EP 34 : Le rhume et la grippe - Partie 1 les symptômes

Bonjour à tous et bienvenue dans ce nouvel épisode de *Causette en chaussettes* !

J'espère que vous allez bien !

Avec l'arrivée du froid, **le rhume et la grippe** sont de retour !

Alors aujourd'hui, on va parler de ces petits problèmes de santé. C'est parti !

Commençons par expliquer le **rhume et ses symptômes**.

Le rhume, c'est une maladie très courante, causée par un virus.

Avoir un rhume, c'est **avoir le nez qui coule**, c'est-à-dire que du liquide sort du nez.

Alors, on utilise un **mouchoir**, un petit morceau de papier ou de tissu, pour **se moucher**, pour se nettoyer le nez.

Parfois, au contraire, on **a le nez bouché**, c'est-à-dire bloqué ; on n'arrive pas à respirer par le nez.

On peut aussi **éternuer**, dire "Atchoum !"

Et quand quelqu'un éternue, on lui dit souvent : **" À tes souhaits ! "** ou **"À vos souhaits ! "** si on vouvoie la personne.

" À tes souhaits ! " ou **"À vos souhaits ! est** une petite expression de politesse très courante.

Un autre symptôme fréquent, c'est **avoir mal à la gorge**, c'est-à-dire avoir la gorge irritée.

On peut aussi **tousser** (ajouter son sur Canva)

Voilà pour le rhume !

Mais attention, un rhume et une grippe, ce n'est pas la même chose !

Quand on a un rhume, en général, ce n'est pas très **grave**, très sérieux.

Par contre, la grippe est souvent plus forte.

Quand on a la grippe, on a **une forte fièvre**, c'est-à-dire une température du corps plus élevée que la normale.

Par exemple : « J'ai 39 de fièvre. »

On peut aussi avoir **des courbatures**. Des courbatures**,** ce sont des **douleurs** dans les muscles.

Par exemple, **on a mal** aux jambes, aux bras ou au dos.

Et souvent, on se sent **épuisé**, c'est-à-dire extrêmement fatigué.

Contrairement au rhume qui arrive progressivement, la grippe peut commencer très rapidement.

Maintenant qu'on connaît les principaux symptômes du rhume et de la grippe, voyons maintenant

qu'est-ce qu'on fait en France quand on a la grippe et qu'on ne peut pas aller travailler ?

Quand on a la grippe, on peut **consulter un médecin**.

Si on est trop malade pour travailler, le médecin peut nous donner un **arrêt maladie**.

C'est un document qu'on envoie à notre employeur, et qui permet de rester à la maison pendant quelques jours pour se reposer et récupérer.

D'ailleurs, si un collègue ou un ami vous annonce qu'il est malade, vous pouvez lui dire : **« Bon rétablissement ! »**

C'est une expression très utile qui signifie qu'on souhaite à la personne de retrouver rapidement la santé.

On peut aussi dire :**« Repose-toi bien ! »**

Maintenant, c'est à vous de causer !

Je vais vous proposer trois petites situations et vous devez répondre à voix haute.

Vous êtes prêts ? C'est parti !

Première situation :

Vous êtes avec un ami et soudain, il éternue : « Atchoum ! »

Qu'est-ce que vous lui dîtes ?

……

« À tes souhaits ! »

Deuxième situation :

Vous avez un rhume et un ami vous demande ce que vous avez. Vous lui décrivez vos symptômes.

Qu'est-ce que vous lui répondez ?

……

Vous pouvez répondre :

« J'ai le nez qui coule, je tousse et j'ai mal à la gorge. »

Troisième situation :

Votre collègue vous annonce qu'il a la grippe et qu'il ne pourra pas venir travailler pendant quelques jours.

Qu'est-ce que vous lui répondez ?

……

Vous pouvez répondre : "Bon rétablissement ! " ou "Repose-toi bien ! "

Voili Voilà pour aujourd'hui !

La semaine prochaine, on continuera ce thème et on parlera des remèdes et des médicaments.
Comme toujours, vous pouvez retrouver la transcription de cet épisode et la liste du vocabulaire sur **www.frenchstation.net**
A bientôt pour une prochaine causette !

Vocabulaire :

1. **Le rhume** : 感冒
2. **La grippe** : 流感
3. **Un symptôme** : 症状
4. **Avoir un rhume** : 感冒了
5. **Avoir le nez qui coule** : 流鼻涕
6. **Un mouchoir** : 纸巾 / 手帕
7. **Se moucher** : 擤鼻涕
8. **Avoir le nez bouché** : 鼻塞
9. **Éternuer** : 打喷嚏
10. **« À tes souhaits ! » / « À vos souhaits ! »** : 祝你健康！
11. **Avoir mal à la gorge** : 喉咙痛
12. **Tousser** : 咳嗽
13. **Grave** : 严重的
14. **Avoir une grippe** : 得了流感
15. **Avoir de la fièvre** : 发烧
16. **Des courbatures** : 肌肉酸痛 / 全身酸痛
17. **Une douleur** : 疼痛
18. **Avoir mal à / au / aux** : ……疼 / ……痛
19. **Être ou se sentir épuisé(e)** : 筋疲力尽 / 感到非常疲惫
20. **Consulter un médecin** : 看医生 / 就医
21. **Un arrêt maladie** : 病假 / 病假证明
22. **« Bon rétablissement ! »** : 祝你早日康复 ！
23. **« Repose-toi bien ! »** : 好好休息！