

La santé

la santé bon état physiologique
 – physique qui concerne le corps
 – mentale qui concerne les fonctions intellectuelles de l'esprit
 – psychique qui concerne l'esprit, la pensée
 un check-up bilan de santé
 un bulletin de santé avis communiqué par les médecins qui soignent un personnage important

La bonne santé

une santé
 – florissante très bonne
 – éclatante
 – prospère bonne
 – insolente extraordinaire
 – de fer
 très bonne
 la vitalité intensité de l'énergie vitale, dynamisme
 la vigueur force physique, énergie
 le tonus énergie vitale, dynamisme
 la verdeur vigueur (chez quelqu'un qui n'est plus jeune)
 l'énergie
 la longévité longue durée de la vie
 bien-portant
 frais et dispos qui n'est pas fatigué
 alerte vif, agile
 ingambe (litt.) vif, agile
 sain en bonne santé physique ou mentale
 valide qui est en bonne santé, capable de se déplacer
 salutaire qui est favorable à la santé
 salubre qui est favorable à la santé
 jouir d'une bonne santé avoir, bénéficier d'une bonne santé
 respirer la santé être en très bonne santé
 regorger de santé être en très bonne santé
 conserver la santé
 être en forme

La mauvaise santé

une santé
 – délicate
 – fragile
 – précaire incertaine
 – chancelante faible
 – déclinante qui faiblit, défaillante
 – déficiente insuffisante
 – se détériore devient mauvaise, se dégrade
 une maladie
 une pathologie ensemble des signes par lesquels une maladie se manifeste
 une affection maladie
 une infection développement localisé ou généralisé d'un germe pathogène dans l'organisme

la contagion transmission d'une maladie par contact direct ou indirect
 une indisposition légère altération de la santé
 un malaise
 le surmenage ensemble des troubles résultant d'un travail excessif de l'organisme
 le stress tension nerveuse
 nuisible qui cause du tort, un dommage
 malsain qui est nuisible à la santé
 pathogène qui peut causer une maladie
 épuisé très fatigué, éreinté
 harassé très fatigué, fourbu, exténué
 valétudinaire (litt.) maladif
 grabataire (litt.) qui est malade et ne quitte pas son lit
 incurable qui ne peut être guéri
 négliger sa santé
 miner la santé de quelqu'un détruire peu à peu la santé de quelqu'un
 ruiner la santé de quelqu'un
 perdre la santé
 jouer avec sa santé prendre des risques en ce qui concerne sa santé

Le rétablissement

la convalescence période qui suit la maladie et pendant laquelle l'organisme se rétablit
 la guérison
 un traitement
 une cure traitement d'une maladie
 une thérapie un traitement
 une psychothérapie thérapie par des moyens psychologiques
 recouvrer la santé retrouver la santé
 se refaire une santé retrouver la santé
 se rétablir guérir, se remettre
 se fortifier
 récupérer recouvrer ses forces, la santé
 ragaillardir quelqu'un redonner des forces, de l'entrain à quelqu'un
 revigorer quelqu'un redonner de la vigueur à quelqu'un

La prévention

la prévention mesures destinées à prévenir certains risques
 la prophylaxie ensemble des mesures prises pour empêcher le développement d'une maladie
 la vaccination
 la stérilisation destruction des germes présents dans un milieu
 une trousse de secours
 un antiseptique produit qui détruit les bactéries
 le secourisme assistance de premiers secours aux blessés, aux malades
 un brevet de secourisme

Expressions usuelles



Boire à la santé de quelqu'un. Boire en l'honneur de quelqu'un.
 Se porter comme un charme. Se porter très bien.
 Être frais comme un gardon. Être vif et alerte, en bonne santé.
 Être frais comme l'œil. Être en bonne santé.
 Être sain et sauf. Être en bon état physique après un danger.
 Être sain de corps et d'esprit. Être en bonne santé physique et psychique.
 Être mal en point. (fam.) Être malade.
 Ne pas être dans son assiette. Ne pas se sentir bien.
 Être, remettre d'aplomb. Être, remettre en bon état physique et moral.
 En vigueur. En application.

Exercices

1 Complétez les phrases suivantes avec une expression de la fiche.

- La loi Hadopi 2 entrera ... début 2010.
- Malgré ses quatre-vingt-douze ans, ma grand-mère se porte ...
- Grâce à la rapidité des secouristes, les skieurs sont sortis ... de dessous l'avalanche.
- Guillaume ... : il grelotte et a la migraine.
- Jeune homme, intelligent, sportif, ... , cherche à rencontrer jeune femme séduisante.

2 Remplacez les mots en gras par un mot ou une expression synonyme.

- Ce n'est qu'après une longue convalescence que M. Landois a **guéri**.
- Mon père a **désherbé** son jardin toute la journée : ce n'est pas étonnant qu'il se sente fatigué.
- Pour jouir d'une santé **éclatante**, il est recommandé de pratiquer une activité sportive.
- Les employés qui subissent beaucoup de pression au travail souffrent souvent de **stress**.
- Célia doit prendre soin d'elle car, depuis qu'elle est petite, elle souffre d'une santé **fragile**.

3 Parmi les propositions en gras, entourez dans chaque cas celle qui convient.

Avant de partir faire leur randonnée de quatre mois en Amérique latine, Valérie et Édouard ont jugé bon de faire un **bulletin de santé/carnet de santé/bilan de santé** pour s'assurer qu'ils **recouvraient/rétablissaient/jouissaient** d'une santé de **plomb/fer/marbre**. Puis, ils ont rassemblé leurs bagages sans oublier la nécessaire trousse de secours composée, entre autres, d'**antidouleurs/antiseptiques/antiadhésifs** pour désinfecter les blessures, de compresses **valides/altérées/stériles** pour faire des pansements, et de médicaments contre la diarrhée car l'eau n'est pas toujours **salutaire/salubre/sainte** dans ces pays.

4 Parmi les adjectifs suivants, relevez ceux qui renvoient à un état de grande fatigue.
 vigoureux – fourbu – éreinté – énergique – ingambe – valide – harassé – valétudinaire – exténué – surmené – dispos – alerte

5 Trouvez les antonymes (mots de sens contraire) des adjectifs de cette liste en leur ajoutant un préfixe.

Exemple : intoxiqué → désintoxiqué

- | | |
|--------------|------------|
| a. sain | e. dispos |
| b. infecté | f. délicat |
| c. salubre | g. valide |
| d. contaminé | h. curable |

6 Trouvez les verbes correspondant à ces noms et à ces adjectifs en faisant les modifications et les ajouts nécessaires.

Exemple : gaillard → ragaillardir

- | | |
|------------|----------|
| a. vital | e. pur |
| b. tonique | f. soin |
| c. fort | g. gorge |
| d. stérile | h. sang |

7 Parmi ces mots, relevez ceux qui appartiennent à la famille de *santé*.

saint – sanguin – malsain – un sanatorium – assainir – les sanitaires – un santon – le santal – un sanctuaire