

# Двадцатый урок Beginner

## HEALTH

<b>ЗДОРОВЬЕ</b>	<b>HEALTH</b>	<b>[helθ]</b>
здоровый образ жизни	Healthy life-style	['helθɪ] ['laɪfstɑɪl]
здоровье	health	[helθ]
улучшать здоровье	improve one's health	[ɪm'pru:v]
вредить здоровью	damage one's health	['dæmɪdʒ]
быть полезным для здоровья	be good for one's health	
быть вредным для здоровья	be bad for one's health	
поддерживать хорошую физическую форму	keep fit	
упражняться	exercise	['eksəsaɪz]
заниматься спортом	do sport	
здоровая пища	healthy food	
соблюдать диету	be on a diet	['daɪət]
сесть на диету	go on a diet	
сбалансированная диета	balanced diet	['bælən(t)st]
<b>Болезни</b>	<b>Illnesses</b>	
болеть (быть больным)	be ill (Br.) / be sick (Am.)	
заболеть	fall / get ill	[fɔ:l]
заболеть чем-либо	fall ill with ...	
чувствовать себя лучше	feel better	
чувствовать себя хуже	feel worse	[wɜ:s]
идти на поправку	get better	
выздоровливать	recover	[rɪ'kʌvə]
грипп	flu	[flu:]
заразиться гриппом	catch the flu	
простуда	cold	
простудиться	catch cold	
болеть простудой	have a cold	
запор	constipation	[,kɒn(t)stɪ'peɪʃ(ə)n]
диарея	diarrhea	[,daɪə'riə]
отравление	poisoning	['pɔɪz(ə)nɪŋ]
сердечный приступ	heart attack	['hɑ:tə,tæk]
тонзиллит	tonsillitis	[,tɒn(t)s(ə)'laɪtɪs]
ангина	quinsy	['kwɪnzɪ]
аппендицит	appendicitis	[ə,pɛndɪ'saɪtɪs]

воспаление	inflammation	[,ɪnflə'meɪʃ(ə)n
воспаление легких	pneumonia	[nju:'məʊniə]
гастрит	gastritis	[gæs'traɪtɪs]
изжога	heartburn	['hɑ:tbɜ:n]
туберкулез	tuberculosis	[t(j)u: ,bɜ:kjə'ləʊsɪs]
язва (внутренняя)	ulcer	['ʌlsə]
язва (наружная)	sore	[sɔ:]
повышенное давление	high blood pressure	[haɪ] [blʌd] ['preʃə]
пониженное давление	low blood pressure	[ləʊ] [blʌd] ['preʃə]
близорукость	short-sightedness	[,ʃɔ:t'saɪtɪdnəs]
дальнозоркость	far-sightedness	[fɑ:'saɪtɪdnəs]
аллергия	allergy	['ælədʒɪ]
иметь аллергию на ...	be allergic to ...	[ə'ledʒɪk]
лекарство	medicine	['medɪsɪn]
цветение	pollen	['pɒlən]
запахи	odours	['əʊdəz]
домашнюю пыль	household dust	
<b>Симптомы</b>	<b>Symptoms</b>	
головная боль	headache	['hedeɪk]
боль в ухе	earache	['ɪərəɪk]
боль в животе	stomachache	['stʌməkeɪk]
боль в спине	backache	['bækeɪk]
зубная боль	toothache	['tu:θeɪk]
кашель	cough	[kɔf]
больное горло	sore throat	[sɔ:] [θrəʊt]
боль в груди	pain in one's chest	[peɪn]
насморк	running nose	
заложенный нос	stuffy nose	['stʌfɪ]
озноб	chills	
тошнота	sickness	
испытывать тошноту	feel sick	
высокая температура	high temperature	[haɪ] ['temp(ə)rətʃə]
иметь повышенную температуру	have a temperature	
жар	fever	['fi:və]
сыпь	rash	
плохо себя чувствовать	be not well	
бессонница	insomnia	[ɪn'sɒmniə]
страдать бессонницей	suffer from insomnia	['sʌfə]

<b>Боль</b>	<b>Pain</b>	<b>[peɪn]</b>
У меня болит горло.	I have a sore throat.	[sɔ:] [θrəʊt]
У меня болит голова.	I have a headache.	['hedεɪk]
У меня болит печень.	I have a pain in my liver.	['lɪvə]
У меня болит поясница.	I have a pain in the small of the back.	
У меня болят глаза.	I have sore eyes.	[sɔ:]
болеть (о части тела)	hurt	[hɜ:t]
У меня болит рука.	My hand hurts.	
Больно!	It hurts!	
У меня болит зуб.	I have a toothache.	['tu:θeɪk]
У меня сломался зуб.	I have a broken tooth.	[tu:θ]
пломба	filling	
У меня выпала пломба.	I have lost a filling.	
лечить зуб	treat a tooth	[tri:t]
<b>Травма</b>	<b>Injury</b>	<b>['ɪndʒ(ə)rɪ]</b>
порез	cut	
нарыв	abscess	['æbsəs]
опухание	swelling	['swelɪŋ]
вывих	dislocation	[, dɪsləu'keɪʃ(ə)n]
вывихнуть	dislocate	['dɪsləukeɪt]
перелом	fracture	['fræktʃə]
растяжение	strain	[streɪn]
ожог	burn	[bɜ:n]
кровь	blood	[blʌd]
кровоточить	bleed	[bli:d]
кровотечение	bleeding	
У меня течет кровь.	I am bleeding.	
У меня идет кровь из носа.	I have a nosebleed.	['nəʊzbli:d]
<b>Лечение</b>	<b>Treatment</b>	<b>['tri:tmənt]</b>
лечить (применять лечение) от	treat for ...	[tri:t]
лечить, исцелять (быть средством лечения)	cure	[kjʊə]
лечить, заживлять	heal	[hi:l]
страховка	insurance	[ɪn'ʃʊə(ə)n(t)s]
традиционная медицина	traditional medicine	
гомеопатия	homeopathy	[, həʊmɪ'ɔ:pəθɪ]
врач-гомеопат	homeopath	['həʊmɪəʊpəθ]
акупунктура	acupuncture	['ækjʊpʌŋ(k)tʃə]

специалист по акупунктуре	acupuncturist	[.ækju'pʌŋ(k)ʃərɪst]
мануальный терапевт	chiropractor	['kaɪə'rəpræktə]
мануальная терапия	chiropractic	[.kaɪə'rə'præktɪk]
анализ	test	
анализ крови	blood test	[blʌd]
делать анализ	do a test	
делать рентген	do X-ray	['eksreɪ ]
делать укол	give an injection	[ɪn'dʒekʃ(ə)n]
измерять давление	take blood pressure	[blʌd] ['preʃə]
измерять температуру	take temperature	
измерять пульс	take pulse	[pʌls]
выписать рецепт	write out a prescription	[praɪs'krɪpʃ(ə)n]
лекарство	medicine	['medɪsɪn]
принимать лекарство	take medicine	
соблюдать постельный режим	stay in bed	
грелка	hot-water bottle	
полоскать	gargle	['gɑ:gl]
прогреть	warm	
бинтовать	bandage	['bændɪdʒ]
операция	surgery	['sɜ:dʒ(ə)rɪ]
перенести операцию	undergo / have surgery	
прививка	vaccination	[.væksɪ'neɪʃ(ə)n]
делать прививку (кому-либо) от	vaccinate against ...	['væksɪneɪt]
делать прививку (получить)	be vaccinated	
побочный эффект	side effect	
вправлять вывих	set a bone	
<b>В аптеке</b>	<b>At the chemist's (Br.) / At the drugstore (Am.)</b>	<b>['kemɪsts] ['drʌgstɔ:]</b>
лекарство от ...	medicine for ...	
таблетки	pills	
рецепт	prescription	
бинт	bandage	['bændɪdʒ]
пластырь	plaster (Br.) / band-aid (Am.)	['plɑ:stə] ['bændeɪd]
вата	cotton	['kɒt(ə)n]
йод	iodine	['aɪədi:n]
аспирин	aspirin	['æsp(ə)rɪn]
слабительное	laxative	['læksətɪv]
лекарство для полоскания горла	throat gargle	[θrəʊt] ['gɑ:gl]

дезинфицирующее	antiseptic	[.æntɪ'septɪk]
обезболивающее	anaesthetic	[.ænəs'θetɪk]
обезболивающее средство	pain killer	
<b>Медицинская помощь</b>	<b>Medical aid</b>	
поликлиника	medical center	
больница	hospital	
лечь в больницу	go to hospital	
лежать в больнице	be in hospital	
врач	doctor	
вызвать врача	call the doctor	
пациент	patient	['peɪʃ(ə)nt]
записаться на прием к врачу	make an appointment with a doctor	[ə'pɔɪntmənt]
скорая помощь	ambulance	['æmbjələn(t)s]
<b>Идиомы о здоровье</b>	<b>Health idioms</b>	
в полном здравии	as fit as a fiddle	
в полном порядке	as right as rain	
в хорошей форме	fighting fit	['faɪtɪŋ]
грех жаловаться	can't complain	[kəm'pleɪn]
воплощение здоровья	the picture of health	
снова встать на ноги	be back on one's feet	
воспрянуть духом	get a new lease of life	[li:s]
получить справку о хорошем состоянии здоровья	be given a clean bill of health	
поправляться	be on the way to recovery	[rɪ'kʌv(ə)rɪ]
сильно болеть, изводить	be killing	
У меня ноги гудят.	My feet are killing me.	
Спина ужасно болит.	My back is killing me.	
сильная головная боль	a splitting headache	['hedetɪk]
У меня голова раскалывается.	I have a splitting headache.	
заболеть чем-либо	to go down with ...	
чувствовать себя разбитым	be out of sorts	
переутомиться	be run down	
испытывать стресс	be stressed out	
быть не в форме	be off colour	
быть очень больным	be in a bad way	
Он очень плох.	He is in a very bad way.	
неважно себя чувствовать	feel / be under the weather	['weðə]
распространяться, ходить (о заболевании)	go round	
Сейчас ходит грипп.	The flu's going round.	

<b>Идиомы с названиями частей тела</b>	<b>Body idioms</b>	
во всю глотку	at the top of one's lungs	
давнишняя вражда	bad blood	[bʌld]
Эти семьи всегда враждовали.	There has always been bad blood between these families.	
за чьей-л. спиной, тайком	behind one's back	
Кровь – не водица (о прочности семейных уз).	Blood is thicker than water.	
кровь стынет (в жилах) (от страха)	blood runs cold	
свернуть / сломать себе шею (сделать все возможное)	break one's neck	
дышать в спину (стоять над душой)	breathe down one's neck	[bri:ð]
нервная дрожь	butterflies in one's stomach	['bʌtəflaɪz] ['stʌmək]
оказать холодный прием	give cold shoulder	['ʃəʊldə]
уничтожить кого-л.	cut one's throat	[θrəʊt]
плоть и кровь	flesh and blood	
отцепиться, оставить в покое	get off one's back	
досаждать, раздражать	get under one's skin	
затаить дыхание	hold one's breath	[breθ]
наброситься, резко возражать	jump down one's throat	
быть вне себя (от радости, удивления)	jump out of one's skin	
с трудом поддерживать существование	keep body and soul together	
и бровью не повести	not to move a muscle	['mʌsl]
ноздря в ноздю, в равном положении	neck and neck	
чистосердечно признаться	get smth. off one's chest	
надоедливый человек, проблема, «головная боль»	pain in the neck	
поощрить, похвалить, похлопать по спине	pat on the back	
водить компанию с кем-либо	rub elbows (or shoulders) with someone	
спасти свою шкуру	save one's neck	
не тратить лишних слов	save one's breath	
подхалимничать	scratch one's back	
Ты – мне, я – тебе.	Scratch my back, and i'll scratch yours.	

почесать затылок, задуматься	scratch one's head	
кожа да кости	skin and bones	
поверхностный	skin-deep	[,skɪn'di:p]
нож в спину	stab in the back	
рисковать	stick one's neck out	
сплеча, без обиняков	straight from the shoulder	[streɪt] ['ʃəuldə]
до мозга костей	to the bone	
отвернуться от кого-л.	turn one's back on smb.	
вызывать тошноту	turn one's stomach	['stʌmək]