

Deutsch für Physiotherapeuten

Ghidul Complet — Vocabular, Documentație și Comunicare
Medicală în Germană

pentru fizioterapeuți români care lucrează în Germania

un produs SprachKlar
sprachklar-atelier.de

Cuprins

1. Anamneză-Trainer
2. Documentație (Raport de terapie)
3. Glosar Anatomie & Comenzi
4. Modulul 4: Kommunikation mit Ärzten und Krankenkassen
5. Modulul 3: Übungen anleiten und korrigieren
6. Modulul 5: Befund und Dokumentation
7. Modulul 6: Vorbereitung auf die Fachsprachenprüfung
8. Glosar General (Gesamtglossar)

Anamneză-Trainer

A. Deschiderea anamnezei (Gesprächseröffnung)

Guten Tag, wie geht es Ihnen heute?	<i>Bună ziua, cum vă simțiți astăzi?</i>
Was führt Sie zu mir?	<i>Ce vă aduce la mine?</i>
Was ist Ihr Hauptproblem?	<i>Care este problema dvs. principală?</i>
Haben Sie das schon einmal gehabt?	<i>Ați mai avut asta vreodată?</i>
Wer hat Sie zu mir überwiesen?	<i>Cine v-a trimis la mine (recomandare medicală)?</i>

B. Localizarea și iradierea durerii (Schmerzlokalisierung)

Wo genau haben Sie Schmerzen?	<i>Unde exact aveți dureri?</i>
Können Sie mir die Stelle zeigen?	<i>Puteți să-mi arătați locul?</i>
Strahlt der Schmerz aus?	<i>Durerea iradiază?</i>
Wohin strahlt der Schmerz aus?	<i>Unde iradiază durerea?</i>
Ist der Schmerz einseitig oder beidseitig?	<i>Durerea este unilaterală sau bilaterală?</i>
Ist es eher oberflächlich oder tief?	<i>Este mai degrabă superficială sau profundă?</i>

C. Charakterul și intensitatea durerii (Schmerzcharakter)

Wie würden Sie den Schmerz beschreiben?	<i>Cum ați descrie durerea?</i>
Ist der Schmerz stechend, dumpf, brennend oder ziehend?	<i>Durerea este înțepătoare, surdă, arzătoare sau tragătoare?</i>
Ist der Schmerz konstant oder kommt er in Wellen?	<i>Durerea este constantă sau vine în valuri?</i>
Auf einer Skala von 0 bis 10, wie stark ist der Schmerz?	<i>Pe o scală de la 0 la 10, cât de puternică este durerea?</i>
Wann ist der Schmerz am stärksten?	<i>Când este durerea cea mai puternică?</i>

Notă: scala 0–10 folosită clinic se numește NRS (Numeric Rating Scale); varianta vizuală este VAS (Visuelle Analogskala).

D. Debutul și evoluția simptomelor (Beginn und Verlauf)

Seit wann haben Sie diese Beschwerden?	<i>De când aveți aceste simptome?</i>
Wie hat es angefangen?	<i>Cum a început?</i>
Kam der Schmerz plötzlich oder allmählich?	<i>Durerea a apărut brusc sau treptat?</i>
Gab es ein bestimmtes Ereignis, z. B. einen Sturz oder Unfall?	<i>A existat un eveniment anume, de ex. o cădere sau un accident?</i>
Hat sich der Schmerz seitdem verändert?	<i>S-a schimbat durerea de atunci?</i>
Wird es schlimmer oder besser?	<i>Se agravează sau se ameliorează?</i>

E. Factori agravanți și ameliorativi (Verstärkende und lindernde Faktoren)

Was verschlimmert den Schmerz?	<i>Ce agravează durerea?</i>
Was lindert den Schmerz?	<i>Ce ameliorează durerea?</i>
Tut es beim Bewegen weh?	<i>Doare la mișcare?</i>
Tut es in Ruhe weh?	<i>Doare în repaus?</i>
Haben Sie nachts Schmerzen?	<i>Aveți dureri noaptea?</i>
Hilft Ihnen Wärme oder Kälte?	<i>Vă ajută căldura sau frigul?</i>

F. Istoric medical (Vorerkrankungen und Voroperationen)

Hatten Sie schon Operationen?	<i>Ați avut operații?</i>
Welche Vorerkrankungen haben Sie?	<i>Ce afecțiuni preexistente aveți?</i>
Haben Sie Diabetes, Bluthochdruck oder Herzprobleme?	<i>Aveți diabet, hipertensiune sau probleme cardiace?</i>
Wurden Sie schon wegen dieser Beschwerden behandelt?	<i>Ați fost tratat deja pentru aceste simptome?</i>
Welche Therapien haben Sie bereits ausprobiert?	<i>Ce terapii ați încercat deja?</i>

G. medicație curentă (Medikamente)

Nehmen Sie Medikamente ein?	<i>Luați medicamente?</i>
Welche Medikamente nehmen Sie regelmäßig?	<i>Ce medicamente luați în mod regulat?</i>
Nehmen Sie Schmerzmittel?	<i>Luați analgezice?</i>
Haben Sie Allergien gegen Medikamente?	<i>Aveți alergii la medicamente?</i>

H. Activități zilnice (Alltagsaktivitäten / ADL)

Können Sie sich normal bewegen?	<i>Vă puteți mișca normal?</i>
Fällt es Ihnen schwer, Treppen zu steigen?	<i>Vă este greu să urcați scări?</i>
Können Sie sich selbst anziehen?	<i>Vă puteți îmbrăca singur?</i>
Wie wirkt sich der Schmerz auf Ihren Alltag aus?	<i>Cum vă afectează durerea viața de zi cu zi?</i>
Können Sie gut schlafen?	<i>Puteți dormi bine?</i>

I. Activitate profesională și sport (Beruf und Sport)

Was ist Ihr Beruf?	<i>Care este ocupația dvs.?</i>
Ist Ihre Arbeit körperlich anstrengend?	<i>Este munca dvs. solicitantă fizic?</i>
Treiben Sie Sport?	<i>Faceți sport?</i>
Wie oft und welche Sportart?	<i>Cât de des și ce sport practicați?</i>
Mussten Sie wegen der Beschwerden bei der Arbeit fehlen?	<i>A trebuit să lipsiți de la muncă din cauza simptomelor?</i>

J. Semne de alarmă (Warnzeichen / Red Flags)

Haben Sie Taubheitsgefühle oder Kribbeln?	<i>Aveți amorțeli sau furnicături?</i>
Haben Sie Probleme mit Blase oder Darm?	<i>Aveți probleme cu vezica urinară sau intestinul?</i>
Haben Sie einen unerklärlichen Gewichtsverlust bemerkt?	<i>Ați observat o pierdere în greutate inexplicabilă?</i>
Haben Sie Fieber?	<i>Aveți febră?</i>

Ist die Kraft in den Beinen oder Armen normal?	<i>Forța din picioare sau brațe este normală?</i>
---	---

Aceste întrebări identifică semnele de alarmă care necesită trimitere medicală imediată, nu tratament fizioterapeutic direct.

K. Obiectivele terapiei (Ziele der Behandlung)

Was erwarten Sie von der Therapie?	<i>Ce așteptați de la terapie?</i>
Was möchten Sie wieder tun können?	<i>Ce ați dori să puteți face din nou?</i>
Gibt es ein konkretes Ziel, z. B. eine Reise oder ein Hobby?	<i>Există un obiectiv concret, de ex. o călătorie sau un hobby?</i>

L. Vocabular de bază — termeni cheie în anamneză

der Schmerz (die Schmerzen)	<i>durere(a)</i>
akut / chronisch	<i>acut(ă) / cronic(ă)</i>
die Beweglichkeit	<i>mobilitatea</i>
die Steifheit	<i>rigiditatea</i>
die Schwellung	<i>umflătura, edemul</i>
die Entzündung	<i>inflamația</i>
die Verletzung	<i>leziunea</i>
die Narbe	<i>cicatricea</i>
die Haltung	<i>postura</i>
das Gleichgewicht	<i>echilibrul</i>
die Kraft / die Schwäche	<i>forța / slăbiciunea</i>
das Taubheitsgefühl	<i>amorțeala</i>

Scenarii clinice complete (Patientengespräch)

5 cazuri frecvente în cabinetele de fizioterapie din Germania — cu limbaj colocvial autentic și opțiuni de răspuns profesional.

Transcript complet al celor 5 scenarii (referință de studiu):

1. Hernie de disc lombară (Bandscheibenvorfall)

Pacient, 45 de ani, debut acut de dureri lombare cu iradiere în picior.

PACIENT SPUNE

„Guten Tag. Also, ich hab seit zwei Wochen extreme Rückenschmerzen. Es zieht richtig bis ins Bein runter, bis zum Fuß. Manchmal ist der Fuß auch taub.“

Bună ziua. Deci, am de două săptămâni dureri extreme de spate. Trage foarte tare până în picior, până la talpă. Uneori talpa e și amorțită.

Opțiuni de răspuns pentru fizioterapeut:

„Können Sie mir zeigen, wo genau es zieht? Und ist das Taubheitsgefühl ständig da oder kommt es nur in bestimmten Positionen?“	<i>Puteti să-mi arătați exact pe unde trage? Și amorțea este constantă sau apare doar în anumite poziții?</i>
„Verstärkt sich der Schmerz beim Husten, Niesen oder Pressen?“	<i>Durerea se accentuează la tuse, strănut sau la screamă?</i>
„Das klingt nach einer Nervenreizung. Waren Sie schon beim Orthopäden oder wurde ein MRT gemacht?“	<i>Sună a iritație de nerv. Ați fost deja la ortoped sau s-a făcut un RMN?</i>

PACIENT CONTINUĂ

„Ja, beim Husten wird's schlimmer, das stimmt. Und liegen tut auch weh, vor allem nachts.“

Da, la tuse se agravează, așa e. Și culcat doare, mai ales noaptea.

2. Gonartroză (Gonarthrose)

Pacientă, 68 de ani, dureri cronice de genunchi cu agravare progresivă.

PACIENT SPUNE

„Mein rechtes Knie macht seit Monaten Probleme. Es ist wie eingerostet, vor allem morgens. Und beim Treppensteigen hör und spür ich ein Knirschen.“

Genunchiul drept îmi dă probleme de luni de zile. E ca ruginit, mai ales dimineața. Și la urcatul scărilor aud și simt un scârțâit.

Opțiuni de răspuns pentru fizioterapeut:

„Wie lange dauert die Morgensteifigkeit ungefähr — eher ein paar Minuten oder länger als eine halbe Stunde?“	<i>Cât durează rigiditatea matinală — mai degrabă câteva minute sau mai mult de o jumătate de oră?</i>
„Ist das Knie manchmal geschwollen oder warm, wenn es schlimmer ist?“	<i>Genunchiul este uneori umflat sau cald când e mai rău?</i>
„Auf einer Skala von 0 bis 10 — wie stark schränkt Sie der Schmerz beim Gehen ein?“	<i>Pe o scală de la 0 la 10 — cât de mult vă limitează durerea la mers?</i>

PACIENT CONTINUĂ

„So zehn, fünfzehn Minuten dauert's. Geschwollen ist es eigentlich nicht, aber abends spannt die Haut manchmal.“

Cam zece, cincisprezece minute durează. Nu e chiar umflat, dar seara pielea se întinde uneori.

3. Recuperare după AVC (Schlaganfall-Reha)

Pacient, 60 de ani, la 3 luni după AVC ischemic, hemipareză dreaptă ușoară-moderată.

PACIENT SPUNE

„Seit dem Schlaganfall vor drei Monaten ist meine rechte Seite... irgendwie fremd. Der Arm ist schwer, ich kriege die Hand nicht richtig zu.“

De la accidentul vascular cerebral de acum trei luni, partea mea dreaptă este... cumva străină. Brațul e greu, nu reușesc să închid bine mâna.

Opțiuni de răspuns pentru fizioterapeut:

„Können Sie die Finger einzeln bewegen, oder bewegt sich eher die ganze Hand als Block?“	<i>Puteți mișca degetele separat, sau se mișcă mai degrabă toată mâna ca un bloc?</i>
„Wie ist es mit dem Gleichgewicht — fühlen Sie sich beim Gehen unsicher?“	<i>Cum e cu echilibrul — vă simțiți nesigur la mers?</i>
„Haben Sie zu Hause Unterstützung, zum Beispiel von der Familie, für die Übungen?“	<i>Aveți sprijin acasă, de exemplu din partea familiei, pentru exerciții?</i>

PACIENT CONTINUĂ

„Die Finger einzeln ist schwierig, es geht eher alles zusammen. Und ja, meine Frau hilft mir jeden Tag.“

Degetele separat e greu, se mișcă mai mult toate împreună. Și da, soția mă ajută în fiecare zi.

4. Ruptură de ligament încrucișat (Kreuzbandriss)

Pacient, 24 de ani, jucător amator de fotbal, la 4 săptămâni postoperator (reconstrucție LCA).

PACIENT SPUNE

„Ich hab mir vor sechs Wochen beim Fußball das Knie verdreht. Es hat richtig geknackt, und seitdem fühlt sich das Knie instabil an, so als würde es einfach nachgeben.“

Mi-am răsucit genunchiul acum șase săptămâni la fotbal. A pocnit tare, și de atunci genunchiul se simte instabil, de parcă ar ceda pur și simplu.

Opțiuni de răspuns pentru fizioterapeut:

„Wurden Sie schon operiert, oder ist eine OP geplant?“	<i>Ați fost deja operat, sau este planificată o operație?</i>
„Gibt das Knie eher beim Drehen nach, oder auch beim geraden Gehen?“	<i>Genunchiul cedează mai degrabă la rotație, sau și la mersul drept?</i>

„Wie sieht es mit der Schwellung aus — direkt nach der Verletzung und jetzt?“

Cum a fost cu umflarea — imediat după accidentare și acum?

PACIENT CONTINUĂ

„Ich bin schon operiert worden, das war vor vier Wochen. Das Nachgeben passiert vor allem beim Drehen und beim Treppabgehen.“

Am fost deja operat, acum patru săptămâni. Cedarea se întâmplă mai ales la rotație și la coborâtul scărilor.

5. Dureri cervicale cronice din muncă la birou (Nackenschmerzen durch Büroarbeit)

Pacientă, 35 de ani, angajată la birou, dureri cervicale cronice.

PACIENT SPUNE

„Ich sitze acht Stunden am Tag am Schreibtisch, und mein Nacken ist inzwischen wie Beton. Es zieht bis in die Schulter rüber, und manchmal kriege ich richtige Kopfschmerzen davon.“

Stau opt ore pe zi la birou, și ceafa mea a ajuns ca betonul. Trage până în umăr, și uneori chiar am dureri de cap din cauza asta.

Opțiuni de răspuns pentru fizioterapeut:

„Wie ist Ihr Arbeitsplatz eingerichtet — sitzen Sie am Laptop oder an einem größeren Bildschirm?“

Cum vă este amenajat locul de muncă — stați la laptop sau la un monitor mai mare?

„Merken Sie einen Zusammenhang zwischen Stress und den Verspannungen?“

Observați o legătură între stres și tensiunea musculară?

„Strahlt der Schmerz auch in den Arm aus, oder bleibt er auf Nacken und Schulter beschränkt?“

Durerea iradiază și în braț, sau rămâne limitată la ceafă și umăr?

PACIENT CONTINUĂ

„Am Laptop, ja, das ist wahrscheinlich das Problem. Und Stress spielt definitiv eine Rolle, das merke ich selbst schon.“

La laptop, da, probabil asta e problema. Și stresul joacă cu siguranță un rol, asta observ și eu deja.

Documentație (Raport de terapie)

Schablone für die Dokumentation (Generator Therapiebericht)

Completează câmpurile de mai jos pentru a genera automat un Therapiebericht profesional, redactat ca un raport real trimis către medicul curant (Orthopäde/Neurologe).

Pacient (nume, data nașterii)

z. B. Herr Michael Braun, geb. 12.05.1978

Medic destinatar (nume, specialitate)

z. B. Herrn Dr. med. Weber, Facharzt für Orthopädie

Diagnostic / verordnete Diagnose

z. B. Lumbalgie bei Bandscheibenvorfall L4/L5

Regiune / grupă musculară afectată

z. B. paravertebrale Muskulatur, M. trapezius

Befund (ține Ctrl/Cmd apăsat pentru selecție multiplă)

- Hypertonus der Muskulatur
- Myogelose (tastbare Verhärtungen)
- Bewegungseinschränkung (Neutral-0-Methode)

Articulație pentru Neutral-0-Methode (dacă ai selectat „Bewegungseinschränkung“)

- Schulter — Flexion/Extension (Norm ca. 170-0-40)
- Ellbogen — Flexion/Extension (Norm ca. 150-0-0)
- Hüfte — Flexion/Extension (Norm ca. 130-0-15)
- Knie — Flexion/Extension (Norm ca. 150-0-0)
- Sprunggelenk (OSG) — Dorsalext./Plantarflex. (Norm ca. 20-0-40)
- HWS — Rotation (Norm ca. 80-0-80)

Valorile normale (Neutral-0) variază ușor între surse/manuale — verifică întotdeauna cu referința folosită în clinica ta.

Maßnahmen (ține Ctrl/Cmd apăsat pentru selecție multiplă)

- Manuelle Therapie (MT)
- Klassische Massagetherapie (KMT)
- Krankengymnastik (KG)
- Manuelle Lymphdrainage (MLD)
- Wärme-/Kältetherapie

Entwickungsverlauf (ține Ctrl/Cmd apăsat pentru selecție multiplă)

- Besserung der Symptomatik
- Schmerzlinderung
- Kraftverbesserung

Glosar Anatomie & Comenzi

Modulul 2: Körper, Anatomie und Schmerz (Anatomie și durere)

Nivel A2-B1 · Durată recomandată: 2 × 90 min. Obiective: numirea părților corpului și articulațiilor, descrierea tipurilor de durere, întrebări despre simptome (umflătură, furnicături, amorțeală).

1. Vocabular cheie — Substantive (corpul și articulațiile)

der Nacken	<i>ceafa</i>
die Schulter, -n	<i>umărul</i>
das Gelenk, -e	<i>articulația</i>
der Muskel, -n	<i>mușchiul</i>
die Sehne, -n	<i>tendonul</i>
der Nerv, -en	<i>nervul</i>
das Knie, -	<i>genunchiul</i>
die Hüfte, -n	<i>șoldul</i>
das Sprunggelenk, -e	<i>glezna (articulația gleznei)</i>
die Schwellung, -en	<i>umflătura, edemul</i>

1. Vocabular cheie — Verbe

schmerzen	<i>a dura</i>
anspannen	<i>a încorda (mușchiul)</i>
entspannen	<i>a relaxa</i>
kribbeln (es kribbelt)	<i>a furnica (furnică)</i>
anschwellen (das Knie ist angeschwollen)	<i>a se umfla (genunchiul este umflat)</i>

2. Expresii utile — Descrierea durerii (Schmerzqualität)

Der Schmerz ist stechend.	<i>Durerea este înțepătoare.</i>
Der Schmerz ist dumpf.	<i>Durerea este surdă.</i>
Der Schmerz ist brennend.	<i>Durerea este arzătoare.</i>

Der Schmerz ist ziehend.	<i>Durerea este trăgătoare (ca o tracțiune).</i>
Die Schmerzen treten nur bei Belastung auf.	<i>Durerile apar numai la efort/solicitare.</i>

2. Expresii utile — Întrebări despre simptome

Ist das Gelenk geschwollen?	<i>Este articulația umflată?</i>
Haben Sie ein Kribbeln oder ein Taubheitsgefühl?	<i>Aveți furnicături sau senzație de amorțeală?</i>
Ist das Knie überwärmt oder gerötet?	<i>Este genunchiul cald sau înroșit?</i>
Können Sie den Arm über den Kopf heben?	<i>Puteți ridica brațul deasupra capului?</i>
Knackt oder blockiert das Gelenk bei Bewegung?	<i>Articulația pocnește sau se blochează la mișcare?</i>

2. Expresii utile — Instrucțiuni simple în timpul examinării

Spannen Sie bitte den Muskel an.	<i>Încordați, vă rog, mușchiul.</i>
Und jetzt entspannen Sie wieder.	<i>Și acum relaxați din nou.</i>
Beugen und strecken Sie bitte das Knie.	<i>Îndoțiți și întindeți, vă rog, genunchiul.</i>
Sagen Sie mir, wenn es wehtut.	<i>Spuneți-mi dacă doare.</i>

3. Dialog simulativ: Knieschmerzen nach dem Sport

Dureri de genunchi după sport — examinare și descrierea durerii. T = Terapeut · P = Patientin (Frau Schmidt)

TERAPEUT

„Frau Schmidt, Sie haben also Schmerzen im rechten Knie. Wie ist es passiert?“

Doamnă Schmidt, deci aveți dureri la genunchiul drept. Cum s-a întâmplat?

PACIENTĂ

„Beim Joggen vor einer Woche. Seitdem tut es bei jedem Schritt weh.“

La alergare, acum o săptămână. De atunci doare la fiecare pas.

TERAPEUT

„Wie würden Sie den Schmerz beschreiben — stechend, dumpf oder brennend?“

Cum ați descrie durerea — înțepătoare, surdă sau arzătoare?

PACIENTĂ

„Eher stechend, vor allem an der Innenseite vom Knie.“

Mai degrabă înțepătoare, mai ales pe partea interioară a genunchiului.

TERAPEUT

„Ist das Knie geschwollen oder überwärmt gewesen?“

A fost genunchiul umflat sau cald?

PACIENTĂ

„Ja, am Anfang war es geschwollen. Jetzt ist die Schwellung fast weg.“

Da, la început a fost umflat. Acum umflătura aproape a dispărut.

TERAPEUT

„Knackt oder blockiert das Gelenk bei Bewegung?“

Articulația pocnește sau se blochează la mișcare?

PACIENTĂ

„Manchmal knackt es, aber es blockiert nicht.“

Uneori pocnește, dar nu se blochează.

TERAPEUT

„Haben Sie ein Kribbeln oder ein Taubheitsgefühl im Bein?“

Aveți furnicăături sau amorțeală în picior?

PACIENTĂ

„Nein, gar nicht.“

Nu, deloc.

TERAPEUT

„Gut. Beugen und strecken Sie bitte langsam das Knie. Sagen Sie mir, wenn es wehtut.“

Bine. Îndoțiți și întindeți încet genunchiul, vă rog. Spuneți-mi dacă doare.

PACIENTĂ

„Au, ja — genau jetzt, bei der Beugung!“

Au, da — exact acum, la îndoire!

TERAPEUT

„Danke. Der Schmerz tritt also bei Belastung und Beugung auf. Wir beginnen mit einer sanften Behandlung.“

Mulțumesc. Deci durerea apare la efort și la îndoire. Începem cu un tratament blând.

4. Exercițiu practic (Übung)

A. Completați cu cuvântul potrivit (geschwollen · stechend · Kribbeln · anspannen · Gelenk)

B. Asociați cuvântul german cu traducerea

1. die Sehne	a) șoldul	
2. die Hüfte	b) ceafa	
3. der Nacken	c) tendonul	
4. das Sprunggelenk	d) umflătura	
5. die Schwellung	e) glezna	

C. Traduceți în germană

Arată rezolvarea (Lösungen)

A:

1. stechend · 2. geschwollen · 3. Kribbeln · 4. an · 5. Gelenk

B:

1-c · 2-a · 3-b · 4-e · 5-d

C:

1. Der Schmerz ist dumpf und tritt bei Belastung auf.

2. Ist das Gelenk geschwollen?

3. Spannen Sie bitte den Muskel an.

Modul 4: Kommunikation mit Ärzten und Krankenkassen

Modul 4: Kommunikation mit Ärzten und Krankenkassen (Discuția cu medicii și asigurările)

Nivel A2-B1 · Durată recomandată: 2 × 90 min. Obiective: telefonarea la un cabinet medical, cererea unei prescripții de continuare (Folgeverordnung), un raport verbal scurt despre pacient, explicarea contribuției personale (Zuzahlung).

1. Vocabular cheie — Substantive

der Hausarzt, -e	<i>medicul de familie</i>
die Arztpraxis, -praxen	<i>cabinetul medical</i>
die Krankenkasse, -n	<i>casa de asigurări de sănătate</i>
die Überweisung, -en	<i>trimiterea (biletul de trimitere)</i>
die Folgeverordnung, -en	<i>prescripția de continuare</i>
der Therapiebericht, -e	<i>raportul de terapie</i>
der Termin, -e	<i>programarea</i>
die Zuzahlung, -en	<i>contribuția personală (coplata)</i>
die Diagnose, -n	<i>diagnosticul</i>
die Genehmigung, -en	<i>aprobarea</i>

1. Vocabular cheie — Verbe

ausstellen (ein Rezept ausstellen)	<i>a elibera (o rețetă)</i>
verlängern (die Therapie verlängern)	<i>a prelungi (terapia)</i>
genehmigen	<i>a aproba</i>
zurückrufen (rufen Sie mich zurück)	<i>a suna înapoi (sunați-mă înapoi)</i>
vereinbaren (einen Termin vereinbaren)	<i>a stabili (o programare)</i>

2. Expresii utile — La telefon cu cabinetul medical

Guten Tag, hier ist Praxis für Physiotherapie Ionescu.	<i>Bună ziua, aici cabinetul de fizioterapie Ionescu.</i>
Ich rufe wegen Ihres Patienten, Herrn Weber, an.	<i>Sun în legătură cu pacientul dumneavoastră, domnul Weber.</i>
Könnte ich bitte mit Frau Doktor Schmidt sprechen?	<i>Aș putea vorbi, vă rog, cu doamna doctor Schmidt?</i>
Könnten Sie mich bitte zurückrufen?	<i>Ați putea să mă sunați înapoi, vă rog?</i>

2. Expresii utile — Cererea unei prescripții de continuare

Die Verordnung läuft nächste Woche aus.	<i>Prescripția expiră săptămâna viitoare.</i>
Der Patient braucht aus meiner Sicht eine Folgeverordnung.	<i>Din punctul meu de vedere, pacientul are nevoie de o prescripție de continuare.</i>
Könnte die Ärztin ein neues Rezept ausstellen?	<i>Ar putea doamna doctor să elibereze o rețetă nouă?</i>
Ich schicke Ihnen den Therapiebericht zu.	<i>Vă trimit raportul de terapie.</i>

2. Expresii utile — Raport verbal scurt despre pacient

Die Behandlung schlägt gut an.	<i>Tratamentul dă rezultate bune.</i>
Die Schmerzen sind deutlich zurückgegangen.	<i>Durerile s-au redus considerabil.</i>
Die Beweglichkeit hat sich verbessert.	<i>Mobilitatea s-a îmbunătățit.</i>
Der Patient braucht noch weitere Behandlungen.	<i>Pacientul mai are nevoie de ședințe suplimentare.</i>

2. Expresii utile — Cu pacientul: programări și coplată

Möchten Sie gleich den nächsten Termin vereinbaren?	<i>Doriți să stabilim imediat următoarea programare?</i>
Die Krankenkasse übernimmt die Kosten, aber es gibt eine Zuzahlung.	<i>Casa de asigurări acoperă costurile, dar există o contribuție personală.</i>
Bitte bringen Sie die neue Verordnung zum nächsten Termin mit.	<i>Vă rog să aduceți noua prescripție la următoarea programare.</i>

3. Dialog simulativ: Telefonat wegen einer Folgeverordnung

Telefonat cu cabinetul medical pentru o prescripție de continuare. T = Therapeutin (Frau Ionescu) · M = Medizinische Fachangestellte

ASISTENTĂ MEDICALĂ

„Hausarztpraxis Dr. Schmidt, guten Tag. Was kann ich für Sie tun?“

Cabinetul de medicină de familie Dr. Schmidt, bună ziua. Cu ce vă pot ajuta?

TERAPEUTĂ

„Guten Tag, hier ist Frau Ionescu von der Praxis für Physiotherapie. Ich rufe wegen Ihres Patienten, Herrn Weber, an.“

Bună ziua, sunt doamna Ionescu de la cabinetul de fizioterapie. Sun în legătură cu pacientul dumneavoastră, domnul Weber.

ASISTENTĂ MEDICALĂ

„Einen Moment, ich rufe die Akte auf. Ja, Herr Weber — worum geht es?“

Un moment, deschid fișa. Da, domnul Weber — despre ce este vorba?

TERAPEUTĂ

„Herr Weber hat sechsmal Krankengymnastik bekommen. Die Verordnung läuft nächste Woche aus.“

Domnul Weber a primit șase ședințe de gimnastică medicală. Prescripția expiră săptămâna viitoare.

ASISTENTĂ MEDICALĂ

„Und wie ist der Verlauf?“

Și cum evoluează?

TERAPEUTĂ

„Die Behandlung schlägt gut an. Die Schmerzen sind deutlich zurückgegangen und die Beweglichkeit hat sich verbessert. Aus meiner Sicht braucht er aber noch weitere Behandlungen.“

Tratamentul dă rezultate bune. Durerile s-au redus considerabil și mobilitatea s-a îmbunătățit. Din punctul meu de vedere, mai are însă nevoie de ședințe suplimentare.

ASISTENTĂ MEDICALĂ

„Gut. Könnten Sie uns einen kurzen Therapiebericht schicken?“

Bine. Ați putea să ne trimiteți un scurt raport de terapie?

TERAPEUTĂ

„Ja, natürlich. Ich schicke ihn heute noch per Fax. Könnte die Ärztin dann eine Folgeverordnung ausstellen?“

Da, desigur. Îl trimit chiar astăzi prin fax. Ar putea apoi doamna doctor să elibereze o prescripție de continuare?

ASISTENTĂ MEDICALĂ

„Das bespreche ich mit Frau Doktor Schmidt. Ich rufe Sie morgen zurück.“

Discut asta cu doamna doctor Schmidt. Vă sun înapoi mâine.

TERAPEUTĂ

„Sehr gut, vielen Dank. Herr Weber kann das Rezept dann direkt in der Praxis abholen.“

Foarte bine, mulțumesc mult. Domnul Weber poate apoi să ridice rețeta direct de la cabinet.

ASISTENTĂ MEDICALĂ

„In Ordnung. Auf Wiederhören, Frau Ionescu.“

În regulă. La revedere (la telefon), doamnă Ionescu.

TERAPEUTĂ

„Auf Wiederhören!“

La revedere!

4. Exercițiu practic (Übung)

A. Completați cu cuvântul potrivit (Zuzahlung · Therapiebericht · ausstellen · Folgeverordnung · zurückrufen)

B. Asociați cuvântul german cu traducerea

1. die Überweisung	a) casa de asigurări
2. die Krankenkasse	b) programarea
3. der Termin	c) trimiterea
4. die Genehmigung	d) medicul de familie
5. der Hausarzt	e) aprobarea

C. Traduceți în germană

Arată rezolvarea (Lösungen)

A:

1. Folgeverordnung · 2. Therapiebericht · 3. ausstellen · 4. zurückrufen · 5. Zuzahlung

B:

1-c · 2-a · 3-b · 4-e · 5-d

C:

1. Ich rufe wegen Ihres Patienten an.
2. Die Schmerzen sind deutlich zurückgegangen.
3. Könnten Sie mich bitte zurückrufen?

Modul 3: Übungen anleiten und korrigieren

Modul 3: Übungen anleiten und korrigieren (Ghidarea exercițiilor)

Nivel A2-B1 · Durată recomandată: 2 × 90 min. Obiective: explicarea poziției inițiale, ghidarea unui exercițiu pas cu pas (inclusiv respirația), corectarea execuției, motivarea pacientului.

1. Vocabular cheie — Substantive

die Übung, -en	<i>exercițiul</i>
die Wiederholung, -en	<i>repetarea, repetiția</i>
der Satz, -e	<i>seria (de repetări)</i>
die Ausgangsstellung, -en	<i>poziția inițială</i>
die Haltung	<i>postura, ținuta</i>
das Gleichgewicht	<i>echilibrul</i>
die Dehnung, -en	<i>întinderea, stretchingul</i>
die Kräftigung	<i>tonifierea, întărirea musculară</i>
die Pause, -n	<i>pauza</i>
das Theraband, -er	<i>banda elastică (Theraband)</i>

1. Vocabular cheie — Verbe

heben	<i>a ridica</i>
senken	<i>a coborî</i>
halten (die Position halten)	<i>a ține, a menține (poziția)</i>
einatmen	<i>a inspira</i>
ausatmen	<i>a expira</i>

2. Expresii utile — Poziția inițială (Ausgangsstellung)

Legen Sie sich bitte auf den Rücken.	<i>Întindeți-vă, vă rog, pe spate.</i>
---	--

Stellen Sie die Füße hüftbreit auf.	<i>Așezați tălpile la lățimea umerilor.</i>
Stellen Sie sich aufrecht hin.	<i>Stați drept, în picioare.</i>
Die Arme liegen locker neben dem Körper.	<i>Brațele stau relaxate pe lângă corp.</i>

2. Expresii utile — Ghidarea exercițiului

Heben Sie langsam das Becken.	<i>Ridicați încet bazinul.</i>
Halten Sie die Position fünf Sekunden.	<i>Mențineți poziția cinci secunde.</i>
Und jetzt langsam wieder senken.	<i>Și acum coborâți încet la loc.</i>
Atmen Sie ein ... und atmen Sie aus.	<i>Inspirați ... și expirați.</i>
Machen Sie zehn Wiederholungen, insgesamt drei Sätze.	<i>Faceți zece repetări, în total trei serii.</i>

2. Expresii utile — Corectare (Korrektur)

Halten Sie den Rücken gerade.	<i>Țineți spatele drept.</i>
Halten Sie nicht die Luft an!	<i>Nu vă țineți respirația!</i>
Das Knie bleibt leicht gebeugt.	<i>Genunchiul rămâne ușor îndoit.</i>
Nicht so schnell - langsam und kontrolliert.	<i>Nu așa de repede - încet și controlat.</i>

2. Expresii utile — Motivare și feedback

Sehr gut! Genau so.	<i>Foarte bine! Exact așa.</i>
Noch dreimal, Sie schaffen das!	<i>Încă de trei ori, puteți!</i>
Machen Sie eine kurze Pause.	<i>Faceți o pauză scurtă.</i>
Wenn es wehtut, hören Sie sofort auf.	<i>Dacă doare, opriți-vă imediat.</i>

3. Dialog simulativ: Die Brücke (exercițiul „podul”)

Terapeutul ghidează un pacient cu dureri lombare printr-un exercițiu de tonifiere. T = Therapeutin · P = Patient (Herr Weber)

TERAPEUTĂ

„Herr Weber, heute machen wir eine Übung zur Kräftigung. Legen Sie sich bitte auf den Rücken.“

Domnule Weber, astăzi facem un exercițiu de tonifiere. Întindeți-vă, vă rog, pe spate.

PACIENT

„So? Auf die Liege?“

Așa? Pe patul de tratament?

TERAPEUTĂ

„Ja, genau. Stellen Sie die Füße hüftbreit auf. Die Arme liegen locker neben dem Körper.“

Da, exact. Așezați tălpile la lățimea șoldurilor. Brațele stau relaxate pe lângă corp.

PACIENT

„In Ordnung. Und jetzt?“

În regulă. Și acum?

TERAPEUTĂ

„Atmen Sie aus und heben Sie langsam das Becken. Halten Sie die Position fünf Sekunden.“

Expirați și ridicați încet bazinul. Mențineți poziția cinci secunde.

PACIENT

„Ist das so richtig?“

E corect așa?

TERAPEUTĂ

„Fast. Halten Sie den Rücken gerade und halten Sie nicht die Luft an!“

Aproape. Țineți spatele drept și nu vă țineți respirația!

PACIENT

„Puh, das ist anstrengend.“

Uf, e obositor.

TERAPEUTĂ

„Sehr gut, genau so! Und jetzt langsam wieder senken. Atmen Sie ein.“

Foarte bine, exact așa! Și acum coborâți încet la loc. Inspirați.

PACIENT

„Wie oft soll ich das machen?“

De câte ori trebuie să fac asta?

TERAPEUTĂ

„Zehn Wiederholungen, drei Sätze. Zwischen den Sätzen machen Sie eine kurze Pause.“

Zece repetări, trei serii. Între serii faceți o pauză scurtă.

PACIENT

„Und wenn es im Rücken wehtut?“

Și dacă mă doare spatele?

TERAPEUTĂ

„Dann hören Sie sofort auf und sagen mir Bescheid. Die Übung darf anstrengend sein, aber nicht schmerzhaft.“

Atunci vă opriți imediat și îmi spuneți. Exercițiul poate fi obositor, dar nu dureros.

4. Exercițiu practic (Übung)

A. Completați cu cuvântul potrivit (Wiederholungen · Ausgangsstellung · halten · senken · ausatmen)

B. Puneți instrucțiunile în ordinea corectă

- ___ Halten Sie die Position fünf Sekunden.
- ___ Legen Sie sich auf den Rücken und stellen Sie die Füße hüftbreit auf.
- ___ Senken Sie das Becken langsam wieder.
- ___ Heben Sie langsam das Becken.
- ___ Machen Sie eine kurze Pause.

C. Traduceți în germană

Arată rezolvarea (Lösungen)

A:

1. Ausgangsstellung · 2. Halten · 3. senken · 4. ausatmen · 5. Wiederholungen

B (ordinea corectă):

1. Legen Sie sich auf den Rücken und stellen Sie die Füße hüftbreit auf.
2. Heben Sie langsam das Becken.
3. Halten Sie die Position fünf Sekunden.
4. Senken Sie das Becken langsam wieder.
5. Machen Sie eine kurze Pause.

C:

1. Halten Sie den Rücken gerade.
2. Machen Sie zehn Wiederholungen und drei Sätze.
3. Wenn es wehtut, hören Sie sofort auf.

Modulul 5: Befund und Dokumentation

Modulul 5: Befund und Dokumentation (Documentația medicală)

Nivel A2-B1 · Durată recomandată: 2 × 90 min. Obiective: redactarea unui Befund scurt în stil telegrafic, notarea evoluției tratamentului, folosirea abrevierilor uzuale, scrierea unui raport final simplu.

1. Vocabular cheie — Substantive

der Befund, -e	<i>evaluarea, rezultatul examinării</i>
die Dokumentation, -en	<i>documentația</i>
das Behandlungsziel, -e	<i>obiectivul tratamentului</i>
der Verlauf, -e	<i>evoluția</i>
die Einschränkung, -en	<i>limitarea, restricția</i>
die Beweglichkeit	<i>mobilitatea</i>
die Kraft	<i>forța (musculară)</i>
die Maßnahme, -n	<i>măsura, intervenția terapeutică</i>
der Abschlussbericht, -e	<i>raportul final</i>
die Unterschrift, -en	<i>semnătura</i>

1. Vocabular cheie — Verbe

dokumentieren	<i>a documenta, a consemna</i>
messen (die Beweglichkeit messen)	<i>a măsura (mobilitatea)</i>
feststellen	<i>a constata</i>
empfehlen	<i>a recomanda</i>
fortsetzen (die Therapie fortsetzen)	<i>a continua (terapia)</i>

2. Expresii utile — Formulări pentru Befund (stil telegrafic)

Patient klagt über Schmerzen im unteren Rücken.	<i>Pacientul acuză dureri în zona lombară.</i>
--	--

Beweglichkeit der LWS deutlich eingeschränkt.	<i>Mobilitatea coloanei lombare este considerabil limitată.</i>
Muskulatur im Lendenbereich stark verspannt.	<i>Musculatura din zona lombară este puternic contractată.</i>
Kraft im rechten Bein leicht reduziert.	<i>Forța în piciorul drept este ușor redusă.</i>

2. Expresii utile — Obiectivele tratamentului (Behandlungsziele)

Schmerzlinderung	<i>reducerea durerii</i>
Verbesserung der Beweglichkeit	<i>îmbunătățirea mobilității</i>
Kräftigung der Rumpfmuskulatur	<i>tonifierea musculaturii trunchiului</i>
Anleitung zu einem Heimübungsprogramm	<i>instruirea pentru un program de exerciții la domiciliu</i>

2. Expresii utile — Notițe de evoluție și raport final

Patient gibt eine deutliche Besserung an.	<i>Pacientul declară o ameliorare considerabilă.</i>
Schmerz auf der Skala von 8 auf 3 reduziert.	<i>Durerea s-a redus pe scală de la 8 la 3.</i>
Behandlungsziel wurde erreicht / teilweise erreicht.	<i>Obiectivul tratamentului a fost atins / parțial atins.</i>
Eine Fortsetzung der Therapie wird empfohlen.	<i>Se recomandă continuarea terapiei.</i>

2. Abkürzungen in der Dokumentation

Pat.	<i>Patient/Patientin (pacientul/pacienta)</i>
KG	<i>Krankengymnastik (gimnastică medicală)</i>
MT	<i>Manuelle Therapie (terapie manuală)</i>
LWS / BWS / HWS	<i>coloana lombară / toracală / cervicală</i>
re. / li.	<i>rechts / links (dreapta / stânga)</i>
Z.n.	<i>Zustand nach (stare după, ex. Z.n. OP = stare postoperatorie)</i>
6x KG	<i>șase ședințe de gimnastică medicală</i>

3. Dialog simulativ: Die erste Dokumentation

O terapeută experimentată explică unei colege noi, venite din România, cum se scrie documentația. A = Anna (terapeuta experimentată) · E = Elena (colega nouă)

ELENA

„Anna, kannst du mir kurz helfen? Ich muss den Befund für Herrn Weber dokumentieren.“

Anna, mă poți ajuta puțin? Trebuie să documentez evaluarea pentru domnul Weber.

ANNA

„Klar. Schreib zuerst, worüber der Patient klagt. Kurz und ohne ganze Sätze.“

Sigur. Scrie mai întâi ce acuză pacientul. Scurt și fără propoziții complete.

ELENA

„Also: ‚Pat. klagt über Schmerzen im unteren Rücken.‘ Richtig so?“

Deci: „Pacientul acuză dureri în zona lombară.” E corect așa?

ANNA

„Genau. Dann kommt der Befund: Was hast du bei der Untersuchung festgestellt?“

Exact. Apoi urmează evaluarea: ce ai constatat la examinare?

ELENA

„Die Beweglichkeit der LWS ist eingeschränkt und die Muskulatur ist stark verspannt.“

Mobilitatea coloanei lombare este limitată și musculatura este puternic contractată.

ANNA

„Gut. Das schreibst du so: ‚Beweglichkeit der LWS deutlich eingeschränkt, Muskulatur stark verspannt.‘“

Bine. Scrii așa: „Mobilitatea LWS considerabil limitată, musculatura puternic contractată.”

ELENA

„Und dann die Behandlungsziele?“

Și apoi obiectivele tratamentului?

ANNA

„Ja: Schmerzlinderung und Verbesserung der Beweglichkeit. Danach dokumentierst du nach jeder Behandlung kurz den Verlauf.“

Da: reducerea durerii și îmbunătățirea mobilității. După aceea, consemnezi scurt evoluția după fiecare ședință.

ELENA

„Was schreibe ich zum Beispiel nach der dritten Behandlung?“

Ce scriu, de exemplu, după a treia ședință?

ANNA

„Zum Beispiel: ‚Pat. gibt Besserung an. Schmerz von 8 auf 5 reduziert.‘ Und am Ende kommt der Abschlussbericht für den Arzt.“

De exemplu: „Pacientul declară ameliorare. Durerea redusă de la 8 la 5.” Iar la final urmează raportul pentru medic.

ELENA

„Und wenn der Patient noch Therapie braucht?“

Și dacă pacientul mai are nevoie de terapie?

ANNA

„Dann schreibst du: ‚Eine Fortsetzung der Therapie wird empfohlen.‘ Und vergiss die Unterschrift nicht!“

Atunci scrii: „Se recomandă continuarea terapiei.“ Și nu uita semnătura!

Model: Befund scurt (exemplu de documentație)

Pat.: Herr Weber, 45 J. · **Diagnose:** Lumbalgie · **Verordnung:** 6x KG

Befund: Pat. klagt über Schmerzen im unteren Rücken re., Schmerz strahlt in den Oberschenkel aus. Schmerz: 8/10. Beweglichkeit der LWS deutlich eingeschränkt, Muskulatur stark verspannt.

Ziele: Schmerzlinderung, Verbesserung der Beweglichkeit, Anleitung zu einem Heimübungsprogramm.

Abschluss (nach 6x KG): Schmerz von 8 auf 3 reduziert, Beweglichkeit verbessert. Behandlungsziel teilweise erreicht. Eine Fortsetzung der Therapie wird empfohlen.

4. Exercițiu practic (Übung)

A. Completați cu cuvântul potrivit (Verlauf · empfohlen · Befund · eingeschränkt · Behandlungsziel)

B. Ce înseamnă abrevierile? Asociați.

1. LWS	a) rechts
2. KG	b) Zustand nach
3. re.	c) Lendenwirbelsäule (coloana lombară)
4. Z.n.	d) Patient
5. Pat.	e) Krankengymnastik

C. Scrieți în stil telegrafic (pentru documentație)

Arată rezolvarea (Lösungen)

A:

1. Befund · 2. eingeschränkt · 3. Behandlungsziel · 4. Verlauf · 5. empfohlen

B:

1-c · 2-e · 3-a · 4-b · 5-d

C:

1. Pat. klagt über Schmerzen im Nacken.

2. Schmerz von 7 auf 4 reduziert.

3. Eine Fortsetzung der Therapie wird empfohlen.

Modul 6: Vorbereitung auf die Fachsprachenprüfung

Modulul 6: Vorbereitung auf die Fachsprachenprüfung (Pregătirea pentru examenul de limbaj de specialitate — Anerkennung)

Nivel B1-B2 · Durată recomandată: 3 × 90 min. Obiective: cunoașterea structurii probei orale, conducerea unei anamneze de examen, completarea unui Anamnesebogen, prezentarea cazului în fața comisiei cu limbaj medical corect.

1. Ghid rapid: structura examenului

Fachsprachenprüfung pentru fizioterapeuți durează în total 60 de minute și are trei părți a câte 20 de minute:

Partea 1 — Berufsspezifisches Patientengespräch (Anamnese)	Conduceți o anamneză cu un pacient simulat. Se evaluează întrebările structurate, limbajul adaptat pacientului (fără jargon!) și empatia.
Partea 2 — Schriftliche Aufgabe (Dokumentation)	Completați în scris documentația tipică profesiei (Anamnesebogen, Befund) în stil telegrafic — vezi Modulul 5.
Partea 3 — Berufsspezifisches Fachgespräch (Patientenvorstellung)	Prezentați cazul unui coleg sau comisiei, cu terminologie medicală corectă (jargon profesional).

Important: examenul verifică nivelul B2 aplicat profesional, nu cunoștințele de fizioterapie. Cheia este schimbarea de registru: cu pacientul vorbiți simplu („Tut es hier weh?“), cu comisia profesional („Der Patient gibt einen Druckschmerz paravertebral an.“). Organizarea și cerințele exacte diferă de la un land la altul — informați-vă la autoritatea de recunoaștere din landul dumneavoastră.

2. Simulare de examen: pacient cu Bandscheibenvorfall (hernie de disc)

Herr Krause, 52 de ani, lucrător în depozit. Acum două săptămâni a ridicat o cutie grea și a simțit o durere acută lombară. RMN: hernie de disc L4/L5. Prescripție: 6x KG. Aveți 20 de minute pentru anamneză. T = candidatul (terapeutul) · P = pacientul simulat

CANDIDAT

„Guten Tag, Herr Krause. Mein Name ist Frau Ionescu, ich bin Ihre Physiotherapeutin. Was führt Sie zu mir?“

Bună ziua, domnule Krause. Numele meu este doamna Ionescu, sunt fizioterapeuta dumneavoastră. Ce vă aduce la mine?

PACIENT SIMULAT

„Ich habe seit zwei Wochen furchtbare Schmerzen im Kreuz. Der Arzt sagt, es ist ein Bandscheibenvorfall.“

De două săptămâni am dureri îngrozitoare în zona lombară. Medicul spune că este o hernie de disc.

CANDIDAT

„Das tut mir leid. Wie ist es denn passiert?“

Îmi pare rău. Cum s-a întâmplat?

PACIENT SIMULAT

„Ich habe im Lager eine schwere Kiste gehoben. Da hat es plötzlich einen Stich gegeben.“

Am ridicat o cutie grea în depozit. Atunci am simțit brusc o înțepătură.

CANDIDAT

„Wo genau sitzt der Schmerz? Und strahlt er irgendwohin aus?“

Unde anume este durerea? Și iradiază undeva?

PACIENT SIMULAT

„Hier unten links. Und er zieht bis in den linken Fuß.“

Aici jos, în stânga. Și trage până în laba piciorului stâng.

CANDIDAT

„Haben Sie auch ein Kribbeln oder ein Taubheitsgefühl im Bein?“

Aveți și furnicături sau amorțeală în picior?

PACIENT SIMULAT

„Ja, die Außenseite vom Unterschenkel kribbelt oft.“

Da, partea exterioară a gambei furnică des.

CANDIDAT

„Wie stark ist der Schmerz auf einer Skala von 0 bis 10?“

Cât de puternică este durerea pe o scală de la 0 la 10?

PACIENT SIMULAT

„Beim Sitzen eine Sieben. Im Liegen wird es besser, vielleicht eine Drei.“

Când stau jos, șapte. Culcat e mai bine, poate trei.

CANDIDAT

„Was verstärkt die Schmerzen — Husten, Niesen, Bücken?“

Ce accentuează durerile — tusea, strănutul, aplecarea?

PACIENT SIMULAT

„Ja, beim Husten und beim Bücken wird es viel schlimmer.“

Da, la tuse și la aplecare devine mult mai rău.

CANDIDAT

„Eine wichtige Frage: Haben Sie Probleme mit der Blase oder mit dem Stuhlgang?“

O întrebare importantă: aveți probleme cu vezica sau cu scaunul?

PACIENT SIMULAT

„Nein, zum Glück nicht.“

Nu, din fericire nu.

CANDIDAT**„Gut. Nehmen Sie Medikamente? Und haben Sie Vorerkrankungen?“***Bine. Luați medicamente? Și aveți boli anterioare?***PACIENT SIMULAT****„Ich nehme Ibuprofen, 600 Milligramm. Sonst bin ich gesund, nur etwas Bluthochdruck.“***Iau ibuprofen, 600 de miligrame. Altfel sunt sănătos, doar puțină hipertensiune.***CANDIDAT****„Danke, Herr Krause. Dann untersuche ich Sie jetzt und danach besprechen wir die Behandlung.“***Mulțumesc, domnule Krause. Acum vă examinez, iar apoi discutăm tratamentul.*

Observație pentru examen: Întrebarea despre vezică/scaun (Blasen-/Mastdarmstörungen) este un red flag obligatoriu la hernia de disc — comisia o așteaptă. La fel: debut, iradiere, parestezii, factori agravanți, medicație.

3. Anamnesebogen: fișa pacientului completată structurat

Așa arată o fișă completată corect, în stil telegrafic (partea scrisă a examenului).

Rubrik (DE)	Eintrag — exemplu completat	Română
Persönliche Daten	Herr Krause, 52 J., Lagerarbeiter	date personale, profesia
Hauptbeschwerde	Akute Schmerzen im unteren Rücken li.	acuze principală
Beginn / Auslöser	Vor 2 Wochen, beim Heben einer schweren Kiste	debutul / factorul declanșator
Lokalisation / Ausstrahlung	LWS li., ausstrahlend bis in den li. Fuß	localizare / iradiere
Schmerzqualität	Stechend, bei Belastung ziehend	caracterul durerii
Intensität (NRS)	Sitzen: 7/10 · Liegen: 3/10	intensitatea (scala numerică)
Verstärkende Faktoren	Husten, Niesen, Bücken, langes Sitzen	factori agravanți
Lindernde Faktoren	Liegen, Stufenlagerung	factori care ameliorează
Begleitsymptome	Kribbeln an der Außenseite des li. Unterschenkels	simptome asociate
Red Flags	Keine Blasen-/Mastdarmstörungen, kein Fieber, kein Gewichtsverlust	semne de alarmă (absente)
Vorerkrankungen	Arterielle Hypertonie; keine OPs	antecedente
Medikamente	Ibuprofen 600 mg b. Bedarf	medicația
Diagnose (lt. Verordnung)	Bandscheibenvorfall L4/L5 (MRT-gesichert)	diagnosticul (conform prescripției)
Verordnung	6x KG	prescripția

4. Patientenvorstellung: text model pentru comisie

Prezentarea cazului în fața comisiei — aici folosiți registrul profesional. Învățați structura, nu textul pe de rost: prezentare → anamneză → befund → red flags → obiective → plan.

Ich möchte Ihnen Herrn Krause vorstellen, einen 52-jährigen Lagerarbeiter.	<i>Aș dori să vi-l prezint pe domnul Krause, un lucrător în depozit în vârstă de 52 de ani.</i>
Der Patient klagt über akute Schmerzen im unteren Rücken links, die vor zwei Wochen beim Heben einer schweren Kiste aufgetreten sind.	<i>Pacientul acuză dureri acute lombare pe stânga, apărute acum două săptămâni la ridicarea unei cutii grele.</i>
Die Schmerzen strahlen bis in den linken Fuß aus.	<i>Durerile iradiază până în laba piciorului stâng.</i>
Begleitend gibt der Patient Parästhesien an der Außenseite des linken Unterschenkels an.	<i>Asociat, pacientul relatează parestezii pe partea exterioară a gambei stângi.</i>
Auf der numerischen Rating-Skala liegt der Schmerz beim Sitzen bei sieben, im Liegen bei drei.	<i>Pe scala numerică, durerea este șapte la șezut și trei în decubit.</i>
Die Beschwerden verstärken sich beim Husten, Niesen und Bücken.	<i>Simptomele se accentuează la tuse, strănut și aplecare.</i>
Laut Verordnung besteht ein MRT-gesicherter Bandscheibenvorfall in Höhe L4/L5.	<i>Conform prescripției, există o hernie de disc confirmată RMN la nivelul L4/L5.</i>
In der Untersuchung zeigt sich eine deutliche Bewegungseinschränkung der Lendenwirbelsäule, vor allem bei der Flexion.	<i>La examinare se evidențiază o limitare considerabilă a mobilității coloanei lombare, mai ales la flexie.</i>
Das Lasègue-Zeichen ist links bei etwa vierzig Grad positiv.	<i>Semnul Lasègue este pozitiv pe stânga la aproximativ patruzeci de grade.</i>
Die paravertebrale Muskulatur ist im Lendenbereich stark verspannt.	<i>Musculatura paravertebrală din zona lombară este puternic contractată.</i>
Blasen- und Mastdarmstörungen sowie weitere Red Flags liegen nicht vor.	<i>Nu există tulburări de vezică sau de tranzit și nici alte semne de alarmă.</i>
Als Vorerkrankung besteht eine arterielle Hypertonie; der Patient nimmt bei Bedarf Ibuprofen sechshundert Milligramm.	<i>Ca antecedent există hipertensiune arterială; pacientul ia la nevoie ibuprofen 600 mg.</i>

Die Behandlungsziele sind Schmerzlinderung, Verbesserung der Beweglichkeit und die Anleitung zu einem rückschonenden Verhalten im Alltag.	<i>Obiectivele tratamentului sunt reducerea durerii, îmbunătățirea mobilității și instruirea pentru un comportament care protejează spatele în viața de zi cu zi.</i>
Geplant sind zunächst schmerzlindernde Maßnahmen, anschließend eine schrittweise Kräftigung der Rumpfmuskulatur.	<i>Sunt planificate mai întâi măsuri de reducere a durerii, apoi o tonifiere treptată a musculaturii trunchiului.</i>
Bei regelmäßiger Therapie ist die Prognose aus physiotherapeutischer Sicht gut.	<i>Cu terapie regulată, prognosticul este bun din punct de vedere fizioterapeutic.</i>

Formulări-cheie pentru comisie (de reținut)

Der Patient klagt über ...	<i>Pacientul acuză ...</i>
Der Patient gibt ... an.	<i>Pacientul relatează / indică ...</i>
Es zeigt sich eine Bewegungseinschränkung ...	<i>Se evidențiază o limitare a mobilității ...</i>
Es besteht der Verdacht auf ...	<i>Există suspiciunea de ...</i>
Red Flags liegen nicht vor.	<i>Nu există semne de alarmă.</i>
Aus physiotherapeutischer Sicht empfehle ich ...	<i>Din punct de vedere fizioterapeutic, recomand ...</i>

Glosar General (Gesamtglossar)

Glosar general — ediția actualizată (Modulele 1-6 + capitolul MTT)

Toți termenii din curs, în ordine alfabetică, cu trimitere la modulul din care provin.

Module: 1 = Anamnese · 2 = Anatomie und Schmerz · 3 = Übungen anleiten · 4 = Ärzte und Krankenkassen · 5 = Befund und Dokumentation · 6 = Fachsprachenprüfung · MTT = Bewegungstherapie & Medizinische Trainingstherapie

Total: 82 de substantive · 34 de verbe · 11 adjective · 11 abrevieri.

Substantive (A-Z)

Germană	Română	Modul
die Abduktion	abducția (depărtarea de corp)	MTT
der Abschlussbericht, -e	raportul final	5
die Adduktion	adducția (apropierea de corp)	MTT
der Anamnesebogen, "-	fișa de anamneză	6
die Anerkennung	recunoașterea (diplomei)	6
die Arztpraxis, -praxen	cabinetul medical	4
die Ausgangsstellung, -en	poziția inițială	3
der Bandscheibenvorfall, "-e	hernia de disc	6
der Befund, -e	evaluarea, rezultatul examinării	5
die Behandlung, -en	tratamentul	1
das Behandlungsziel, -e	obiectivul tratamentului	5
die Beinachse, -n	axa membrului inferior	MTT
die Beinpresse, -n	presa de picioare	MTT
die Belastung, -en	solicitarea, încărcarea	MTT
die Beschwerden (Pl.)	acuzele, simptomele	1
die Beweglichkeit	mobilitatea	5
die Bewegung, -en	mișcarea	1
die Blasen- und Mastdarmstörungen (Pl.)	tulburările de vezică și de tranzit (red flag)	6
die Dehnung, -en	întinderea, stretchingul	3
die Diagnose, -n	diagnosticul	4

Germană	Română	Modul
die Dokumentation, -en	documentația	5
die Dorsalextension / die Plantarflexion	flexia dorsală / plantară a piciorului	MTT
die Einschränkung, -en	limitarea, restricția	5
die Erholung	recuperarea, refacerea	MTT
die Extension	extensia (întinderea)	MTT
die Fachsprachenprüfung, -en	examenul de limbaj de specialitate	6
die Flexion	flexia (îndoirea)	MTT
die Folgeverordnung, -en	prescripția de continuare	4
das Gelenk, -e	articulația	2
die Genehmigung, -en	aprobarea	4
das Gewicht, -e	greutatea	MTT
das Gleichgewicht	echilibrul	3
die Haltung	postura, ținuta	3
die Hantel, -n	gantera	MTT
der Hausarzt, -e	medicul de familie	4
das Hohlkreuz (die Hyperlordose)	hiperlordoza lombară	MTT
die Hüfte, -n	șoldul	2
die Innenrotation / die Außenrotation	rotația internă / externă	MTT
das Knie, -	genunchiul	2
die Kraft	forța (musculară)	5
die Kräftigung	tonifierea, întărirea musculară	3
die Krankenkasse, -n	casa de asigurări de sănătate	4
das Lasègue-Zeichen	semnul Lasègue	6
die Maßnahme, -n	măsura, intervenția terapeutică	5
der Muskel, -n	mușchiul	2
der Nacken	ceafa	2
der Nerv, -en	nervul	2
die Parästhesie, -n (das Kribbeln)	parestezia (furnicăturile)	6
die Patientenvorstellung, -en	prezentarea cazului	6

Germană	Română	Modul
die Pause, -n	pauza	3
die Prognose, -n	prognosticul	6
die Pronation / die Supination	pronația / supinația	MTT
der Rücken	spatele	1
die Rumpfstabilität	stabilitatea trunchiului (core)	MTT
der Rundrücken (die Kyphose)	cifoza, spatele rotunjit	MTT
die Sagittal-, Frontal- und Transversalebene	planurile sagital, frontal și transversal	MTT
der Satz, -e	seria (de repetări)	3
der Schmerz, -en	durerea	1
die Schulter, -n	umărul	2
die Schwellung, -en	umflătura, edemul	2
die Sehne, -n	tendonul	2
der Seilzug, -e	scripetele (cablul)	MTT
das Sprunggelenk, -e	glezna (articulația gleznei)	2
die Steigerung, -en	progresia, creșterea (dozării)	MTT
das Taubheitsgefühl, -e	amorțeala	6
der Termin, -e	programarea	4
das Theraband, -er	banda elastică (Theraband)	3
der Therapiebericht, -e	raportul de terapie	4
das Trainingsgerät, -e	aparatură de antrenament	MTT
die Überweisung, -en	trimiterea (biletul de trimitere)	4
die Übung, -en	exercițiul	3
die Unterschrift, -en	semnătura	5
die Untersuchung, -en	examinarea, consultația	1
der Verlauf, -e	evoluția	5
die Verordnung, -en / das Rezept, -e	prescripția medicală / rețeta	1
die Verspannung, -en	contractura, încordarea musculară	1
die Vorerkrankung, -en	boala anterioară / antecedentele	1
der Widerstand, -e	rezistența	MTT
die Wiederholung, -en	repetarea, repetiția	3

Germană	Română	Modul
die Wirbelsäule	coloana vertebrală	1
die Zugstärke, -n	nivelul de rezistență (al benzii elastice)	MTT
die Zuzahlung, -en	contribuția personală (coplata)	4

Verbe (A-Z)

Germană	Română	Modul
abspreizen (das Bein abspreizen)	a depărta lateral (piciorul)	MTT
angeben (der Patient gibt an)	a relata, a indica (pacientul relatează)	6
anschwellen (das Knie ist angeschwollen)	a se umfla (genunchiul este umflat)	2
anspannen	a încorda (mușchiul)	2
ausatmen	a expira	3
ausführen (eine Bewegung ausführen)	a executa (o mișcare)	MTT
ausstellen (ein Rezept ausstellen)	a elibera (o rețetă)	4
ausstrahlen (der Schmerz strahlt aus)	a iradia (durerea iradiază)	1
sich bücken	a se apleca	1
dokumentieren	a documenta, a consemna	5
drehen (nach innen/außen drehen)	a roti (spre interior/exterior)	MTT
einatmen	a inspira	3
einschätzen	a evalua, a aprecia	1
empfehlen	a recomanda	5
entspannen	a relaxa	2
feststellen	a constata	5
fortsetzen (die Therapie fortsetzen)	a continua (terapia)	5
genehmigen	a aproba	4
halten (die Position halten)	a ține, a menține (poziția)	3
heben	a ridica	3
heranführen (das Bein heranführen)	a apropia (piciorul) de corp	MTT

Germană	Română	Modul
kippen (das Becken kippt zur Seite)	a (se) înclina, a bascula	MTT
klagen über (der Patient klagt über ...)	a acuza (pacientul acuză ...)	6
kompensieren	a compensa	MTT
kribbeln (es kribbelt)	a furnica (furnică)	2
messen (die Beweglichkeit messen)	a măsura (mobilitatea)	5
schmerzen	a dura	2
senken	a coborî	3
untersuchen	a examina	1
vereinbaren (einen Termin vereinbaren)	a stabili (o programare)	4
verlängern (die Therapie verlängern)	a prelungi (terapia)	4
vorstellen (einen Patienten vorstellen)	a prezenta (un pacient)	6
wehtun (es tut weh)	a dura (doare)	1
zurückrufen (rufen Sie mich zurück)	a suna înapoi (sunați-mă înapoi)	4

Adjective (A-Z)

Germană	Română	Modul
aufrecht	drept, vertical (postura)	3
brennend	arzător (durerea)	2
dumpf	surd (durerea)	2
eingeschränkt	limitat, restricționat	5
exzentrisch	excentric (mușchiul frânează, se alungește)	MTT
geschwollen	umflat	2
isometrisch	izometric (contractie fără mișcare)	MTT
konzentrisch	concentric (mușchiul se scurtează)	MTT
stechend	înțepător (durerea)	2
verspannt	contractat, încordat (musculatura)	5

Germană	Română	Modul
ziehend	trăgător, ca o tracțiune (durerea)	2

Abrevieri uzuale în documentație

Abreviere	Semnificație
Pat.	Patient/Patientin (pacientul/pacienta)
KG	Krankengymnastik (gimnastică medicală)
MT	Manuelle Therapie (terapie manuală)
MTT	Medizinische Trainingstherapie (terapie prin antrenament medical)
LWS / BWS / HWS	coloana lombară / toracală / cervicală
re. / li.	rechts / links (dreapta / stânga)
Z.n.	Zustand nach (stare după, ex. Z.n. OP = stare postoperatorie)
6x KG	șase ședințe de gimnastică medicală
NRS	numerische Rating-Skala (scala numerică a durerii, 0-10)
MRT	Magnetresonanztomographie (RMN)
FSP	Fachsprachenprüfung (examenul de limbaj de specialitate)