



## Lekcja nr 105: Die Allergie von Frau Schulz, czyli co wolno jeść

### DIALOG 1

- Wollen Sie ein Stück Schokolade, Frau Schulz? Ich habe noch eine bittere aus Polen.

*[Wolen Zi ajn Sztyk Szokolade, Frał Szulc? Is habe noch ajne bitere ałs Polen.]*

**Czy chce pani może kostkę czekolady ? Mam gorzką z Polski.**

- Ja, gerne. Lesen Sie auf der Verpackung, ob sie keine Nüsse hat. Sie wissen doch, dass ich allergisch gegen Nüsse sind.

*[Ja, gerne. Lejzen Zi ałf der Ferpakung, ob zi kajne Nyse hat. Zi wisen doch, das is alergisz gejgen Nyse bin.]*

**Tak, chętnie. Proszę przeczytać na opakowaniu, czy nie zawiera orzechów. Wie pani, że mam alergię na orzechy.**

- Ja, ich weiß. Nicht nur gegen Nüsse.

*[Ja, is wajs. Ništ nuła gejgen Nyse.]*

**Tak, wiem. Nie tylko na orzechy.**

### DIALOG 2

- Kakaomasse, Zucker, Kakaobutter, magerer Kakao, Sojalecithin. Das ist alles. Sie können sie ruhig essen.

*[Kakaomase, Cuka, Kakaobuta, magerer Kakao, Zojalecithin. Das yst ales. Zi kynen zi ruliś esen.]*

**Masa kakaowa, cukier, masło kakaowe, odtłuszczone kakao, lecytyna sojowa. To wszystko. Może pani spokojnie zjeść.**

- Danke, ich nehme zwei Stück, damit mein Zucker nicht zu hoch wird.

*[Danke, is nejme cwaj Sztyk, damit majn Cuka ništ cu hoh wird.]*

**Dziękuję, wezmę dwa kawałki, żeby mi cukier nie podskoczył.**

- Seit wann sind Sie eigentlich allergisch?

*[Zajt wan zynd Zi ajgentliś alergisz?]*

**Od kiedy Pani jest właściwie alergikiem?**

- Seit der Kindheit. Als ich Kind war, war ich allergisch gegen Gluten und Milch. Ich konnte fast nichts essen: keine Getreideprodukte d.h. keinen Hafer, Roggen und Gerste. Ich musste auf Brot, Cornflakes und Milchprodukte wie Joghurt, Milch, Quark, Käse verzichten. Ich durfte auch keine Süßigkeiten essen. Stellen Sie sich mal vor, für ein Kind war das ein Trauma. Ich kann mich erinnern, dass meine Mutter mir immer braunen Reis oder Buchweizen gekocht hat.

*[Zajt der Kindhajt. Als is Kind wa, wa is alergisz gejgen Gluten und Milś. Is konte fast ništ esen: kajne Getrajdeprodukte das hajst kajnen Hafen, Rogen und Gerste. Is muste ałf Brot, Kornflejks und Milśprodukte fercišten. Is durfte ałch kajne Zysiśkajten esen. Sztelen Zi ziś mal for, fyr ajn Kind wa das ajn Trałma. Is kan miś erinern, das majne Muta mija ima brałnen Rajs oda Buchwajcen gekocht hat.]*

**Od dzieciństwa. Jako dziecko miałam alergię na gluten i mleko. Nie mogłam prawie nic jeść, żadnych produktów zbożowych tzn. owsa, żyta i jęczmienia. Musiałam zrezygnować z chleba, płatków śniadaniowych, z produktów mlecznych takich jak jogurty, mleko, ser i twaróg. Nie mogłam też jeść słodczy. Proszę sobie wyobrazić, dla dziecka była to trauma. Pamiętam tylko, że moja mama ciągle gotowała mi brązowy ryż lub kaszę gryczaną.**

- Oh! Wenigstens haben Sie sich gesund ernährt, aber ich kann es mir nicht vorstellen, wie man als Kind ohne Süßigkeiten überleben kann, während die Anderen sie essen. Sie mussten einen starken Willen haben.

*[Oh, wenigstens haben Zi ziś gezond ernert, aba is kan es mija ništ forsztelen, wi man als Kind one Zysiśkajten ybalejben kan, wejrend di Anderen zi esen. Zi musten ajnen sztarken Wilen haben.]*

**Oh! Przynajmniej zdrowo się pani odżywiała, ale nie mogę sobie wyobrazić, jak można jako dziecko wytrzymać bez słodczy, podczas gdy inni je jedzą. Musiała pani mieć silną wolę.**



• Das war schwer, aber einmal habe ich einen Schokoriegel probiert und danach bin ich geschwollen, konnte nicht atmen und es war mir übel. Seitdem habe ich nichts gegessen, was ich nicht durfte.

*[Das wa szwea, aba ajnmal habe is ajnen Szokorigel probirt und danach bin is geschwollen, konte ništ atmen und es wa mija ybel. Zajtdej m habe is ništs gegesen, was is ništ durfte.]*

**To było ciężkie, ale raz spróbowałam batonika czekoladowego i zaraz spuchłam, nie mogłam oddychać i było mi niedobrze. Od tej pory nie jadłam nic, czego nie było mi wolno.**

• Und wie sind Sie heil geworden?

*[Und wi zynd Zi hajl geworden?]*

**A jak się pani wyleczyła?**

• Dank der Eliminationsdiät. Dann hatte ich viele Jahre Ruhe. Mit dem Alter bin ich leider gegen Nüsse und gegen Pollen allergisch geworden. Sie wissen selbst, wie ich im Frühling niese.

*[Dank der Eliminacjondjet. Dan hate is file Jare Rułe. Mit dem Alta bin is lajda gegegen Nyse und gegegen Polen alergisz geworden. Zi wisen zelbst, wi is im Fryling nise.]*

**Dzięki diecie eliminacyjnej. Potem miałam wiele lat spokój. Z wiekiem niestety uczuliłam się na orzechy i pyłki roślin. Sama pani wie, jak kicham na wiosnę.**

### DIALOG 3

• Ja, ich weiß. Apropos, ich muss Ihnen einen Termin beim Allergologen machen. Sie müssen geimpft werden und er muss Ihnen neues Rezept für Antihistaminika verschreiben.

*[Ja, is wajs. Apropo, is mus lnen ajnen Termin bajm Alergologen machen. Zi mysen geimpft werden und er mus lnen nojes Recept fyr Antihistaminika ferszrajben.]*

**Tak, wiem. Apropos, muszę pani umówić termin u alergologa. Muszą panią zaszczepić, oprócz tego lekarz przepisze pani nową receptę na leki antyhistaminowe.**

• Das stimmt, aber ich habe einen Eindruck, dass es nicht hilft.

*[Das sztymt, aba is habe ajnen Ejndruk, das es ništ hilft.]*

**Zgadza się, ale mam wrażenie, że to nie pomaga.**

• Das hilft vielleicht nicht eindeutig, aber mildert Symptome. Die Medikamente helfen sicher den Heuschnupfen und die Augenentzündung mildern. Sie beinhalten Cetirizin und Loratadin, die die Produktion von Histamin blockieren.

*[Das hilft filajt niš ajndojtiš, aba mildert Zymptome. Di Medikamente helfen zisia dejn Hojsznupfen und di Ałgenentcyndung mildern. Zi beinhalten Cetiricin und Loratadin, di di Produkcjon fon Histamin blokiren.]*

**Może wyraźnie nie pomagają, ale łagodzą objawy. Te lekarstwa pomagają na pewno złagodzić katar sienny i zapalenie spojówek. One zawierają cetyryzynę i loratadynę, które blokują wytwarzanie histaminy.**

• Es wundert mich, woher Sie so viel wissen.

*[Es wundert miš, woher Zi zo fil wisen.]*

**Dziwi mnie, skąd pani tyle wie.**

• Sie müssen auch aufpassen, dass Sie keine Kreuzallergie bekommen.

*[Zi mysen ałch ałfpasen, das Zi kajne Krojcalergi bekomen.]*

**Musi pani również uważać, żeby pani nie dostała alergii krzyżowej.**

• Was ist das?

*[Was yst das?]*

**Co to jest?**

• Wenn Sie z. B Produkte mit Nüssen essen, die Sie nicht essen dürfen, kann Ihre Allergie gegen Pollen stärker werden. Kreuzallergie kommt meistens im Allergiesaison vor - Frühling, Spätfrühling. Wissen Sie noch genau gegen welche Pollen Sie allergisch sind?

*[Wen Zi cum Bajszpil Produkte myt Nysen esen, di Zi ništ esen dyrfen, kan Ire Alergi gegegen Polen szterka werden. Krojcalergi komt majstens im Alergisezon for - Fryling, Szpejfyryling. Wisen zi noch genał gegegen welsie Polen Zi alergisz zynd?]*

**Gdy zje pani np. produkty z orzechami, których pani nie może jeść, alergia na pyłki może się nasilić.**

**Alergia krzyżowa najczęściej występuje w okresie alergicznym - wiosną, późną wiosną. Pamiętaj pani, na jakie pyłki jest pani uczulona?**



- Sicher gegen Gras, Birke, Buche, Eiche und Erle.  
*[Zisia geegen Gras, Birke, Buche, Ajsie und Erle.]*

**Na pewno na trawę, sosnę, buk, dąb i olchę.**

- Wir wiederholen noch Untersuchungen und machen Allergietests, um sicher zu werden, gegen was Sie allergisch sind. Die Ergebnisse der Untersuchung von 10 Jahren sind sicher nicht mehr aktuell.  
*[Wija widaholen noch Untazuchungen und machen alergologisze Tests, um zisia cu werden, geegen was Zi alergisz zynd. Di Ergejbise der Untazuchung fon cejn Jaren zynd zisia ništ mea aktuel.]*

**Powtórzymy jeszcze badania i zrobimy pani testy alergologiczne, aby się upewnić na co pani jest uczulona. Wyniki sprzed 10 lat nie są na pewno już aktualne.**

- Eins bin ich mir sicher, dass ich nicht gegen Staub allergisch bin. Ihn haben wir nicht zu Hause dank ihrer fleißigen Arbeit.

*[Ajnc bin is mija zisia, das is ništ geegen Sztalb alergisz bin. In haben wija niś zu Hałze dank irer flajsigen Arbajt.]*

**Jednego jestem pewna, nie jestem uczulona na kurz. My go po prostu nie mamy w domu, dzięki pani dokładnej pracy.**

**Podobała Ci się nasza lekcja? Zobacz kolejne na [www.aterima-med.pl](http://www.aterima-med.pl)**

**Znasz język niemiecki? Wyjedź z nami jako opiekun osób starszych w Niemczech! Aktualne oferty na [www.aterima-med.pl/oferty](http://www.aterima-med.pl/oferty).**

Materiał stanowi własność Grupy ATERIMA Europe Sp. z o.o. sp. k. ul. Puskarska 7m, 30-644 Kraków.  
Reprodukcja, rozpowszechnianie lub inne wykorzystywanie całości lub części materiału w jakiegokolwiek formie dla celów innych, niż cele niekomercyjne i osobiste jest zakazane.