

**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

بیمه درمانی

медицинская  
страховка

Caaymiska  
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 Gesundheits-zustand.

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 Kranken-versicherung.



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 Gesundheits-zentren
- in den Vorsorge-zentren 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

گرفتني 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  
медикаментов

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 ماهانه، 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

#### Nasen·bluten

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**

شل

вялый, слабый,  
дряблый

dhutin ama liita

**traurig**

غمگين

грустный

murugeysan

**verzweifelt**

ناميد

отчаявшийся

quus

**wütend**

عصبانی

яростный

caraysan

**Herz·probleme**

**Herz·klopfen**

تپش قلب

сердцебиение

wadna garaac

**Herz·rasen**

ضربانير شتاب 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

ييوست

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

Malaxeyisi

### 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

خوش خیم

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

کشش 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/](http://www.medau.at/)  
+43 1 330 34 68
- Mariahilf, 6. Bezirk  
[www.medizinmariahilf.at/](http://www.medizinmariahilf.at/)  
+43 1 59 76 337
- Josefstadt, 8. Bezirk  
[www.gp-gesundheit.at/](http://www.gp-gesundheit.at/)  
+43 1 4060698

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

Weitere Einrichtungen in Österreich finden Sie hier:  
[www.sv-primaerversorgung.at](http://www.sv-primaerversorgung.at)

## 8 Wichtige Kontakte

### **Österreichisches Brustkrebsfrüherkennungsprogramm**

- [www.frueherkennen.at](http://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](http://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](http://www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/gesundenuntersuchung/stellen.html)

### **GESUNDHEITS·VERSORGUNG FÜR MENSCHEN OHNE SOZIALVERSICHERUNG IN WIEN**

#### **Gesundheits·zentrum Neunerhaus**

- [www.neunerhaus.at](http://www.neunerhaus.at)  
+43 1 990 09 09 900

#### **AmberMed**

- [www.amber-med.at](http://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](http://www.caritas-wien.at/louisebus)

## 8 Wichtige Kontakte

### **Kranken-Haus der Barmherzigen Brüder**

- [www.barmherzige-brueder.at/portal/wien/home](http://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](http://www.fem.at)  
+43 1 27700-5600

#### **FEM Süd**

Beratung und Angebote für Frauen, Eltern und Mädchen

- [www.femsued.at](http://www.femsued.at)  
+43 1 60191-5201

#### **MEN Männergesundheits-zentrum**

Beratung und Angebote für Männer und Burschen

- [www.men-center.at](http://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.<sup>a</sup> (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](mailto: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.