

Inhoudsopgave

I	Basis van het Swahili	10
1	Inleiding	11
1.1	Waarom een medisch handboek	11
1.2	Het Swahili taalgebied	11
1.3	Opzet van het handboek	12
1.4	Over de auteurs	12
2	Beknopte grammatica	14
2.1	Het alfabet	14
2.2	Lettergrepen en klemtoon	15
2.3	Zinsopbouw en woordvolgorde	15
2.4	Werkwoorden	16
2.4.1	Onderwerpvoorvoegsels en lijdend voorwerp tussenvoegsels	16
2.4.2	Tijdsaanduidingen	17
2.4.3	Stammen en werkwoordsvervoeging	17
2.4.4	Zijn	18
2.4.5	Hebben	18
2.4.6	Gebiedende wijs	19
2.4.7	Normaal gebiedende wijs	19
2.5	Zelfstandige naamwoorden	20
2.6	Vragen en vragende voornaamwoorden	22
2.6.1	Vragend voornaamwoorden	22
2.6.2	Het vraagwoord 'je'	23
3	Bouwstenen voor het spreken en begrijpen	24
3.1	Getallen en prijzen	24
3.2	Klok kijken	25
3.3	Eten en drinken	27
3.3.1	Fruit - <i>matunda</i>	27
3.3.2	Groenten - <i>mboga</i>	28
3.3.3	Eten en drinken - <i>chakula na kinywaji</i>	28
3.4	Kleuren	29
3.5	Richting en voorzetsels	29
3.6	Kleding	30

4 Kennismaking, afscheid nemen en taalproblemen	31
4.1 Begroetingen	31
4.1.1 Formele begroetingen	31
4.1.2 Habari: het nieuws uitwisselen	32
4.1.3 Informele groeten en straattaal	33
4.2 Sorry & gefeliciteerd	33
4.3 Welkom heten en afscheid nemen	34
4.4 Jezelf voorstellen	35
4.5 Taalproblemen	35
4.6 Extra aandacht voor 'ja' en 'nee'	36
 II Medisch handboek	 37
5 Het menselijk lichaam	38
 6 Anamnese	 44
6.1 Personalia	44
6.2 Specieële anamnese (ALECOBO en ALTIS)	45
6.2.1 Aard	46
6.2.2 Locatie	47
6.2.3 Ernst/Intensiteit	47
6.2.4 Chronologie/Tijd	48
6.2.5 Ontstaan/Tijd	51
6.2.6 Beïnvloeding/Samenhang	52
6.2.7 Opvatting	52
6.3 Tractus anamnese	53
6.3.1 Tractus circulatorius	53
6.3.2 Tractus respiratorius	54
6.3.3 Tractus digestivus	55
6.3.4 Tractus urogenitalis	56
6.3.5 Tractus locomotorius	59
6.3.6 Endocriene status	60
6.3.7 Centraal zenuwstelsel	61
6.3.8 Haematologische status	61
6.4 Algemene Anamnese	62
6.4.1 Algemene vragen	62
6.4.2 Medicatie, intoxicaties en allergieën	63
6.4.3 Medische voorgeschiedenis	65
6.5 Familie anamnese	66

7	Psychiatrie	68
7.1	Psychiatrie in de Oost-Afrikaanse context	68
7.2	De rol van de mganga: de (traditionele) genezer	69
7.3	Introductie en sociale situatie	70
7.4	Psychiatrische anamnese	71
7.4.1	Voorgeschiedenis	71
7.4.2	Somatiek	71
7.4.3	Medicijngebruik en intoxicaties	72
7.4.4	Psychiatrische klachten	72
7.5	Psychiatrisch onderzoek	74
7.6	Aanvullend onderzoek	77
7.7	Conclusie/diagnose	77
7.8	Beleid	77
7.9	Bij een vervolgbezoek	78
8	Fertiliteit en Zwangerschap	79
8.1	Fertiliteit	79
8.1.1	Anamnese	79
8.1.2	Lichamelijk onderzoek & aanvullend onderzoek	80
8.1.3	Beleidsgesprek en (leefstijl)adviezen	81
8.2	Zwangerschap	82
8.2.1	Intake	82
8.2.2	Controle	84
8.2.3	Adviezen	84
9	Trauma en pijn	85
9.1	Trauma-opvang	85
9.1.1	MIST	85
9.1.2	AMPLE	86
9.1.3	ABCDE opvang	86
9.2	Pijnklachten uitvragen	87
10	Lichamelijk en aanvullend onderzoek	88
10.1	Metingen	88
10.2	Algemeen	88
10.3	Hoofd en hals	89
10.4	Thorax	90
10.5	Hart	90
10.6	Abdomen & rectaal toucher	90
10.7	Mammæ	91
10.8	Extremiteten	91
10.9	Aanvullend onderzoek	92

11 Het beleidsgesprek	93
11.1 Diagnose	93
11.1.1 Veel voorkomende diagnoses	93
11.2 Etiologie	95
11.3 Prognose	95
11.4 Therapie	96
11.4.1 Medicatie	96
11.4.2 Leefstijladviezen	97
11.4.3 Opname	97
12 Ziekenhuisopname	98
12.1 Op zaal	98
12.1.1 Visite op zaal	98
12.1.2 Visite na buikoperatie	98
12.1.3 Visite na de partus	99
12.1.4 Controles op zaal	99
12.1.5 Beleid op zaal	100
12.2 Ontslag en adviezen	100
12.3 Overlijden	100
13 Partus	101
13.1 Begeleiding partus	101
13.1.1 Begeleiding ontsluitingsfase: Algemene vragen	101
13.1.2 Begeleiding ontsluitingsfase: Uitwendig onderzoek	102
13.1.3 Begeleiding ontsluitingsfase: Obstetrisch toucher	102
13.1.4 Begeleiding ontsluitingsfase: Instructies	103
13.1.5 Begeleiding uitdrijvingsfase: Instructies	104
13.1.6 Begeleiding nageboortetijdperk: Instructies	104
13.1.7 Begeleiding nageboortetijdperk: Pasgeborene onderzoek	104
13.2 Voorlichting sectio caesaria	105
13.3 Algemene postpartus adviezen	106
13.4 Aanvullende adviezen na sectio caesaria	106
14 Chirurgie	107
14.1 Voorlichting operaties	107
14.2 Begeleiding gedurende en na de operatie	108
14.3 De operatiekamer	108
14.4 Tijdens de operatie	109
14.4.1 Overige termen	109
14.4.2 Chirurgisch/medisch instrumentarium	110
14.5 Post-operatieve adviezen	111
14.6 Wondverzorging	112

14.7 Adviezen rondom bewegen	113
14.8 Pijnbestrijding	114
14.9 Contact opnemen	114
15 Tropische ziektes	115
15.1 Brucellose	115
15.2 Buiktyfus	116
15.3 Malaria	117
15.4 Slangenbeten	118
15.5 Schistosomiasis (bilharzia)	119
15.6 Tuberculose	121
 III Woordenlijsten	 124
16 Woordenlijst Swahili-Nederlands	125
17 Woordenlijst Nederlands-Swahili	138

6.2.2 Locatie

Waar heeft u pijn?	<i>Wapi panauma?</i>
Kunt u de pijn aanwijzen?	<i>Nionyeshe maumivu ni wapi.</i>
Straalt de pijn uit?	<i>Maumivu yanasambaa hata sehemu nyingine?</i>
Heeft u nog op andere plekken klachten/pijn?	<i>Una malalamiko/maumivu kwa sehemu nyingine?</i>
Mogelijke antwoorden kunnen zijn:	
<i>Naumwa... -angu.</i>	Ik heb pijn aan mijn...(zie sura 5)
<i>Naumwa hapa.</i>	Ik heb hier pijn.
<i>Nahisi maumivu ...ni, lakini yanayoweza kusambaa hata kwenye...</i>	Ik voel pijn in ..., maar het kan ook uitstralen tot in ... (zie sura 5)
<i>La, siyo malalamiko/maumivu kwa sehemu nyingine.</i>	Nee, ik heb geen klachten/pijn op andere plekken.
<i>Eeh, naumwa hapa pia.</i>	Ja, ik heb hier ook pijn.

6.2.3 Ernst/Intensiteit

Kunt u aangeven hoe ernstig de pijn is/klachten zijn?	<i>Unaweza kunielezea maumivu/malalamiko?</i>
Hoe heftig is de pijn?	<i>Ni makali namna gani?</i>
In hoeverre belemmert de klacht/pijn u	<i>Ni kwa jinsi gani malalamiko/maumivu yanakuzuia</i>
bij uw werk?	<i>ukifanya kazi?</i>
in het dagelijks leven?	<i>maisha yako ya kila siku?</i>
Kunt u slapen ondanks de klachten/pijn?	<i>Unaweza kulala licha ya malalamiko/maumivu?</i>

Vrouw

Praten over seksualiteit is niet gemakkelijk. Er rust een taboe op (vooral voor vrouwen) en men zal eerder proberen om ergens omheen te praten dan een rechtstreeks antwoord te geven. Zo is het formele woord voor ongesteldheid *hedhi*, maar spreekt men liever over de maandstonden *mwezi/masiku ya mwezi*. Daarnaast zullen vrouwen tegenover mannelijke dokters nog meer gesloten zijn dan tegenover een vrouwelijke arts.

Kan het zijn dat u zwanger bent?	<i>Inawezakana una mimba? / unaweza kuwa mjamzito?</i>
Gebruikt u anticonceptie?	<i>Unatumia mipango ya uzazi?</i>
Hoe oud was u toen u uw eerste menstruatie had?	<i>Ulikuwa na umri gani wakati wa kipindi chako cha kwanza cha hedhi?</i>
Heeft u normale menstruatie?	<i>Damu ya mwezi unapata vizuri?</i>
Heeft u een regelmatige menstruatie?	<i>Unakwenda mwezini kawaida?</i>
Hoeveel dagen duurt de menstruatie gemiddeld?	<i>Kwa kawaida mwezi wako ni masiku ngapi?</i>
Wanneer was de eerste dag van de laatste menstruatie?	<i>Lini ilikuwa siku ya kwanza kwa mwezi wako ya mwisho?</i>
Heeft u veel pijn tijdens de menstruatie?	<i>Unapata maumivu mengi wakati wa kwenda mwezini?</i>
Verliest u veel bloed?	<i>Unatoka damu nyingi (sana)?</i>
Verliest u stolsels?	<i>Unapoteza damu igande?</i>
Bloedt u ook wel eens tussen de menstruaties?	<i>Unatoa damu kati ya hedhi?</i>
Heeft u normale afscheiding?	<i>Unapata utoko kama kawaida?</i>
Hoe ziet de afscheiding eruit?	<i>Utoko unaonekanaje?</i>
klonterig	<i>mabongemabonge</i>
helder	<i>wazi</i>
Welke kleur heeft de afscheiding?	<i>Utoko una rangi gani?*</i>
Stinkt de afscheiding?	<i>Una harufu mbaya ukeni?</i>
Heeft u veel afscheiding?	<i>Una utoko wengi?</i>
Heeft u last van vaginale jeuk?	<i>Unawashwa sehemu za siri?</i>
Bent u eerder zwanger geweest?	<i>Umewahi kuwa na mimba?</i>
Hoe vaak bent u zwanger geweest?	<i>Ulikuwa mjamzito mara ngapi?</i>
Hoeveel kinderen heeft u?	<i>Una watoto wangapi?</i>
Hoe zijn de zwangerschappen eerder verlopen?	<i>Mjamzito ilikuwaje?</i>
Heeft u wel eens een miskraam gehad?	<i>Umewahi kuwa na utoaji mimba?</i>

*Voor kleuren zie 3.4

Concentratie, geheugen en slapen

Kunt u zich nog concentreren op dingen, zoals het lezen van een boek?*	<i>Je, unaweza kutikia maanani vitu kama kusoma kitabu?</i>
Weet u waar u nu bent?	<i>Unajua upo wapi sasa?</i>
Welke datum is het vandaag?	<i>Ni tarehe ngapi leo?</i>
Heeft u geheugenproblemen?	<i>Una shida ya kumbukumbu?</i>
Vergeet u vaak dingen?	<i>Unasahau vitu mara kwa mara?</i>
Slaapt u goed?	<i>Unalala vizuri?</i>
Komt u goed in slaap?	<i>Unapata usingizi vizuri?</i>
Wordt u veel wakker in de nacht?	<i>Unaamka mara kwa mara usiku?</i>
Heeft u nachtmerries?	<i>Unapata ndoto mbaya?</i>
Heeft u flashbacks?	<i>Una kumbukumbu za ghafla?</i>
Heeft u nare herinneringen aan vroeger?	<i>Una kumbukumbu mbaya za mambo ya-liyopita?</i>

*Analfabetisme komt nog veel voor in Oost-Afrika. Daarnaast zijn er weinig mensen die (lees)boeken in hun bezit hebben.

Eetlust

Eet u goed?	<i>Unakula vizuri?</i>
Heeft u eetlust?	<i>Una hamu ya chakula?</i>
Denkt u dat u bent afgefallen of aangekomen?	<i>Unafikiri umepunguza au umepungua uzito?*</i>

* mensen hebben thuis vaak geen weegschaal. Daarom weten ze niet goed of ze zijn aangekomen of afgefallen.

Stemmen; geluiden en beelden

Hoort u stemmen of andere dingen die anderen niet kunnen horen?	<i>Unasikia sauti ambazo watu wengine hawawezi kusikia?</i>
Hoort u geluiden in uw hoofd?	<i>Je, unasikia sauti kichwani?</i>
Ziet u dingen die anderen niet kunnen zien?	<i>Unaona vitu ambavyo watu wengine hawawezi kuviona?</i>
Hoort of ziet u demonen/geesten?	<i>Je, unasikia au unaona mapopo/mashetani?</i>

13.1.5 Begeleiding uitdrijvingsfase: Instructies

Je moet nu heel goed naar me luisteren.	<i>Nisikilize vizuri sasa.</i>
Als ik zeg zuchten, ga je zuchten, als ik zeg persen, ga je persen.	<i>Nikisema hema utahema, nikisema sukuma, utasukuma.</i>
Heb je me gehoord?	<i>Umenisikia?</i>
Pak je benen vast in de knieholten en trek ze naar je toe.	<i>Shika miguu kwenye sehemu ya nyuma ya goti na vuta kuja kwako.</i>
Neem een diepe hap lucht en probeer telkens 10 seconden te persen.	<i>Vuta pumzi na jaribu kusukuma kwa wakati wa sekunde kumi.</i>
Goed zo! Een nieuwe hap lucht en nog een keer persen!	<i>Safi sana! Vuta pumzi upya na sukuma tena!</i>
Persen!	<i>Sukuma!</i>
Ga zo door! Goed zo!	<i>Endelea! Safi!</i>
Zuchten!	<i>Hema!</i>
Pers een beetje.	<i>Sukuma kidogo.</i>

13.1.6 Begeleiding nageboortetijdperk: Instructies

Ik ga aan de buik voelen of de baarmoeder goed hard is.	<i>Nataka kujua uzazi ni gumu, unaendela kukazika vizuri, nitasikiliza tumbo.</i>
Ik ga kijken of de placenta al geboren wil worden.	<i>Nitasikiliza kwamba plasenta inataka kutokea.</i>
Pers maar eens.	<i>Sukuma mara moja.</i>
Wil je de placenta zien?	<i>Unataka kuona plasenta?</i>
De placenta zit vast, maar je bloedt veel.	<i>Plasenta haitokei, lakini unavuja damu nyingi.</i>

13.1.7 Begeleiding nageboortetijdperk: Pasgeborene onderzoek

Ik kom straks terug om je kindje te onderzoeken.	<i>Nitarudi baadaye kupima mtoto wako.</i>
Ik ga je kindje onderzoeken om te kijken of alles goed is.	<i>Nitasikiliza mtoto kuona kama kila kitu niko sawa.</i>
Alles ziet er goed uit!	<i>Mtoto anaendelea vizuri sana!</i>
Er is iets mis met Ik wil graag dat jullie naar ... gaan voor meer onderzoek.	<i>Kuna shida na Nataka mtaenda ... wanaweza kupima zaidi.</i>

<i>mara kwa mara</i> keer op keer	<i>meza (n)</i> tafel
<i>mara kwa mara</i> soms	-meza slikken
<i>mara ya kwanza</i> eerste keer	<i>meza</i> tafel
<i>mashambulio ya maumivu</i> pijn aanvallen	<i>mfadhaiko wa ulimi</i> tongspatel
<i>mashariki</i> oost	<i>mfupa (m/mi)</i> bot
<i>masiku ya mwezi</i> ongesteldheid (periode in de maand)	<i>mganga</i> traditionele genezer
<i>matapishi</i> braaksel	<i>mgongo (m/mi)</i> rug
<i>matembezi</i> wandeling	<i>mgonjwa</i> patiënt
<i>maumivu kifuani</i> pijn op de borst	<i>mgonjwa / wagonjwa</i> patiënt (en)
<i>maumivu</i> pijn	<i>mguu</i> been
<i>maumivu ya kichwa</i> hoofdpijn	<i>mguu chini</i> onderbeen
<i>maumivu ya misuli</i> spierpijn	<i>mguu juu</i> bovenbeen
<i>maumivu ya tumbo</i> buikpijn	<i>mguu (m/mi)</i> voet, been
<i>maumivu ya viungo</i> gewrichtspijn	<i>mharo</i> diarree
<i>mawazo ya fujo</i> incoherente gedachten	<i>mharo (n)</i> diarree
<i>mazishi</i> begrafenis / uitvaart (1 dag)	<i>mia (moja)</i> 100
<i>maziwa</i> melk	<i>milioni</i> 1.000.000
<i>maziwa ya unga</i> melkpoeder	<i>mimba ya ectopic</i> ectopische zwangerschap
<i>mbaazi</i> duivenerwt	<i>mimba ya shinikizo la damu</i> zwangerschaps-hypertensie
<i>mbaya</i> slecht	<i>mimba</i> zwangerschap
<i>mbele</i> voor	<i>mimi</i> mij
<i>mbili</i> 2	<i>minyoo</i> wormen
<i>mboga maji</i> waterkers	<i>miraa</i> qat
<i>mboga, mchicha</i> amaranthus bladeren	<i>mishurutisho</i> dwanghandelingen
<i>mboga</i> raap	<i>misukumo na mishurutisho kupita kiasi</i> ob-sessieve compulsieve stoornis
<i>mbona?</i> waarom? (drukt verbazing uit)	<i>misukumo</i> obsessie
<i>mboni (m/mi)</i> pupil	<i>miwani (m/mi)</i> bril
<i>mbu (n)</i> mug	<i>mizani</i> weegschaal
<i>mbwa (n)</i> hond	<i>mjamzito</i> zwangere vrouw
<i>mchafu</i> onverzorgd/vuil	<i>mjasiriamali</i> ondernemer
<i>mchana</i> middag	<i>mjomba</i> oom van moederskant
<i>mchele</i> rijst (ongekookt)	<i>mkamba</i> bronchitis
<i>mchuzi, supu</i> saus	<i>mkasi</i> schaar
<i>mchuzi wa kuku</i> kippensoep	<i>mkate (mi-)</i> brood
<i>mchwa</i> mier	<i>mkate mtamu, Andazi, (ma-)</i> cake
<i>mdomo (m/mi)</i> mond/lip	<i>mkojo (n)</i> urine
<i>mei mei</i>	<i>mkongojo (m/mi)</i> kruk
<i>meisje</i> msichana	<i>mkono</i> arm
<i>membrani (n)</i> vliezen	<i>mkono chini</i> onderarm
<i>meningitis</i> meningitis	

braaksel matapishi
braaksel tapishi
braken -tapika
brancard machela (n)
brandend maagzuur uchungu wa kiungulia
brief barua
bril miwani (m/mi)
broer kaka/ndugu
bronchitis mkamba
brood mkate (mi-)
broodvrucht shelisheli (n)
brucellosis brucellosis
bruinkleurig rangi ya kahawa
buigen -nja
buik / *maag* tumbo (ji/ma)
buikpijn maumivu ya tumbo
buik tumbo
buiten nje
bukken -nama
cake mkate mtamu, Andazi, (ma-)
cannabis bangi
cashew noot korosho (ma-)
cassave bladeren kisamvu
cassave muhogo (mi-)
cervix seviksi (n)
chakula cha majimaji vloeibaar voedsel
chakula kigumu vast voedsel
chauffeur dereva (n)
chirurg mpasuaji
chlamydia pangusa
cholera kipindupindu
citroen limao (ma-)
co-assistent mwanafunzi wa udaktari
cocaine unga/ kokeni
cocosnoot (met melk) dafu (ma-)
cocosnoot (rijp) nazi (n)
concentreren -kaza akili
condoom kondomu
conjunctiva sehemu nyeupe za jicho
corona korona
CVA mshtuko wa akili / kiharusi

dadel tende (n)
... dagen geleden (zie sura 3.1) siku ... zili-
zopita
dag siku
dank je wel asante
dank jullie wel asanteni
dank voor dit respect marahaba
Dat herinner ik me niet. Sikumbuki.
december desemba
dehydratie ukosefu wa maji mwilini
De klachten begonnen/de pijn begon... Ma-
lalamiko/maumivu yameanza...
de kleur van rangi ya
denken kufikiria
deppen -guza taratibu / -pigapiga
diabetes kisukari
diarree hebben -hara
diarree hebben -harisha
diarree mharo
diarree mharo (n)
dichtdoen -funga
dijbeen paja (ji/ma)
dikke darm utumbo mpana
ding kitu (ki/vi)
dinsdag jumanne
dispensary zahanati
docent, leraar mwalimu
docent mwalimu
doen -fanya
dokterjas koti (n)
donderdag alhamisi
doof voelen -fa ganzi
(dop)erwt njegere
dove kiwizi (ki/vi)
drinken kunywa
drogen -kauka
drugs dawa za kulevywa
druif zabibu (n)
duisternis giza
duivenerwt mbaazi
dunne darm utumbo mwembamba
