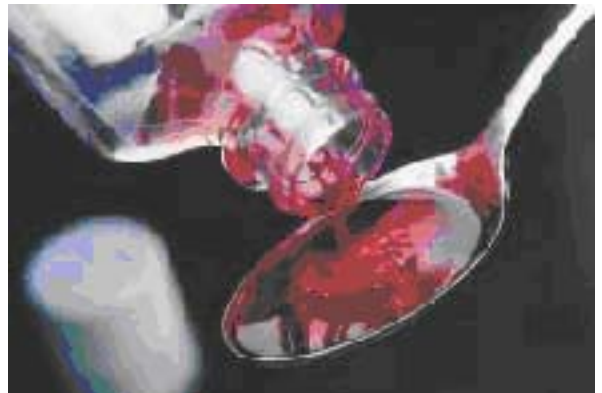


Russian SOLT I Module 5 Lesson 5
Student Manual



Disease and Medicine

At the end of this lesson you will be able to obtain and provide information about diseases and medicine. In order to reach this objective, you will study and practice the vocabulary and grammar needed to:

Get Medicine at the Pharmacy

- Ask and answer questions in dealing with a pharmacist
- Discuss the pharmacy service in Russia
- Request different types of medication prior to deployment

Discuss Childhood Diseases

- Discuss the common diseases of the target region
- Discuss prevention of common diseases
- Ask and answer questions about childhood diseases
- Discuss different types of inoculations

I. Introduction

1. Get Medicine at the Pharmacy



Tip of the day: In a Russian pharmacy you will find yourself in a very friendly environment. The pharmacist or attendant will give you all the necessary information you need. Plus, if you need an over-the-counter medication for a heart condition for instance, they will tell what is available and how to use it. This will save you a visit to your doctor.

Scenario:

Read the following scenario and answer in Russian the questions that follow in exercise 1. Then, compare your answers with the rest of the class.

At the pharmacy



Mr. Shishkin went to get some medication for his cough at the pharmacy. Mrs. Olga Chernov is the pharmacist who attends him.

- Г-н Шишкин:** – Добрый день.
Г-жа Чернов: – Чем вам помочь?
Г-н Шишкин: – Мне нужно что-нибудь от кашля. Кодеин у вас есть?
Г-жа Чернов: – Кодеин только по рецепту. Без рецепта есть микстура от кашля.
Г-н Шишкин: – Хорошо. А как её принимать?
Г-жа Чернов: – По одной столовой ложке три раза в день до еды.
Г-н Шишкин: – А как долго нужно это принимать?
Г-жа Чернов: – Обычно две недели. Если лекарство не поможет, то вам обязательно нужно сходить к доктору.
Г-н Шишкин: – Большое спасибо.
Г-жа Чернов: – До свидания!

Exercise 1

1. What did Mr. Shishkin need?

2. What did Mrs. Chernov recommend Mr. Shishkin? Why?

3. How many times a day should he take the medicine? For how long?

4. What did Mrs. Chernov recommend Mr. Shishkin to do after two weeks if there wasn't any improvement in his condition?

5. Why would it be necessary for Mr. Shishkin to go to the doctor if there was no improvement?

6. In which cases may the pharmacist prescribe a medicine in the USA? Share any experience you may have with the class.

Exercise 2 (Pair Work)

Imagine yourself at a pharmacy. You and your partner play the roles of a pharmacist and a customer. Make up dialogues according to the model and patterns below. Present one of your dialogues to the class.

Model:**В аптеке**

Type of medication		Condition
лекарство, таблетки, средство, мазь микстура капли мазь	от	кашля, ревматизма, головной боли, температуры, ожогов, укусов насекомых, ожирения, бессонницы, малокровия и т.п. кашля насморка зуда, насекомых, ожогов, грибка

What to do	How much	How often
принимать/принимайте принимать/принимайте пить/пейте ставить/ставьте ставить/ставьте втирать/втирайте закапывать/закапать	по две таблетки по одному порошку по одной чайной/столовой ложке по два горчичника на грудь и на спину банки на спину мазь в области суставов по 1-2 (одной-две) капли в оба глаза	три раза в день перед едой / после еды утром и вечером на ночь каждый день на ночь через день два раза в день 1-2 (один-два) раза в день

How to apply	Where	With what
натирать/натирайте растирать/растирайте помазать/помажьте	кожу ушиб сыпь, больное место	мазью, кремом, спиртом мазью, кремом мазью

Exercise 3 (Pair Work)

Role-play in discussing on how to prevent a certain medical condition by using the name of the disease and how to treat it. You may use information from the tables above. Present your situation to the rest of the class.

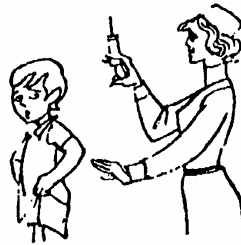


Tip of the day: In Russia all children are inoculated.

2. Discuss Childhood Diseases

Exercise 4 (Pair Work)

Укол



At the doctor's office Ivan is telling the nurse how he feels about the injection. Imagine that you are the nurse, and in a calm way answer to each of Ivan's comments. Discuss with your partner what would be the best response to his comments. Feel free to add any other child like reaction or comment. Be prepared to role-play the situation for the rest of the class.

A. – Мне сейчас сделают укол!

Your response: _____.

B. – Мне будет очень больно!

Your response: _____.

C. – Ой! Я так боюсь!

Your response: _____.

Exercise 5 (Pair Work)

Read the questions and answering patterns below. You and your partner figure out what are the best answers to questions 5-8 below. Discuss your answers with the rest of the class.

1) Какие прививки делают детям в России?

прививка	против <i>or</i> от	полиомиелита, кори, коклюша, дифтерита, ветрянки, туберкулёза
----------	---------------------	---

2) Какие прививки делают тем, кто едет в страны тропического пояса Африки, Азии, Латинской Америки?

прививка	против <i>or</i> от	оспы, желтой лихорадки, тифа, холеры, чумы, проказы, малярии
----------	---------------------	--

3) Какие прививки делают тем, кто получил травму?

прививка	против <i>or</i> от	столбняка, заражения крови, бешенства
----------	---------------------	---------------------------------------

4) Против каких болезней нет прививок?

прививок	нет против	
----------	------------	--

5) Вам делали прививки в детстве?

_____.

6) Какие прививки тебе делали в детстве?

_____.

7) Какие прививки делали вашим детям?

_____.

8) Какие прививки вам/тебе делали в армии?

_____.

Exercise 6 (Pair Work)

Read the following dialogue and imagine that you are leaving for Tajikistan. One of you will play the role of pharmacist and the other a deploying soldier who is requesting different types of medication for his trip. Then, the whole class will discuss the need for each one of the requested medications.

Сержант: Здравствуйте, Я сержант Джонсон и это мой колег сержант Кинг. Мы – санитары. Нам нужны медикаменты. Вот список!

Прапорщик: Здравствуйте сержант, хорошо, минуточку, так...вы хотите:

Список медикаментов:

1. Анальгин 0,5 N10, (1 уп.)
2. Аспирин (1 уп.)
3. Раствор сульфацилла натрия (1 фл.)
4. Аммиака раствор (нашатырный спирт) (1 фл.)
5. Уголь активированный в табл. N10 (1 шт.)
6. Корвалол (1 фл.)
7. Имодиум (Лоперамид) (10 уп.)

Прапорщик: Да, у нас есть всё. Теперь, пожалуйста подпишитесь вот здесь.

Сержант: Спасибо большое.

Прапорщик: Пожалуйста!

Exercise 7 (Pair Work)

The text below is about medicine for diarrhea. Read the text and answer the questions that follow. You may ask your instructor, if you need any help. Discuss the answers with the other pairs.

Имодиум (Лоперамид) – одно из самых надёжных средств против поноса, должен быть взят как минимум в количестве 10 капсул. Обязательно прочитайте рекомендации по применению этого препарата в инструкции. Не обходимо принимать только одну капсулу при поносе. Если не помогает, и понос продолжается – принимайте вторую капсулу и так далее.

1. Imodium is used for _____.
2. What is the minimum quantity of capsules one should take? _____.
3. If one capsule does not help, then one should take _____.
4. What is the most common medicine for diarrhea in the USA? _____.
5. How do you take it? _____.

Exercise 8 (Pair Work)

Role-play with your partner and talk about one's own health history and preventive inoculation concerning a certain disease. Present your situation for the other pairs.

Exercise 9 (Pair Work)

You are complaining about a persistent pain and your partner recommends that you see a doctor. Present your dialogue to the class.

Exercise 10 (Pair Work)

Scan the use and dosage instructions below and underline the area that tells the user in which form the medication comes (tablets, capsules, gel, for example). Also underline the area that indicates dosage. Check your answers with the rest of the class.

=====
 минмедбиопром
 КИЕВСКИЙ
 ХИМФАРЗАВОД
 ИМ. М. В. ЛОМОНОСОВА
 ●●●
 20 мл
ВАЛОКАРДИН
 Состав:
 Фенобарбитал 2,00 г
 Этилбромизовалерианат 2,00 г
 Мятное масло 0,14 г
 Хмелевое масло 0,02 г
 в 100,00 г
 Принимать при болях в сердце
 Три раза в день по 15-20
 капель

био крем
 вечер
 для ухода
 за кожей век
 и лица
Свобода
 Москва
 Содержит натуральный
 экстракт петрушки и
 витамины. Обладает нежной
 консистенцией, придает коже
 эластичность и упругость.
 ○○○○
 Крем накладывается один раз
 в день, перед сном
 цена 68 коп.
 ОСТ 18-21-81

Состав:
 дибазола 0,03 г.
 папаверина
 гидрохлорида 0,03 г.
 хранить в сухом темном
 месте, применять по
 назначению врача.
 Р 71 528 9 цена 10 к
 минмедбиопром
 таллинский хфз
 Табulettae "PAPAZOLUM"
.ПАПАЗОЛ`

2. Grammar Notes

The Verbal Adjectives - The Present Active Participle

In **Lesson 4**, you became familiar with the past passive participles in the context of injuries, accidents and emergencies. In this lesson, you will encounter several instances of the present active participles in the context of instructions and descriptions of illnesses. In all the examples given below, the English equivalent has the **-ing** form. As you will see in the Grammar Exercises below, the English equivalents will vary sometimes.

Examples in context:

The Present Active Participle	The verb
A. Рану необходимо промыть дезинфицирующим раствором. <i>It is necessary to cleanse the wound with a disinfecting solution.</i>	дезинфицировать
В. Надо наложить фиксирующую повязку. <i>It is necessary to place a binding bandage.</i>	фиксировать
С. Кофе можно давать страдающим от мигрени. <i>Coffee may be given also to those suffering from migraine.</i>	страдать
Д. Лежащий на кровати больной мерил температуру. <i>A patient lying in bed was taking his temperature.</i>	лежать

Formation of the Present Active Participle

The present active participle may be formed only from the imperfective verbs. The rule is simple.

Step 1: Take a verb in the present tense in the third person plural and remove the final **т**

Step 2: Add the **-щ** and the adjectival endings: **-ий -ая -ее -ие**

Examples:

страдают	страдаю <u>щий</u> <i>suffering</i>
дезинфицируют	дезинфицирую <u>щий</u> <i>disinfecting</i>
читают	читаю <u>щий</u> <i>reading</i>
лежат	лежа <u>щий</u> <i>lying (down)</i>

Grammar Exercises

Exercise 1

Read a short story below. Then, underline the present active participle and write down the corresponding infinitive of the verb. Share your answers with your instructor.

Пожар в метро

Вчера в метро я видел пожар. Как это случилось? А вот так. Я вошёл в вагон. Сел. Пассажир, который сидел рядом, читал газету. Около него сидел молодой парень. Парень закурил сигарету. Читающий пассажир сказал курящему парню перестать курить. Они громко разговаривали, махали руками и вдруг газета начала гореть. Горящая газета упала на сиденье. От неё начало гореть пальто курящего пассажира. Так ему и надо. Но, другим зачем страдать? Что дальше?
You can finish the story together with your instructor if you wish.

Exercise 2

What does the sign below mean? Give an English equivalent.

Для некурящих

Exercise 3

Read the following statement about medications.

- A. Find the two participles. Underline the present active participle and double-underline the past passive.
- B. Render the statement in English for your colleague who does not understand the Russian language.

Пострадавшему дают 1-2 таблетки обезболивающего средства.

бешенство	rabies
брюшной тиф	typhoid
ветрянка	chicken pox
горчичник	mustard plaster
грибок	fungus
дифтерит	diphtheria
жёлтая лихорадка	yellow fever
заражение крови	blood poisoning, toxemia
инъекция	injection
капля	drop
коклюш	whooping-cough
корь	measles
ложка	spoon
малокровие	anemia
малярия	malaria
на ночь	at bedtime
насекомое	insect
область	area
ожирение	obesity
оспа	small pox
полиомиелит	poliomyelitis
порошок	powder
проказа	leprosy
ревматизм	rheumatism
рецепт	prescription
свинка	mumps
столбняк	tetanus
сустав	joint
сыпь	rash
тиф	typhus
туберкулёз	tuberculosis
укол	prick, injection, shot
ушиб	injury, bruise, contusion
холера	cholera
через день	every other day
чума	plague

Verbs (imperfective – perfective)

втирать / втереть	to rub in
закапывать / закапать	to put drops in
капать / закапать	to put drops in
натирать / натереть	to rub
принимать / принять	to take
растирать / растереть	to rub by spreading

Supplemental Vocabulary

банки	medical cups
без рецепта	over-the-counter
ветряная оспа	chicken pox
грибок на ногах	athlete's foot
по рецепту	by prescription
столовая ложка	table spoon
чайная ложка	tea spoon

Read the article about medical cups below and then do Exercise 1.

Банки



Банки – *medical cups* is a very popular traditional Russian remedy borrowed from the Chinese long ago. It is inexpensive, available in every pharmacy over the counter and **ставить банки** – *to apply the cups* is very often prescribed by doctors as a very affective remedy for cold, the flu, cough, pneumonia, etc.

Необходимые материалы – *materials needed*: In order to **ставить банки** you need to have **банки** (made of thick glass with rounded brims), **спирт, спички, вата, крем/лосьон, факел** – *small torch*.

Процедура – *procedure*: **Банки** are normally put on the patient's back but never below the rib cage on the kidneys area. Before applying the cups you need to spread some lotion over the area to make the skin softer.

Also, you need to wipe the brims with alcohol. Then you soak the torch in the alcohol, and light it with a match. Then you take a cup, hold it close to the patient's skin, then burn the air inside the cup and quickly apply the neck of the cup to the skin.

Действие – *action*: Burning the air creates a vacuum inside the cup and once applied the cup sucks the skin inside. By this means the blood is sucked up to the skin surface (sometimes it may even come through the surface causing minor bleeding which is OK). The concept of the treatment is to purify the blood by extracting the malignant particles from it. The black bruises created on the skin surface hold the bad blood and keep it from returning to the blood stream.

Лечение – *treatment*: The procedure is normally repeated every other day for several days. After the treatment the patient must not go outside or take a bath or shower. The patient must stay inside away from open windows or, still better, just go to bed. You can put as many cups on as the person's back can accommodate. The cups are held for 15 to 30 minutes depending on how the patient can stand the mild pain. The cups are taken off by simultaneously depressing the skin and slowly lifting the cup at the same point to let the air in. After all the cups are removed more lotion is spread over the skin surface and the patient is dressed or covered with a blanket immediately afterwards and should not be exposed to cold. After the last treatment the bruises will gradually fade out with a week or so during which time the patient should stay warm.

Exercise 1 (Pair Work)

Discuss with your partner if you would try a medical cup treatment yourself. If not, explain in Russian for what reasons. Then, present your conclusions to the rest of the class.



Tip of the day: The word **банка** has other meanings: *a jar, a can; a sand-bank*. The form **банки** is the plural form for both **банка** and **банк**.

Exercise 2 (Pair Work)

Why are the medical cups treatment prescribed by doctors?

Exercise 3

What do you need to apply the medical cups?

Exercise 4 (Pair Work)

Discuss with your partner whether there is such a treatment with medical cups here in the USA. Then, the whole class will discuss the cultural notes.

Activity 1 (Pair Work)

Match a condition to the medication and create a short dialogue with the condition and the treatment. Then, role-play the situations for the rest of the class.

Model:

- Извините, у вас есть что-нибудь от ...
- Да, пожалуйста, вот, примите ... /выпейте / поставьте / наложите / вотрите ...

Condition:

1. Головная боль -
2. Боли в желудке -
3. Кашель -
4. Боли в спине -
5. Солнечный ожог -
6. Боль в ушах -
7. Боли в левой ноге -
8. Грибок на ногах -

Medication:

- A. Втирать мазь каждое утро после душа
- B. Накладывать гель несколько раз в день
- C. Одну таблетку вечером, перед сном
- D. Микстуру по одной столовой ложке, 4 раза в день
- E. Одну таблетку, 2 раза в день с водой
- F. 2 капсулы, утром и вечером, перед едой
- G. 10 капель, два раза в день, перед едой
- H. Накладывать крем по утрам и вечерам

Activity 2

Read the label and instructions for a popular Russian medication and make an appropriate selection from the choices on the right. If you are familiar with the disease, share all the information you have with your peers.

УТВЕРЖДЕНА
Фармакологическим комитетом
Ученого совета
Министерства здравоохранения
7 декабря 1961 года

ИНСТРУКЦИЯ

по применению мази „Цинкундан“
„Цинкундан“ – мазь, в состав которой входят:

1. Ундециленовая кислота – 10%
2. Цинковая соль ундециленовой кислоты – 10%
3. Анилид салициловой кислоты – 10%
4. Нежирная мазевая основа – 70%

препарат обладает противогрибковым действием и рекомендуется для лечения грибков на коже (различные формы эпидер-мофитии, дрожжевые дерматозы).

Способы применения и дозы

Мазь втирают в пораженные участки кожи 2 раза в день (утром и вечером) в течение 10-20 дней. Длительность лечения определяется сроком исчезновения патогенных грибков и зависит от клинической формы заболевания.

Форма выпуска и хранения

Выпускается в виде мази и хранится в прохладном месте, в хорошо закупоренных банках.

1. This medication may help if one gets
 - a. athlete's foot
 - b. a cut
 - c. a blister

2. The ointment should be applied
 - a. in the morning
 - b. twice a day
 - c. for one month

3. The medication should be kept in
 - a. a jar
 - b. the bathroom
 - c. the refrigerator

Activity 3 (Pair Work)

There are a number of inoculations that a child must have before reaching a certain age. Discuss with your partner if your child has had inoculations against the following diseases: poliomyelitis, tuberculosis, chicken pox, diphtheria. Be very explicit with the information such as the age of the child when inoculated and how many times.

Activity 4

According to the model make up dialogues using the words and expressions listed below. Feel free to create your own dialogues related to the examples.

Model:

- Ушиб, мазь, 3 раза в день.
- Здравствуйте, мне нужна какая-нибудь мазь от ушиба.
- Вот, пожалуйста, втирайте её в больное место 3 раза в день.

1. Насморк, капли, каждые 2-3 часа.
2. Кашель, микстура, по столовой ложке утром и вечером.
3. Головная боль, таблетки, по одной.
4. Средство, бессонница, на ночь.
5. Средство, ожог, 3-4 раза в день.

Activity 5 (Pair Work)

You are at the doctor's office. You are suffering from respiratory problems and feel feverish. Role-play the following situation where you are seeking medical care.

A (patient)

1. When the doctor asks you, tell him/her that you have chest pains and a cough.
2. When asked, admit to smoking a pack of cigarettes per day.
3. Be prepared to tell the doctor which three childhood diseases you had, not counting asthma.
4. You are unable to say for sure whether you have a fever or not.
5. If your blood pressure is to be taken, find out if left or right arm.
6. Cooperate with any test the doctor suggests.
7. Make sure you understand the diagnosis.
8. Find out if the doctor is putting you on a sick leave.
9. If the doctor doesn't volunteer, ask him how long your treatment is going to be.
10. Be open to any recommendation for healthy living.

B (doctor)

1. Greet the patient and ask him/her what's wrong.
2. Find out if he/she smokes, and if he does, how much.
3. Ask your patient which childhood diseases he has had. Also check for asthma.
4. Ask the patient if he/she has a fever.
5. Tell the patient that you are now going to take his temperature, pulse, and blood pressure.
6. Tell him about the x-ray and blood tests you have to do.
7. Present him with your diagnosis of pneumonia.

Activity 5 (Pair Work) (continued)

8. If your patient expresses concern, assure him that you will put him on sick leave.
9. Explain that you will treat his pneumonia with medication. If your patient insists on knowing, tell him that it will take four to six weeks.
10. Finally, convince him of the dangers of smoking.

Activity 6 (Pair Work)

Read the text and answer the questions that follow. Then, the whole class will discuss the article in Russian.

Всё искусственное хуже, чем натуральное?

Многие считают, что "синтетические" витамины менее эффективны по сравнению с "натуральными", потому что природные вещества лучше усваиваются и обладают особой энергией и активностью, пишет журнал "Семейный доктор". Однако химики давным-давно доказали, что вещества с одной химической структурой, полученные разными путями, обладают абсолютно одинаковыми свойствами и активностью.

Все витамины, выпускаемые промышленностью, как правило, полностью идентичны природным. Тем более, что многие из них как раз и получают из природного сырья. Например, витамин РР выделяют из черноплодной рябины и кожуры цитрусовых, аскорбиновую кислоту синтезируют из природного сахара - глюкозы, а витамины В12 и В2 получают также, как это происходит в природе. Говорить о том, что синтетические витамины хуже усваиваются, не приходится. В некоторых случаях дело обстоит как раз наоборот. Так, фолиевая кислота, которая есть в пищевых продуктах, усваивается в 2 раза хуже, чем её "синтетический" аналог препарат. Так же обстоят дела и с витамином РР, который в связанной форме присутствует в кукурузе, но никак не используется организмом.

1. What is the main topic of the text?
2. Are the artificially produced vitamins identical to the natural ones?
3. How is ascorbic acid produced?
4. What is the difference between the "natural" and synthetic folic acid?

Activity 1

Read the list below and mark the diseases that you have had. Then, prepare a short description of the medicine that was taken to cure it. Be prepared to answer, in detail, questions from your classmates.

Чем вы болели в детстве?

Свинка

Коклюш

Корь

Ветряная оспа (ветрянка)

Example:

У меня была ветрянка (ветряная оспа), коклюш, корь.

Я болел ветрянкой (ветряной оспой), коклюшем, корью.

У меня не было никаких детских заболеваний.

В детстве я никогда не болел.

В детстве у меня был(а) _____ и _____.

В детстве я болел _____ и _____.

Note: Please pay attention to the endings. Keep in mind that the verb **болеть** requires the Instrumental Case.

Activity 2 (Pair Work)

Read the following message. You and your counterpart are going to the Caucasus area. Which of the vaccinations do you think you need? Explain.

Перед отъездом в тропические страны необходимо сделать прививки от:

Оспы, бубонной чумы, холеры, жёлтой лихорадки, брюшного тифа.

Прививки делают в полевом госпитале или на батальонном медицинском пункте.

Activity 3 (Class Work)

Read the list of infectious diseases. Then, listen to your instructor reading an article and mark the diseases mentioned with a check mark. The whole class will discuss the characteristics of each one of the identified diseases.

cholera
bubonic plague
meningitis
tetanus
malaria
yellow fever
viral hepatitis
typhoid

Transcript

Выезжая в страны, неблагополучные по малярии, вам необходимо получить рекомендации у своего врача о профилактических лекарственных препаратах и способах их применения. В связи с регистрацией в зарубежных странах таких инфекционных заболеваний, как брюшной тиф, столбняк, вирусные гепатиты, менингококковая инфекция, вы можете сделать профилактические прививки против указанных инфекций по своему желанию в коммерческих медицинских Центрах или в Центральном прививочном пункте г. Москвы.

Activity 4

Listen again to the instructor reading the transcript in **Activity 3** and find out where in Moscow you can be vaccinated against the diseases mentioned above. You may have to listen more than one time.

Activity 5

A. Your next mission will take you to Europe. As you are checking your supplies in your first aid kit, your Russian counterpart gives you this passage below to read. What is the topic of the passage? Choose the most appropriate response. Compare your answers with those of your peers.

Activity 5 (continued)

Шведы настроены весьма серьезно. С начала этого года на севере Европы ртутные термометры объявлены вне закона. Их нельзя производить, импортировать и продавать. Теперь шведы для измерения температуры используют цифровые измерительные устройства. Таким образом правительство стремится уменьшить количество токсических веществ в стране.

According to the passage:

A. Someone was severely poisoned by a toxic substance.	
B. Swedes are using digital devices to measure temperature.	
C. Mercury thermometers are very common in Northern Europe.	

B. What did you learn from the article about the medical devices? Does it apply to your supplies? Share your findings with your classmates.

Activity 6

Read the article about a devastating illness below. What disease are they talking about?

A. the bubonic plague	
B. cancer	
C. AIDS	
D. tuberculosis	

Из истории открытия СПИДа

В 1981 году американский врач Майкл Готтлиб получил данные о пяти пациентах с пневмоцистной пневмонией, сопровождавшейся ярко выраженным поражением иммунной системы. Все пятеро были мужчины-гомосексуалисты и наркоманы. Наблюдая этих пациентов, Готтлиб ввел термин «синдром приобретённого иммунодефицита – СПИД». Термин «СПИД» стали широко применять при описании течения таких давно известных болезней, как рак, туберкулез или чума. Но для того чтобы объяснить эпидемию СПИДа, требовалось найти возбудитель, так называемый патогенный агент. Центр поручил доктору Роберту Галло выделить вирус иммунодефицита человека. И в 1984 году он объявляет, что нашел «вероятную» причину СПИДа -- то, что нам известно как ВИЧ.

Activity 10

The following article is an interview with Professor Svirsky.

- A. Provide an English equivalent for the title of the article.
- B. Make a list of things that you need to change to improve your life.
- C. Express your opinion about the article.
- D. The whole class will discuss the paragraph.

Examples on how to express your opinion:

Я не согласен. Я ложусь спать поздно и чувствую себя хорошо. У меня другой биоритм.

Биоритмы и Режим Дня

Профессор Свирский, мы всё много слышим о биоритмах. Не можете ли вы рассказать в популярной форме читателям нашей газеты о том, что такое биоритмы?

Способность живого организма «измерить» время впервые была обнаружена французским астрономом де Мераном около 250 лет назад. Дальнейшие опыты доказали, что, например, у растений существует суточная периодичность движения листьев. Активное изучение биоритмов началось во второй половине XX века.

А почему вы говорите «активное»?

Это было связано развитием авиации и космонавтики при изучении самочувствия, работоспособности, особенно при перемещении в другие часовые пояса.

Как наш организм реагирует на изменения режима дня?

Врачи считают, что многие болезни – результат нарушения режима труда и отдыха, особенно в больших городах. Люди живут неправильно, не принимая во внимание свой индивидуальный биологический ритм.

Вы мне можете назвать оптимальные часы работы, отдыха, сна и приёма пищи?

Когда лучше всего ложиться спать?

Биоритмы – это циклы пиков и спадов в физической, умственной и эмоциональной деятельности человека. С учётом этих циклов лучше всего ложиться спать в 9-10 вечера, до начала физиологического «спада». После этого засыпать труднее.

Какие часы суток наиболее продуктивны для работы?

Циклы работоспособности падают на 12-1 ночи и на 5-6 утра.

Activity 11

1. Read the article and the first paragraph. What is the topic of the article? Choose the correct response below. Compare your answers with those of your classmates.

Доктора тоже умирают

■ В возрасте 94 лет скончался знаменитый педиатр Бенджамин Спок. Прославился он своим “вольнодумным” трудом о методах американской педиатрии, вышедшим в далеком, 1946 году и называвшимся “Уход за детьми и новорожденными”. Вышедшим весьма своевременно, так как это был послевоенный период, когда в Америке рождаемость резко подскочила, что вошло в историю как “бэби-бум”. Многомиллионная армия “бэби-бумеров” нуждалась в родительском и медицинском уходе. И Бенджамин Спок щедро давал рекомендации, в основу которых легли не закостенелые догмы, а свободный выбор и “генетическая” интуиция родителей, то есть родительский инстинкт. “Доверяйте, в первую очередь, самим себе, советовал папам и мамам детский доктор. Вы знаете гораздо больше, чем вам кажется”.

Книга эта стала бестселлером и была переведена на 30 языков мира. Не все однако восприняли новаторские идеи Спока с восторгом. Его окрестили “отцом вседозволенности” и даже сделали его ответственным за целое поколение лоботрясов-хиппи.

1. A. It’s a memorial article about a famous doctor.
B. It’s a story of a child cured by a well-known pediatrician.
C. It’s the story about a doctor who invented a new type of vaccine for children.
2. Go through the text and find the title of the book by this doctor. Provide an English equivalent. Do you recognize the book?
3. Find the reference to the doctor’s philosophy.

Activity 1

The following description can be found inside the package of a medication. Read the text and then mark the following statements as true or false. Be prepared to discuss the description with your peers the next class day.

УТВЕРЖДЕНО
Фармакологическим Комитетом
Ученого Медицинского Совета Минздрава СССР
29 ноября 1988 года

ПРЕПАРАТ „ФиБС“
(для подкожных инъекций)

Препарат „ФиБС“, изготовленный стерильно по методу академика В.П. Филатова, доцента В. А. Бибера и старшего научного сотрудника В.В. Скородинской, содержит биологически активные вещества из лиманной грязи, а также коричную кислоту и кумарин.

Препарат „ФиБС“ применяется при различных глазных заболеваниях, при лечении хронических артритов и воспалительных заболеваниях женской половой сферы.

Препарат „ФиБС“ применяется в виде ежедневных подкожных инъекций по 1 мл (при болезненности инъекций – с предварительной инъекцией 0,5 мл 0,5% раствора новокаина).

На курс – 30-35 инъекций. Курсы лечения можно повторять после 2 – 3-месячного перерыва.

Препарат готовится под наблюдением Украинского экспериментального института глазных болезней и тканевой терапии имени академика В.П Филатова.

Тип. газетн. изд 5113–2 млн 2.88

1. The following medication can be used for pneumonia.
2. It is used for injections.
3. The medication should be injected daily.
4. 2-3 injections should be done daily.

Да	Нет
----	-----

Activity 2

This is an example of a Russian prescription. Read it and fill out the chart below. Be prepared to discuss your answer with other pairs the next class day.

МОСКОВСКИЙ
научно-исследовательский институт косметологии с
хозрасчетной поликлиникой


27/IV-93

Ю-лия Савельева Урина, 16 лет
Врач Китаенко З.И.

Рр. Spiritus roboranti 50,0
Sulfuris praecipitati 5,0
Spiritus camphorati 10,0
Glycerini 10,0
Ac. lactici 1,0
Aq. destill. 120,0

Резорцин

М.Д.Ф. Наружное, перед употреблением взбалтывать.
Протирать лицо три раза в день.

 *З.Китаенко*

1. Name of the patient: _____.
2. Age of the patient: _____.
3. How often to use: _____.
4. Doctor's last name: _____.

Activity 3

Listen to the dialogue on track 54 -1 and write what diseases the child has vaccinations against.

Activity 4

Read the text and fill out the chart below. Be prepared to discuss the article on the next class day.

От отравления грибами

От отравления грибами на Украине уже умерло 66 человек, включая 14 детей. Всего с начала года на Украине отравилось 412 человек (140 детей). Основной причиной отравлений стало ошибочное употребление в пищу ядовитых грибов вместо съедобных, таких как бледная поганка, разновидностей ядовитых шампиньонов и др., рассказывает газета "Метро". Подобных грибов на Украине - 80 видов.

1. The cause of poisoning - _____.
2. The number of children who died of poisoning - _____.
3. Country where the poisoning occurred - _____.

Activity 5

Listen to the dialogue on track 54-2 and write the answers to the following questions. Be prepared to create a similar dialogue with one of your classmates the next class day.

1. What diseases do the children of Russia have vaccinations for?

_____.

2. What are the vaccinations that are given to people who go to a tropical country?

_____.

3. What are the vaccinations that are given to people who receive a trauma?

_____.

Activity 1

Be prepared to discuss diseases and medicine given in a number of situations that you will create yourself.