

---

# СЛОВАРЬ

---

Этот словарь расположен в алфавитном порядке:  
А Б В Г Д Е Ж З И К Л М Н О П Р С Т У Ф Х Ц Ч Ш Щ Э Ю Я

Слова, отмеченные звездочкой, обычно не употребляются в этой книге, но часто употребляются врачами или их можно найти на упаковке информации о лекарствах.

Большинство названий болезней не включено в этот словарь. См. индекс (желтые страницы) и читайте об этой болезни в книге.

## А

**Алкоголизм** Постоянная потребность человека в неумеренном потреблении спиртных напитков таких, как пиво, водка, ром, вино и т.д.

**Аллергия**, аллергическая реакция Заболевание, такое как зудящая сыпь, крапивница, чиханье и иногда затрудненное дыхание или шок, которое поражает определенных людей, когда они вдыхают, съедают, делают инъекции, трогают специфические вещества.

**Амеба** Крошечные животные, которые живут в воде или в кишечнике и видны только в микроскоп. Они могут вызвать понос, дизентерию и абсцесс печени.

**Ампутация** Потеря части тела.

**Анальгетик** Лекарство для успокоения боли.

**Анемия** Болезнь, от которой кровь становится жидкой из-за недостатка красных кровяных шариков. Признаки включают в себя усталость, бледную кожу, недостаток энергии. См. также Злокачественная анемия.

**Антацид** Лекарство, которое употребляется для того, чтобы снизить повышенную кислотность в желудке и успокоить расстройство желудка.

**Антибиотик** Лекарство, которое борется с инфекцией, вызванной бактериями.

**Антибиотик узкого спектра** Лекарство, которое воздействует на ограниченное количество различных видов бактерий.

**Антибиотик широкого спектра** Лекарство, которое убивает многие виды микроорганизмов. Сравните с антибиотиком узкого спектра, который убивает только некоторые виды.

**Антигистамин** Лекарство, употребляемое для лечения аллергий, таких как сенная лихорадка и зуд. Тоже помогает остановить рвоту и вызывает сонливость.

**Антисептик** Мыло или дезинфицирующая жидкость, которые предупреждают рост бактерий.

**Антитоксин** Лекарство, которое нейтрализует яд или токсин. Очень часто производится из сыворотки крови лошади.

**Анус** Отверстие в конце кишки между ногами; задний проход.

**Аорта** Главная артерия или сосуд, по которому идет кровь от сердца по всему телу.

**Апоплексия** Устаревшее название удара. См. Удар.

**Аппендицит** Пальцеобразный отросток толстой кишки.

**Аптека** Магазин, который продает лекарства и наборы по уходу за здоровьем.

**Артерия** Сосуд, проводящий кровь от сердца через все тело. У артерии есть пульс. Вены, по которым кровь возвращается к сердцу, не имеют пульса.

**Аскариды** (глисты) Большие черви, которые живут в кишечнике у людей и вызывают дискомфорт, несварение, слабость и иногда закупорку кишечника.

## Б

**Бактерия** Крошечные микробы, которые можно увидеть только в микроскоп и которые вызывают различные инфекции и болезни.

**Банан плодовой** Разновидность банана с большим содержанием крахмала и волокон. Его часто готовят и едят незрелым.

**Банки** Домашнее средство, заключающееся в подтягивании крови к поверхности тела при использовании стакана или чашки с нагретым воздухом внутри.

**Безалкогольные напитки** Шипучие, газированные напитки типа кока-колы.

**Беременность** Период (обычно 9 месяцев), когда женщина носит в себе ребенка.

**Бессознательность** См. Потеря сознания.

**\*Бессонница** Состояние, при котором человек не может уснуть, даже если он хочет и ему нужно сделать это.

**Болезни, передающиеся половым путем** Болезни, распространяющиеся при половых контактах.

**Болезнь синуса (синусит)** Синусы – пустые полости в кости, которая открывает нос. Синусит – воспаление, вызывающее боль над и под глазами.

**Бред** Состояние умственного расстройства со странными движениями и речью; может возникать при высокой температуре и тяжелой болезни.

**Бронхи** Трубы, ведущие к легким, через которые проходит воздух при дыхании.

**Бронхит** Инфекция в бронхах.

**Брюшина** Тонкая оболочка, покрывающая кишечник. Полость, в которой находятся кишки.

**Брюшная полость** Часть тела, в которой находятся желудок, печень и кишки. Живот.

**Бубон** Сильно распухший лимфатический узел. Бубон – это обычное название венерической лимфогранулемы.

## В

**Вагинальный** Относящийся к влагалищу.

**Вазелин** Смотри Желе из нефти.

**Вакцинация** Смотри Иммунизация.

**Варикозные вены** Ненормально раздутые вены, часто бугристые и извилистые, обычно на ногах пожилых людей, беременных женщин и женщин, которые имеют много детей.

**Венерическая болезнь** Болезнь, передаваемая при половых контактах.

**Вирус** Микробы меньше бактерий, вызывающие некоторые инфекционные (легко распространяемые) болезни.

**Витамины** Защитная пища, которая нужна для нормальной работы нашего организма.

**Влагалище** Труба или канал, который идет от женских наружных половых органов к шейке матки.

**Внутримышечная инъекция (ВМ)** Инъекция, сделанная в мышцу, обычно в руку или ягодицу – отличается от внутривенной (ВВ), которую вводят в вену.

**Воспаление** Красный, горячий и болезненный участок, часто из-за инфекции.

**Вывихи** Кости, которые соскользнули со своего места в суставе.

**Выделения** Выход или истечение жидкости, слизи или гноя.

**Выкидыш (самопроизвольный аборт)** Смерть развивающегося ребенка или плода в матке, иногда сопровождается сильным кровотечением с кровяными сгустками.

**Выпадение** Выскальзывание или выпадение части тела из ее нормального положения; например, выпадение прямой кишки или матки.

## Г

**Геморрагия** Сильное и опасное кровотечение.

**Геморрой (шишки)** Маленькие, болезненные опухоли или шишки по краю заднего прохода или внутри его. На самом деле это распухшие или варикозные вены.

**Гигиена** Действия или практические меры, обеспечивающие сохранение здоровья.

**Гипервентиляция** Очень частое, глубокое дыхание у испуганного человека.

**\*Гипертония** Повышенное кровяное давление.

**Гипс** Твердая повязка из марли и алебаstra, которая удерживает поломанные кости на месте, пока они не срастутся.

**\*Глазной** О глазе.

**Глюкоза** Простая форма сахара, которая легко и быстро усваивается организмом. Она содержится в плодах и в меде, ее можно приобрести в виде белой пудры, которую можно использовать для изготовления Регидронового напитка.

**Гормоны** Химические вещества, вырабатываемые органами человека для выполнения специфических функций. Например, фолликулин и прогестерон – гормоны, которые регулируют менструальный период женщины и дают шанс забеременеть.

**Грамм (г)** Метрическая единица веса. В одной унции 28 г. 1000 г составляют 1 кг.

**Гран (гр.)** Единица веса, основанная на весе зерна пшеницы. 1 гр. весит 65 мг.

**Грипп** Сильная простуда, часто с температурой, болью в суставах или иногда с поносом.

**Грыжа** Выходжение внутреннего органа или его части (петля кишки) через отверстие или разрыв в мышцах, покрывающих живот так, что образуется шар или опухоль под кожей.

## Д

**Дальнозоркость** Возможность видеть вещи на расстоянии лучше, чем близко, под рукой.

**Деконгестант** Лекарство, которое помогает рассосать опухоль в забитом носу или синусе.

**Дерматиты** Инфекция или раздражение кожи.

**Дефекты** Дефекты врожденные – физические или умственные проблемы, с которыми рождается ребенок, такие как заячья губа, косолапие или лишний палец на ноге или руке.

**Дефекты врожденные** Смотри Дефекты.

**Деформированный** Ненормально образованный, неправильной формы.

**Диета** Виды и количество пищи, которую человеку следует кушать или следует избегать.

**Дизентерия** Понос со слизью и кровью. Обычно вызывается инфекцией.

**Дошкольная программа** План, который помогает матери узнать о том, что нужно для здоровья своих детей, постоянно посещать клинику для проверки здоровья и вести за-

писи роста ребенка до 5 летнего возраста (Карточка Здоровья Ребенка).

**Дупло** Отверстие или место гниения в зубе, куда проникли бактерии и разрушили часть зуба.

**Дыхание рот в рот** Искусственное дыхание. Метод, помогающий человеку, у которого остановилось дыхание, начать дышать вновь.

## Ж

**Жар** Температура тела выше обычной.

**Желе из нефти (Вазелин)** Жироподобное желе, используемое для приготовления кожных мазей.

**Желтуха** Желтый цвет глаз и кожи. Это признак болезни печени, желчного пузыря, поджелудочной железы или крови.

**Желудок** Сумкообразный орган в животе, где переваривается пища. В обычном смысле "желудок" часто используется для обозначения всего живота или брюшины.

**Желчный пузырь** Маленький мышечный мешочек, прикрепленный к печени. Желчный пузырь содержит желчь – жидкость, которая помогает переваривать жирную пищу.

**Желчь** Горькая, зеленая жидкость, вырабатываемая печенью и содержащаяся в желчном пузыре. Помогает переваривать жир.

## З

**Заклинание** Магическое заклинание или человек, приносящий несчастье.

**Запор** Сухой, твердый, тяжелый стул (испражнение), который часто не может выйти.

**Заражать** Загрязнять, пачкать или заражать. Шприц, который не прокипятили, часто зараженный и может вызвать инфекцию, даже если выглядит чистым.

**Заразная болезнь** Болезнь, которая легко передается от одного человека к другому.

**Защитная пища** Пища, богатая витаминами и минералами. Она помогает строить здоровое тело и делать людей способными сопротивляться или бороться с болезнями.

**Заячья губа** Расщепление верхней губы, которое идет ото рта к носу (как у зайца или кролика). Некоторые дети рождаются с заячьей губой.

**Злой глаз** Вера в то, что чей-то брошенный на вас взгляд может причинить зло или околдовать.

**Злокачественная анемия** Редкая разновидность анемии, вызванной недостатком витамина В<sub>12</sub>. Злокачественная означает вредная.

**Зоб** Опухоль в нижней части шеи (увеличение щитовидной железы), вызванная недостат-

ком йода в диете.

**Зрачок** Круглое отверстие или черный центр в радужной оболочке глаза. Он уменьшается при ярком свете и увеличивается в темноте.

## И

**Изжога** Чувство жжения в нижней части груди или в верхней части желудка.

**Иммунизация (вакцинация)** Применение лекарства, которые защищают от особых болезней, например: дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит, туберкулез, корь и оспа.

**Инвагинация** Внедрение одной части кишки в другую часть рядом, которое обычно вызывает опасную закупорку или заворот кишок.

**Инсектицид** Яд, который убивает насекомых. ДДТ и линдан – инсектициды.

**Инсулин** Вещество (энзим), вырабатываемое поджелудочной железой, которое контролирует количество сахара в крови. Инъекции инсулина иногда нужны людям, больным диабетом.

**Инфекционная болезнь** Болезнь, которая легко распространяется или передается (переходит от одного человека к другому); заразная.

**Инфекция** Болезнь, вызванная бактериями или другими микробами. Инфекции могут воздействовать только на часть тела (такие как зараженный палец) или на все тело (такие как корь).

**\*Ипохондрия** Крайняя тревога и озабоченность воображаемой болезнью.

**Истерия** (1) В обычном понимании – это состояние повышенной нервозности, страха и эмоционального стресса. (2) В медицинской терминологии – признак болезни, вызванной страхом или сильной верой во что-то.

**История (история болезни)** То, что вы можете узнать о болезни, задавая вопросы – как она началась, когда становится лучше или хуже, что может помочь, есть ли она у других членов семьи или жителей деревни и т.д.

**Истощение** Крайнее изнурение и усталость.

## К

**Камни в желчном пузыре** Смотри Камни в почках.

**Камни в почках** Маленькие камни, которые образуются в почках и проходят в мочевой канал. Они могут вызвать резкую боль внизу спины, в боку, мочевом канале или внизу живота. В мочевом пузыре они могут блокировать мочевой канал и сделать мочеиспускание болезненным или невозможным.

**Карта Здоровья Ребенка** Ежемесячная запись о весе ребенка, которая показывает, нормально ли ребенок набирает вес.

**Кассава (маниока, юкка)** Крахмальный корень, растущий в тропиках.

**Катаракта** Глазная проблема, при которой хрусталик глаза мутнеет, вызывая ухудшение зрения. Зрачок выглядит серым или белым, когда на него падает свет.

**Катетер** Резиновая трубка, применяемая для выведения мочи из пузыря.

**Квашиоркор (мокрое истощение)** Сильное истощение, вызванное нехваткой протеина. У ребенка с квашиоркором распухшие и покрытые коростой ноги, руки, лицо.

**\*Кератомалация** Помутнение и размягчение глаза, заканчивающееся слепотой. Вызвано недостатком витамина А.

**Килограмм (кг)** Одна тысяча граммов. "Кило" чуть больше 2 фунтов.

**Киста** Ненормальное, мешкообразное, наполненное жидкостью образование, развивающееся в организме.

**Кишечник** Кишки или трубообразная часть пищеварительного канала, которые переносят пищу, а в конце отходы, из желудка в анус.

**Кишечные паразиты** Глисты и крошечные животные, которые попадают в кишечник человека и вызывают болезни.

**Кишки** Кишечник.

**Клещ** Ползающее насекомоподобное животное, которое закапывается головой под кожу и сосет кровь.

**Клещ тропический** Крошечный ползающий паучок или клещеподобное животное, которое зарывается головой в кожу и сосет кровь.

**Клизма** Водный раствор, вводимый в задний проход, чтобы вызвать стул.

**Климактерический** Менопауза.

**\*Кожный** Относящийся к коже.  
**Колдовство** Воздействие ведовством или гадаанием; заклинание. Некоторые люди верят, что ведьма околдовала или сглазила их и они заболели.

**Колики** Резкие боли в брюшной полости, вызванные спазмами или судорогами в кишечнике.

**Кома** Состояние бессознательности, из которого человек не может очнуться. Вызывается болезнью, травмой, отравлением и часто заканчивается смертью.

**Компост** Смесь из растительных и животных отходов, которую оставляют гнить, чтобы использовать как удобрение. Сено, сухие листья, отходы от овощей, животные испражнения и навоз – все вместе составляет хороший компост.

**Компресс** Сложенная ткань или подушечка, наложенная на часть тела. Она может быть смочена в горячей или холодной воде.

**Конвульсии** Неконтролируемый припадок. Внезапное судорожное подергивание части или всего тела человека, как при менингите или эпилепсии.

**Контакт** Прикосновение. Заразные болезни могут распространяться больным, который был в контакте (прикасался или находился близко) с другим человеком.

**Контрацептив** Любой способ для предупреждения беременности.

**Конъюнктив** Тонкий защитный слой, который покрывает белок глаза и внутреннюю сторону века.

**Крапивница** Твердые, толстые, возвышенные участки кожи, которые сильно зудят. Они могут появляться и сразу же исчезать или перемещаться с места на место. Форма аллергической реакции.

**Крахмалы** Энергетическая пища такая, как маис, рис, пшеница, кассава, картофель и тыква.

**Кретинизм** Условие, при котором ребенок рождается умственно отсталым и часто глухим. Это обычно из-за недостатка йода в диете матери.

**Критическое положение** Внезапная болезнь или травма, которая требует немедленного внимания.

**Кровообращение** Движение крови по артериям и венам, обусловленное сокращениями сердца.

**Кровяное давление** Сила давления крови на стенки кровеносных сосудов (артерий и вен); оно меняется с возрастом и здоровьем человека.

**Ксерофтальмия** Ненормальная сухость глаза при недостатке витамина А.

**Л**

**Лекарственное растение** Растение особенно ценное за его медицинское или лечебное свойство.

**Лимфатический узел** Маленькие шишки под кожей в различных частях тела; ловушки для микробов. Они становятся распухшими и болезненными, когда получают инфекцию. При туберкулезе и раке они часто распухают, но не болят.

**Лиофильный** Порошкообразный; способ приготовления лекарства для инъекции, чтобы его не хранить в холодном месте.

**Литр (л)** Метрическая мера, равная почти 1 кварте. Литр воды весит 1 кг.

**Личинка** Стадия развития некоторых животных; маленькие, червеобразные особи, появляющиеся из яиц многих насекомых или паразитов. Изменяют форму, когда становятся взрослыми.

**Лямблии** Крошечные микроскопические паразиты, которые могут заражать кишечник, вызывая пенистый желтый понос.

## **М**

**Мазь** Лечебная мазь или примочка для кожи.

**Маразм (сухое истощение)** Состояние, вызванное недостаточным питанием. Голодание. Человек сильно худеет, теряет вес, у него появляется горшкообразный живот.

**Марля** Мягкая, свободного плетения ткань, которая применяется для повязок.

**Маска беременности** Темные, цвета сливы пятна на лице, груди или в середине живота, что нормально для беременной женщины.

**Мастит (абсцесс груди)** Инфекция груди, особенно в первые недели или месяцы выкармливания ребенка. Поражает часть груди – она становится горячей, красной и воспаленной.

**Матка** Мешок внутри женского живота, где находится ребенок. Утроба.

**Мембрана** Тонкий мягкий слой, который защищает или защищает некоторые органы животных или растений.

**Менопауза (климакс)** Время, когда у женщины естественно прекращаются ежемесячные кровотечения, обычно в возрасте от 40 до 50 лет.

**Менструальный период, менструация** Ежемесячное кровотечение у женщин.

\*Местный Для кожи. Лекарство, которое следует накладывать на кожу.

**Мигрень** Сильная, пульсирующая головная боль, иногда только на одной стороне головы. Часто вызывает рвоту.

**Микробы** Очень маленькие организмы, которые могут расти в организме и вызывать некоторые инфекционные болезни; микроорганизмы.

**Микроорганизмы** Крошечные растения или животные, которые настолько малы, что их можно увидеть только в микроскоп.

**Микроскоп** Инструмент с линзами, которые увеличивают крошечные объекты.

**Микроскопический** Что-нибудь такое маленькое, что можно увидеть только через микроскоп.

**Миллилитр (мл)** Одна тысячная доля литра.

**Минералы** Простые металлы или другие вещества, которые нужны организму, такие как железо, кальций и йод.

**Мозоли** Твердые, утолщенные, болезненные участки кожи, образовавшиеся там, где сандалии или туфли натерли кожу, или один палец давит на другой.

**Мокрота** Слизь и гной (флегма), отхаркиваемые из легких и бронхов больного.

**Мокрота** Слизь с гноем, которая образуется в ненормально большом количестве в легких и которую нужно отхаркивать.

**Молозиво** Первое молоко, которое производится в груди матери. Выглядит водянистым, но богато протеином и помогает защитить ребенка от инфекции.

**Монголизм (синдром Дауна)** Болезнь, при которой ребенок рождается умственно отсталым, с косо расположенными глазами, круглым одутловатым лицом, широкими руками с короткими пальцами.

**Моча** Жидкие отходы из тела.

**Мочевой тракт** Система органов, имеющая отношение к образованию и выводу мочи – почки, мочевой пузырь и мочеиспускательный канал (уретра).

**Мошонка** Сумка между ногами у мужчин, которая содержит яички.

**Мягкое место** Смотри Родничок.

## **Н**

**Нарыв** Мешочек с гноем, вызванный бактериальной или другой инфекцией. Например, фурункул.

**Нарыв груди** Смотри Мастит.

**Наследственность** Передается от родителей ребенку.

**Небо** Крыша или верхняя часть рта.

**Недоедание (истощение)** Проблема здоровья, вызванная недостатком пищи, необходимой организму.

**Недоношенный ребенок** Ребенок, который родился раньше полных 9 месяцев беременности и который весит меньше 2 кг.

**Недостаток** Отсутствие, нехватка чего-нибудь.

**Неинфекционная болезнь** Болезнь, которая не передается от одного человека к другому.

**Ненормальный** Отличается от обычного, естественного или среднего.

**Непроходимость** Состояние закупорки или засорения. Непроходимость кишечника требует срочной медицинской помощи.

**Нервы** Тонкие нити или струны, которые тянутся от мозга к каждой части тела и передают сигналы для ощущений и движения.

**Нитка из кишки** или материал для швов Специальная нитка для наложения шва на разрывы от родов. Нитка из кишок медленно рассасывается (исчезает) так, что швы не надо снимать.

**Нормальный** Обычный, естественный или средний. Что-нибудь нормальное, ничего необычного.

\*Носовой Относящийся к носу.

## **О**

**Обезвоживание** Состояние, при котором тело

теряет больше жидкости, чем получает. Недостаток воды особенно опасен для детей.

**Общество** Группа людей, живущих в одной деревне или местности, у которых одинаковые условия жизни, интересы и проблемы.

**Окситоксы** Опасные лекарства, которые вызывают сокращение матки и кровеносных сосудов. Они должны использоваться только для прекращения сильного кровотечения у матери после родов.

**\*Оральный** В рот. Оральное лекарство принимается через рот.

**\*Осложнения** Вторичные проблемы здоровья, которые иногда развиваются в процессе болезни. Например, менингит может быть результатом опасного осложнения после кори.

**Опорожнение** Иметь стул; испражняться; способ вывода твердых отходов из тела.

**Опоясывающая боль** Очень резкая боль в брюшине, возникающая при коротком сильном нажиме на живот, когда внезапно убирают руку. Эта боль – признак “острого живота”.

**Опухоль** Ненормальная масса ткани без воспаления. Некоторые опухоли переходят в рак.

**Орган** Часть тела, которая более или менее самостоятельна и выполняет свою функцию. Например, легкие – органы дыхания.

**Организмы** Живые существа (животные или растения).

**Основное название** Научное название лекарства, которое отличается от торговой марки, присвоенной компанией-производителем.

**Острый** Внезапный и короткий. Острая болезнь возникает внезапно и длится короткий период. Противоположное - хронический.

**Острый живот** Критическое состояние брюшной полости, которое часто требует хирургического вмешательства. Сильная боль в животе с рвотой и без поноса может означать острый живот.

**Отсталость** Ненормальная замедленность действий, мышления или умственного и эмоционального роста.

**Оценка** Изучение чего-либо с целью определить ценность достигнутого. Это делается сравнением различных факторов или условий до и после проекта или выполненной работы.

**Очистительное** Очень сильное слабительное, которое вызывает понос.

**П**

**Паннус** Крошечные кровеносные сосуды, которые появляются на верхнем крае роговой оболочки глаза при некоторых болезнях глаз типа трахомы.

**Паразиты** Глисты и крошечные животные, которые живут в других животных или в человеке и приносят вред. Блохи, глисты, амебы – это паразиты.

**Паралич** Потеря частью тела или всем телом способности двигаться.

**Паралич** (апоплексия, церебро-сосудистый паралич) Внезапная потеря сознания, чувствительности или способности двигаться, вызванная кровотечением или тромбом внутри мозга. Сммотри также тепловой удар (стр. 81).

**\*Парентеральный** Не в рот, а инъекцией.

**Пастеризация** Процесс нагревания молока или другой жидкости до определенной температуры (60°C) в течение 30 минут, чтобы убить вредные бактерии.

**Пах** Передняя часть тела, где соединяются ноги. Место половых органов.

**Первая помощь** Срочная помощь или лечение кого-нибудь, кто заболел или получил травму.

**Передавать** Переходить, передаваться, распространяться от одного человека другому.

**Перелом** Сломанные кости.

**Перитонит** Очень опасное воспаление брюшины. Живот становится твердым, как камень, и у больного появляется сильная боль, особенно, когда пытается лежать с вытянутыми ногами.

**Перхоть** Маслянистые белые или серые хлопья или шелуха, которая появляется на волосах. Себорея кожи головы.

**Печень** Большой орган под нижними правыми ребрами, который помогает очистить кровь и избавиться от яда.

**Питательный** Питательная еда содержит все вещества, которые нужны организму для роста, чтобы быть здоровым и сопротивляться болезням.

**Планирование семьи** Использование методов контроля рождаемости для того, чтобы планировать, сколько иметь или не иметь детей.

**Плацента (послед)** Темная и губчатая оболочка внутри матки, где плод соединяется с телом матери. Обычно плацента выходит от 15 минут до получаса после того, как родится ребенок.

**Плод (эмбрион)** Развивающийся ребенок внутри матки.

**Плодный пузырь** Мешок внутри матки, где находится ребенок; околоплодный мешок. Когда он лопается, освобождая жидкость, это обычно означает, что начались роды.

**Побочные эффекты** Проблемы, вызванные употреблением лекарств.

**Поджелудочная железа** Орган ниже желудка, с левой стороны, который вырабатывает инсулин.

**Подходящий** Что-то самое легкое, безопасное и действующее в особой ситуации или состоянии.

**Половые органы** Органы воспроизводящей системы, особенно половые органы.

**Понос** Частое испражнение или жидкий стул

**Послед** Смотри Плацента.

**Послеродовая геморрагия** Сильное кровотечение у матери после родов.

**Послеродовой** После родов.

**Потеря сознания** Состояние больного или травмированного человека, который кажется спящим и не может проснуться. Без сознания.

**Почки** **Большие**, похожие на бобы органы в нижней части спины, которые фильтруют шлаки из крови, образуя мочу.

**Предлежание плаценты** Состояние, при котором плацента находится слишком низко в матке и закрывает выход. Большой риск опасного кровотечения. Женщина с кровотечением в позднем сроке беременности – возможный признак предлежания плаценты – должна сразу ехать в больницу.

**Предлежание ручки** Ненормальное положение при родах, когда выходит сначала ручка ребенка. Такой случай требует врачебного вмешательства.

**Предосторожность** Меры, принятые заранее для предупреждения опасных случайностей, прежде чем они произойдут.

**Предохранительный** Слово предохранительный означает предупредительный, а резерватив иногда называют предохранителем.

**Предстательная железа** Твердая, мышечная железа у основания мочевого канала мужчины, или уретры. Часто у стариков простата увеличивается, создавая трудности с мочеиспусканием.

**Предупреждение** Действие, которое предпринимают для предотвращения болезни.

**Признаки** Особенности или условия, которые ищут при обследовании больного, чтобы определить, какая у него болезнь. В этой книге симптомы или проблемы, которые чувствует больной, включены в признаки.

**Припадок** Внезапный, сильный приступ болезни, вызывающий конвульсии или спазмы (судорожные движения тела, которые больной не может контролировать) и иногда обморок.

**Прободение** Смотри Грыжа.

**Пролежни** Хронические открытые раны, кото-

рые появляются у людей, когда они больны настолько, что не могут поменять положение в постели.

**Протеины** Пища для строения тела, необходимая для роста и здоровья

**Противопоказание** Ситуация или состояние, когда нельзя принимать некоторые лекарства. (Многие лекарства противопоказаны при беременности.)

**\*Противорвотное** Лекарство для прекращения рвоты. Лекарство, которое помогает людям удержаться от рвоты или от чувства тошноты.

**Противоядие** Антитоксин, употребляемый для лечения отравлений ядами змей.

**Прыщи (угри)** Кожная проблема, вызывающая бугры на лице, груди, спине, которые имеют вид маленьких белых “головок” гноя или иногда черных “головок” грязи. Наиболее распространены у молодых людей (юношеские угри).

**Прямая кишка** Конец толстой кишки, выходящий в задний проход.

**Птеригиум** Крылоподобный нарост, который медленно распространяется от края глаза в роговицу.

**Пuls** Число сердцебиений у человека за 1 минуту.

**Пуп** Пуговица живота; пупок; место в середине живота, где присоединялась пуповина.

**Пуповина** Нить, которая соединяет пуп ребенка с плацентой внутри материнской матки.

**Пупок** Смотри Пуп.

**Пупочная грыжа** Большая выступающая шишка пупка, вызванная петлей кишки, которая протолкнулась через мешок, содержащий кишечник.

**Пыльца** Мелкая пыль в цветке семенных растений. Люди, у которых аллергия на пыльцу, часто заболевают сенной лихорадкой в то время года, когда растения выбрасывают пыльцу в воздух.

## Р

**Работник здравоохранения** Человек, который принимает участие в создании для своего общества здоровой среды обитания.

**Радужная оболочка глаза** Цветная или темная часть глаза вокруг зрачка.

**Рак** Опухоль или шишка, которая растет и может продолжать расти, пока не вызовет смерть.

**Растяжение связок** Синяки, растягивание, разрыв связок или сухожилий в вывихнутом суставе. Растяжение связок хуже, чем растяжение сухожилий.

**Расщепленный** Раздельный, отделенный. Ребенок, рожденный с расщепленным не-

- бом, имеет разделенное или ненормальное отверстие в верхней стенке рта.
- Рвота** Непроизвольное выбрасывание содержимого желудка через рот.
- \*Рвотное** Лекарство или напиток, который вызывает рвоту. Используется, когда проглотили яд.
- Ревакцинация** Повторная вакцинация для обновления эффективности первых серий прививок.
- Регидроновый напиток** Напиток для уменьшения обезвоживания, который вы можете приготовить из кипяченой воды, соли, сахара и перетертых злаков.
- Респирация** Дыхание. Респираторная система включает бронхи, легкие и другие органы, которыми пользуются при дыхании.
- Ресурс** То, что необходимо или доступно для деятельности и производства. Люди, земля, животные, деньги, искусство, растения – это ресурсы, которые могут быть использованы для улучшения здоровья.
- Рефлекс** Автоматическая реакция или движение, которые возникают независимо от желания человека.
- Ринит** Воспаление слизистой оболочки носа, часто вызываемое аллергией. Сенная лихорадка.
- Риск** Вероятность травмы, потери или вреда. Опасность.
- Роговица** Прозрачный внешний слой или “окно” глаза, покрывающее радужную оболочку глаза и зрачок.
- Родильная горячка** (Ее также называют послеродовой лихорадкой, послеродовой инфекцией.) Лихорадка и инфекция, которая иногда развивается у матери после рождения ребенка.
- Родничок** “Мягкое место” на макушке головы ребенка.
- Родовая деятельность** Внезапное сжатие и сокращение матки, говорящее о том, что скоро родится ребенок.
- Роды ягодицами** Роды, при которых ребенок выходит вперед ягодицами или ногами.
- Рубцы** Бугры или возвышения на теле, обычно вызванные ожогами или аллергией (крапивницей).
- С**
- Самопроизвольный аборт** Смотри Выкидыш.
- Санитария** Общественная чистота, включающая усилия сообщества в предупреждении болезни, содействующая гигиене и содержанию общественных мест в чистоте.
- Сахар** Сладкая пища типа меда, сахара или фруктов, которая обеспечивает организм энергией.
- Сахароза** Обычный сахар, который получают из сахарного тростника или сахарной свеклы. Он усваивается организмом сложнее и труднее, чем глюкоза.
- Связка** Плотные канатики в суставах человека, которые помогают удерживать их на месте.
- Севооборот** Выращивать различные культуры одну за другой на одном участке земли, так чтобы почва становилась богаче год от года.
- Селезенка** Орган – обычно размером с кулак под нижним краем ребер на левой стороне. Ее функция заключается в помощи при выработке и фильтрации крови.
- Сепсис** Инфекция крови – иногда называется “отравление крови”.
- Сжатие** Сужение или укорочение мышц. Сильные сжатия матки при родах помогают вытолкнуть ребенка из матки.
- Сила убеждения** или сила веры Влияние веры или сильных внушений. Например, больные люди могут чувствовать себя лучше, потому что они верят в какое-то средство, даже если оно не дает никакого лечебного эффекта.
- Симптомы** Ощущения или состояния, которые испытывает человек при своей болезни. В этой книге симптомы включены в признаки.
- Слабительное** Лекарство от запора, которое смягчает стул и делает опорожнения более частыми.
- Слизь** Густая, липкая жидкость, которая увлажняет и защищает слизистые оболочки носа, горла, желудка, кишок и влагалища.
- \*Смазка** Масло или крем, употребляемые для того, чтобы поверхность стала скользкой.
- Снотворное** Лекарство, которое вызывает дремоту или сон.
- Сознание** Смотри Потеря сознания.
- Сокращения** Укороченные или сжатые мышцы в суставе, которые ограничивают движение.
- Сопrotивляемость** Возможность любого организма защищать себя от того, что обычно для него вредно или смертельно. Многие бактерии начинают сопротивляться действию определенных антибиотиков.
- Сосальщики** Черви, которые заражают печень или части тела и вызывают различные болезни. Сосальщики попадают в кровь и вызывают шистосомоз.
- Сосуды** Трубки. Вены и артерии – кровеносные сосуды, по которым движется кровь в организме.
- Спазм** Судорожное сокращение мышцы, которое больной не может контролировать. Спазмы кишечника вызывают судороги или колики. Спазмы бронхов бывают при астме. Спазмы челюстей и других мышц бывают при столбняке.

**Спазмолитик** Лекарство, употребляемое для успокоения судорог или спазмов кишечника.

**Спастический** Имеющий хроническое ненормальное сокращение мышц при повреждении мозга. Ноги спастических детей часто перекрещиваются как ножницы.

**Спринцевание** Способ промывания влагалища струей воды.

**Срок годности** Месяц и год, отмеченные на лекарстве, которые говорят, когда лекарство перестанет эффективно действовать. Выбрасывайте большинство лекарств после этого срока.

**Стерилизация** (1) Для очищения инструментов, бутылок и других вещей кипячением или прожариванием в духовке. (2) Постоянный способ, который делает мужчину или женщину неспособными к воспроизводству детей.

**Стерильный** (1) Совершенно чистый, без живых микроорганизмов. Вещи обычно стерилизуются кипячением или прожариванием. (2) Стерильный также означает неспособность иметь детей.

**Стетоскоп** Инструмент, используемый для прослушивания звуков в теле, таких как сердцебиение.

**Стоградусная шкала термометра (С)** Мера или масштаб жары и холода. У здорового человека температура (нормальная) равна 37°C. Вода замерзает при 0°C и кипит при 100°C.

**Столовая ложка** Измерительная ложка, которая содержит 3 чайные ложки или 15 мл.

**Страх** Сильный или внезапный испуг.

**Стул** Испражнения. Смотри Фекалии.

**Судорога** Болезненное сжатие или сокращение мышцы.

**Суппозиторий (свеча)** Пулеобразные таблетки, которые вводят в анус или во влагалище.

**\*Супрессант** Лекарство, которое помогает сдерживать, предупреждать или останавливать что-либо, такое как лекарство от кашля.

**Суспензия** Порошок, смешанный с жидкостью.

**Сухожилия** Плотные нити, посредством которых мышцы присоединяются к костям (отличаются от связок, которые соединяют кости между собой).

**Сыпь** от пеленок Красноватые, раздраженные пятна между ножками ребенка, вызванные мочой на пеленках (салфетках) или постельном белье.

**Т**

**Табу** То, чего избегают, запрещают или что не разрешено верой.

**Таз** Бедренные кости.

**\*Талассемия** Форма наследственной анемии, наблюдаемая только в некоторых странах. Ребенок может стать анемичным ко 2 году с увеличенной печенью и селезенкой.

**Температура** Степень нагретости тела человека.

**Термометр** Инструмент, используемый для измерения температуры тела человека.

**Токсикоз** Болезнь, возникающая от присутствия в организме определенных ядов; например, токсикоз беременных и уремия.

**Токсический** Ядовитый.

**Торговая марка** Фабричная марка. Название, которое дает компания своему продукту. Лекарства, которые имеют торговую марку, более дорогие, чем такие же основные лекарства.

**Тошнота** Желудочное расстройство или недомогание; ощущение такое, что вам необходимо вырвать.

**Традиции** Привычки, верования или обычаи, передающиеся от одного поколения другому на примерах или на словах.

**Тракт** Система органов или частей тела, которые совместно выполняют определенную работу; например, мочеполовой тракт очищает кровь и выводит мочу из организма.

**Тропический** Имеющий отношение к тропикам или жарким странам мира.

**У**

**Уборная** Отхожее место; дыра или яма в земле, чтобы пользоваться как туалетом.

**Углеводы** Крахмалы и сахара. Пища, которая обеспечивает энергией.

**Угорь** Маленькая пробка или "головка" грязи в порах кожи лица, груди или спины. Разновидность прыщей.

**Умственный** Относящийся к разуму (мышлению, мозгу).

**Унция** Мера веса равная 28 граммам. 16 унций составляют 1 фунт.

**Уретра** Мочеиспускательная труба или канал. Труба, которая идет от мочевого пузыря к отверстию, из которого выходит моча.

**Утопление** Когда у человека останавливается дыхание (удушьё) после пребывания под водой.

**Утренняя болезнь** Тошнота и рвота, которые бывают в основном утром в первые месяцы беременности.

**\*Ушной** Имеющий отношение к ушам.

**Ф**

**Фекалии** Стул; кал; отбросы организма, которые выходят из кишечника при опорожнении.

**Фекалии в рот** Распространение или передача

стула одного человека ему или другому в рот, обычно через еду, воду или на пальцах.

**Фетоскоп** Инструмент, орудие для прослушивания звуков, производимых не родившимся ребенком (плодом) в матке.

**Фолиевая кислота** Питательное вещество, которое находится в зеленых листовых овощах.

**Фолликулы** Маленькие шишки.

**Фурункул** Опухшая и воспаленная шишка с карманом гноя под кожей. Разновидность нарыва.

## Х

**Хронический** Долговременный или часто повторяющийся (сравните с острым). Хроническая болезнь – болезнь, которая тянется долгое время.

## Ц

**Церебро-сосудистый случай, ЦСС** Смотри Удар.

## Ч

**Чайная ложка** Измерительная ложка, которая содержит 5 мл. Три чайные ложки равны 1 столовой.

**Частота** Количество случаев, происходящих за данный промежуток времени.

**Частота дыхания** Количество вдохов у человека за 1 минуту.

**Чахотка** Старое название туберкулеза.

**Чрево** Матка.

## Ш

**Шанкр** Безболезненная рана или язва на половых органах, пальцах, губах – один из первых признаков сифилиса.

**Шейка** Отверстие или шейка матки в задней части влагалища.

**Шишки** Смотри геморрой.

**Шкала температуры Фаренгейта (F)** Мера или

шкала жары или холода. У здорового человека нормальная температура 98,6°F. Вода замерзает при 32°F и кипит при 212°F.

**Шов** Стежки, сделанные ниткой и иглой, чтобы зашить разрыв или рану.

**Шок** Тяжелое состояние с сильной слабостью или потерей сознания, с холодным потом и частым слабым пульсом. Вызывается обезвоживанием, геморрагией, травмой, ожогами или серьезной болезнью.

## Э

**\*Эклампсия** Внезапные припадки, особенно во время беременности или родов. Результат токсикоза беременных.

**\*Экспекторант** Лекарство, которое помогает человеку отхаркивать слизь из дыхательных путей (легкие, бронхи и т.д.); помощник кашля.

**Эмбрион** Начало не родившегося ребенка, когда он еще очень мал.

**Эпидемия** Вспышка болезни, одновременно поразившая многих людей в обществе или в регионе.

## Ю

**Юношество** Годы, в которые ребенок становится взрослым. Подростки: с 13 до 19 лет.

## Я

**Ягодицы** Часть тела, на которой человек сидит.

**Язва** Разрыв кожи или слизистой оболочки, хроническая открытая рана кожи, поверхности глаза, желудка или кишечника.

**\*Языковый** Относящийся к языку.

**Яичники** Маленькие мешочки в животе у женщины рядом с маткой. Они производят яйцеклетки, которые соединяются с мужской спермой для создания зародыша.

**Ячмень** Красная опухшая шишка на веке, обычно около края, вызванная ин