

# دو دو

مکالمات روزمره انگلیسی

سطح مقدماتی



## ➤ Health

## سلامتی

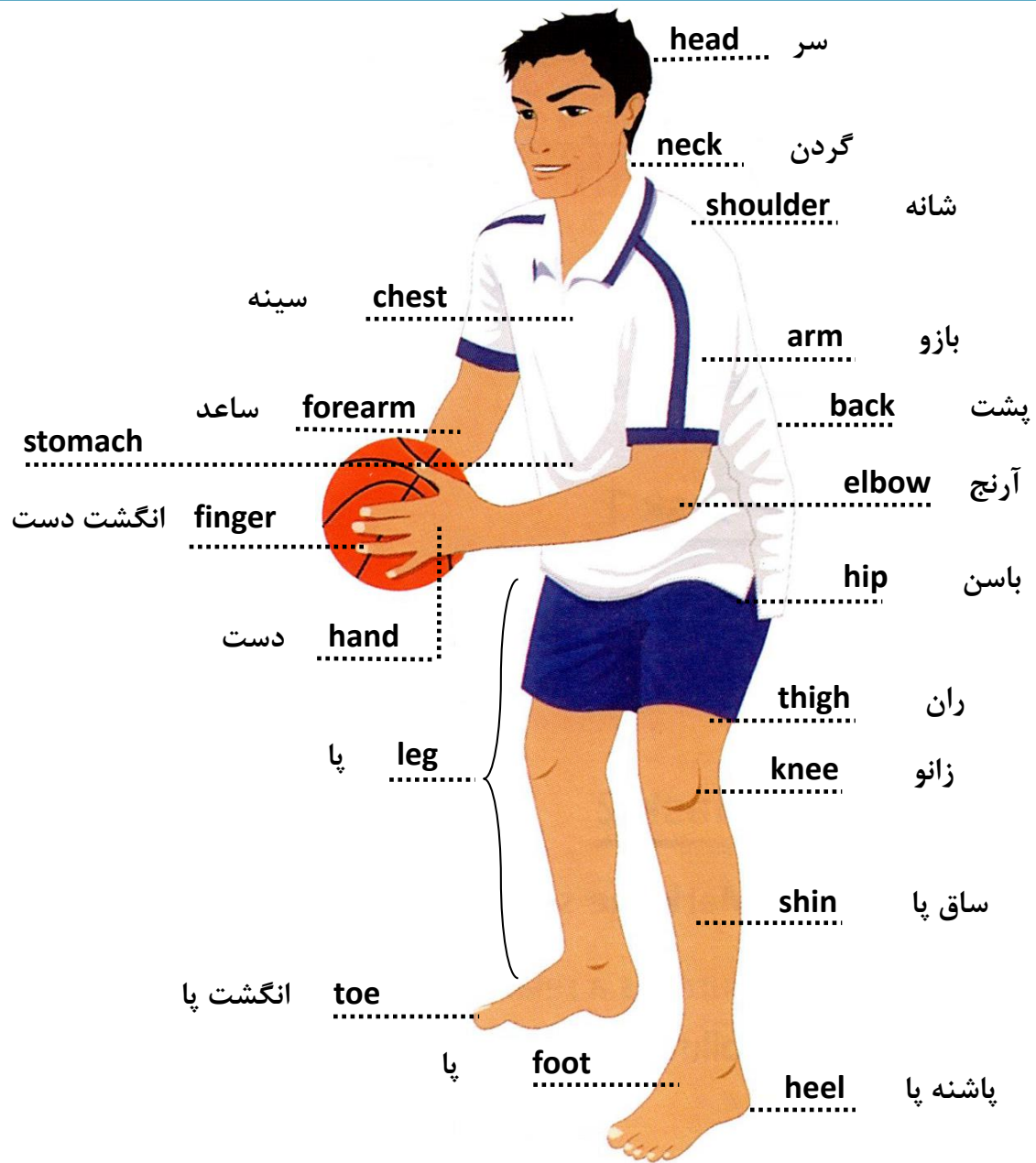
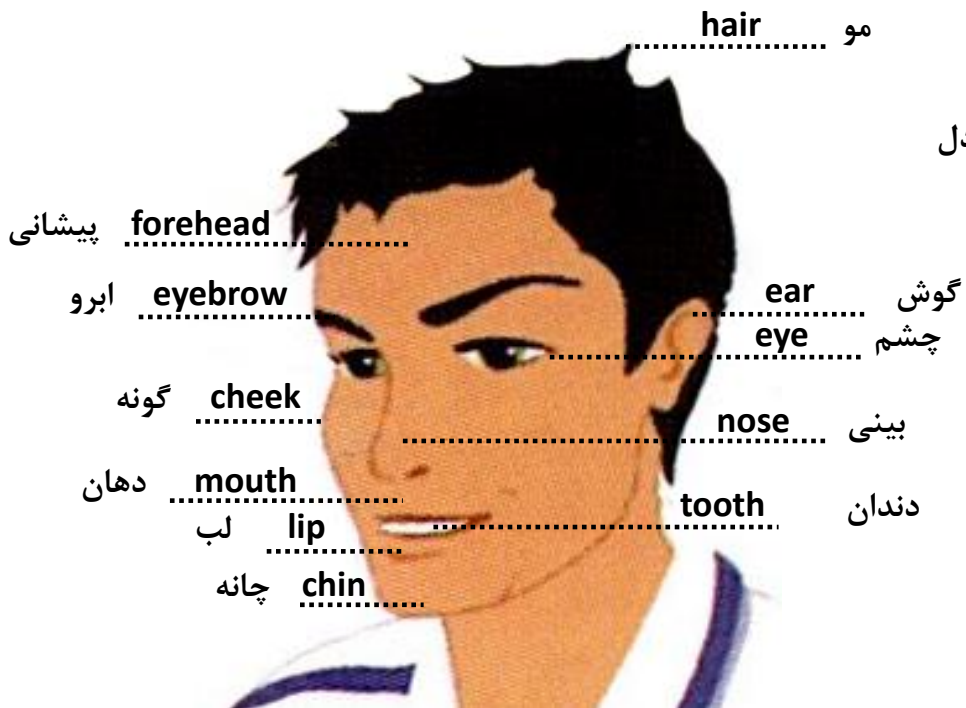
## 24



## موضوعات:

مکالمات روزمره در مورد اعضاء بدن و سلامت فیزیکی، حوادث از جمله، شکستی، بریدگی، پیچ خوردگی و دردها، مراجعه به دکتر و مشکلات مربوط به سلامت و فیزیک بدنی

○ سعی کنید، پس از مطالعه و یادگیری، هر یک از مکالمات این مجموعه را به صورت دو به دو تمرین کنید تا به تمامی مکالمات تسلط یابید.



➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

افراد در حال صحبت در مورد مشکلات سلامت خود هستند. گوش دهید و تصویر مناسب را انتخاب کنید.



برای اولین بار تنها به صوت گوش داده و سعی در درک مطالب و پاسخ به سوالات فرمایید و در زمان پخش دوم به عبارات انگلیسی، ترجمه فارسی و همچنین پاسخ سوالات توجه نمایید.



➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

happen

اتفاق افتادن

foot

پا

hurt

آسیب دیدن، آسیب رساندن

soccer

فوتبال



A: What happened to your foot, John?  
B: Oh, I hurt it when I was playing soccer.  
A: Wow. Can you walk on it?  
B: Yes, but it's really difficult.

- برای پایت چه اتفاقی افتاده، جان؟  
- اوه، وقتی داشتم فوتبال بازی میکردم، آسیب دیدم.  
- اوه. میتونی رویش راه بری؟  
- بله، اما واقعا سخته.

➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

مکالمات روزمره دو به دو

glasses

عینک

into

به داخل، به درون

crazy

دیوانه، مسخره

split

شکافتن، دو نیم کردم

headache

سر درد

splitting headache

سر درد شدید، در اصطلاح سردردی که در حال شکافتن سر است.



A: What happened to you?

B: Oh, I didn't have my glasses on so I walked into a door.

A: No!

B: It's true. Isn't it crazy? Now I have a splitting headache.

- چه اتفاقی برات افتاده؟

- اوه، عینکم را نزده بودم، و بعد خوردم به یک در.

- نه!

- واقعیتش همینطوره. مسخره نیست؟ حالا سردرد شدیدی دارم.

➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

fell down

افتادن

broke

شکستن

broken

شکسته



A: How did you do that?

B: I fell down playing basketball. I put out my arm to stop myself, and this is what happened.

A: Is it broken?

B: Yes.

- چطور اینکارو (با خودت) کردی؟

- موقع بازی بسکتبال زمین خوردم. دستم را گذاشتم تا جلوی خودم را بگیرم. (از زمین خوردن) و این اتفاقی است که افتاد.

- شکسته؟

- بله.

➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

مکالمات روزمره دو به دو

rollerblading

اسکیت بازی

land

زمین خوردن، فرود آمدن

wrist

مچ دست

right-handed

آدم راست دست



A: Did you hurt yourself?

B: Yes, I was rollerblading in the park.  
I fell and landed on my wrist.

A: You should be more careful.

B: I know, and now it's difficult for me  
to eat, because I'm right-handed.

- طوری شده؟ (به خودت آسیب رسوندی؟)

- بله، داشتم توی پارک اسکیت بازی میکردم. افتادم و روی مچ  
دستم زمین خوردم.

- باید با احتیاط تر باشی (باید بیشتر احتیاط کنی).

- میدونم، و حالا غذا خوردن برام سخته، چون من راست دستم.



➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

لوگو ایوان، اوزر امراشو به دو

back

کمر

terrible

افتضاح

lie down

دراز کشیدن

rest

استراحت کردن

great idea

فکر خوبیه



A: How's your back?

B: Terrible.

A: Why don't you lie down and rest?

B: Great idea. Thanks.

- کمرت چطوریه؟

- افتضاح. (خیلی بد)

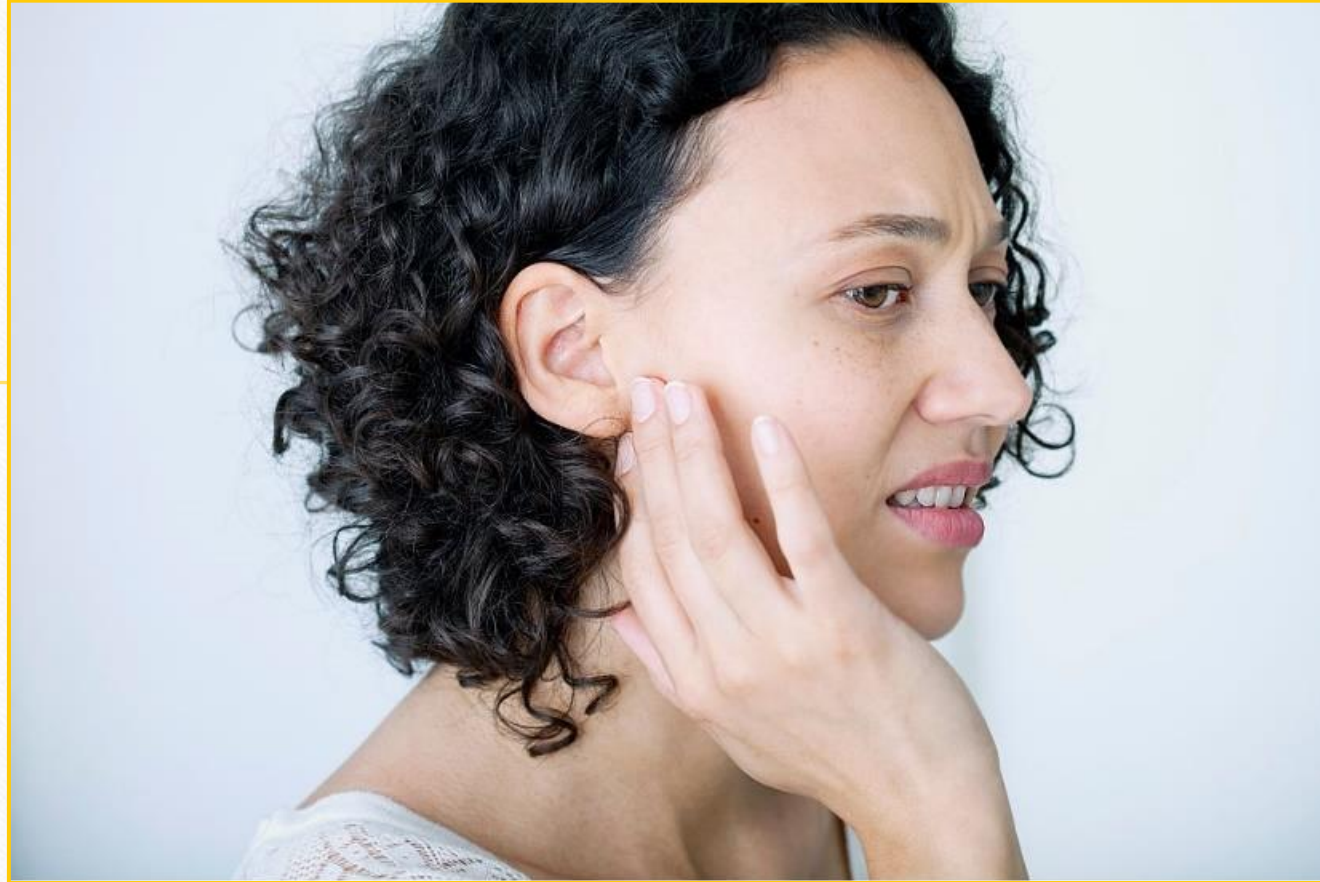
- چرا دراز نمیشکی و استراحت نمیکنی؟

- فکر خوبیه. ممنون.

➤ People are talking about health problems. Listen and choose the correct picture.

what's wrong with ....

چه مشکلی برای ...



A: Hey, what happened to your ear?

B: Huh?

A: What's wrong with your ear?

B: Sorry, I can't hear you. I hurt my ear

- چه اتفاقی برای گوشت افتاده؟

- هااا!؟ (بله!!!؟)

- گوشت چی شده؟

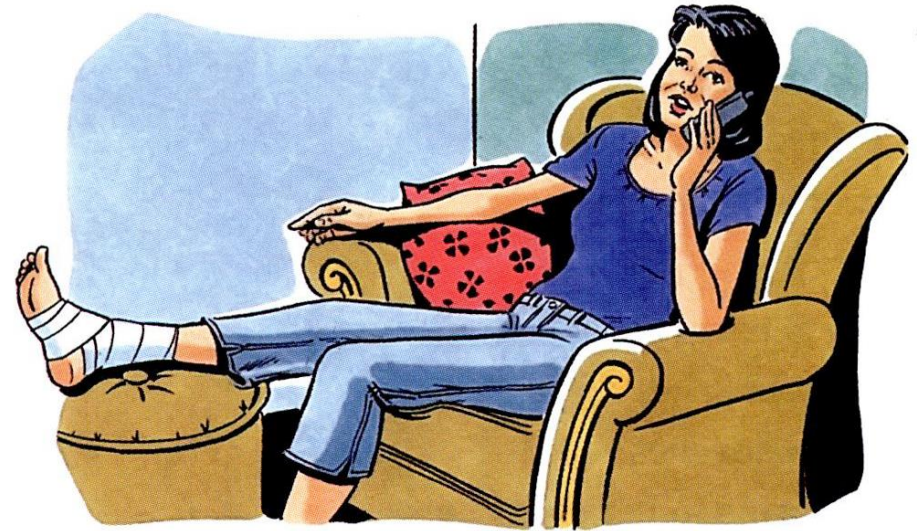
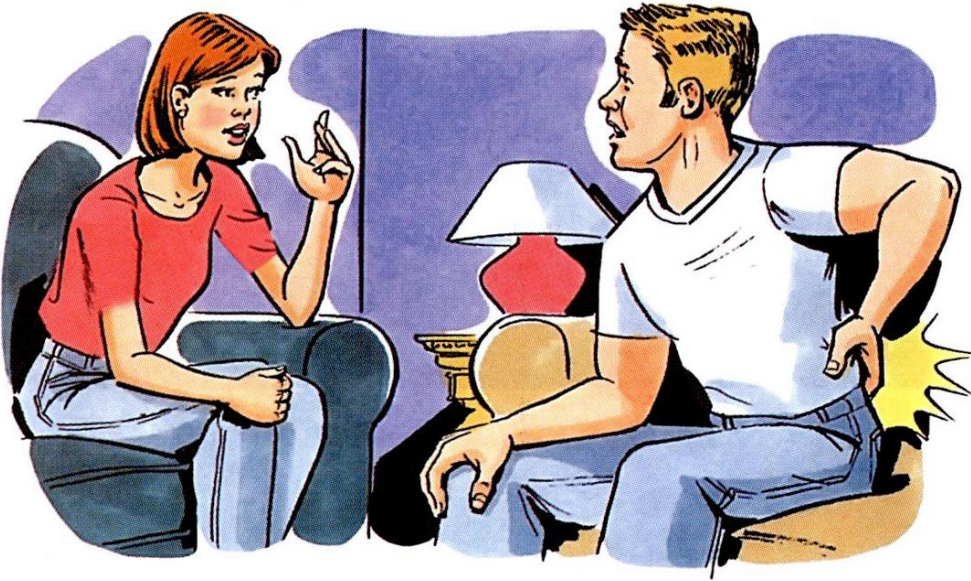
- ببخشید، نمیتونم صداتو بشنوم. گوش هام توی

باشگاه آسیب دید.

- What is each person's health problem?
- When did the problem start?

مشکل سلامت هر یک از افراد چیست؟

این مشکل از چه زمانی آغاز شد؟



➤ What is each person's health problem? When did the problem start?



person's health problem? .....*a backache*.....

When did the problem start?

last weekend

yesterday

two days ago

**Awful backache**

کمر درد بد

**gym**

باشگاه

**lift**

بلند کردن

**pull**

کشیدن

**Heavy weights**

وزنه های سنگین

**muscle**

ماهیچه، عضله

I have an awful backache. I was lifting heavy weights at the gym yesterday and I think I must have pulled a muscle. If it doesn't get better soon, I'll have to see the doctor.

کمر درد خیلی بدی دارم. دیروز داشتم توی باشگاه وزنه های سنگین بلند میکردم و به نظرم دچار کشیدگی عضله شده باشم. اگر به زودی بهتر نشه، مجبورم برم دکتر.

➤ What is each person's health problem? When did the problem start?

مکالمات روزمره دو به دو



person's health problem? **a twisted ankle**

When did the problem start?

**yesterday**

two days ago

today

**hike up**

بالا رفتن، به صورت پیاده

**mountain**

کوه، کوهستان

**slip**

لیز خوردن، سر خوردن

**twist**

پیچ خوردن

**ankle**

قوزک پا، مچ پا

**steep path**

مسیر شیب دار

**painful**

دردناک

**bandage**

باندپیچی کردن، بستن

I was hiking up a mountain yesterday and I slipped and twisted my ankle as we were going down a steep path. It's so painful I can hardly walk. I bandaged it, but it still hurts. If it isn't better tomorrow, I'll go to the doctor.

دیروز داشتم از یک کوه بالا میرفتم و موقعی که داشتیم از یک مسیر پرشیب پایین میرفتیم، سر خوردم و مچ پام پیچ خورد. اینقدر دردش زیاده که به سختی میتونم راه برم. اون را بستم، اما هنوز درد میکنه. اگه فردا بهتر نشه، میرم پیش دکتر.

➤ What is each person's health problem? When did the problem start?



I flew back from Australia last week and I think I caught the flu from someone on the plane. The only time I get the flu is after a long flight. I've been taking pills for it, but I still feel sick.

person's health problem? .....**the flu**.....

When did the problem start?

- a. yesterday
- b. last week**
- c. a few days ago

**flew**

گذشته fly به معنای پرواز کردن

**caught**

گذشته catch به معنای گرفتن

**plane**

هواپیما

**flight**

پرواز

**pill**

قرص

**sick**

بیماری، مریضی

هفته گذشته با پرواز از استرالیا برگشتم و فکر کنم از یک نفر توی هواپیما آنفولانزا گرفتم. من (همیشه) تنها وقتی آنفولانزا میگیرم که بعد از یک پرواز طولانی باشم. برای اون تا حالا قرص خورده ام، اما هنوز احساس مریضی میکنم.

➤ What is each person's health problem? When did the problem start?

مکالمات روزمره دو به دو



person's health problem? **a. stomachache**

When did the problem start?

- a. today
- b. last night
- c. a few days ago

**seafood**

غذای دریایی

**Something wrong with ..**

ایرادی داشتن، مشکلی داشتن

**stomach**

دل، معده، شکم

**medicine**

دارو، درمان

I went out to dinner a few days ago with a friend. We went to a very good seafood restaurant, but I think there was something wrong with the fish because my stomach really started hurting. I had to go to the hospital to get some medicine for it because it hurt so much. It's much better now.

چند روز پیش با یک دوستی برای شما بیرون رفتیم. به یک رستوران غذای دریایی خیلی خوب رفتیم، اما فکر میکنم ماهیش یک مشکلی داشت چون دلم خیلی شروع به درد گرفتن کرد. مجبور شدم برم بیمارستان تا دارویی (درمائی) برایش بگیرم چون خیلی درد میکرد. الان خیلی بهتره.

➤ What is each person's health problem? When did the problem start?



person's health problem? .....**a cut**.....

When did the problem start?

**a.** last week

**b.** last night

**c.** today

**garden**

باغ

**cut**

بریدن، زخم کردن

**deep**

عمیق

**stitch**

بخیه

**Put stitches ...**

بخیه زدن

I was working in the garden last week and I cut my leg. It was a pretty deep cut, so I had to go to the doctor. She put some stitches in it. They'll be in for another week.

داشتم هفته پیش توی باغ کار میکردم و پایم را بریدم. نسبتا بریدگی عمیقی بود، بنابراین مجبور شدم برم دکتر. اون چندتا بخیه بهش زد. اونها (بخیه ها) تا چند هفته ای روش خواهد موند.



- People are describing health problems to a friend. What phrase completes each statement?
- choose what the friend suggests for each problem.

افراد در حال توصیف مسائل سلامت خود به یک دوست هستند. هر یک از جملات را کدام عبارت کامل می کند؟  
گزینه ای را که هر یک از دوستان برای هر مشکل ارائه می کنند را انتخاب کنید.



➤ What phrase completes each statement? choose what the friend suggests for each problem.

- A: I've really been having trouble sleeping lately.  
 B: That's too bad.  
 A: Yeah, I go to bed, but I often can't fall asleep. Do you ever have that problem?  
 B: Yeah, I sometimes do, too, especially if I'm feeling very worried or stressed out.  
 A: So what do you do for it? Do you take sleeping pills?  
 B: I don't like the idea of sleeping pills, so I usually get up and watch TV or read until I feel tired. Then I go back to bed. Why don't you try it?  
 A: Yeah, I will.

Lately, she \_\_\_\_\_.

a. easily falls asleep  
**b. can't fall asleep**  
 c. sleeps all night

the friend suggests .....

a. get something from the drug store  
**b. get up and do something**  
 c. take sleeping pills



<b>trouble</b> مشکل، دردسر	<b>lately</b> اخیرا
<b>especially</b> مخصوصا، به ویژه	<b>worried</b> نگران
<b>stressed</b> پر استرس	<b>Sleeping pills</b> قرص های خواب

- تازگی ها واقعا مشکل خواب داشته ام.  
 - این خیلی بده.  
 - آره، میرم به رختواب، اما اغلب خوابم نمیبره. تا حالا این مشکل را داشتی؟  
 - آره، بعضی وقتها منم دارم. مخصوصا اگه احساس نگرانی یا اضطراب کنم.  
 - خب، براش (برای حل آن) چیکار میکنی؟ قرص خواب میخوری؟  
 - من از ایده قرص های خوب خوشم نیامد، بنابراین معمولا بلند میشم و تلویزیون تماشا میکنم یا مطالعه میکنم تا خسته بشم. بعد به رختخواب برمیگردم. چرا امتحانش نمیکنی؟  
 - آره، این کار را میکنم.

➤ What phrase completes each statement? choose what the friend suggests for each problem.

- A: I've been feeling very tired lately, like I have no energy.  
B: Really? I used to have that problem.  
A: Oh yeah? Do you think I should see a doctor?  
B: It may not be anything serious. Have you tried taking vitamins?  
A: No, I haven't.  
B: Taking vitamins always helps me when I'm tired.

Lately, she doesn't \_\_\_\_\_.

- a. take any vitamins
- b. feel tired
- c. have any energy

the friend suggests .....

- a. get more sleep
- b. see the doctor
- c. take vitamins



feel

احساس کردم

I used to ...

قبلا ... کاری که در گذشته انجام میشده

serious

جدی

take vitamins

خوردن ویتامین

- اخیرا خیلی احساس خستگی میکنم، انگار هیچ انرژی ندارم.

- واقعا؟ من قبلا این مشکل را داشتم.

- اوه، واقعا؟ فکر میکنی باید برم دکتر؟

- احتمالا چیز مهمی (جدی) نیست. تا حالا خوردن ویتامین ها را امتحان کردی؟

- نه، اینکارو نکردم.

- خوردن ویتامین همیشه وقتی خسته ام، بهم کمک میکنه.

➤ What phrase completes each statement? choose what the friend suggests for each problem.

- A: I've been getting really bad backaches.  
B: Is that right?  
A: Yeah. Sometimes the pain is so bad I can hardly move.  
B: Do you spend a lot of time in front of the computer?  
A: Yes, I do.  
B: That's probably causing it. I used to get that problem, too.  
A: So did you stop using the computer?  
B: No, I didn't need to. But I changed the way I sat, and that made a difference. Here. Let me show you.

- (تازگی ها) کمردردهای واقعا بدی گرفته ام.

- راست میگی؟

- آره. بعضی وقتها دردش اینقدر بد که به سختی میتونم تکون بخورم.

- زمان زیادی را جلوی کامپیوتر میگذرونی؟

- بله، همینطوره.

- احتمالا دلیلش همینه. منم قبلا این مشکل را داشتم.

- پس استفاده کردن از کامپیوتر را کنار گذاشتی؟

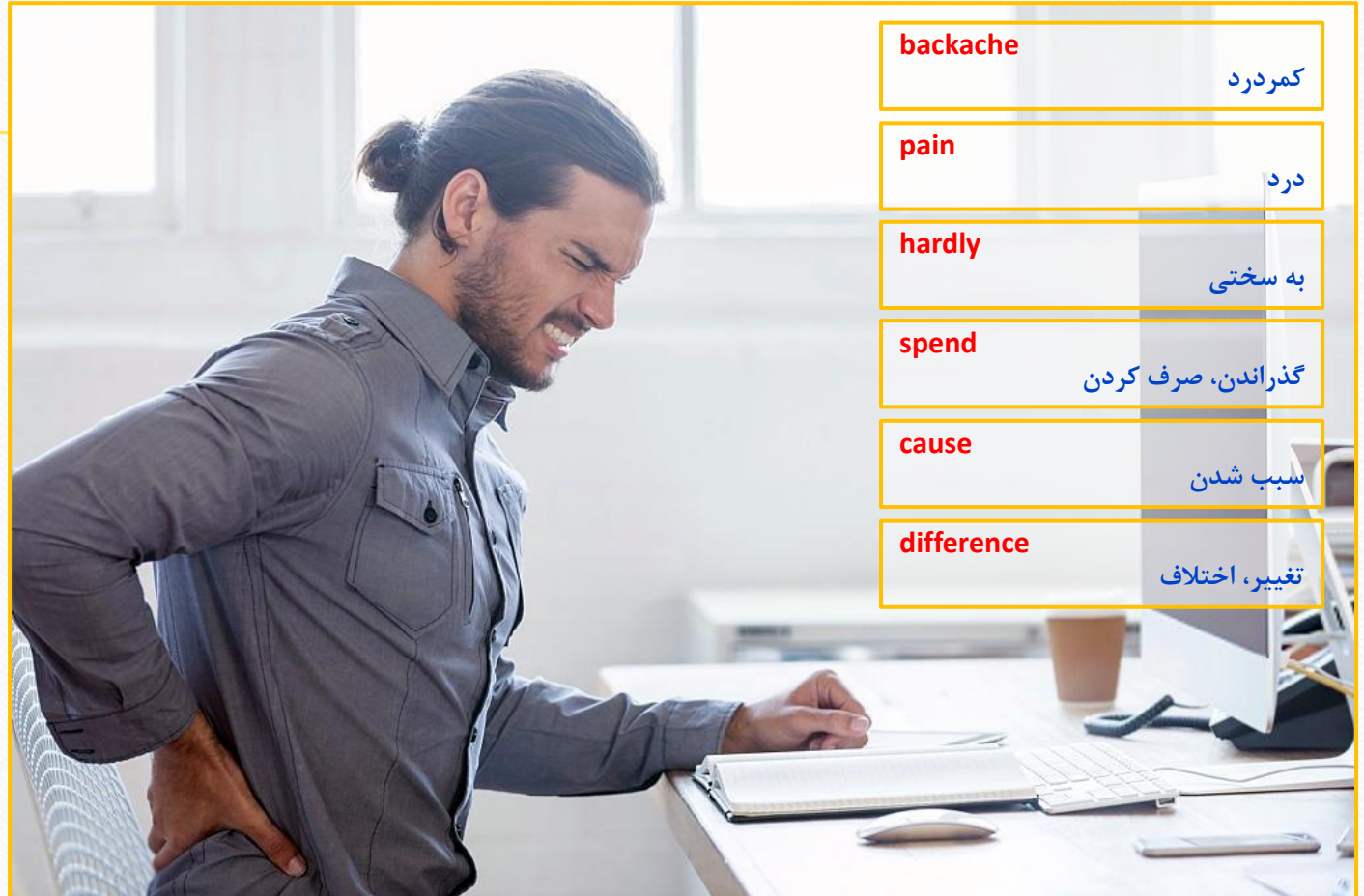
- نه، لازم (به اینکار) نبود. اما روشی که مینشستم را عوض کردم، و این یک تحولی (تغییری) ایجاد کرد. حالا اجازه بده بهت نشون بدم.

He gets very bad \_\_\_\_\_.

- a. backaches
- b. headaches
- c. pains in her eyes

the friend suggests .....

- a. buy a new computer
- b. sit in a different way
- c. stop using the computer



backache کمردرد

pain درد

hardly به سختی

spend گذراندن، صرف کردن

cause سبب شدن

difference تغییر، اختلاف

➤ What phrase completes each statement? choose what the friend suggests for each problem.

مکالمات روزمره دو به دو

- A: I'm getting a lot of colds this year.  
B: Really?  
A: Yeah! About once a month.  
B: That's too bad.  
A: I've been taking vitamin C, but it doesn't help.  
B: Well, maybe you should go to the doctor.  
A: Maybe you're right. Can you recommend a good one?

She's getting a lot of \_\_\_\_\_ this year.

- a. toothaches  
b. stomachaches  
c. colds

the friend suggests .....

- a. take vitamin C  
b. go to the doctor  
c. get more exercise



cold

سرما خوردگی

Once a month

یک بار در ماه

You're right

حق با شماست

recommend

توصیه کردن

- امسال دارم خیلی سرما میخورم.

- واقعا؟

- آره! حدودا یک بار در ماه.

- این خیلی بده.

- دارم ویتامین C هم می خورم، اما کمکی نمیکند.

- خب، شاید باید (بهنتره) بری دکتر.

- شاید حق با تو باشه. میتونی یک خوبش را بهم

- معرفی کنی؟

دو  
دو

مکالمات روزمره انگلیسی

سطح مقدماتی



# ➤ Health

## بخش دوم: تمرین مکالمه



- در این بخش سعی نمایید جملاتی که به صورت فارسی ارائه شده، به زبان انگلیسی بیان کنید.
- ابتدا جملات فارسی در اختیار زبان آموز قرار می گیرد. سپس زبان آموز، سعی در بیان معادل انگلیسی آن نموده و در نهایت پاسخ خود را با نمونه ارائه شده مقایسه خواهد نمود.
- این روش سبب خواهد شد تا ذهن زبان آموز با ساخت جمله عادت نموده و برای مکالمه سرعت و اعتماد به نفس بیشتری داشته باشد.
- سعی کنید، در پایان درس، پس از مطالعه و یادگیری، هر یک از مکالمات این مجموعه را به صورت دو به دو تمرین کنید تا به تمامی مکالمات تسلط یابید.

What happened to your foot, John?

برای پایت چه اتفاقی افتاده، جان؟

I hurt it when I was playing soccer.

وقتی داشتم فوتبال بازی میکردم، آسیب دید.

Can you walk on it?

میتونی روی اون راه بری؟





عینکم را نزده بودم، و بعد خوردم به یک در.

I didn't have my glasses on so I walked into a door.



I fell down playing basketball.

موقع بازی بسکتبال زمین خوردم.

Is it broken?

اون شکسته؟



افتادم و روی میچ دستم زمین خوردم.

I fell and landed on my wrist.



How's your back?

کمرت چطورہ؟

Why don't you lie down and rest?

چرا دراز نمیشکی و استراحت نمیکنی؟



What happened to your ear?

چه اتفاقی برای گوشتِ افتاده؟



Sorry, I can't hear you.

متأسفم، نمیتونم صداتو بشنوم.

فکر کنم از یک نفر توی هواپیما آنفولانزا گرفتم. I think I caught the flu from someone on the plane.

برای اون تا حالا قرص هم خورده ام، اما هنوز احساس مریضی میکنم.

I've been taking pills for it, but I still feel sick.



I think there was something wrong with the fish because my stomach really started hurting.

فکر میکنم ماهیش یک مشکلی داشت چون دلم خیلی شروع به درد گرفتن کرد.



It's much better now.

الان خیلی بهتره.

داشتم هفته پیش توی باغ کار میکردم و پایم را بریدم.

I was working in the garden last week and I cut my leg.

نسبتا بریدگی عمیقی بود، بنابراین مجبور شدم برم دکتر.

It was a pretty deep cut, so I had to go to the doctor.

She put some stitches in it.

اون چندتا بخیه بهش زد.





I've really been having trouble sleeping lately.

تازگی ها واقعا مشکل خواب داشته ام.

Do you ever have that problem?

تا حالا این مشکل را داشتی؟

براش (برای حل آن) چیکار میکنی؟ قرص خواب میخوری؟

what do you do for it? Do you take sleeping pills?



I've been feeling very tired lately.

اخيرا خيلي احساس خستگي ميکنم.

Do you think I should see a doctor?

فکر ميکنی بايد برم دکتر؟



**I've been getting really bad backaches.**

**(تازگی ها) کمردردهای واقعا بدی گرفته ام.**



**بعضی وقتها دردش اینقدر بد که به سختی میتونم تکون بخورم.**

**Sometimes the pain is so bad I can hardly move.**

Do you spend a lot of time in front of the computer?

وقت زیادی را جلوی کامپیوتر میگذرونی؟

That's probably causing it.

احتمالا دلیلش همینه.

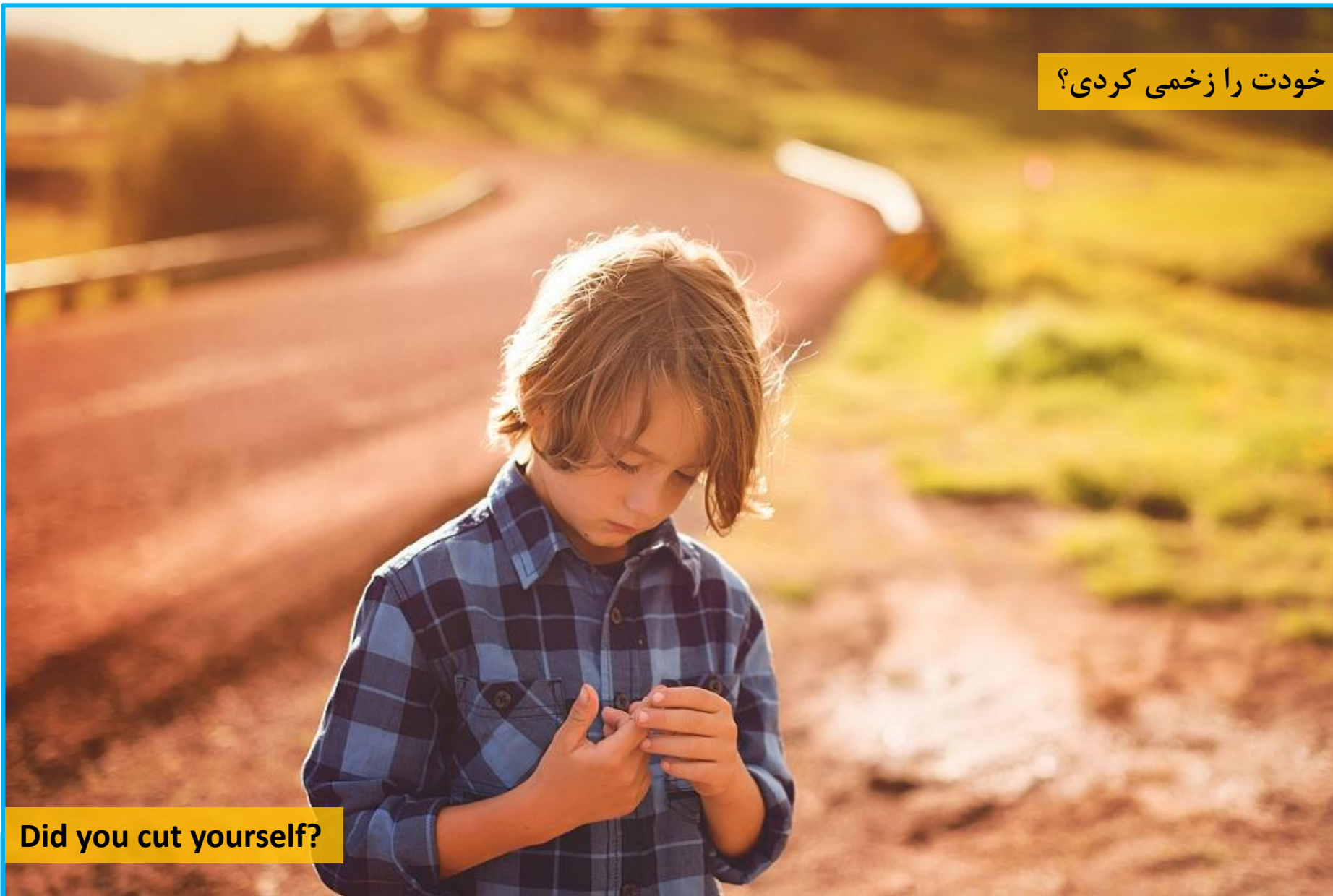
اما روشی که مینشستم را عوض کردم، و این یک تحولی (تغییری) ایجاد کرد.

But I changed the way I sat, and that made a difference.



خودت را زخمی کردی؟

Did you cut yourself?



دستت چطور شکست؟ (چطور دستت را شکوندی؟)

How did you break your arm?



Why did you go to the doctor?

چرا رفتی دکتر؟



My leg really hurt, so I got x-rays.

پایم واقعا درد می کرد، بنابراین عکس رادیولوژی گرفتم.

Did you break your leg?

پایت شکسته؟ (پاهات را شکوندی؟)

It's just a sprain.

فقط یک پیچ خوردگی (رگ به رگ شدگی) است.





اما نمیتونم (قادر نخواهم بود) برای باقی فصل فوتبال بازی کنم.



**But I won't be able to play soccer for the rest of the season.**

# ➤ Health

24

Two  
By  
Two

پایان درس بیت و چهارم