



## Gesundheit und Hygiene

13

- 13.1** Symptome, Verletzungen
- 13.2** Gesundheit und Krankheiten
- 13.3** Alkohol, Drogen, Tabak
- 13.4** Einrichtungen im Gesundheitswesen
- 13.5** Medikamente und Therapien
- 13.6** Hygiene
- 13.7** Ästhetik, Kosmetik, Wellness

## Primero A

el dolor

Schmerz(en)



627fwwr

doler duele

schmerzen; wehtun

la tos

Husten

toser

husten

Me la he pasado toda la noche tosiendo. Ich habe die ganze Nacht gehustet.

la fiebre

Fieber; hohe Temperatur

encontrarse *me encuentro, te encuentras*

sich befinden

la diarrea

Durchfall

el aspecto

Aussehen

débil

schwach

el malestar

Unwohlsein

→ el mareo

Übelkeit; Seekrankheit; Schwindelanfall

EB: Mario  
wird schnell  
schwindlich.

el dolor de muelas

Zahnschmerzen

la picadura

Stich

hacer(se) daño *hago; hice; hecho*

sich verletzen; schmerzen, wehtun

sangrar

bluten

(el) minusválido, (la) minusválida / pey

behindert; Behinderte/r

(el) discapacitado, (la) discapacitada / pey

behindert; Behinderte/r

la discapacidad

Behinderung

el sordomudo, la sordomuda

Taubstumme/r

manco, manca

einarmig; einhändig

cojo, coja

hinkend; Lahm

loco, loca

wahnsinnig; irre

Juana se ha vuelto loca.

Juana ist wahnsinnig geworden.

## ○ A ¡listo?

la locura

Wahnsinn

# Symptome, Verletzungen

resfriado, resfríada	erkältet	Y ahora B
mareado, mareada	schwindlig; benommen; seekrank	
marearse	schwindlig werden; seekrank werden	← dein Beispiel- sätze: .....
las náuseas Pl	Übelkeit; Brechreiz	.....
vomitar	(er-)brechen; sich übergeben	
agotado, agotada	erschöpft	
estresado, estresada	gestresst	← Deine EB: .....
desmayarse	in Ohnmacht fallen	.....
la acidez	Sodbrennen	.....
el contagio	Ansteckung	
contagiarse	sich anstecken	
el/la pus	Eiter	
la infección	Entzündung; Ansteckung	
infectarse	sich entzünden; sich anstecken	
la quemadura	Verbrennung; Brandwunde	
el corte	Schnitt(-wunde)	EB: Er hat sich mit einem <u>Goldbären</u> geschlagen.
la herida	Wunde	
caer(se) caigo; caí, cayó	hinfallen; stürzen	
el golpe	Schlag; Stoß	←
quemarse	sich verbrennen	
cortarse	sich schneiden	
romperse roto	sich brechen	
hinchado, hinchada	(an-)geschwollen	
la inflamación	Schwellung; Entzündung	
inflamarse	anschwellen; sich entzünden	
torcerse tuerzo, tuerces, tuerce	verstauchen; verrenken	
la fractura	Bruch	



○ Bist du liste?

## Primero A



627fwwr



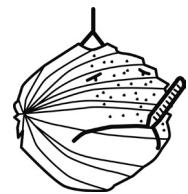
## ○ A ¡listo?

## Y ahora B

EB: Ich  
pflege meine  
Kuh Ida  
sehr gut.

la salud	Gesundheit
enfermar	krank werden; erkranken
la enfermedad	Krankheit
(el) enfermo, (la) enferma	krank; Kranke/r
sentirse siento, sientes, siente	sich fühlen
malo, mala	krank; schlecht
regular fam	(mittel-)mäßig
doloroso, dolorosa	schmerhaft
llevar	führen
mejorar	bessern; genesen
prevenir prevengo	vorbeugen
la alergia	Allergie
alérgico, alérgica (a)	allergisch (gegen)
resfriarse resfrío, resfrías, resfría	sich erkälten
el resfriado = el con(s)tipado	Erkältung; Schnupfen
el resfrío Am	Erkältung; Schnupfen
la gripe	Grippe
el estrés	Stress
el seguro	Versicherung
padecer padezco, padeces padecer una enfermedad	er(leiden) an einer Krankheit leiden
ponerse pongo; puse; puesto	werden
cuidar	pflegen
sano, sana = saludable	gesund
el régimen	Diät

la respiración	Atmung
la vista	Sehkraft
cruzar la vista <i>crucé, cruzaste</i>	schielen
bizco, bizca	schielend
(el/la) miope	kurzsichtig; Kurzsichtige/r
la miopía	Kurzsichtigkeit
la apendicitis	Blinddarmentzündung
el sarampión	Masern
la pulmonía	Lungenentzündung
el sida = el SIDA	Aids
seropositivo, seropositive	HIV-positiv
el cáncer cáncer de mama	Krebs Brustkrebs
el ataque	Anfall
el infarto	Infarkt
el/la reuma = el/la reúma	Rheuma
la diabetes	Diabetes; Zuckerkrankheit
la anorexia	Magersucht
anoréxico, anoréxica	anorektisch, magersüchtig
la bulimia	Bulimie
la obesidad	Fettleibigkeit
el cólera	Cholera
el tifus	Typhus
la malaria	Malaria
el paludismo	Sumpf fieber; Malaria



EB: Saras  
Lampion hat  
Masern.

dein Beispiel-  
satz: .....  
.....

○ Bist du listo?

# 13.3

Primero A



627fwwr

EB: purer  
Tabak

el alcohol	Alkohol
el tabaco	Tabak; Zigaretten
fumar	rauchen
el cigarrillo	Zigarette
el cigarro	Zigarre; Zigarette
el puro	Zigarre
la pipa	Pfeife
el filtro	Filter
el mechero = el encendedor	Feuerzeug
el fósforo Am	Streichholz
la cerilla Esp	Streichholz
el fuego	Feuer
¿Tienes fuego? / ¿Me das fuego?	Hast du/gibst du mir Feuer?
la ceniza	Asche
la droga	Droge
drogarse	Drogen nehmen
la adicción	Sucht
(el/la) adicto, adicta	süchtig

○ A ¡listo?

Y ahora B

el alcohólico, la alcohólica	Alkoholiker/in
borracho, borracha	betrunken
el pedo fam	Suff; Mex fam Problem
el botellón Esp fam	Treffen auf öffentlichen Plätzen zum gemeinsamen Alkoholkonsum und Feiern
embarrracharse	sich betrinken

<b>bebido, bebida</b>	angetrunken
<b>estar alegre</b>	angeheiterd, beschwipst sein
<b>el drogadicto, la drogadicta</b>	Drogenabhängige/r
<b>el cocainómano, la cocainómana</b>	kokainabhängig, Kokainabhängige/r
<b>el/la traficante</b>	Händler/in
<b>el/la narcotraficante</b>	Drogenhändler/in
<b>el/la camello <i>Esp fam</i></b>	Dealer, Drogenhändler
<b>la marihuana</b> Uruguay fue el primer país en el mundo en legalizar la marihuana.	Marihuana Uruguay war das erste Land weltweit, das Marihuana legalisierte.
<b>el porro <i>fam</i></b>	Joint
<b>la cocaína = la coca = el perico <i>Esp fam</i></b>	Koks, Kokain
<b>colocarse <i>Esp</i></b>	sich berauschen, high werden
<b>la raya <i>fam</i></b>	Line (Kokain)
<b>el chute <i>Esp</i></b>	Schuss (Drogeninjektion)
<b>chutarse <i>Esp fam</i></b>	sich Drogen spritzen, sich einen Druck setzen
<b>el éxtasis</b>	Ecstasy
<b>el hachís</b>	Haschisch
<b>el chocolate <i>fam</i></b>	Haschisch
<b>la heroína</b>	Heroin
<b>el LSD</b>	LSD
<b>la abstinencia</b>	Enthaltsamkeit, Abstinenz
<b>el síndrome de abstinencia = el mono <i>Esp fam</i></b>	Entzugserscheinung
<b>limpio, limpia</b>	clean

EB: Der Reiher zog sich eine Line Koks und flog wie ein Irrer herum.



## Primero A

el **médico**, la **médica**

Arzt, Ärztin



627fwwr

el **enfermero**, la **enfermera**

Krankenpfleger/in; Krankenschwester

la **atención médica**

medizinische Versorgung

la **Seguridad Social**

Sozial- und Krankenversicherung

la **asistencia médica**

ärztliche Hilfe, Versorgung

la **ONCE (Organización de ciegos españoles)**

Blindenverband in Spanien

el **seguro social** Am

Sozial- und Krankenversicherung

el **reconocimiento** = el **chequeo**

Untersuchung = (allgemeine ärztliche) Untersuchung

reconocer **reconozco**, **reconoces**

untersuchen

la **consulta**

Praxis; Sprechstunde

la **consulta médica**

Arztsprechstunde

el **consultorio**

Arztpraxis

el/la **especialista**

Facharzt, Fachärztin

la **clínica**

Klinik; Klinikum

el **hospital**

Krankenhaus

la **ambulancia**

Krankenwagen

○ A *¿listo?*(las) **urgencias** Pl

Notaufnahme; Notdienst

## Y ahora B

el **centro de salud**

Gesundheitszentrum

el **doctor**, la **doctora**

Doktor/in der Medizin; Arzt, Ärztin

la **hora**

Termin

Tengo hora mañana en el médico.

Ich habe morgen einen Arzttermin.

la **cita**

Termin

el **turno** Arg

Termin

hacerse **hago**; **hice**; **hecho**

sich machen lassen

# Einrichtungen im Gesundheitswesen

el análisis	Untersuchung; Analyse
el ginecólogo, la ginecóloga	Frauenarzt, Frauenärztin
el/la oculista	Augenarzt, Augenärztin
el psicólogo, la psicóloga	Psychologe (-in)
el/la dentista	Zahnarzt, Zahnärztin
la homeopatía	Homöopathie
el/la homeópata	Homöopath, Homöopathin
el cirujano, la cirujana	Chirurg/in
de guardia	dienstbereit
(el) herido, (la) herida	verletzt; Verletzte/r
ingresar	eingeliefert werden
el quirófano	Operationssaal; OP
el/la paciente	Patient/in
el alta f	Entlassungsschein
la baja darse de baja	Beurlaubung sich beurlaufen lassen, s. krank melden

## Tipp Sprechen! – Beim Arzt



### Nützliche Ausdrücke:

- ¿Qué te/le pasa? Was fehlt dir/Ihnen?
- ¿Qué te/le duele? Was tut dir/Ihnen weh?
- ¿Tiene/s fiebre? Hast du/haben Sie Fieber?
- ¿Tiene/s diarrea? Hast du/haben Sie Durchfall?
- Necesito algo para el dolor de cabeza. Ich brauche etwas gegen Kopfschmerzen.
- ¿Tienen algo para la...? Haben Sie etwas gegen ...?
- Me duele la garganta, ¿qué me recomienda?  
Ich habe Halsschmerzen. Können Sie mir etwas (dagegen) geben/empfehlen?
- Conviene tomar estas pastillas. Sie sollten diese Tabletten nehmen.
- Para ese remedio necesita receta.  
Für dieses Medikament brauchen Sie ein Rezept.



○ B2 listo?

## Primero A



627fwwr

**la receta = la receta médica****Rezept****recetar**

El médico me recetó estas pastillas.

**verschreiben**

Der Arzt hat mir diese Tabletten verschrieben.

**la farmacia****Apotheke****el medicamento****Arzneimittel; Medikament****la medicina****Medizin****la pastilla**

Tomar una pastilla tres veces al dia.

**Tablette; Pille**

Dreimal täglich eine Tablette einnehmen.

**tomar****(ein-)nehmen****curar****heilen; behandeln; genesen****la radiografía****Röntgenbild****vendar****verbinden; bandagieren****la inyección**

Tenía dolores tan fuertes que tuvieron que darle una inyección.

**Spritze**

Sie hatte so starke Schmerzen, dass man ihr eine Spritze geben musste.

**la operación****Operation; Eingriff**

## ○ A ¿listo?

**operar**

Lo operaron la semana pasada.

**operieren**

Er wurde letzte Woche operiert.

## Y ahora B

EB:  
Götter-  
tropfen

**el remedio****(Heil-)Mittel****el comprimido****Tablette****la aspirina****Aspirin®****las gotas Pl****Tropfen****el antibiótico****Antibiotikum****el tranquilizante****Beruhigungsmittel****el algodón****Watte****el alcohol****Alkohol**

el agua oxigenada f	Wasserstoffperoxid
la pomada	Salbe
la tiritा Esp	Pflaster
la curita Am	Pflaster
el esparadrapo	Heftpflaster
el vendaje	Verband, Bandage
la venda	Verband
el punto	Stich
el termómetro	(Fieber-)Thermometer
la vacuna ponerse la vacuna contra la hepatitis	Impfung sich gegen Hepatitis impfen lassen
la presión (arterial)	Blutdruck
la tensión (arterial)	Blutdruck
analizar analicé	analysieren; untersuchen (lassen)
los primeros auxilios Pl	erste Hilfe
la tomografía computarizada	Computertomografie
la resonancia magnética	Kernspintomografie
la cirugía	Chirurgie
la anestesia	Narkose; Betäubung
consciente	bei Bewusstsein
tra(n)splantar	transplantieren
la donación de órganos el carnet/la tarjeta/la credencial de donador de órganos	Organspende Organspenderausweis
complicado, complicada	kompliziert

○ B佳listo?

## Primer A

la higiene

Hygiene



627fwwr

el aseo personal

Körperpflege

higiénico, higiénica

hygienisch

el papel higiénico = el papel del wáter fam

Toilettenpapier = Klopapier

el agua f

Wasser

la droguería

Drogerie

el jabón

Seife

limpiarse

sich reinigen

lavarse

sich waschen

Lávate las manos antes de comer.

Wasch' dir die Hände vor dem Essen.

afeitarse

sich rasieren

la ducha

Dusche

ducharse

sich duschen

Me encanta ducharme con agua fría.

Ich liebe es, kalt zu duschen.

la bañera

Badewanne

bañarse

(sich) baden

el champú

Shampoo

el gel

Seife; Gel

la toalla

Handtuch

mojado, mojada

nass

el desodorante

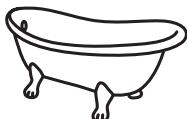
Deo(dorant)

desodorante sin aluminio

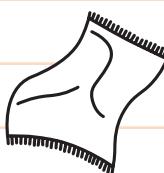
Deodorant ohne Aluminium

el cepillo de dientes

Zahnbürste



EB:  
Toiletten-  
handtuch



la pasta de dientes = <i>la pasta dentífrica</i>	Zahnpasta	
cepillar(se) cepillarse los dientes	bürsten sich die Zähne putzen	dein Beispiel- satz: .....
limpio, limpia	sauber	.....
sucio, sucia	schmutzig; dreckig	
la suciedad	Schmutz; Dreck	○ A ¡listo?
la pastilla de jabón	Stück Seife	Y ahora B
dejarse	sich gehen lassen	
la uña cortar(se) las uñas	Fingernagel (sich) die Fingernägel schneiden	
secarse sequé secarse el pelo	sich abtrocknen sich die Haare föhnen	
la espuma de afeitar	Rasierschaum	EB:
el gel de afeitar	Rasiergel	Mein Puma rasiert sich nur mit Ra- sierschaum.
la brocha	Rasierpinsel	
la maquinilla (de afeitar)	(Nass-)Rasierer	
la maquinita de afeitar Am	(Nass-)Rasierer	
la cuchilla de afeitar = <i>la hoja de afeitar</i>	Rasierklinge; (Nass-)Rasierer	
la máquina de afeitar = <i>la afeitadora</i>	Rasierapparat; Elektrorasierer	
el hilo dental = <i>la seda dental</i>	Zahnseide	
la compresa (higiénica)	Damenbinde	Deine EB: .....
la toalla higiénica Am = <i>la toalla sanitaria</i> = <i>la toalla femenina</i>	Damenbinde	.....
el tampón	Tampon	○ B ¡listo?

## Primero A

el bienestar

Wohlgefühl; Wohlbefinden



627fwwr

el pelo

Haar

peinar(se)

(sich) kämnen; sich die Haare machen  
(lassen)

cepillar(se)

(sich) bürsten

la crema

Creme

ponerse crema

Creme auftragen

la colonia

Eau de Toilette

## ○ A ¡listo?

el perfume

Duft; Parfüm

## Y ahora B

el pedicuro, la pedicura

Pediküre

Deine EB:

el manicuro, la manicura

Maniküre

la laca (de uñas) = el pintaúñas

Nagellack

suave

glatt; zart; weich

EB: Juan  
kämmst sich  
die Beine mit  
dem Kamm.

la peluquería

Friseursalon

Tengo cita en la peluquería.

Ich habe einen Termin beim Frisör.

la barbería

Herrensalon

el peinado

Frisur; Haarschnitt

el secador (de pelo)

Föhn; Haartrockner

el cepillo

Bürste

el peine

Kamm

el corte de pelo

Haarschnitt

cortarse

sich schneiden (lassen)

el tinte = la tintura

Färbung; Färben FF Tinte la tinta

teñirse el pelo *tiño, tiñes, tiñe*

sich die Haare färben (lassen)

decolorar(se) el pelo

Haare entfärbten

la permanente

Dauerwelle

<b>las mechas</b> = <i>los claritos</i>	Strähnchen
<b>pintar(se)</b> pintarse los ojos	(sich) schminken sich die Augen schminken
<b>el maquillaje</b>	Make-up; Schminke
<b>maquillar(se)</b> No te maquilles tanto, pareces un payaso.	(sich) schminken Schmink' dich nicht so stark, du siehst aus wie ein Clown!
<b>la sombra de ojos</b>	Lidschatten
<b>el rímel</b>	Wimperntusche
<b>la barra de labios</b> = <i>el pintalabios</i>	Lippenstift
<b>el lápiz de labios</b>	Lippenstift
<b>el tratamiento de belleza</b>	Schönheitsbehandlung
<b>el talco</b>	Talkum(puder); Körperpuder
<b>el polvo</b>	Puder; Pulver
<b>hidratante</b>	Feuchtigkeit spendend
<b>la depilación</b>	Enthaarung; Haarentfernung
<b>depilar(se)</b> depilarse las piernas	(sich) enthaaren sich die Beine epilieren
<b>relajarse</b>	sich entspannen
<b>el balneario</b>	Bad(-eort); Heilbad; Kurort
<b>el wellness</b>	Wellness
<b>el masaje</b> masaje de pies	Massage Fußmassage
<b>el/la masajista</b>	Masseur/in
<b>las zapatillas (de baño) Pl</b>	Badelatschen
<b>el gorro de ducha</b> = <i>el gorro de baño</i>	Bademütze

EB: mit  
diesem  
Lidschatten  
siehst du  
aus wie ein  
Zombie.

dein Beispiel-  
sätze: .....

.....

○ Bist du liste?



## ¡Ojo! Falscher Freund mit K

Spanisches Wort	bedeutet	FF	FF auf Spanisch
el kinder ( <i>Am</i> )	Kindergarten	Kinder	niños
el kitsch	Kitsch (Kunst)	kitschig	cursi

## Mis notas