Ep 35 : Les médicaments et les remèdes de grand-mère

Bonjour à tous et bienvenue dans ce nouvel épisode de *Causette en chaussettes !*

J'espère que vous allez bien !

Dans l'épisode précédent, on a parlé du rhume, de la grippe et de leurs symptômes.

Aujourd'hui, on va parler **des médicaments** et des **remèdes** à prendre pour **guérir**. C'est parti !

En général, après la consultation, le médecin nous donne **une ordonnance**.

Une ordonnance, c'est un document sur lequel le médecin écrit les médicaments qu'on doit prendre.

Avec cette ordonnance, on peut ensuite aller à **la pharmacie** pour acheter les médicaments.

À la pharmacie, le **pharmacien** ou **la pharmacienne** nous **conseille** et nous explique comment prendre les médicaments.

Maintenant, voyons les différentes formes de médicaments.

Tout d'abord, il y a **les comprimés**, qu'on appelle aussi **des cachets**.

Ce sont de petits médicaments solides qu'on doit **avaler** avec de l'eau.

Avaler, c'est faire passer quelque chose de la bouche vers l'estomac.

Ensuite, il y a **le sirop**, un médicament liquide.

Par exemple, quand on tousse, le pharmacien peut parfois nous conseiller **une cuillère à soupe de sirop** pour **la toux**.

Et quand on a le nez bouché, on peut utiliser **un spray nasal**, un produit qu'on met dans le nez.

Et bien sûr, quand on prend des médicaments, il faut respecter **la dose**.

La dose, c'est la quantité de médicament qu'on doit prendre.

Par exemple, sur une ordonnance, on peut lire : « Un comprimé **deux fois** par jour. »

Mais les médicaments ne sont pas les seules choses qu'on utilise pour **se soigner** !

On utilise aussi ce qu'on appelle **des remèdes de grand-mère**.

Un remède de grand-mère, c'est une méthode traditionnelle, souvent simple et naturelle, qu'on utilise à la maison pour se sentir mieux.

Par exemple, quand on a mal à la gorge, on peut boire **une tisane** de **thym** avec du **miel** et du citron.

Une tisane, c'est une boisson chaude préparée avec des plantes comme du thym, de la **camomille**, etc.

Un autre exemple de remède de grand-mère est de manger **de l'ail cru**, c'est-à-dire dans son état naturel, de l'ail qui n'a pas été cuit.

Un dernier exemple de remède de grand-mère, un peu spécial, est de placer un oignon coupé en deux près du lit pendant la nuit. **Apparemment**, ça aiderait à mieux respirer quand on a le nez bouché.

Et vous ? Quand vous avez un rhume, comment vous vous soignez ? Vous allez chez le médecin et vous prenez des médicaments ou vous préférez les remèdes de grand-mère ?

Et dans votre pays, quels sont les remèdes de grand-mère les plus populaires contre le rhume ?

Voili voilà pour aujourd'hui !

Vous pouvez retrouver la transcription de cet épisode ainsi que la liste du vocabulaire sur **frenchstation.net**.

Prenez soin de vous et à bientôt pour une prochaine causette !

- **Vocabulaire :**
- **Un médicament** : a medicine / medication
- **Un remède** : a remedy
- **Guérir** : to recover / to get better / to heal
- **Une ordonnance** : a prescription
- **Une pharmacie** : a pharmacy / drugstore
- **Un pharmacien / une pharmacienne** : a pharmacist
- **Conseiller** : to advise / recommend
- **Un comprimé** : a tablet
- **Un cachet** : a pill / tablet
- **Avaler** : to swallow
- **Un sirop** : a syrup
- **Une cuillère à soupe** : a tablespoon
- **La toux** : a cough / coughing
- **Un spray nasal** : a nasal spray
- **La dose** : the dose / dosage
- **Une fois / deux / trois… fois** : once / twice / three times…
- **Se soigner** : to treat oneself / get treatment
- **Un remède de grand-mère** : a home remedy / an old-fashioned remedy
- **Une tisane** : an herbal tea
- **Le thym** : thyme
- **Le miel** : honey
- **La camomille** : chamomile
- **L'ail** : garlic
- **Cru / crue** : raw
- **Apparemment** : apparently / seemingly