

**ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ:  
Πώς είναι η υγεία σου;**

**Ενότητα:** Σώμα, υγεία (3 φύλλα εργασίας)

**Επίπεδο:** Β1, Β2

**Κοινό:** αλλόγλωσσοι ενήλικες

**Διάρκεια:** 4-6 ώρες (2-3 δίωρα)

**Υλικοτεχνική υποδομή:**

- ✓ **Για τον διδάσκοντα:** 1 υπολογιστής με ηχεία, σύνδεση στο Ίντερνετ και σύνδεση με projector, οθόνη προβολής, πίνακας.



2. Πείτε πού πονάνε ή τι πρόβλημα υγείας έχουν...



Τι συμβουλές μπορείτε να τους δώσετε...

**Παράδειγμα: Βήχας:**

**Πρέπει να πάρεις ένα σιρόπι για τον βήχα και να πίνεις πολλά υγρά.**

3. Ακούστε δύο φορές τον διάλογο. Στη συνέχεια μπορείτε να τον διαβάσετε και να απαντήσετε στις ερωτήσεις.

<http://www.xanthi.ilsp.gr/filog/ch10/dial/dial2.asp>

(Φιλολογισσία, κεφάλαιο 10)

### Επίσκεψη στον γιατρό

**Πέτρος:** Καλησπέρα σας, γιατρέ.

**Γιατρός:** Καλησπέρα. Καθίστε, παρακαλώ. Σας ακούω. Τι πρόβλημα έχετε;

**Πέτρος:** Έχω έντονο βήχα, συνάχι και πονάει πολύ η πλάτη μου.

**Γιατρός:** Μάλιστα! Πόσο καιρό νιώθετε έτσι;

**Πέτρος:** Εδώ και τρεις τέσσερις μέρες, αλλά από χτες η κατάσταση έχει χειροτερέψει, αισθάνομαι πολύ άσχημα, και αυτές τις μέρες δεν έχω πάει στη δουλειά μου.

**Γιατρός:** Έχετε και πυρετό;

**Πέτρος:** Ναι, τις πρώτες μέρες είχα γύρω στο 37,6 αλλά τις δύο τελευταίες μέρες έχει φτάσει 39. Παίρνω συνέχεια ασπιρίνες.

**Γιατρός:** Μάλιστα! Λοιπόν, ελάτε να σας εξετάσω... Ξαπλώστε, παρακαλώ... Πάρτε μια βαθιά αναπνοή... Πάλι... Βήξτε... Εντάξει... Τελειώσαμε!

**Πέτρος:** Λοιπόν, γιατρέ;

**Γιατρός:** Έχετε γρίπη... Θα σας δώσω όμως αντιβίωση, γιατί ο πυρετός επιμένει. Έχετε φέρει μαζί σας το βιβλιάριο;

**Πέτρος:** Βεβαίως, ορίστε!

**Γιατρός:** Ευχαριστώ! Λοιπόν, θα παίρνετε την αντιβίωση κάθε οκτώ ώρες για τρεις μέρες. Είχατε πάρει καθόλου αντιβίωση πρόσφατα;

**Πέτρος:** Όχι, δε νομίζω.

**Γιατρός:** Μήπως είστε αλλεργικός;

**Πέτρος:** Όχι.

**Γιατρός:** Ωραία. Σας γράφω και ένα σιρόπι για τον βήχα στη συνταγή. Θα παίρνετε ένα κουταλάκι του γλυκού 3 φορές την ημέρα.

**Πέτρος:** Πότε μπορώ να γυρίσω στη δουλειά; Έχω ήδη λείψει αρκετές μέρες.

**Γιατρός:** Θα μείνετε στο σπίτι τουλάχιστον δύο ή τρεις μέρες ακόμα. Χρειάζεστε ζέστη, καλή διατροφή και ξεκούραση. Σε τρεις τέσσερις μέρες θα έχετε αναρρώσει τελείως και θα έχετε επιστρέψει στη δουλειά σας.

**Πέτρος:** Ευχαριστώ πολύ, γιατρέ! Γεια σας!

**Γιατρός:** Γεια σας και περαστικά!

**Πέτρος:** Ευχαριστώ!

4. Πότε λέμε τις παρακάτω φράσεις; Διαλέξτε το σωστό.

1. Όταν κάποιος φταρνίζεται, λέμε \_\_\_\_\_ .  
α. στην υγεία σου                      β. γείτσες
2. Όταν κάποιος είναι άρρωστος, λέμε \_\_\_\_\_ .  
α. περαστικά                              β. με τις υγείες σου
3. Όταν τσουγκρίζουμε τα ποτήρια, λέμε \_\_\_\_\_ .  
α. στην υγεία σας                      β. γεια χαρά
4. Όταν κάποιος έχει συνάχι, λέμε ότι \_\_\_\_\_ .  
α. άνοιξε η μύτη του                      β. τρέχει η μύτη του
5. Όταν αγοράζουμε κάτι καινούριο, λέμε \_\_\_\_\_ .  
α. με γεια                                      β. σιδερένιος

## Φύλλο εργασίας 2

1. Διαβάστε το κείμενο και απαντήστε στις ερωτήσεις.

### Έχετε γρίπη ή κρυολόγημα;

Η γρίπη και το κρυολόγημα έχουν πολλά κοινά συμπτώματα. Η γρίπη και το κρυολόγημα προκαλούνται από ιούς. Υπάρχουν περισσότεροι από 100 διαφορετικοί ιοί που μπορούν να προκαλέσουν το κοινό κρυολόγημα, ενώ οι ιοί που προκαλούν τη γρίπη είναι πολύ λιγότεροι.

Το κρυολόγημα είναι πιο ήπιο, ενώ η γρίπη είναι πολύ πιο σοβαρή. Το κρυολόγημα αρχίζει με ένα αίσθημα κούρασης, με φταρνίσματα, βήχα και με μύτη που τρέχει. Μπορεί να μην υπάρχει πυρετός ή μπορεί ο πυρετός αυτός να είναι χαμηλός. Μπορεί επίσης το κρυολόγημα να συνοδεύεται από πόνους στους μύες, πόνο στον λαιμό, μάτια που τρέχουν και πονοκεφάλους.

Αντίθετα, η γρίπη αρχίζει απότομα και ξαφνικά. Ο άρρωστος νιώθει κουρασμένος, έχει πυρετό, ξερό βήχα, πόνο στα μάτια, σοβαρό πονοκέφαλο και πόνο στον λαιμό με φαρυγγίτιδα. Επίσης, ο χρόνος που χρειάζεται για να αναρρώσει ο ασθενής είναι πολύ μεγαλύτερος από ό,τι στο κρυολόγημα. Για τους λόγους αυτούς υπάρχουν εμβόλια για τη γρίπη αλλά όχι για το κοινό κρυολόγημα. Επίσης, τα αντιβιοτικά δεν μπορούν να καταπολεμήσουν ούτε τους ιούς του κρυολογήματος ούτε της γρίπης. Τι πρέπει να κάνετε λοιπόν για να νιώσετε καλύτερα;

- Αν έχετε πυρετό, θα πρέπει να μείνετε στο σπίτι σας και να ξεκουραστείτε.
- Εάν καπνίζετε, σταματήστε αμέσως το κάπνισμα.
- Να πίνετε άφθονα υγρά, όπως νερό, χυμούς φρούτων και ελαφριές σούπες.
- Αν έχετε πόνο στον λαιμό, μπορείτε να κάνετε γαργάρα με ζεστό νερό που να περιέχει αλάτι. Επίσης, μπορούν να σας βοηθήσουν ειδικά σπρέι ή χάπια που διαλύονται στο στόμα.

<http://www.medlook.net> (2011) (διασκευή)

- Ποια συμπτώματα έχει το κρυολόγημα και ποια η γρίπη;
- Η γρίπη ή το κρυολόγημα αρχίζει ξαφνικά;

- Σε ποια από τις δύο ασθένειες ο άρρωστος γίνεται πιο γρήγορα καλά;
- Υπάρχουν φάρμακα για τη γρίπη και για το κρυολόγημα;
- Έχετε αρρωστήσει ποτέ από γρίπη ή από κρυολόγημα; Πήγατε στον γιατρό;
- Τι κάνετε συνήθως όταν έχετε κρυολόγημα ή γρίπη;

2. Βάλτε στη σειρά τις προτάσεις.

### Γαστρεντερίτιδα: συμπτώματα και θεραπεία

\_\_\_\_\_ Αυτό που μπορείτε να κάνετε για να γίνετε καλά είναι να πίνετε μικρές γουλιές από νερό, τσάι ή λεμονάδα.

\_\_\_\_\_ Τέλος, πρέπει να ξεκουράζεστε πολύ.

\_\_\_\_\_ Η γαστρεντερίτιδα μπορεί να προκαλέσει ναυτία και εμετό για μία ή δύο ημέρες, διάρροια, που συνήθως διαρκεί 1-3 μέρες, και συχνά πυρετό.

\_\_\_\_\_ Επίσης, μπορείτε να τρώτε μαλακές τροφές, όπως κράκερ, ρύζι, μπανάνες ή τوست.

\_\_\_\_\_ Για να μην κολλήσετε και τους άλλους, πρέπει να πλένετε πολύ συχνά τα χέρια σας και να μη μοιράζεστε τις πετσέτες, την οδοντόβουρτσα, τα ποτά και τα μαχαιροπίρουνα.

\_\_\_\_\_ Η γαστρεντερίτιδα είναι μια μόλυνση του εντέρου.

<http://www.health.vic.gov.au/> (2011) (διασκευή)

3. Διαβάστε τις οδηγίες για το φάρμακο στη φωτογραφία και απαντήστε στις ερωτήσεις.

## Οδηγίες χρήσης για φάρμακα



**Deron:** ανακουφίζει από τον πόνο και τον πυρετό.

**Μορφή:** 20 λευκά στρογγυλά χάπια και σιρόπι.

**Περιεκτικότητα:** 500 mg παρακεταμόλη σε κάθε χάπι, 120 mg παρακεταμόλη σε κάθε κουταλάκι του γλυκού (5 ml).

**Ενδείξεις:** πυρετός, πονοκέφαλος, πονόδοντος, πόνοι των μυών και των αρθρώσεων.

**Αντενδείξεις:** Σοβαρές βλάβες στο συκώτι και στα νεφρά.

**Δοσολογία:** Για ενήλικες και παιδιά πάνω από 12 χρονών: 1 χάπι κάθε 4-6 ώρες. Για παιδιά από 6-12 χρονών: 2-4 κουταλάκια του γλυκού 3-4 φορές την ημέρα. Για παιδιά από 1-6 χρονών: 1-2 κουταλάκια του γλυκού 3-4 φορές την ημέρα.

**Προφυλάξεις:** Να κρατάτε όλα τα φάρμακα μακριά από τα παιδιά.  
(Από το φύλλο οδηγιών του Deron) (δισκευή)

- |  | Σ                        | Λ                        |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Παίρνουμε Deron όταν πονάει ο λαιμός μας.                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Το Deron κυκλοφορεί σε χάπια και σε σιρόπι.                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Η παρακεταμόλη είναι η ουσία που περιέχει το Deron.                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Ένα χάπι περιέχει 120 mg παρακεταμόλη.                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Όταν ένας μεγάλος έχει πυρετό, μπορεί να πάρει μέχρι 4 χάπια την ημέρα. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Όταν ένα παιδί 4 ετών έχει πυρετό, μπορεί να πάρει 1-2 χάπια την ημέρα. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



4. Πολλές φορές στις οδηγίες των φαρμάκων υπάρχουν οι παρακάτω φράσεις. Διαλέξτε τη σημασία που τους ταιριάζει.

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| 1. Η περιεκτικότητα          | α. Τα συμπτώματα ή οι ασθένειες που θεραπεύει το φάρμακο.  |
| 2. Ο παρασκευαστής           | β. Οι ουσίες που περιέχει το φάρμακο.  |
| 3. Οι ενδείξεις              | γ. Σε ποιες περιπτώσεις δεν επιτρέπεται η χρήση του φαρμάκου.  |
| 4. Οι αντενδείξεις           | δ. Η εταιρεία που φτιάχνει το φάρμακο.   |
| 5. Οι αλληλεπιδράσεις        | στ. Οι πιθανές αρνητικές συνέπειες από τη χρήση του φαρμάκου.  |
| 6. Η δοσολογία               | ζ. Η ποσότητα του φαρμάκου που πρέπει να παίρνει ο ασθενής ανάλογα με την ασθένεια και την ηλικία του. |
| 7. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες | η. Οι συνέπειες στον οργανισμό από τη λήψη διαφορετικών φαρμάκων.                                      |

### Φύλλο εργασίας 3

1. Βρείτε πώς λέγεται ο γιατρός που εργάζεται στα παρακάτω Τμήματα του νοσοκομείου...

Τμήματα Νοσοκομείου	Γιατρός
Παθολογικό Τμήμα	
Χειρουργικό Τμήμα	
Ορθοπεδικό Τμήμα	
Παιδιατρικό Τμήμα	
Ουρολογικό Τμήμα	
Καρδιολογικό Τμήμα	
Οφθαλμολογικό Τμήμα	
Ω.Ρ.Λ. Τμήμα	
Μικροβιολογικό Τμήμα	
Ακτινολογικό Τμήμα	
Γυναικολογικό/ Μαιευτικό Τμήμα	

2. Βρείτε τι σημαίνουν οι φράσεις στην αριστερή στήλη:

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| 1. εφημερεύοντα φαρμακεία    | α. νοσοκομεία που δέχονται αρρώστους όλη την ημέρα (μέρα και νύχτα)                                |
| 2. διανυκτερεύοντα φαρμακεία | β. φαρμακεία που είναι ανοιχτά το βράδυ  |
| 3. εξωτερικά ιατρεία         | γ. ιατρεία νοσοκομείου στα οποία πηγαίνουν ασθενείς που πρέπει να τους εξετάσει αμέσως γιατρός     |
| 4. εφημερεύοντα νοσοκομεία   | δ. ιατρεία νοσοκομείου στα οποία μπορούν να εξεταστούν άνθρωποι που δε νοσηλεύονται στο νοσοκομείο |
| 5. επείγοντα περιστατικά     | ε. φαρμακεία που είναι ανοιχτά από το πρωί έως το βράδυ, πέρα από το κανονικό ωράριο               |

3. Μπείτε στην ιστοσελίδα του νοσοκομείου της πόλης σας (π.χ. Κομοτηνή: <http://www.komotini-hospital.gr/index.php/el/clinics-info-menuitem>) και δείτε ποια άλλα τμήματα έχει το νοσοκομείο που δεν υπάρχουν στον κατάλογο της προηγούμενης άσκησης. Συζητήστε τι βοήθεια μπορούν να προσφέρουν αυτά στους αρρώστους.

4. Είστε στην ιστοσελίδα του Γενικού Νοσοκομείου Κομοτηνής (<http://www.komotini-hospital.gr/index.php/el/clinics-info-menuitem>).

Απαντήστε:

- Ποια είναι η διεύθυνση του νοσοκομείου και ποιο το τηλέφωνο;
- Σε ποιο σημείο της ιστοσελίδας μπορείτε να βρείτε πληροφορίες για τα εξωτερικά ιατρεία;
- Ποιο τηλέφωνο πρέπει να πάρετε για να κλείσετε ραντεβού στα εξωτερικά ιατρεία;
- Σύμφωνα με το πρόγραμμα των εξωτερικών ιατρείων, ποιες μέρες μπορείτε να κλείσετε ραντεβού για το **καρδιολογικό**, το **παιδιατρικό** και το **γυναικολογικό/μαιευτικό** ιατρείο;

5. Τι πρέπει να κάνουμε σε περίπτωση πνιγμού ενός βρέφους; Δείτε το βίντεο και δώστε συμβουλές.

[http://e-manoula.blogspot.com/2011/07/blog-post\\_04.html](http://e-manoula.blogspot.com/2011/07/blog-post_04.html)

6. Δείτε το αστείο βίντεο δύο φορές και απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις.

[http://www.youtube.com/watch?v=NxMk6\\_crPek](http://www.youtube.com/watch?v=NxMk6_crPek)

- Τι γράφει η μικρή πινακίδα στην πόρτα του φαρμακείου;
- Τι φάρμακο ζήτησε ο πρώτος πελάτης από τον φαρμακοποιό;
- Τι πρόβλημα υγείας είπε ότι έχει;

- Τι έδωσε η δεύτερη πελάτισσα στον φαρμακοποιό; Τι φάρμακο ζήτησε;  
Πλήρωσε τον φαρμακοποιό ή όχι;
- Τι πρόβλημα υγείας έχει ο τρίτος πελάτης; Πόσα παιδιά είπε ότι έχει;  
Γιατί του έκανε αυτή την ερώτηση ο φαρμακοποιός;
- Τι πρόβλημα υγείας έχει η τέταρτη πελάτισσα;

## Υποστηρικτικό υλικό

Τα βιβλία:

*Με ένα λεωφορείο όλοι τριγυρνάμε μέσα στην πόλη*

(<http://www.museduc.gr/docs/dimotiko/LEOFOREIO.pdf>, σελ. 37-39)

*Ταξίδια με λόγια, Στ' τάξη, 2ο βιβλίο*

([http://museduc.gr/docs/dimotiko/2011/TAXIDIA\\_ME\\_LOGIA\\_2.pdf](http://museduc.gr/docs/dimotiko/2011/TAXIDIA_ME_LOGIA_2.pdf),

σελ. 59-72)

## Γραμματική

**α)** *Οριστική αορίστου* ρημάτων ενεργητικής φωνής α' και β' συζυγίας:

οι ασκήσεις στις σελίδες 251-252, 255 και 258 από τις *Γλωσσικές*

*Ασκήσεις*

**β)** *Υποτακτική ενεργητικής φωνής:*

οι ασκήσεις στις σελίδες 292 και 297-299 από τις *Γλωσσικές Ασκήσεις*

**γ)** *Εναλλακτικές συντακτικές δομές για την έκφραση συμβουλών/οδηγιών:*

η άσκηση στη σελίδα 489 από τις *Γλωσσικές Ασκήσεις*

**δ)** Τα επίθετα σε *-ής, -ής,, -ές:*

οι ασκήσεις στις σελίδες 138-139 από τις *Γλωσσικές Ασκήσεις*

**ε)** *Επιρρήματα από επίθετα:*

η άσκηση στη σελίδα 589 από τις *Γλωσσικές Ασκήσεις*

**στ)** *Προθετικές φράσεις που δηλώνουν αιτία:*

η άσκηση στη σελίδα 588 από τις *Γλωσσικές Ασκήσεις*

(διαθέσιμες στο: <http://www.museduc.gr/index.php?page=2&sub=121Ac>)

## Λεξιλόγιο

Δείτε τις σελίδες 94-97, 101-105, 108-111, 114, 115 (άσκηση 1), 116 (άσκηση 2), 117 (άσκηση 4), 119 (ασκήσεις 8 και 9) και 120 (άσκηση 10) από το βιβλίο *Λέξεις και Εικόνες* (διαθέσιμο στο:

[http://www.keda.gr/epam/pdf/high/lexeis\\_eikones\\_lex.pdf](http://www.keda.gr/epam/pdf/high/lexeis_eikones_lex.pdf))