk  
der kleine Finger – mały palec  
Ellbogenknochen, der – kość łokciowa  
Ellbogen, der - łokieć