

Добрый день. (早上好)

Сегодня я плохо себя чувствую. (今天我感觉不舒服。)

Я ужасно себя чувствую. (我感觉非常不好。)

У меня болит голова (我的头疼),

болят руки (胳膊疼),

болят ноги (腿疼), всё болит (全部都疼)。

У меня кашель (我咳嗽), насморк (流鼻涕),

а ещё у меня высокая температура (我还有点发烧)。

Думаю, что я заболела (我感觉我生病了),

Наверное, я простудилась (确实·我感冒了)。

Я очень хочу быстро поправиться (我非常想快点好转),

Я очень хочу скорее выздороветь (我非常想更快的恢复健康)。

Что делать (做些什么)?

Конечно, можно принимать лекарства (当然, 可以吃药)。

Но что делаю я (但我是怎么做的呢)?

Я купила клюкву (我买了红莓苔子),

Я её вымыла (我把她清洗了),

И сейчас я пью чай с клюквой (现在我把红莓苔子和茶放在一起喝),

я ем клюкву (我也吃红莓苔子),

можно сделать морс из клюквы (也可以用红莓苔子做果汁)。

Конечно, нужно много-много спать (当然, 需要很多很多的睡觉)。

Повторяем (复习)。

Я чувствую себя, ты чувствуешь себя, он чувствует себя, мы чувствуем себя, вы чувствуете себя, они чувствуют себя (感觉自己)。

Как вы себя чувствуете (您感觉自己怎么样)?

Я чувствую себя плохо (我感觉自己不舒服)。

У меня болит голова (我头疼). У меня болят руки (我胳膊疼)。

У меня кашель (我有咳嗽)。

У меня насморк (我流鼻涕)。

У меня высокая температура (我发烧)。

Выздоровлявай! Поправляйся! (你早日康复!)

Выздоровлявайте! Поправляйтесь! (您早日康复!)