

volkshilfe.

WIEN



Die Gesundheits·übersetzerin

فارسی

русский

Somali



Vorwort

Lieber Leser, liebe Leserin,

ich bin Ihre Gesundheits-übersetzerin und werde Sie bei Ihrem Arzt-besuch unterstützen.

Wichtige oder schwierige Wörter übersetze ich für Sie in 3 verschiedene Sprachen:

Farsi

فارسی

Russisch

русский

Somali

Somali

Sie bekommen von mir auch andere wichtige Informationen für Ihren Arzt-besuch.

Sie können diese Broschüre bei Ihrem Arzt-besuch mitnehmen.

Sie können sie auch an andere Menschen weitergeben.

Denn vielleicht ist sie auch für andere Menschen hilfreich.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Bleiben Sie gesund,

Ihre Gesundheits-übersetzerin



Inhalt

Vorwort.....	2
1 Der Besuch beim Arzt.....	4
2 Fachärzte und Fachärztinnen	10
3 Vorbereitungen.....	16
4 Körper-teile und Organe.....	23
5 Symptome und Beschwerden	29
6 Krankheiten und Diagnosen.....	42
7 Medikamente.....	52
8 Wichtige Kontakte.....	57
9 Wörter-verzeichnis	62



1 Der Besuch beim Arzt

Jeder Mensch wird irgendwann im Laufe seines Lebens krank. In Österreich und vielen anderen Ländern gibt es für diesen Fall die **Kranken-versicherung**.

Für Menschen mit einer Kranken-versicherung zahlt die **Kranken-kasse** notwendige Untersuchungen beim Arzt. So bekommen Menschen medizinische Hilfe und geraten dabei nicht in finanzielle Not.

Die **e-Card** ist ein Nachweis der Kranken-versicherung. In Österreich gibt es auch spezielle Einrichtungen und Angebote für Menschen ohne Kranken-versicherung. Diese Angebote finden Sie am Ende der Broschüre im Kapitel „Wichtige Kontakte“.



Kranken-kasse

مؤسسة خدمات بيمه
درمانی

больничная страховая
касса

Hay,adda Adeegyada
Caafimaadka bixisa

Kranken-versicherung

بيمه درمانی

медицинская
страховка

Caymiska
Caafimaadka

1 Der Besuch beim Arzt



Hausärztin und Hausarzt sind die ersten Ansprechpersonen für Sie, wenn Sie krank sind.

Nun erkläre ich Ihnen **die häufigsten Gründe für einen Arzt-besuch.**



Krankmeldung

اطلاع دادن بیماری

сообщение о
заболевании (по месту
работы)

Ogeysiinta in aad
xanuunsantahay

Krankschreibung

گواهی بیماری

выдача больничного
листа

Xanuun gelid

Wenn man krank ist, muss man sich vom Arzt so bald wie möglich **krank schreiben** oder **krank melden** lassen.

Das bedeutet: Der Hausarzt schreibt eine Arbeits-unfähigkeits-bestätigung für den Arbeitgeber oder das Arbeits-markt-service.

Die Abkürzung für **Arbeits-markt-service** ist: AMS.

Der Hausarzt verständigt auch die Kranken-kasse.

Mit der Krank-meldung beginnt der Kranken-stand.

Ohne die Krank-schreibung oder Krank-meldung kann man den Anspruch auf Kranken-geld verlieren.

Vorsorge-untersuchung

معاینه پیشگیری

профилактический
осмотр

Baaritaanka ka
hortagga

Diese Untersuchung wird auch **Gesundheits-Check** oder **Gesunden-untersuchung** genannt.

Alle in Österreich lebenden Menschen können einmal im Jahr ab ihrem 18. Geburtstag eine Vorsorge-untersuchung machen.

Diese Untersuchung ist kostenlos.

So erhalten Sie wichtige Ergebnisse über Ihren Gesundheitszustand.

Sie erfahren auch, wie Sie Ihre Gesundheit verbessern können.

Diese **Vorsorge** ist wichtig.

Durch sie kann man Krankheiten oft früher erkennen und besser behandeln.

Die Vorsorge-untersuchung gibt es auch für Menschen ohne Krankenversicherung.



Wo können Sie einen **Termin** für die Vorsorge-untersuchung vereinbaren?

- bei allen Ärztinnen und Ärzten mit einer Praxis und einem Vertrag für die Vorsorge-untersuchung
- in Gesundheitszentren
- in den Vorsorgezentren der Stadt Wien.

Die genauen Links zu den Standorten finden Sie im Kapitel „Wichtige Kontakte“.



1 Der Besuch beim Arzt

Überweisung

انتقال (پول)

направление (к врачу-специалисту)

U wareejin

Manchmal können Hausärzte eine spezielle Krankheit selbst nicht behandeln oder Sie brauchen eine weitere Untersuchung bei einem **Facharzt**.

In diesem Fall bekommen Sie vom Hausarzt eine **Überweisung** zu einem Facharzt.

Fachärzte sind auf bestimmte Krankheiten oder Bereiche des Körpers spezialisiert.

Durch die Überweisung bekommt der Hausarzt auch den Befund vom Facharzt.

So kann er Sie besser weiter behandeln, wenn es notwendig ist. Bitte vereinbaren Sie immer einen Termin, wenn Sie zum Facharzt müssen.

Blut-abnahme

خون گیری

забор крови

Dhiig ka qaadid

Eine **Blut-abnahme** kann man oft direkt beim Hausarzt machen. Manchmal überweist Sie der Hausarzt aber dafür auch an ein **Labor**.

Labor·untersuchung

بررسی آزمایشگاهی

лабораторное
исследование

Baaritaanka
Shaybaarka

In einem Labor untersucht man Ihr Blut oder auch andere Körper-flüssigkeiten.

Dadurch kann man zum Beispiel bestimmte Krankheiten feststellen.

Kontroll·termin

قرار ملاقات کنترل معاینه
پزشکی

контрольный срок
(дата и время)

Ballan Baaris

Kontroll·untersuchung

معاینه پیگیری

контрольный осмотр

Ballan Baariseed

Bei manchen Beschwerden oder Krankheiten muss man noch einmal einen Termin mit dem Arzt ausmachen.

So kann der Arzt den Gesundheits-zustand weiter überprüfen.

Das nennt man **Kontroll·termin** oder auch

Kontroll·untersuchung.

Auch der jährliche Besuch beim Zahnarzt oder Frauenarzt ist zum Beispiel ein Kontroll·termin.

1 Der Besuch beim Arzt

Terminvereinbarung

گرفتن وقت

запись на приём

Ballan la dhigasho

Zu einem Hausarzt können Sie auch ohne **Termin** gehen.
Bei speziellen Anliegen wie zum Beispiel einer Blutabnahme
müssen Sie aber vorab einen Termin vereinbaren.



2 Fachärzte und Fachärztinnen

Es gibt viele verschiedene Fach-gebiete, auf die sich Ärztinnen und Ärzte spezialisieren können.

Hier habe ich die wichtigsten Fachärzte und ihre Fach-gebiete für Sie aufgelistet:



Fach-Arzt

پزشک متخصص

врач узкой
специализации

Dhakhtar takhasus leh

Augen-Arzt

چش میزشک

врач-окулист

Dhakhtarka indhaha

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für Augen-heilkunde und Optometrie.

2 Fachärzte und Fachärztinnen

Frauen-Arzt, Gynäkologe

پزشک بیماری‌های زنان

врач-гинеколог

Dhakhtarka cudurada
haweenka

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für Frauen·heilkunde und Geburts·hilfe.

Er hilft Frauen zum Beispiel bei bestimmten Beschwerden und bei **Schwangerschaften**.

Hautarzt oder Derma·tologe

پزشک بیماری‌های پوست

врач по кожным
болезням, дерматолог

Dhakhtarka Maqaarka
ama oogada jirka

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für **Haut- und Geschlechts·krankheiten**.

Dieser Facharzt kümmert sich um Haut·krankheiten.

Zum Beispiel untersucht er Muttermale.

Er hilft aber auch bei sexuell übertragbaren Krankheiten.

HNO-Arzt

پزشک گوش و حلق و
بینی

оториноларинголог,
ЛОР-врач

Dhakhtarka Cunaha
Sanka iyo Dhegaha

HNO ist eine Abkürzung und steht für: **Hals-Nasen-Ohren**.

Dieser Facharzt hilft bei Krankheiten und Problemen mit Hals, Nase oder Ohren.

Auch bei Kopf·schmerzen oder Geräuschen im Ohr kann Ihnen ein HNO-Arzt helfen.

Internist

متخصص بیماری‌های
داخلی

врач терапевт
(болезни внутренних
органов)

Dhakhtar ku takhasusay
daaweynta guud

Das ist ein Facharzt für die **inneren Organe**.

Er hilft zum Beispiel bei Problemen mit der Lunge, dem Herzen oder den Nieren.

Manchmal sind diese Ärzte auf ein bestimmtes Organ spezialisiert.

Ein **Kardio·loge** ist zum Beispiel ein Facharzt für das Herz.

Kardio·loge

متخصص قلب

врач-кардиолог

Dhakhtar Bartay cilmiga
wadnaha

Kinderarzt

پزشک کودکان

детский врач, педиатр

Dhakhtarka Carruurta

Um Krankheiten von Kindern und jungen Menschen im Alter von 0 bis 18 Jahren kümmert sich der Kinderarzt.

Neuro·loge

متخصص اعصاب

невролог

Dhakhtarka Neerfaha

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für Neuro·logie.

Er hilft bei Krankheiten und Störungen der **Nerven** und des **Gehirns**.

2 Fachärzte und Fachärztinnen

Orthopäde

متخصص استخوان

врач-ортопед

Dhakhtarka Lafaha

Dieser Facharzt kümmert sich um Menschen mit Beschwerden ihres Bewegungsapparats.

Ein Orthopäde hilft zum Beispiel bei **Rücken-schmerzen** oder **Fehl-stellungen** der Füße.

Psychiater

روانپزشک

психиатр

Dhakhtarka Maskaxda

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für Psychiatrie.

Er kümmert sich um Menschen mit psychischen Erkrankungen wie zum Beispiel **Depressionen**.

Radio·loge

متخصص رادیولوژی

врач-радиолог

Raajiiste

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für Radio·loge.

Beim Radio·logen kann man verschiedene Untersuchungen machen.

Hier habe ich die wichtigsten Untersuchungen für Sie aufgelistet:

Computer·tomographie, CT

توموگرافی کامپیوتری

компьютерная
томография, КТ

Iskaan

Magnet·resonanz·tomographie, MRT

تصویربرداری
مغناطیسی، ام آر آی
(MRI)

магнитно-резонансная
томография, МРТ

Iskaan ama Aalada
wax lagu baaro ee
shucaaca yar

Röntgen

تصویربرداری با اشعه
ایکس

рентген

Raajo

Ultra·schall

سونوگرافی

УЗИ (ультразвук)

Iskaan

Röntgen, MRT und **CT** sind 3 unterschiedliche Möglichkeiten, damit sich ein Arzt das **Innere unseres Körpers** anschauen kann. Das kann den Arzt bei der Diagnose einer Krankheit unterstützen.

Auch eine **Ultra·schall**-untersuchung kann wichtige Informationen über Organe und Körper-teile liefern.

2 Fachärzte und Fachärztinnen

Uro·loge

متخصص مجاری ادراری

уролог

Dhakhtarka Kaadihaysta

Diesen Facharzt nennt man auch Facharzt für Uro·logie.
Er hilft **Männern** bei Problemen mit den Geschlechts·organen
oder bei sexuellen Funktions·störungen.
Er kümmert sich aber auch um Männer und Frauen bei
Problemen mit **Harn·wegen oder Nieren**.



3 Vorbereitungen

Zu einem Arzt-besuch sollten Sie neben der **e-Card** auch andere Dokumente oder Befunde mitnehmen.

Der Arzt sollte Ihre **Kranken-geschichte** gut kennen.

So kann er Sie möglichst gut behandeln.

Zu Ihrer Kranken-geschichte gehören zum Beispiel frühere Krankheiten oder frühere ärztliche Behandlungen.

- „**Was soll ich zu einem Arzt-besuch mitbringen?**“
- „**Welche Informationen braucht der Arzt?**“

Wichtige **Fragen** und Informationen für den Arzt sollten Sie sich vor dem Arzt-besuch aufschreiben.

Sie können sich zum Beispiel Listen zu verschiedenen Themen machen.

Auch während des Arzt-besuches sollten Sie Fragen stellen.

Sie können auch eine **Vertrauens-person** zum Arzt-besuch mitnehmen.

Der Arzt muss Sie gründlich aufklären.

Auch eine eigene Gesundheits-mappe kann hilfreich sein.

Darin können Sie alle Informationen über Ihre Gesundheit sammeln.

Ich gebe Ihnen hier ein paar Beispiele, welche Unterlagen und Informationen Sie in die **Gesundheits-mappe** geben können.



3 Vorbereitungen

Impf·pass

کارت واکسیناسیون

документ о
вакцинации

Kaarka
Talaalka

Im **Impf·pass** sollen alle bisher erfolgten Impfungen stehen. Das können zum Beispiel die Zecken-impfung oder die Corona-impfung sein. Impfungen können vor schweren Infektions-krankheiten schützen und ihre Ausbreitung verhindern.

Mutter-Kind-Pass

گواھینامه مادر-کودک

паспорт матери и
ребёнка

Buugga Dhalaanka iyo
Hooyada

Der **Mutter-Kind-Pass** enthält ärztliche Vorsorge-untersuchungen für Schwangere und Kleinkinder bis 5 Jahre. Schwangere bekommen den Pass beim Frauenarzt.

Medikamenten·liste

فهرست داروها

список
лекарств

Liiska
Daawooyinka

Der Arzt muss wissen, welche Medikamente Sie einnehmen. Eine Liste kann hier sehr hilfreich sein. Manche Medikamente kann man nämlich nicht gleichzeitig mit anderen Medikamenten einnehmen.

Allergien

حساسیت‌ها

аллергия

Xasaasiyad

Viele Menschen sind allergisch gegen bestimmte Lebensmittel oder bestimmte Medikamente. Ein Arzt muss über Ihre **Allergien** Bescheid wissen. Denn so verschreibt er Ihnen nur Medikamente, die Sie gut und ohne allergische Reaktion vertragen.

Befund

نتیجه آزمایش یا معاینه

результат
обследования

Jawaabta baaritaan
caafimaad

Diagnose

تشخیص

диагноз

Jawaabta
Baaritaanka

Ein **Befund** ist ein Dokument, auf dem das Ergebnis einer Untersuchung steht. Nehmen Sie alle bereits erhaltenen Befunde mit. Sie sollten auch Befunde von anderen Ärzten und vergangenen Untersuchungen mitnehmen. Mit Hilfe von Befunden kann der Arzt besser seine **Diagnosen** stellen. So kann er leichter feststellen, was für eine Krankheit Sie haben und er kann Sie passend behandeln. In den Befunden kann er nachlesen, ob und welche Krankheiten Sie schon gehabt haben.

3 Vorbereitungen

Behandlungen

درمانها

лечебные
процедуры

Daaweyn

Wenn Sie schon länger eine Krankheit haben, teilen Sie Ihrem Arzt bitte mit:

- Welche **Behandlungen** und **Therapien** haben Sie bei anderen Ärzten schon gemacht?
- Welche **Medikamente** nehmen Sie schon wegen Ihrer Krankheit ein?

Mit diesen Informationen kann er Ihre weitere Behandlung gut auf Sie abstimmen.

Krankheiten in der Familie

بیماری‌های موجود در
خانواده

семейные
заболевания

Cuduro kale oo qoyska
la tibaateysan

Manche Menschen sind durch ihre **Gene** für bestimmte Krankheiten wie Krebs oder Diabetes anfälliger.

Sie können aus unterschiedlichen Gründen leichter daran erkranken.

Weiß der Arzt über **Krankheiten in Ihrer Familie** Bescheid, kann er darauf besonders Rücksicht nehmen.

Er wird diese Informationen zum Beispiel auch bei einer Vorsorgeuntersuchung beachten.

Vor-erkrankungen

بیماری‌های قبلی

перенесённые ранние
заболевания

Xanuunka hore u sii
jiray

Der Arzt sollte Ihre **Vor-erkrankungen** kennen, damit er Sie gut behandeln kann.

Er möchte wissen, ob Sie bereits andere Beschwerden oder Krankheiten haben.

Manche Menschen haben zum Beispiel Diabetes oder Blut-hochdruck.

Er möchte auch erfahren, ob Sie bestimmte Krankheiten in der Vergangenheit hatten.

Schwangerschaft

بارداری

беременность

UUr

Der Hausarzt sollte immer wissen, ob Sie gerade schwanger sind.

Manche Medikamente darf man nämlich während einer **Schwangerschaft** nicht einnehmen.

Es gibt auch Behandlungen und Untersuchungen, die man dann nicht durchführen darf.

Ein Frauenarzt sollte Sie außerdem während einer Schwangerschaft regelmäßig untersuchen.

Sie können sich auch beraten und unterstützen lassen.

3 Vorbereitungen

Abtreibung

سقط جنين

аборт

Iska soo xaaqid ama
iska soo ridid

Fehl·geburt

زايمان ناموفق

выкидыш

Dhicis

Kaiser·schnitt

سزارين

кесарево сечение

Siseeriyar

Meno·pause

يانسگی

менопауза

Caadada ka tegida
Haweenka

Regel·blutung oder Menstruation

خونريزی ماھانه، قاعدگی

менструация

Caadada
Haweenka

Den Zeitpunkt nach der allerletzten **Regel·blutung** einer Frau nennt man **Meno·pause**.

Die Meno·pause findet in den **Wechsel·jahren** der Frau statt.

Danach können Frauen nicht mehr schwanger werden.

Informationen über Ihre **Regel·blutung** oder **Menstruation** können für den Arzt wichtig sein.

Zum Beispiel fragt er Sie nach der Dauer und der Stärke Ihrer Blutungen.

Informieren Sie Ihren Frauenarzt auch über:

- **Fehl-geburten**
- **Abtreibungen**
- den **Verlauf von Geburten**

Verhütungs-mittel

داروهای ضد بارداری

противозачаточное средство

Daawooyinka looga hortago Uurka

Pille

قرص

пилюля

Kaniini

Kondom

کاندوم

презерватив

Blastika la xirto isku galmooshaha ka hor

Die **Pille** ist ein Verhütungs-mittel und soll ungewollte Schwangerschaften verhindern.

Auch **Kondome** sind Verhütungs-mittel, die zusätzlich vor Geschlechts-krankheiten schützen.

Der Arzt möchte manchmal wissen, ob Sie die Pille nehmen.

Manche Medikamente vertragen sich nicht mit der Pille, weil diese dann nicht mehr wirkt.

Das kann zum Beispiel bei Anti-biotika der Fall sein.



4 Körper-teile und Organe

Sie haben Beschwerden oder Schmerzen an bestimmten Stellen Ihres Körpers.

Bei Ihrem Arzt-besuch müssen Sie Ihrem Arzt diese Stellen nennen.

Das hilft ihm bei der Diagnose.

Die folgenden Begriffe helfen Ihnen, damit Sie dem Arzt Ihre Beschwerden besser erklären können.

Und die Begriffe helfen auch, damit Sie die Diagnose vom Arzt besser verstehen.



After oder Anus

مقعد

задний проход,
анус

Dabada

Blase

مئانه

мочевой пузырь

Kaadihayska

Blind-darm

آپاندیس

слепая кишка

Mindhir yar oo ka baxa
mindhicirka balaaran

Darm

روده

кишечник

Xiidmo/Mindhicir

Eier-stöcke

تخمندانها

яичники

Ugxamaha haweenka

Gebär-mutter

رحم

матка

Makaan ama min

Gehirn

مغز

головной мозг

Maskaxda

Herz

قلب

сердце

Wadnaha

Hoden

بيضةها

яичко

Xiniinyaha

Hüfte

باسن

тазобедренный
сустав

Sin

4 Körper-teile und Organe

Kehl·kopf

حنجره

гортань

Hunguriga

Klitoris

کلیتوریس

клитор

Kintir

Knöchel

قوزک پا

лодыжка

Anqawga

Leber

کبد

печень

Beerka

Lenden·wirbel·säule

ستون مهره های کمری

поясничный отдел
позвоночника

Moxoga ama
dhabarka

Lunge

ریه

лёгкое

Sambabka

Magen

معدہ

желудок

Caloosha

Meniskus

غضروف زانو

мениск

Daboolka Jilibka

Milz

طحال

селезёнка

Beeryaraha

Muskel

عضله

мышца

Muruqyada

Neben·höhlen

سينوسها

придаточная пазуха
носа

Daloolada Sanka
gudaha

Nerven

عصبها

нервы

Neerfaha

Nieren

كليها

почки

Keliyaha

Penis

آلت تناسلی مردانه

пенис

Taranka Ragga

4 Körper·teile und Organe

Prostata

پروستات

простата

Borostatada

Scham·lippen oder Vulva·lippen

لبه‌های واژن

срамные губы

Faruuraha taranka
Haweenka

Schild·drüse

غده تیروئید

щитовидная железа

Tairood

Schleim·haut

غشا مخاطی

слизистая оболочка

Xuub

Sehnen

تاندون‌ها

сухожилия

Seedaha

Steiß·bein

دنبالچه

копчик

Lafta Barida

Vagina oder Scheide

واژن

вагина,
влагалище

Siilka

Vulva

فرج

вульва

Cambarka

Wirbel-säule

ستون فقرات

позвоночник,
спинной хребет

Laf dhabarta

5 Symptome und Beschwerden



5 Symptome und Beschwerden

Symptome sind Zeichen, die auf eine Krankheit oder Störung hinweisen.

Beschwerden sind die Symptome, die Sie selbst spüren. Über die Beschwerden sollten Sie Ihren Arzt informieren. Der Arzt möchte genau wissen, welche Beschwerden Sie haben.

Versuchen Sie Ihre Beschwerden besonders gut zu beschreiben.

- „Was haben Sie?“
- „Warum sind Sie hier?“
- „Können Sie Ihre Beschwerden oder Gefühle genau beschreiben?“



Symptome

علائم بیماری

СИМПТОМЫ

Calaamado

Blutungen

blutiger Stuhl

مدفوع خونی

кровянистый стул

Saxarada oo dhiig la socda

Blut im Urin

خون در ادرار

кровь в моче

Kaadida oo dhiig la socda

Nasenbluten

خونریزی بینی

носовое
кровотечение

Sanqaroor

Fieber

تب

повышенная
температура

Qandho

Fieber ist ein Zeichen dafür, dass der Körper gegen eine Krankheit kämpft.

Ab 38,1 Grad Celsius Körpertemperatur spricht man von leichtem Fieber.

5 Symptome und Beschwerden



Auch **Gefühle** können belasten und Symptome für eine Krankheit sein.

Hier zähle ich Gefühle für Sie auf, die häufig vorkommen.



aggressiv

پرخاشگر

агрессивный

qof kulul

ängstlich

مضطرب

испытывающий страх

cabsi badan

einsam

تنها

одинокий

kalinimo

gestresst

تحت استرس

в стрессе

walwalsan

lustlos

بی حوصله

безучастный, вялый

caajis badan

nervös

عصبی

нервный,
раздражённый

nerfoos ah

schlapp

شُل

вялый, слабый,
дряблый

dhutin ama liita

traurig

غمگین

грустный

murugeysan

verzweifelt

نامید

отчаявшийся

quus

wütend

عصبانی

яростный

caraysan

Herz·probleme

Herz·klopfen

تپش قلب

сердцебиение

wadna garaac

Herz·rasen

ضربانپرشتاب قلب

тахикардия

tartanka wadnaha

5 Symptome und Beschwerden

Husten

schleimig

لزوج

слизистый

caato ah

trocken

خشک

сухой

qalalan

Insekten·stich

نیش حشرات

укус насекомого

Qaniinyada Cayayaanka

Juckreiz

خارش

зуд

Cuncun

Magen- und Darm·probleme

مشكلات معده و روده

проблемы с
желудком, проблемы
с кишечником

Cilad xagga Caloosha
iyo Mindhikirada

Appetit·losigkeit

از دست دادن اشتها

потеря аппетита

Cunto qaadasho xumo

Bauch·krämpfe

گرفتگی شکم

желудочные спазмы

Calool xanuun

Durchfall

اسهال

диарея

Shuban

Erbrechen

استفراغ

рвота

Matag

Gewichtsverlust

كاهش وزن

потеря веса

Miisaan dhimis

Hämorrhoiden

بواسير

геморрой

Baabasiir

Hämorrhoiden sind Blutgefäße, die sich beim After befinden. Manchmal sind diese **Blutgefäße** vergrößert und sorgen für Beschwerden.

Zum Beispiel:

- Juckreiz
- Schmerzen beim Sitzen oder Stuhlgang
- Blutungen beim Stuhlgang

Dann spricht man von einem Hämorrhoidal-leiden oder einfach nur von Hämorrhoiden.

5 Symptome und Beschwerden

Sodbrennen

سوزش سردل

изжога

Laabjeex

Übelkeit

تهوع

тошнота

Lalabo

Verstopfung

يوسست

запор

Calool fadhi ama Saxa-rada oo ku dhegta

Schmerzen können schwach oder stark sein.
Sie können sich auch sehr unterschiedlich anfühlen.
Deshalb möchte der Arzt genau von Ihnen wissen:

- „Wie stark sind Ihre Schmerzen?“
- „Wie fühlen sich die Schmerzen genau an?“



Keine
Schmerzen



Leichte
Schmerzen



Starke
Schmerzen



Sehr starke
Schmerzen

brennen

سوزش

гореть, жечь

gubasho ama olol

krampfartig

تشنجی

спастический,
судорожный

qabsiinyo ama qabsin

kribbeln

سوزن سوزن شدن

пощипывание,
покалывание

in wax ay ku saaqeen
oo kale

pulsieren oder pochen

ضربان خون

биться,
пульсировать

garaaca

stechen

نیش زدن

колоть

durid

ziehen

کشیدن

тянуть

kala jiidid

5 Symptome und Beschwerden

Schlaf-störungen oder Schlaf-probleme

مشكلات خواب

нарушение сна,
расстройство сна

Cilladaha hurdada, dhi-
baatooyinka hurdada

Manche Menschen haben Probleme beim Einschlafen.
Sie liegen oft lange wach bis sie endlich **einschlafen** können.
Andere Menschen wachen in der Nacht öfter auf.
Sie können nicht richtig **durchschlafen**.

Schwäche

ضعف، بی حالی

слабость

Daciifnimo

Schwellung

تورم

опухание

Barar

Schwindel

سرگیجه

головокружение

Dawakhsanaan

schwitzen

عرق کردن

потливость

dhidid

Hitze-wallungen

گر گرفتگی

прилив жара

Jariiraxada kulul

Bei **Hitze-wallungen** hat man plötzlich Hitze-gefühle. Oft fängt man dann auf einmal zu schwitzen an.

Störungen der Sinne

اختلال حسها

нарушения чувств

Dareen la,aan

Geschmacks-störung

اختلال چشایی

нарушение вкуса

Dhadhan la,aanta

Geruchs-störung oder Riech-störung

اختلال بویایی

дизосмия,
нарушение обоняния

Ruux aan waxba urin

Seh-störung

اختلال بینایی

нарушение зрения

Araga oo daciifa ama xumaada

Verletzung

جراحتها

повреждения,
травмы

Dhaawac

Wunde

زخم

рана

Dhaawac

zittern

لرزش

дрожание

gariir

5 Symptome und Beschwerden



Für eine gute Behandlung muss der Arzt auch wissen, **wie lange** Sie schon Beschwerden haben.

Zum Beispiel können Ihre Beschwerden schon länger andauern.

Oder sie können erst seit kurzem bestehen.

Oder Ihre Beschwerden sind ganz plötzlich aufgetreten.

- „**Wie lange dauern Ihre Beschwerden schon an?**“



akut

حاد

острый

xanuun deg deg ah ama
lama filaan ah

chronisch

مزمن

хронический

codur nolosha oo dhan
ku haynaayo

Krankheiten können akut oder chronisch sein.

Eine **akute Krankheit** entwickelt sich meist schnell und besteht nur für kurze Zeit.

Der Grund ist meistens sehr eindeutig.

Akute Krankheiten sind zum Beispiel:

- eine Verletzung nach einem Sturz vom Fahrrad
- ein Sonnenbrand
- ein grippaler Infekt

Eine **chronische Krankheit** kann man nur schwer oder gar nicht heilen.

Sie entwickelt sich langsam und dauert lange.

Der Grund ist manchmal nicht ganz klar.

Chronische Krankheiten sind zum Beispiel:

- Allergien
- bestimmte Herz-krankheiten
- Diabetes

Diese Krankheit nennt man auch Zucker-krankheit.

5 Symptome und Beschwerden



Manche Beschwerden tauchen nur in bestimmten Situationen auf.

Erklären Sie dem Arzt, welche Situationen das sind. Das erleichtert die Diagnose und Behandlung.

- **„In welchen Situationen haben Sie die Beschwerden?“**

Manchmal können Beschwerden zum Beispiel nur beim Atmen oder bei bestimmten Bewegungen auftreten. Beschwerden können auch vor dem Essen oder erst danach kommen.

Manchmal verursacht auch das Essen selbst Beschwerden. Hier habe ich für Sie weitere Beispiele für Situationen, in denen Schmerzen oder Beschwerden auftreten können:



beim Stuhl·gang

در هنگام دفع مدفوع

при стуле

Markaad saxaroonaysid

beim Wasser·lassen oder beim Urinieren

هنگام ادرار کردن

при мочеиспускании

Markaad kaadinaysid



6 Krankheiten und Diagnosen

Es gibt viele verschiedene **Krankheiten** und Beschwerden.

Der Arzt stellt eine **Diagnose**.

Das bedeutet: Er stellt fest, an welcher Krankheit Sie leiden.

Nun möchte ich Ihnen die häufigsten Krankheiten nennen und erklären.



Atem.wegs.erkrankungen

بیماری‌های دستگاه تنفسی

заболевания
дыхательных путей

Cudurrada ku dhaca
Sambabada

Asthma

آسم

астма

Neef

Bronchitis

برونشیت

бронхит

Bronkiito

COPD

بیماری مزمن انسدادی
ریه (COPD)

хроническая
обструктивная
болезнь легких (ХОБЛ)

Cudurada sambabada
ku dhaca

6 Krankheiten und Diagnosen

COPD ist die Abkürzung für die englische Bezeichnung der Krankheit: **chronic obstructive pulmonary disease**.

Auf Deutsch heißt die Krankheit COPD: **chronisch obstruktive Lungen-erkrankung**.

Es handelt sich dabei um eine chronische Lungen-krankheit. Erkrankte bekommen oft schlecht Luft und haben starken Husten.

Besonders oft sind Raucher und Passiv-raucher betroffen.

Passiv rauchen bedeutet, dass man schädlichen Zigaretten-rauch von anderen einatmet.

Das passiert zum Beispiel Kindern von rauchenden Eltern.

Lungen-entzündung

ذات الریه

пневмония

Xanuun ku dhaca
Sambabada

Blut-krankheiten und Kreislauf-erkrankungen

بیماری‌های خون

гематологическое
заболевание

Cudurrada dhiiga ku
dhaca

Anämie oder Blut-armut

کم‌خونی

анемия, малокровие

Dhiig yari

Anämie nennt man auch **Blut-armut**.

Dabei wird weniger Sauerstoff im Blut transportiert.

Es gibt verschiedene Ursachen für Blut-armut.

Blut·hochdruck oder Hyper·tonie

فشار خون

гипертония

Dhiig kar

niedriger Blut·druck oder Hypo·tonie

فشار خون پايين

низкое артериальное давление, гипотония

Dhiiga hooseeya

Entzündungen und Infektionen

التهابها

воспаления

Caabuqyada

Angina

آنژين

ангина

Xabad xannuun

Bakterielle Infektion

عفونت باكتريايي

бактериальная инфекция

Xanuunada keena bakteeriyada

Blasen·entzündung

التهاب مثانه

воспаление мочевого пузыря, цистит

Ololka kaadihaayaha

Blinddarm·entzündung

التهاب آپاندیس

аппендицит

Xanuunka loo yaqaan 'appendicitis'

6 Krankheiten und Diagnosen

Eiterung

ترشح چرک

гноение

Malaxeysi

Gicht

نقرس

подагра

Xanuunka kala
baxyada

grippaler Infekt oder grippale Infektion

سرماخوردگی

гриппозная инфекция

Caabuqa hargabka

Harnwegsinfekt

عفونت مجرای ادرار

инфекция мочевого
тракта

Xanuun ku dhaca
kaadimareenka

Nebenhöhlenentzündung

التهاب سینوسها

синусит, воспаление
придаточной пазухи
носа

Xanuun ku dhaca
dhanka sanku gudihiisa

Pilzinfektion

عفونت قارچی

грибковая инфекция

Caabuq fangas

Rheuma

روماتیسم

ревматизм

Cudurka ku dhaca
isgoysyada Lafo xanuun

virale Infektion oder Virusinfektion

عفونت ویروسی

вирусная инфекция

Cudurka keena Fayruska

Geschlechtskrankheiten

بیماری‌های مقاربتی

венерические
болезни

Cudurada ku dhaca
xubnaha taranka

Geschlechtskrankheiten werden beim Sex übertragen.
Deshalb nennt man sie auch sexuell übertragbare Krankheiten.

Herzkrankheiten

بیماری‌های قلبی

болезни сердца

Cudurada wadnaha

Herzfehler

نارسایی قلب

порок сердца

Cilad dhanka
Wadnaha ah

Herzinfarkt

سکته قلبی

инфаркт миокарда

Wadna xanuun

Herzrhythmusstörung

اختلالات ریتم قلبی

аритмия сердца

Wadna garaaca aan
saxda ahayn

6 Krankheiten und Diagnosen

Koronare Herzkrankheit

بیماری قلبی مزمن

коронарная
недостаточность,
ишемическая болезнь
сердца

Cudurka wadna
xanuunka

Krebs

سرطان

рак

Kansar

Brustkrebs

سرطان سینه

рак груди

Kansarka naasaha
ku dhaca

Dickdarmkrebs

سرطان روده بزرگ

рак толстой кишки

Kansarka xiidanka

Knochenkrebs

سرطان استخوان

рак костей

Kansarka Lafaha

Leukämie oder Blutkrebs

سرطان خون

лейкемия, рак крови

Kansarka ku dhaca Dhiiga,
Kansar gala dhiiga

Lungenkrebs

سرطان ریه

рак лёгких

Kansarka Sambabada

Prostata·krebs

سرطان پروستات

рак простаты

Kansarka Borostatada

Tumor

تومور، غده

опухоль

Buro

bösartig

بدخیم

злокачественный

naxariis daran

gutartig

خوشخیم

доброкачественный

wanaagsan

Wer einen **Tumor** hat, muss nicht gleich an **Krebs** leiden.

Denn es gibt bösartige und gutartige Tumore.

Wenn ein Tumor **bösartig** ist, ist er gefährlich für den Körper.

Ein **gutartiger** Tumor ist meistens nicht gefährlich.

Migräne

میگرن

мигрень

Goonjab

Migräne sind plötzlich auftretende Kopf-schmerzen.

Diese Kopf-schmerzen sind besonders unangenehm und treten meistens nur auf einer Seite des Kopfes auf.

6 Krankheiten und Diagnosen

Zu den Kopf-schmerzen können noch andere Beschwerden hinzukommen.

Zum Beispiel: Übelkeit oder Schwindel.

Bei dieser Art von Kopf-schmerzen müssen Sie unbedingt zu einem Neuro-logen gehen.

Seelische Krankheiten

Angst-störung

اختلال ترس

тревожный невроз

Walbahaar ama wel wel

Depression

افسردگی

депрессия

Niyad jab

Post-traumatische Belastungs-störung, PTBS

اختلال استرس پس از
ضربه روحی

посттравматическое
стрессовое
расстройство

Xanuun Maskaxeed ka
dib musiibo ku dhacday

Verletzungen

Knochen-bruch

شکستگی استخوان

костный перелом

Dilaacid

Prellung

کوفتگی

ушиб, контузия

Nabar

Zerrung

كشش عضله

растяжение

Cadaadis

Weitere chronische Krankheiten

Aids

ايدز

СПИД

Aydhis

Aids ist eine chronische Krankheit des Immun-systems.

HI-Viren (HIV) lösen diese Krankheit aus.

Diabetes

ديابت

Диабет

Sonkorow

Epilepsie

صرع

эпилепсия

Suuxdin

6 Krankheiten und Diagnosen

Multiple Sklerose, MS

بیماری ام اس

множественный
склероз

Xanuun ku dhaca
dhinaca Neerfaha

Osteoporose

پوکی استخوان

остеопороз

Daciifida Lafaha



7 Medikamente

Wenn es notwendig ist, verschreibt Ihnen der Arzt nach der Untersuchung Medikamente.

Sie bekommen ein **Medikamenten-rezept** und gehen damit in die Apotheke.

Sie müssen eine Rezept-gebühr bezahlen.

Die Kosten für das Medikament selbst zahlt aber meistens die Kranken-kasse.

Menschen mit einem geringen Einkommen können um eine Befreiung von der Rezept-gebühr ansuchen.

Das können Sie bei der Kranken-kasse machen.

- „**Welches Medikament bekomme ich?**“

Medikamente gibt es in verschiedenen Formen.

Zum Beispiel:



Creme

كريم

крем, мазь

Kareem

Pulver

پودر

порошок

Budo

Salbe

پماد

мазь

Bomaato

7 Medikamente

Tablette

قرص

таблетки

Kiniini

Tropfen

قطره ها

капля

Dhibicyo

Zäpfchen

شيفاف

свечка (вагинальная,
анальная),
суппозиторий

Saboosto

Der Arzt erklärt Ihnen auch, wie Sie das Medikament anwenden müssen.

Es gibt diese Möglichkeiten:

”

auftragen

مالیدن

нанесение

subkasho, ama wax
marin oogada jirka

einführen

وارد کردن

вводить

wax la dhexmariyo

einnehmen

مصرف کردن دارو

принимать

qaadasho

Salben, Cremes und Gels trägt man meistens auf die Haut auf.
Tabletten oder **Tropfen** müssen Sie über den Mund **einnehmen**.
Zäpfchen muss man **einführen**.

Das macht man je nach Art des Zäpfchens über den Anus oder die Vagina.



Halten Sie sich an die **Erklärungen des Arztes!**

Diese Anweisungen sind sehr wichtig.

Bitte beachten Sie die Anweisungen genau.

Wenn Sie nicht sicher sind, fragen Sie einfach.

- „**Wie soll ich die Medikamente anwenden?**“



oral

دهانی

оральный

afka

Tabletten oder Tropfen muss man meistens **schlucken**.

Das heißt die Anwendung erfolgt **oral**, also über den Mund.

anal

مقعدی

анальный

dabada ama duburka

vaginal

واژنی

влагалищный

cambarka wax la dhex
marsiiyo

7 Medikamente

Zäpfchen schluckt man nicht.

Je nach Krankheit führt man sie **anal** oder **vaginal** ein.

Kinder bekommen meistens Zäpfchen gegen Fieber zur analen Anwendung verschrieben.

Medikamente muss man meistens **zu bestimmten Zeiten** anwenden.

- **„Wann soll ich das Medikament anwenden?“**

Das kann eine bestimmte Tageszeit sein, zum Beispiel in der Früh oder am Abend.

Es kann auch sein, dass Sie dafür **nüchtern** sein müssen.

Nüchtern bedeutet, dass Sie vorher nichts essen dürfen.



nüchtern

با معده خالی

быть натощак,
трезвый

miyir qab, calool
madhan

Manchmal müssen Sie Medikamente vor dem Essen einnehmen.

Manchmal müssen Sie danach den Mund ausspülen.

Manchmal dürfen Sie sich danach nicht hinlegen.

Wenn Sie sich nicht sicher sind, fragen Sie am besten einfach Ihren **Arzt oder Apotheker**.





Er erklärt Ihnen genau, wann und wie Sie Ihre Medikamente anwenden sollen.

Manchmal wirken Medikamente anders als erwartet.

Besprechen Sie **Probleme mit Medikamenten** mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

Der Arzt sagt Ihnen auch, **wie lange** Sie das Medikament anwenden sollen.

Auch diese Anweisungen müssen Sie genau beachten.

- **„Wie lange soll ich das Medikament anwenden?“**

Manche Medikamente müssen Sie einnehmen, bis die Packung leer ist.

Das müssen Sie auch tun, wenn die Beschwerden schon wieder weg sind.

Das ist zum Beispiel bei Anti-biotika der Fall.

Sonst kann die Krankheit wieder auftreten.

Bei anderen Medikamenten müssen Sie die Anwendung beenden, wenn Sie keine Beschwerden mehr haben.

Wenn Sie sich nicht sicher sind, fragen Sie am besten einfach Ihren **Arzt oder Apotheker**.

Er erklärt Ihnen genau, wann und wie lange Sie Ihre Medikamente anwenden sollen.





8 Wichtige Kontakte

Der **Hausarzt** ist die erste Ansprech-person bei Beschwerden und Krankheiten.

Sie sollten nur in **Notfällen ein Krankenhaus** aufsuchen.

In Österreich gibt es viele Gesundheits-angebote.

Ich möchte Ihnen wichtige Angebote vorstellen.



BASIS-VERSORGUNG UND VORSORGE

Primär-versorgungs-einrichtungen

Standorte Wien

- Augarten, 2. Bezirk
www.medau.at/
+43 1 330 34 68
- Mariahilf, 6. Bezirk
www.medizinmariahilf.at/
+43 1 59 76 337
- Josefstadt, 8. Bezirk
www.gp-gesundheit.at/
+43 1 4060698

- Sonnwendviertel, 10. Bezirk
www.pve-sonnwendviertel.at/
+43 1 60 40 604
- Meidling, 12. Bezirk, Zentrum
www.pve-meidling.at/
+43 1 813 35 93
- Küniglberg, 13. Bezirk
www.allgemeinmedizinamkueniglberg.at/
+43 1 877 23 47-0
- Döbling, 19. Bezirk
www.pve-doebling.at/
- Donaustadt, 22. Bezirk
www.phc-donaustadt.at/
+43 1 34 30 132

Weitere Einrichtungen in Österreich finden Sie hier:
www.sv-primaerversorgung.at

8 Wichtige Kontakte

Österreichisches Brustkrebsfrüherkennungsprogramm

- www.frueherkennen.at
0800 500 181

Gesundheitszentren der Österreichischen Gesundheitskasse in Wien

- 3. Bezirk Landstraße
+43 5 0766-1140300
- 6. Bezirk Mariahilf
+43 5 0766-1140600
- 7. Bezirk Neubau
+43 5 0766-1115070
- 10. Bezirk Favoriten
+43 5 0766-111722
- 21. Bezirk Floridsdorf
+43 5 0766-1140200

Genauere Informationen finden Sie hier:

- www.gesundheitskasse.at

Vorsorgezentren des Gesundheitsdienstes in Wien

- 10. Bezirk Favoriten
+43 1 768 21 60

- 15. Bezirk Rudolfsheim-Fünfhaus
+43 1 982 44 39
- 21. Bezirk Floridsdorf
+43 1 259 62 12

Genauere Informationen finden Sie hier:

- www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/gesundenuntersuchung/stellen.html

GESUNDHEITS·VERSORGUNG FÜR MENSCHEN OHNE SOZIALVERSICHERUNG IN WIEN

Gesundheits·zentrum Neunerhaus

- www.neunerhaus.at
+43 1 990 09 09 900

AmberMed

- www.amber-med.at
+43 1 589 00 847

Caritas Medizin·bus – Louise·bus

Genauere Informationen zu den unterschiedlichen Stationen finden Sie hier:

- www.caritas-wien.at/louisebus

8 Wichtige Kontakte

Kranken-Haus der Barmherzigen Brüder

- www.barmherzige-brueder.at/portal/wien/home
+43 1 211 21 - 0

MEHRSPRACHIGE GESUNDHEITS-ANGEBOTE IN WIEN

FEM Frauengesundheits-zentrum

Beratung und Angebote für Frauen, Eltern und Mädchen

- www.fem.at
+43 1 27700-5600

FEM Süd

Beratung und Angebote für Frauen, Eltern und Mädchen

- www.femsued.at
+43 1 60191-5201

MEN Männergesundheits-zentrum

Beratung und Angebote für Männer und Burschen

- www.men-center.at
+43 1 60191-5454

Hemayat

Mehrsprachige Psycho-therapie und Trauma-bearbeitung

- <http://www.hemayat.org/>
+43 1 2164306

NOTFÄLLE

Feuerwehr

- 122

Polizei

- 133

Rettung

- 144

Frauennotruf

- +43 1 71719

Kindernotruf

- 0800 567 567

Kriseninterventionszentrum Wien

- +43 1 406 95 95

Psychosozialer Dienst Wien

- +43 1 31330

Telefonseelsorge

- 142

9 Wörter-verzeichnis

Abtreibung	21
After oder Anus.....	23
aggressiv.....	31
Aids.....	50
akut	39
Allergien.....	18
anal	54
Anämie oder Blut-armut.....	43
Angina	44
ängstlich.....	31
Angst-störung.....	49
Appetit-losigkeit.....	33
Asthma.....	42
Atem-wege-Krankheiten.....	42
auftragen.....	53
Augenarzt.....	10
Bakterielle Infektion	44
Bauch-krämpfe	33
Befund.....	18
Behandlungen	19
beim Stuhl-gang.....	41
beim Wasser-lassen oder beim Urinieren	41
Blase	23
Blasen-entzündung	44
Blind-darm.....	23

Blinddarm-entzündung	44
Blut-abnahme	7
Blut-hochdruck oder Hyper-tonie	44
blutiger Stuhl.....	30
Blut im Urin	30
Blut-krankheiten und Kreislauf-krankheiten	43
Blutungen.....	30
bösartig	48
brennen	36
Bronchitis	42
Brust-krebs	47
chronisch	39
Computer-tomographie, CT	14
COPD	42
Creme	52
Darm.....	24
Depression.....	49
Diabetes.....	50
Diagnose	18
Dickdarm-krebs	47
Durchfall.....	34
Eier-stöcke.....	24
einführen.....	53
einnehmen.....	53

9 Wörter-verzeichnis

einsam.....	31
Eiterung	45
Entzündungen und Infektionen	44
Epilepsie	50
Erbrechen.....	34
Facharzt	10
Fehl-geburt	21
Fieber.....	30
Frauenarzt oder Gynäkologe	11
Gebär-mutter	24
Gehirn	24
Geruchs-störung oder Riech-störung	38
Geschlechts-krankheiten	46
Geschmacks-störung.....	38
gestresst	31
Gewichts-verlust	34
Gicht.....	45
grippaler Infekt oder grippale Infektion.....	45
gutartig	48
Hämor-rhoiden.....	34
Harnwegs-infekt.....	45
Hautarzt oder Derma-tologe	11
Herz	24
Herz-fehler	46

Herz·infarkt.....	46
Herz·klopfen.....	32
Herz·krankheiten.....	46
Herz·probleme.....	32
Herz·rasen	32
Herz·rhythmus·störung.....	46
Hitze·wallungen	37
HNO-Arzt	11
Hoden	24
Hüfte.....	24
Husten.....	33
Impf·pass	17
Insekten·stich.....	33
Internist	12
Juckreiz	33
Kaiser·schnitt	21
Kardio·loge.....	12
Keht·kopf	25
Kinderarzt	12
Klitoris	25
Knöchel	25
Knochen·bruch	49
Knochen·krebs	47
Kondom.....	22

9 Wörter-verzeichnis

Kontroll-termin oder Kontroll-untersuchung	8
Koronare Herz-krankheit	47
krampf-artig	36
Kranken-kasse	4
Kranken-versicherung.....	4
Krankheiten in der Familie.....	19
Krank-meldung oder Krank-schreibung.....	5
Krebs.....	47
kribbeln	36
Labor-untersuchung	8
Leber	25
Lenden-wirbel-säule.....	25
Leukämie oder Blut-krebs.....	47
Lunge	25
Lungen-entzündung	43
Lungen-krebs	47
lustlos	31
Magen	25
Magen- und Darm-probleme	33
Magnet-resonanz-tomographie, MRT	14
Medikamenten-liste	17
Meniskus.....	26
Meno-pause.....	21
Migräne	48

Milz	26
Multiple Sklerose, MS	50
Muskel.....	26
Mutter-Kind-Pass.....	17
Nasen-bluten	30
Neben-höhlen	26
Neben-höhlen-entzündung	45
Nerven.....	26
nervös	31
Neuro-loge	12
niedriger Blut-druck oder Hypo-tonie	44
Nieren.....	26
nüchtern.....	55
oral	54
Ortho-päde	13
Osteo-porose	51
Penis	26
Pille.....	22
Pilz-infektion	45
Polizei.....	61
Post-traumatische Belastungs-störung, PTBS.....	49
Prellung	49
Prostata.....	27
Prostata-krebs	48

9 Wörterverzeichnis

Psychiater.....	13
pulsieren oder pochen.....	36
Pulver.....	52
Radio-loge.....	13
Regel-blutung oder Menstruation.....	21
Rheuma.....	45
Röntgen.....	14
Salbe.....	52
Scham-lippen oder Labien.....	27
Schild-drüse.....	27
Schlaf-störungen oder Schlaf-probleme.....	37
schlapp.....	32
Schleim-haut.....	27
schleimig.....	33
Schwäche.....	37
Schwangerschaft.....	20
Schwellung.....	37
Schwindel.....	37
schwitzen.....	37
Seelische Krankheiten.....	49
Sehnen.....	27
Seh-störung.....	38
Sod-brennen.....	35
stechen.....	36

Steiß-bein.....	27
Störungen der Sinne	38
Symptome.....	29
Tablette	53
Termin-vereinbarung.....	9
traurig.....	32
trocken.....	33
Tropfen.....	53
Tumor	48
Übelkeit.....	35
Überweisung	7
Ultra-schall	14
Uro-loge	15
vaginal.....	54
Vagina oder Scheide	27
Verhütungs-mittel	22
Verletzung.....	38
Verletzungen.....	49
Verstopfung.....	35
verzweifelt	32
virale Infektion oder Virus-infektion.....	46
Vor-erkrankungen	20
Vorsorge-untersuchung.....	6
Vulva	28

9 Wörter-verzeichnis

Weitere chronische Krankheiten	50
Wirbel-säule	28
Wunde.....	38
wütend	32
Zäpfchen	53
Zerrung	50
ziehen	36
zittern	38

Geschlechter-gerechte Sprache

Bei der geschlechter-gerechten Sprache verwendet man:

- eigene Wörter für Frauen
- eigene Wörter für Männer

Zum Beispiel sagt man: Patientin und Patient.

Mit der geschlechter-gerechten Sprache will man Frauen und Männer gleich behandeln.

Die Texte in dieser Broschüre sind in leicht verständlicher Sprache geschrieben.

Deshalb verzichten wir auf die geschlechter-gerechte Sprache.

Dann kann man die Texte leichter lesen.

Deshalb verwenden wir in der Broschüre zum Großteil die Wörter für Männer.

Zum Beispiel:

Das Wort Arzt steht im Text. Ein Arzt kann ein Mann sein.

Aber ein Arzt kann auch eine Frau sein. Die Frau heißt dann: Ärztin.

Medio-punkt

In diesem Text haben wir zu lange Wörter mit dem Medio-punkt getrennt.

Der Medio-punkt sieht so aus: ·

Der Medio-punkt macht lange Wörter leichter lesbar.

Für diese Broschüre haben wir Textprüfer gefragt:

- Bei welchen Wörtern ist der Medio-punkt gut?
- Bei welchen Wörtern stört der Medio-punkt?

Deshalb finden Sie den Medio-punkt nicht bei allen langen Wörtern.

Dank-sagung

Wir danken den Gesundheits-lots*innen des Projektes „Gesundheitslots*innen der Volkshilfe Wien“ für die tolle Unterstützung!

Wir danken auch den Expert*innen für ihre inhaltliche Unterstützung!

Impressum

Redaktion:

Anna Neugebauer, bakk.phil.

DSPin, Malika Guellil, MA

Mirjam Scheck, BA

Medieninhaber und Herausgeber:

Volkshilfe Wien gemeinnützige Betriebs-GmbH

Weinberggasse 77, 1190 Wien

UID: ATU70085739; FN 443962 k, Handelsgericht Wien

Geschäftsführerin: Mag.^a (FH) Tanja Wehsely, DSA

Stand: Oktober 2022 / 1. Ausgabe

Wir entschuldigen uns für mögliche Abweichungen in den Übersetzungen.

Wir sind für Sie erreichbar:

Projekt Gesundheitslots*innen der Volkshilfe Wien

E-Mail: Gesundheitslots_innen@volkshilfe-wien.at

Website: <https://www.volkshilfe-wien.at/soziale-arbeit/integration/gesundheitslotsinnen/>

Auf 100% Recyclingpapier gedruckt.

**Wir danken
unseren Fördergebern**



Bundeskanzleramt

Dieses Projekt wird durch das Bundeskanzleramt finanziert.