



## Lekcja nr 4: Ich brauche Hilfe! - czyli jak reagować w nagłych sytuacjach

### Wichtige Nummern [Wichtige Nummern] ważne numery:

Rettungswagen 112 [Retungswagen] **Pogotowie ratunkowe**  
Polizei 110 [Policaj] **Policja**  
Feuerwehr 112 [Fojerwer] **Straż Pożarna**

### die Beschwerden [di Beszferden] dolegliwości:

die Atemnot [di Atemnot] **duszności**  
die Verstopfung [di Fersztöpfunk] **zaparcie**  
die Schwindelgefühle [di Szwindelgefyle] **zawroty głowy**  
die Blutdrucksteigerung [di Blutdruksztajgerunk] **wzrost ciśnienia krwi**  
der Haarausfall [der Herałsfal] **wypadanie włosów**  
das Erbrechen [das Erbresien] **wymioty**  
die Schluckschwierigkeiten [di Szlukszfiryškajten] **trudności w połykaniu**  
die Schwäche [di Schwesie] **słabość**  
die beschleunigten Atemzüge [di beschlojnitgen Atemcyge] **przyspieszony oddech**  
die Mattigkeit [di Matyskajt] **osłabienie**  
der Brechreiz [der Brešrajc] **nudności**  
die Blutung [di Blutunk] **krwawienie**  
der Schüttelfrost [der Szytelfrost] **dreszcze**  
die Blässe [di Blese] **bladość**  
das Herzklopfen [das Hercklopfen] **kołatanie serca**

### Ausdrücke [Ałsdryke] wyrażenia:

in Ohnmacht fallen [in Onmacht falen] **zemdleć**  
Diät halten [Diet halten] **trzymać dietę**  
den Notarzt rufen [den Notarct rufen] **wzywać lekarza**  
den Puls zählen [den Puls celen] **mierzyć tętno**  
im Bett liegen [im Bet ligen] **leżeć w łóżku**  
sich erholen [zyś erholen] **odpoczywać**  
blass sein [blas zajn] **być bladym**  
im Krankenhaus liegen [im Krankenhaus ligen] **leżeć w szpitalu**  
sich der Operation unterziehen [zyś der Operacjon untercijen] **poddać się operacji**  
den Blutdruck kontrollieren [den Blutdruk kontroliren] **kontrolować ciśnienie**  
die Untersuchungen machen [di Unterzuchungen machen] **robić badania**  
den Rettungswagen schicken [den Retungswagen sziken] **wysyłać karetkę pogotowia**  
Ruhe bewahren [Rue bewaren] **zachować spokój**  
nach dem Herzinfarkt sein [nach dem Hercinfarkt zajn] **być po zawale**  
sich über etwas beklagen [zyś uba etfas beklagen] **skarżyć się na coś**  
wieder zu Bewusstsein kommen [wida cu Bewustzajn komen] **ocknąć się**  
in Ordnung sein [in Ordnung zajn] **być w porządku**  
auf den Arzt warten [ałf den Arct warten] **czekać na lekarza**  
blass aussehen [blas ałszejen] **wyglądać blado**  
das Fenster aufmachen [das Fensta ałfmachen] **otwierać okno**



ein Glas Wasser bringen [*ajn Glas Wasa bringen*] przynosić szklankę wody  
unterwegs sein [*unterwegs zajn*] być w drodze  
mit jemandem telefonieren [*mit jemandem telefoniren*] rozmawiać z kimś przez telefon  
Was fehlt Ihnen? [*Was fehlt Ihnen?*] Co Pani dolega?  
Was ist passiert? [*Was yst pasirt?*] Co się stało?

---

Podobała Ci się nasza lekcja? Zobacz kolejne na [www.aterima-med.pl](http://www.aterima-med.pl)

Znasz język niemiecki? Wyjedź z nami jako opiekun osób starszych w Niemczech! Aktualne oferty na [www.aterima-med.pl/oferty](http://www.aterima-med.pl/oferty).

Materiał stanowi własność Grupy Aterima Sp. z o.o. Sp. k. ul. Puskarska 7f, 30-644 Kraków.  
Reprodukcja, rozpowszechnianie lub inne wykorzystywanie całości lub części materiału w jakiegokolwiek formie dla celów innych, niż cele niekomercyjne i osobiste jest zakazane.