

# NÃO DEIXE QUE AS PALAVRAS LHE FALTEM NUMA EMERGÊNCIA DE SAÚDE OU MÉDICA

Não existe, talvez, um momento em que seja mais urgente comunicar eficazmente do que quando uma pessoa tem um problema de saúde e precisa de assistência médica. "Graças a Deus, tenho saúde!" É uma velha expressão que resume o valor incalculável da boa saúde. Neste número, *Tais Timor* apresenta a segunda de uma série de

frases e expressões idiomáticas úteis, constituída por uma lista, em quatro línguas, de frases-chave relacionadas com questões de saúde e médicas. Dediquem algum tempo a aprendê-las, afixem-nas em escolas, clínicas e outros locais. Um dia, conhecê-las pode revelar-se importantíssimo para o vosso bem-estar, ou o de outras pessoas.

## Tetun

## Inglês

## Português

## Indonésio

Ha'u hakarak hetan tulun mediku lalais  
Hau sente moras  
Ita boot sente moras oinsa?  
Hospital/klinika iha nebe?  
Hakarak hau bolu doutor ka?  
Hau nia ulun/kabun moras  
Hau dada iis ladun diak  
Hau sente moras iha hirus matan  
Ita boot sente isin manas?  
Ita boot muta beibeik?  
Hau sente oin nakukun  
Ita boot sente laran sa'e?  
Hau nia nehan moras  
Hahu moras horibainhira?  
Hau sente moras semana ida ona  
Labele hanoin barak ita tenke kalma  
Klinika ida nee iha doutor?  
Agora hau sente diak liu tan  
Hau sente aat liu tan  
Favor ida ita prenze reseita ne'e ba hau  
Hau sei sona/fo ini jasaun ba ita boot  
Hau tenke hasai nehan ne'e  
Ne'e moras?  
Hau nia isin rua  
Ita boot isin rua?  
Ita boot hemu aimoruk ruma ona?  
Hau iha moras fuan  
Hau moras asmha/malaria  
Hau moras diabetik  
Ita moras malaria ka dengue dala ruma ona?  
Ita boot hemu aimoruk malaria ruma?  
Ita boot presiza ba ospital  
Hau iha problema isin katar  
Ita boot me'ar?  
Hau me'ar ran  
Ita boot kosar bainhira toba?  
Ita tafui me'ar tasak bainhira ita boot me'ar?  
Ita boot nia me'ar tasak akompanha ho ran ka?  
Ita boot hemu aimoruk tradisional ruma?  
Ita boot hetan isin manas no malirin?

I need immediate medical assistance  
I feel sick/ill  
What are your symptoms?  
Where is the hospital/clinic?  
Do you want me to call a doctor?  
I have a head/stomach ache  
I am having trouble breathing  
I have chest pain  
Do you have a fever?  
Have you been vomiting?  
I feel dizzy  
Do you feel nauseous?  
I have a toothache  
When did the pain start?  
I have had pain for a week  
Try to stay calm  
Does the clinic have a doctor?  
I feel better now  
I feel worse  
Please fill this prescription for me  
I will give you an injection  
I must pull out that tooth  
Does that hurt?  
I am pregnant  
Are you expecting a baby?  
Are you taking any medication?  
I have a heart condition  
I am suffering from asthma/malaria  
I am a diabetic  
Have you ever had malaria or dengue?  
Do you take malaria pills?  
You need to go to the hospital  
I have an itching problem  
Are you coughing?  
I am coughing blood  
Do you have night sweats?  
Do you produce mucus when you cough?  
Do your sputum(mucus) contain blood?  
Are you taking any traditional treatment?  
Do you get fever and chills?

Preciso de assistência médica com urgência  
Estou-me a sentir mal/doente  
Quais são os sintomas?  
Onde é o hospital/clínica?  
Quer que eu chame um médico?  
Tenho uma dor-de-cabeça/estômago  
Não consigo respirar  
Tenho dores no peito  
Tem febre?  
Tem vomitado?  
Estou com tonturas  
Sente náusea?  
Tenho dor-de-dentes  
Quando é que a dor começou?  
Tenho dores há uma semana  
Tente acalmar-se  
Esta clínica tem médicos?  
Já me sinto melhor  
Sinto-me pior  
Por favor, pode preencher esta receita  
Vou dar-lhe uma injeção  
Tenho que arrancar esse dente  
Está a doer?  
Estou grávida  
Está à espera de bebé?  
Está a tomar algum remédio?  
Tenho uma doença cardíaca  
Eu sofro de asma/malária  
Sou diabético  
Alguma vez teve malária ou dengue?  
Está a tomar remédios contra a malária?  
Precisa de ir para o hospital  
Estou com comichão  
Tem tosse?  
Estou a tossir sangue  
Sua muito à noite?  
Tem especturação quando tosse?  
A especturação tem sangue?  
Está a tomar algum remédio tradicional?  
Sente febre ou calafrios?

Saya membutuhkan bantuan medis secepatnya  
Saya merasa sakit  
Bagaimana gejala sakit anda  
Dimana rumah sakit/klinik  
Anda mau saya panggil dokter  
Saya merasa kepala/perut sakit  
Saya susah bernafas  
Saya merasa sakit di dada  
Anda merasa badan panas  
Anda merasa mual dan munta  
Saya merasa pusing  
Saya merasa mual  
Gigi saya sakit  
Kapan anda merasa gigi anda sakit?  
Saya merasa sakit sudah satu minggu  
Jangan banyak pikiran, harus sabar  
Apakah di klinik ini ada dokter?  
Sekarang saya sudah merasa lebih baik  
Saya merasa lebih buruk  
Mohon anda memberikan resep obat ini kepada saya  
Saya akan menyuntik anda  
Saya akan mencabut keluar gigi itu  
Sakit?/Anda merasa sakit?  
Saya hamil/Saya sudah hamil  
Apakah anda sedang hamil?  
Apakah anda sudah melakukan pemeriksaan?  
Saya menderita penyakit jantung  
Saya menderita penyakit asma/malaria  
Saya penderita diabetes  
Apakah anda menderita malaria atau demam berdarah?  
Apakah anda sudah minum obat malaria?  
Anda perlu pergi ke rumah sakit  
Saya ada penyakit kulit (gatal).  
Apakah anda batuk?  
Saya menderita batuk berdarah  
Apakah anda berkeringat waktu tidur?  
Apakah anda mengeluarkan lendir ketika batuk?  
Apakah lendir anda disertai darah?  
Apakah anda sedang menjalani pengobatan tradisional?  
Apakah anda menderita penyakit panas dan mengigil?