

CLB BÓNG ĐÁ PCC FC

**Lớp Tiếng Anh Y Khoa**

*Thiết yếu – Thực hành và Nghiên cứu*

*Ngày 24/5/2026*



## **TÌNH HUỐNG GHI NHỚ**

CLB Bóng đá PCC FC được thành lập từ ngày 27/3/2018. Trải qua hơn 8 năm hoạt động, CLB hầu như chưa ghi nhận sự kiện chấn thương đáng kể nào. Đây là kết quả rất đáng trân trọng, đến từ việc các thành viên luôn phát huy, áp dụng và lan tỏa tinh thần Khỏe – Vui – Hạnh phúc trong tập luyện, thi đấu và sinh hoạt cộng đồng.

Gần đây, một cầu thủ tham gia sinh hoạt cùng CLB, tuy chưa phải là thành viên chính thức, đã không may gặp chấn thương gối. Đây là một tình huống rất đáng tiếc. Tuy nhiên, CLB nhìn nhận đây cũng là một bài học quan trọng để tất cả chúng ta cùng tiếp thu, cầu thị, rút kinh nghiệm và tiếp tục hoàn thiện văn hóa an toàn trong thể thao.

Trong bối cảnh CLB Tiếng Anh Y khoa đang được triển khai, đặc biệt từ Bài 1 đến Bài 12 với nội dung liên quan đến hỏi bệnh, khai thác triệu chứng và thăm khám lâm sàng, chúng ta có thể liên hệ tình huống này để thực hành một số đoạn hội thoại y khoa bằng tiếng Anh. Qua đó, các học viên vừa củng cố kiến thức Tiếng Anh Y khoa, vừa hiểu thêm về cách tiếp cận một ca chấn thương khớp gối trong thực tế.

Tình huống này cũng là lời nhắc nhở các cầu thủ và thành viên CLB tiếp tục giữ gìn tinh thần Khỏe – Vui – Hạnh phúc, đồng thời lan tỏa thông điệp:

“Có được nhiều người hơn hạnh phúc chính là hạnh phúc hơn.”

Rất mong anh chị em cùng học hỏi, thực hành nghiêm túc, nâng cao ý thức phòng tránh chấn thương, chăm sóc sức khỏe tốt hơn và tiếp tục lan tỏa những giá trị tích cực của PCC FC cũng như CLB Tiếng Anh Y khoa.

Xin trân trọng cảm ơn anh chị em!

## **A MEMORABLE LEARNING SITUATION**

PCC fC Football Club was established on March 27, 2018. Over more than eight years of activity, the club has recorded almost no significant injury events. This is a truly valuable achievement, resulting from the members' continuous efforts to promote, practice, and spread the spirit of Health Joy Happiness in training, competition, and community activities.

Recently, a player who participated in the club's activities, although not yet an official member, unfortunately sustained a knee injury. This was a regrettable situation. However, the club also sees it as an important lesson for all of us to learn from, remain open-minded, draw experience, and continue improving our culture of safety in sports.

In the context of the newly established Medical English Club, especially Lessons 1 to 12, which focus on history-taking, symptom inquiry, and clinical examination, we can use this situation as a practical case to practice several medical dialogues in English. Through this, learners can both strengthen their Medical English skills and gain a better understanding of how to approach a real case of knee injury.

This situation also serves as a reminder for all players and club members to continue upholding the spirit of Health Joy Happiness, while spreading the message:

“Having more happy people is happier.”

We sincerely hope that all brothers and sisters will learn actively, practice seriously, raise awareness of injury prevention, take better care of their health, and continue spreading the positive values of both PCC fC and the Medical English Club.

Thank you very much!

**BÀI HỌC TIẾNG ANH Y KHOA (Cơ bản)**

**Chủ đề: Knee Injury in a Football Player**

**Chấn thương gối ở cầu thủ bóng đá**

**I. Mục tiêu bài học**

Sau bài học, học viên có thể:

1. Hỏi bệnh cơ bản về chấn thương gối bằng tiếng Anh.
2. Hỏi vị trí đau, thời điểm đau, cơ chế chấn thương và mức độ đau.
3. Hướng dẫn bệnh nhân mô tả triệu chứng.
4. Thực hành các cấu trúc ngữ pháp thường dùng trong hỏi bệnh.
5. Liên hệ tinh thần **Health – Joy – Happiness** với phòng tránh chấn thương trong thể thao.

**II. Từ vựng trọng tâm**

| English                          | Vietnamese           |
|----------------------------------|----------------------|
| knee                             | đầu gối              |
| knee injury                      | chấn thương gối      |
| pain                             | đau                  |
| swelling                         | sung                 |
| bruise                           | bầm tím              |
| twist                            | xoắn, vặn            |
| fall                             | ngã                  |
| tackle                           | va chạm, tranh bóng  |
| football match                   | trận bóng đá         |
| training session                 | buổi tập             |
| ligament                         | dây chằng            |
| meniscus                         | sụn chêm             |
| anterior cruciate ligament / ACL | dây chằng chéo trước |
| medial collateral ligament / MCL | dây chằng bên trong  |
| unable to walk                   | không thể đi lại     |

|                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| limp            | đi khập khiễng     |
| X-ray           | chụp X-quang       |
| MRI             | chụp cộng hưởng từ |
| rest            | nghỉ ngơi          |
| ice pack        | chườm lạnh         |
| bandage         | băng ép            |
| elevate the leg | kê cao chân        |

### III. Hội thoại 1: Chào hỏi và hỏi lý do đến khám

#### Dialogue 1: Greeting and Main Complaint

**DOCTOR:** Good morning. What brings you here today?

**PATIENT:** Good morning, doctor. I injured my knee while playing football.

**DOCTOR:** I see. Which knee is painful?

**PATIENT:** My right knee is painful.

**DOCTOR:** When did it happen?

**PATIENT:** It happened yesterday afternoon during a football match.

**DOCTOR:** Can you walk now?

**PATIENT:** I can walk, but I have pain when I move.

#### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Chào buổi sáng. Hôm nay điều gì đưa bạn đến đây?

**BỆNH NHÂN:** Chào bác sĩ. Tôi bị chấn thương gối khi đá bóng.

**BÁC SĨ:** Tôi hiểu. Gối nào của bạn bị đau?

**BỆNH NHÂN:** Gối phải của tôi bị đau.

**BÁC SĨ:** Việc đó xảy ra khi nào?

**BỆNH NHÂN:** Nó xảy ra chiều hôm qua trong một trận bóng đá.

**BÁC SĨ:** Bây giờ bạn có đi lại được không?

**BỆNH NHÂN:** Tôi có thể đi, nhưng bị đau khi cử động.

### Ngữ pháp trọng tâm 1

#### 1. What brings you here today?

Đây là câu hỏi rất thường dùng khi bắt đầu khai thác bệnh sử.

Có thể hiểu là:

**Hôm nay lý do gì khiến bạn đến khám?**

Các cách hỏi tương tự:

| English                              | Vietnamese                                      |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------|
| What brings you here today?          | Hôm nay lý do gì đưa bạn đến đây?               |
| What seems to be the problem?        | Vấn đề hôm nay là gì?                           |
| Can you tell me what the problem is? | Bạn có thể nói cho tôi biết vấn đề là gì không? |
| What happened?                       | Chuyện gì đã xảy ra?                            |

**2. I injured my knee while playing football.**

Cấu trúc:

**S + injured + body part + while + V-ing**

Ví dụ:

| English                                    | Vietnamese                                |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------|
| I injured my knee while playing football.  | Tôi bị chấn thương gối khi đá bóng.       |
| He hurt his ankle while running.           | Anh ấy bị đau cổ chân khi chạy.           |
| She injured her shoulder while exercising. | Cô ấy bị chấn thương vai khi tập thể dục. |

**IV. Hội thoại 2: Hỏi vị trí đau và mức độ đau**

**Dialogue 2: Location and Severity of Pain**

**DOCTOR:** Can you show me exactly where it hurts?

**PATIENT:** It hurts here, on the inside of my right knee.

**DOCTOR:** How bad is the pain from zero to ten?

**PATIENT:** It is about six out of ten.

**DOCTOR:** Is the pain constant or does it come and go?

**PATIENT:** It comes and goes, but it gets worse when I walk.

**DOCTOR:** Do you have any swelling?

**PATIENT:** Yes, my knee became swollen a few hours after the injury.

**Dịch nghĩa**

**BÁC SĨ:** Bạn có thể chỉ chính xác chỗ đau không?

**BỆNH NHÂN:** Đau ở đây, phía trong gối phải của tôi.

**BÁC SĨ:** Mức độ đau từ 0 đến 10 là bao nhiêu?

**BỆNH NHÂN:** Khoảng 6 trên 10.

**BÁC SĨ:** Đau liên tục hay từng cơn?

**BỆNH NHÂN:** Đau từng lúc, nhưng nặng hơn khi tôi đi lại.

**BÁC SĨ:** Bạn có bị sưng không?

**BỆNH NHÂN:** Có, gối của tôi sưng lên vài giờ sau chấn thương.

---

## Ngữ pháp trọng tâm 2

### 1. Can you show me exactly where it hurts?

Cấu trúc:

**Can you + động từ nguyên thể...?**

Dùng để hỏi hoặc yêu cầu bệnh nhân làm gì một cách lịch sự.

Ví dụ:

| English                         | Vietnamese                            |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| Can you show me where it hurts? | Bạn có thể chỉ cho tôi chỗ đau không? |
| Can you bend your knee?         | Bạn có thể gấp gối không?             |
| Can you walk a few steps?       | Bạn có thể đi vài bước không?         |
| Can you lie down, please?       | Bạn có thể nằm xuống được không?      |

---

### 2. Where it hurts

Đây là **mệnh đề danh từ** dùng sau động từ “show”.

So sánh:

**Where does it hurt?**

Đây là câu hỏi trực tiếp:

Đau ở đâu?

**Can you show me where it hurts?**

Đây là câu hỏi gián tiếp:

Bạn có thể chỉ cho tôi nơi nó đau không?

Lưu ý:

Trong câu hỏi gián tiếp, ta dùng trật tự câu khẳng định:

**where it hurts**, không dùng **where does it hurt**.

Ví dụ đúng:

**Can you tell me where the pain is?**

Bạn có thể nói cho tôi biết cơn đau ở đâu không?

Ví dụ sai:

Can you tell me where is the pain?

---

**3. It gets worse when I walk.**

Cấu trúc:

**It gets worse when + S + V**

Nghĩa là:

Nó nặng hơn khi...

Ví dụ:

| English                            | Vietnamese                      |
|------------------------------------|---------------------------------|
| It gets worse when I walk.         | Đau tăng khi tôi đi lại.        |
| It gets worse when I bend my knee. | Đau tăng khi tôi gấp gối.       |
| It gets worse when I climb stairs. | Đau tăng khi tôi leo cầu thang. |

---

**V. Hội thoại 3: Hỏi cơ chế chấn thương**

**Dialogue 3: Mechanism of Injury**

**DOCTOR:** How did the injury happen?

**PATIENT:** I twisted my knee when I changed direction quickly.

**DOCTOR:** Did you fall down?

**PATIENT:** Yes, I fell down immediately.

**DOCTOR:** Did you hear a popping sound?

**PATIENT:** Yes, I heard a pop in my knee.

**DOCTOR:** Were you able to continue playing?

**PATIENT:** No, I had to stop playing.

**Dịch nghĩa**

**BÁC SĨ:** Chấn thương xảy ra như thế nào?

**BỆNH NHÂN:** Tôi bị xoắn gối khi đổi hướng nhanh.

**BÁC SĨ:** Bạn có bị ngã không?

**BỆNH NHÂN:** Có, tôi ngã ngay lập tức.

**BÁC SĨ:** Bạn có nghe thấy tiếng “pop” trong gối không?

**BỆNH NHÂN:** Có, tôi nghe thấy tiếng “pop” trong gối.

**BÁC SĨ:** Bạn có thể tiếp tục chơi không?

**BỆNH NHÂN:** Không, tôi phải dừng chơi.

---

## Ngữ pháp trọng tâm 3

### 1. Thì quá khứ đơn trong khai thác chấn thương

Khi hỏi về sự kiện đã xảy ra, dùng thì quá khứ đơn.

Cấu trúc câu hỏi:

**Did + S + V nguyên thể...?**

Ví dụ:

| English                   | Vietnamese                     |
|---------------------------|--------------------------------|
| Did you fall down?        | Bạn có bị ngã không?           |
| Did you hear a pop?       | Bạn có nghe tiếng “pop” không? |
| Did your knee swell up?   | Gối của bạn có sưng lên không? |
| Did you continue playing? | Bạn có tiếp tục chơi không?    |

Câu trả lời:

**Yes, I did.**

Có.

**No, I didn't.**

Không.

---

### 2. I twisted my knee when I changed direction quickly.

Cấu trúc:

**S + V quá khứ + when + S + V quá khứ**

Ví dụ:

| English                                     | Vietnamese                               |
|---------------------------------------------|------------------------------------------|
| I twisted my knee when I changed direction. | Tôi bị xoắn gối khi đổi hướng.           |
| I fell when another player tackled me.      | Tôi ngã khi một cầu thủ khác tranh bóng. |
| I felt pain when I landed.                  | Tôi thấy đau khi tiếp đất.               |

---

### 3. I had to stop playing.

Cấu trúc:

**had to + động từ nguyên thể**

Diễn tả việc “đã phải làm gì”.

Ví dụ:

| English                  | Vietnamese                 |
|--------------------------|----------------------------|
| I had to stop playing.   | Tôi đã phải dừng chơi.     |
| I had to sit down.       | Tôi đã phải ngồi xuống.    |
| I had to go to hospital. | Tôi đã phải đến bệnh viện. |

## VI. Hội thoại 4: Hỏi triệu chứng kèm theo

### Dialogue 4: Associated Symptoms

**DOCTOR:** Do you feel your knee is unstable?

**PATIENT:** Yes, it feels weak and unstable.

**DOCTOR:** Does your knee lock or give way?

**PATIENT:** Sometimes it feels like it may give way.

**DOCTOR:** Do you have numbness or tingling in your leg?

**PATIENT:** No, I don't.

**DOCTOR:** Do you have pain in your hip or ankle?

**PATIENT:** No, only my knee hurts.

### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Bạn có cảm thấy gối không vững không?

**BỆNH NHÂN:** Có, nó cảm giác yếu và không vững.

**BÁC SĨ:** Gối của bạn có bị kẹt hoặc khuyu không?

**BỆNH NHÂN:** Thỉnh thoảng tôi cảm thấy như nó có thể khuyu.

**BÁC SĨ:** Bạn có tê hoặc châm chích ở chân không?

**BỆNH NHÂN:** Không có.

**BÁC SĨ:** Bạn có đau ở hông hoặc cổ chân không?

**BỆNH NHÂN:** Không, chỉ đau gối thôi.

## Ngữ pháp trọng tâm 4

### 1. Do you feel...?

Dùng để hỏi cảm giác chủ quan của bệnh nhân.

Ví dụ:

| English                            | Vietnamese                            |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| Do you feel pain?                  | Bạn có thấy đau không?                |
| Do you feel your knee is unstable? | Bạn có cảm thấy gối không vững không? |

|                       |                            |
|-----------------------|----------------------------|
| Do you feel weak?     | Bạn có cảm thấy yếu không? |
| Do you feel numbness? | Bạn có cảm giác tê không?  |

## 2. It feels like...

Cấu trúc:

**It feels like + clause / noun**

Nghĩa là:

Nó có cảm giác như...

Ví dụ:

| English                           | Vietnamese                          |
|-----------------------------------|-------------------------------------|
| It feels like it may give way.    | Nó cảm giác như có thể khuỵu xuống. |
| It feels like something is stuck. | Cảm giác như có gì đó bị kẹt.       |
| It feels like my knee is loose.   | Cảm giác như gối bị lỏng.           |

## VII. Hội thoại 5: Khám lâm sàng cơ bản

### Dialogue 5: Physical Examination

**DOCTOR:** I'm going to examine your knee now. Please lie down on the bed.

**PATIENT:** Okay, doctor.

**DOCTOR:** Please relax your leg. Tell me if you feel pain.

**PATIENT:** Yes, I will.

**DOCTOR:** Can you bend your knee slowly?

**PATIENT:** I can bend it a little, but it hurts.

**DOCTOR:** Can you straighten your leg?

**PATIENT:** Yes, but not completely.

### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Bây giờ tôi sẽ khám gối cho bạn. Vui lòng nằm lên giường.

**BỆNH NHÂN:** Vâng, thưa bác sĩ.

**BÁC SĨ:** Hãy thả lỏng chân. Hãy nói với tôi nếu bạn thấy đau.

**BỆNH NHÂN:** Vâng, tôi sẽ nói.

**BÁC SĨ:** Bạn có thể gấp gối từ từ không?

**BỆNH NHÂN:** Tôi có thể gấp một chút, nhưng đau.

**BÁC SĨ:** Bạn có thể duỗi thẳng chân không?

**BỆNH NHÂN:** Có, nhưng không duỗi hoàn toàn được.

---

## Ngữ pháp trọng tâm 5

### 1. I'm going to...

Cấu trúc:

**I'm going to + động từ nguyên thể**

Dùng để thông báo việc bác sĩ sắp làm.

Ví dụ:

| English                            | Vietnamese                           |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| I'm going to examine your knee.    | Tôi sẽ khám gối cho bạn.             |
| I'm going to check the swelling.   | Tôi sẽ kiểm tra tình trạng sưng.     |
| I'm going to move your leg gently. | Tôi sẽ di chuyển chân bạn nhẹ nhàng. |

---

### 2. Please + động từ nguyên thể

Dùng để hướng dẫn bệnh nhân.

Ví dụ:

| English                     | Vietnamese                    |
|-----------------------------|-------------------------------|
| Please lie down.            | Vui lòng nằm xuống.           |
| Please relax your leg.      | Vui lòng thả lỏng chân.       |
| Please bend your knee.      | Vui lòng gấp gối.             |
| Please tell me if it hurts. | Vui lòng nói với tôi nếu đau. |

---

### 3. Tell me if you feel pain.

Cấu trúc:

**Tell me if + S + V**

Nghĩa là:

Hãy nói với tôi nếu...

Ví dụ:

| English                   | Vietnamese                        |
|---------------------------|-----------------------------------|
| Tell me if you feel pain. | Hãy nói với tôi nếu bạn thấy đau. |
| Tell me if it hurts.      | Hãy nói với tôi nếu đau.          |

Tell me if you feel dizzy.

Hãy nói với tôi nếu bạn thấy chóng mặt.

## VIII. Hội thoại 6: Giải thích hướng xử trí ban đầu

### Dialogue 6: Initial Management

**DOCTOR:** Your knee is swollen and painful. You may have a ligament or meniscus injury.

**PATIENT:** Is it serious, doctor?

**DOCTOR:** We need to do an X-ray first. An MRI may be needed later.

**PATIENT:** What should I do now?

**DOCTOR:** You should rest, apply ice, use a bandage, and elevate your leg.

**PATIENT:** Should I continue playing football?

**DOCTOR:** No. You should not play football until we know the exact diagnosis.

**PATIENT:** I understand. Thank you, doctor.

### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Gối của bạn bị sưng và đau. Bạn có thể bị tổn thương dây chằng hoặc sụn chêm.

**BỆNH NHÂN:** Có nghiêm trọng không, bác sĩ?

**BÁC SĨ:** Trước hết, chúng ta cần chụp X-quang. Có thể cần chụp MRI sau đó.

**BỆNH NHÂN:** Bây giờ tôi nên làm gì?

**BÁC SĨ:** Bạn nên nghỉ ngơi, chườm lạnh, băng ép và kê cao chân.

**BỆNH NHÂN:** Tôi có nên tiếp tục đá bóng không?

**BÁC SĨ:** Không. Bạn không nên đá bóng cho đến khi chúng ta biết chẩn đoán chính xác.

**BỆNH NHÂN:** Tôi hiểu. Cảm ơn bác sĩ.

## Ngữ pháp trọng tâm 6

### 1. You may have...

Cấu trúc:

#### You may have + danh từ bệnh/tổn thương

Dùng khi bác sĩ nói về khả năng chẩn đoán, chưa khẳng định chắc chắn.

Ví dụ:

| English                         | Vietnamese                          |
|---------------------------------|-------------------------------------|
| You may have a ligament injury. | Bạn có thể bị tổn thương dây chằng. |
| You may have a meniscus injury. | Bạn có thể bị tổn thương sụn chêm.  |
| You may have a sprain.          | Bạn có thể bị bong gân.             |

## 2. We need to...

Cấu trúc:

**We need to + động từ nguyên thể**

Dùng khi bác sĩ giải thích việc cần làm.

Ví dụ:

| English                          | Vietnamese                               |
|----------------------------------|------------------------------------------|
| We need to do an X-ray.          | Chúng ta cần chụp X-quang.               |
| We need to examine your knee.    | Chúng ta cần khám gối của bạn.           |
| We need to check your ligaments. | Chúng ta cần kiểm tra dây chằng của bạn. |

## 3. You should...

Cấu trúc:

**You should + động từ nguyên thể**

Dùng để đưa lời khuyên.

Ví dụ:

| English                           | Vietnamese                     |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| You should rest.                  | Bạn nên nghỉ ngơi.             |
| You should apply ice.             | Bạn nên chườm lạnh.            |
| You should use a bandage.         | Bạn nên băng ép.               |
| You should elevate your leg.      | Bạn nên kê cao chân.           |
| You should not play football now. | Bạn không nên đá bóng lúc này. |

## IX. Hội thoại 7: Gắn với tinh thần Khỏe – Vui – Hạnh phúc

### Dialogue 7: Health – Joy – Happiness Message

**DOCTOR:** Football is good for health, but safety is very important.

**PATIENT:** Yes, I understand.

**DOCTOR:** You should warm up carefully before playing.

**PATIENT:** I will remember that.

**DOCTOR:** You should listen to your body and stop when you feel pain.

**PATIENT:** Thank you. I will be more careful next time.

**DOCTOR:** That is the spirit of Health – Joy – Happiness.

**PATIENT:** Healthy players make a happier team.

**Dịch nghĩa**

**BÁC SĨ:** Bóng đá tốt cho sức khỏe, nhưng an toàn rất quan trọng.

**BỆNH NHÂN:** Vâng, tôi hiểu.

**BÁC SĨ:** Bạn nên khởi động kỹ trước khi chơi.

**BỆNH NHÂN:** Tôi sẽ ghi nhớ điều đó.

**BÁC SĨ:** Bạn nên lắng nghe cơ thể và dừng lại khi cảm thấy đau.

**BỆNH NHÂN:** Cảm ơn bác sĩ. Lần sau tôi sẽ cẩn thận hơn.

**BÁC SĨ:** Đó là tinh thần Khỏe – Vui – Hạnh phúc.

**BỆNH NHÂN:** Những cầu thủ khỏe mạnh tạo nên một đội bóng hạnh phúc hơn.

---

## X. Tổng hợp mẫu câu cần học thuộc

### 1. Hỏi lý do đến khám

| English                        | Vietnamese                                             |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------|
| What brings you here today?    | Hôm nay lý do gì đưa bạn đến đây?                      |
| What seems to be the problem?  | Vấn đề hôm nay là gì?                                  |
| Can you tell me what happened? | Bạn có thể nói cho tôi biết chuyện gì đã xảy ra không? |

### 2. Hỏi vị trí đau

| English                         | Vietnamese                    |
|---------------------------------|-------------------------------|
| Where does it hurt?             | Đau ở đâu?                    |
| Can you show me where it hurts? | Bạn có thể chỉ chỗ đau không? |
| Is the pain here?               | Đau ở đây phải không?         |

### 3. Hỏi thời điểm

| English                         | Vietnamese               |
|---------------------------------|--------------------------|
| When did it happen?             | Việc đó xảy ra khi nào?  |
| When did the pain start?        | Cơn đau bắt đầu khi nào? |
| How long have you had the pain? | Bạn bị đau bao lâu rồi?  |

---

### 4. Hỏi cơ chế chấn thương

| English                     | Vietnamese                        |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| How did the injury happen?  | Chấn thương xảy ra như thế nào?   |
| Did you twist your knee?    | Bạn có bị xoắn gối không?         |
| Did you fall down?          | Bạn có bị ngã không?              |
| Did another player hit you? | Có cầu thủ khác va vào bạn không? |

## 5. Hỏi triệu chứng kèm theo

| English                  | Vietnamese                        |
|--------------------------|-----------------------------------|
| Do you have swelling?    | Bạn có bị sưng không?             |
| Do you have bruising?    | Bạn có bị bầm tím không?          |
| Do you feel unstable?    | Bạn có cảm thấy không vững không? |
| Does your knee lock?     | Gối của bạn có bị kẹt không?      |
| Does your knee give way? | Gối của bạn có bị khuỵu không?    |

## 6. Hướng dẫn khám

| English                     | Vietnamese                |
|-----------------------------|---------------------------|
| Please lie down.            | Vui lòng nằm xuống.       |
| Please relax your leg.      | Vui lòng thả lỏng chân.   |
| Please bend your knee.      | Vui lòng gấp gối.         |
| Please straighten your leg. | Vui lòng duỗi thẳng chân. |
| Tell me if it hurts.        | Hãy nói với tôi nếu đau.  |

## 7. Tư vấn xử trí

| English                           | Vietnamese                     |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| You should rest.                  | Bạn nên nghỉ ngơi.             |
| You should apply ice.             | Bạn nên chườm lạnh.            |
| You should use a bandage.         | Bạn nên băng ép.               |
| You should elevate your leg.      | Bạn nên kê cao chân.           |
| You should not play football now. | Bạn không nên đá bóng lúc này. |

|                         |                            |
|-------------------------|----------------------------|
| We need to do an X-ray. | Chúng ta cần chụp X-quang. |
| An MRI may be needed.   | Có thể cần chụp MRI.       |

## **XI. Các vấn đề ngữ pháp chủ yếu của bài**

### **1. Thì quá khứ đơn: Simple Past**

Dùng để hỏi và kể lại sự kiện chấn thương đã xảy ra.

Cấu trúc:

**Did + S + V nguyên thể...?**

Ví dụ:

**Did you fall down?**

Bạn có bị ngã không?

**Did you hear a pop?**

Bạn có nghe thấy tiếng “pop” không?

**I twisted my knee.**

Tôi bị xoắn gối.

**I fell down.**

Tôi bị ngã.

### **2. Thì hiện tại hoàn thành: Present Perfect**

Dùng để hỏi triệu chứng kéo dài đến hiện tại.

Cấu trúc:

**How long have you had...?**

Ví dụ:

**How long have you had the pain?**

Bạn bị đau bao lâu rồi?

**I have had the pain since yesterday.**

Tôi bị đau từ hôm qua.

**I have had swelling for one day.**

Tôi bị sưng trong một ngày.

### **3. Động từ khuyết thiếu: Can**

Dùng để hỏi khả năng vận động hoặc yêu cầu bệnh nhân làm gì.

Ví dụ:

**Can you walk?**

Bạn có đi được không?

**Can you bend your knee?**

Bạn có gấp gối được không?

**Can you show me where it hurts?**

Bạn có thể chỉ cho tôi chỗ đau không?

---

#### **4. Động từ khuyết thiếu: Should**

Dùng để tư vấn.

Ví dụ:

**You should rest.**

Bạn nên nghỉ ngơi.

**You should apply ice.**

Bạn nên chườm lạnh.

**You should not play football now.**

Bạn không nên đá bóng lúc này.

---

#### **5. May / Might**

Dùng để nói về khả năng chẩn đoán.

Ví dụ:

**You may have a ligament injury.**

Bạn có thể bị tổn thương dây chằng.

**You might have a meniscus injury.**

Bạn có thể bị tổn thương sụn chêm.

---

#### **6. Câu hỏi gián tiếp**

Rất quan trọng trong giao tiếp y khoa lịch sự.

Câu hỏi trực tiếp:

**Where does it hurt?**

Đau ở đâu?

Câu hỏi gián tiếp:

**Can you show me where it hurts?**

Bạn có thể chỉ cho tôi chỗ đau không?

Câu hỏi trực tiếp:

**What happened?**

Chuyện gì đã xảy ra?

Câu hỏi gián tiếp:

**Can you tell me what happened?**

Bạn có thể nói cho tôi biết chuyện gì đã xảy ra không?

---

**XII. Bài thực hành nhanh cho học viên****Task 1: Điền từ**

1. I injured my \_\_\_\_\_ while playing football.
2. Can you show me where it \_\_\_\_\_?
3. Did you \_\_\_\_\_ down?
4. You should \_\_\_\_\_ and apply ice.
5. We need to do an \_\_\_\_\_.

Đáp án:

1. knee
  2. hurts
  3. fall
  4. rest
  5. X-ray
- 

**Task 2: Đóng vai**

Một học viên đóng vai bác sĩ, một học viên đóng vai bệnh nhân.

**Gợi ý cho bác sĩ**

Use these questions:

1. What brings you here today?
2. When did it happen?
3. How did the injury happen?
4. Can you show me where it hurts?
5. Can you walk?
6. Do you have swelling?
7. Did you hear a pop?

8. Can you bend your knee?
9. You should rest and apply ice.
10. We may need an X-ray or MRI.

### **Gợi ý cho bệnh nhân**

Use these answers:

1. I injured my knee while playing football.
  2. It happened yesterday afternoon.
  3. I twisted my knee when I changed direction.
  4. It hurts here, on the inside of my right knee.
  5. I can walk, but it hurts.
  6. Yes, my knee is swollen.
  7. Yes, I heard a pop.
  8. I can bend it a little.
  9. I understand.
  10. Thank you, doctor.
- 

### **XIII. Thông điệp kết bài**

**Medical English is not only about language.**

**It is about listening, caring, examining, explaining, and helping people become healthier, safer, and happier.**

**Tiếng Anh Y khoa không chỉ là ngôn ngữ.**

**Đó là học cách lắng nghe, chăm sóc, thăm khám, giải thích và giúp con người khỏe hơn, an toàn hơn, hạnh phúc hơn.**

## BÀI HỌC TIẾNG ANH Y KHOA

### Knee Injury in a Football Player

#### Chấn thương gối ở cầu thủ bóng đá

Level: Medical English for IELTS 7.5

---

### I. Mục tiêu bài học ở mức IELTS 7.5

Sau bài học, học viên có thể:

1. Khai thác bệnh sử chấn thương gối bằng tiếng Anh một cách mạch lạc, lịch sự và chính xác.
  2. Mô tả cơ chế chấn thương, triệu chứng, dấu hiệu cảnh báo và hướng xử trí ban đầu bằng ngôn ngữ y khoa phù hợp.
  3. Sử dụng linh hoạt các thì: **Past Simple, Present Perfect, Present Perfect Continuous, Future with will / going to.**
  4. Sử dụng tốt các cấu trúc học thuật: **It is important to..., This may indicate..., The patient should be advised to..., Further assessment is required...**
  5. Trình bày một ca bệnh ngắn bằng tiếng Anh theo phong cách lâm sàng.
  6. Liên hệ bài học với tinh thần **Health – Joy – Happiness** và văn hóa phòng tránh chấn thương trong thể thao.
- 

### II. Chủ đề trung tâm của bài học

#### Core theme

A knee injury in football is not only a sports accident. It is also an opportunity to practise medical communication, clinical reasoning, injury prevention, and patient education in English.

#### Dịch nghĩa

Một chấn thương gối trong bóng đá không chỉ là một tai nạn thể thao. Đây còn là cơ hội để thực hành giao tiếp y khoa, tư duy lâm sàng, phòng tránh chấn thương và giáo dục người bệnh bằng tiếng Anh.

---

### III. Từ vựng nâng cao theo mức IELTS 7.5

#### 1. Anatomy and injury vocabulary

| English    | Vietnamese |
|------------|------------|
| knee joint | khớp gối   |

|                                   |                           |
|-----------------------------------|---------------------------|
| ligament                          | dây chằng                 |
| anterior cruciate ligament / ACL  | dây chằng chéo trước      |
| posterior cruciate ligament / PCL | dây chằng chéo sau        |
| medial collateral ligament / MCL  | dây chằng bên trong       |
| lateral collateral ligament / LCL | dây chằng bên ngoài       |
| meniscus                          | sụn chêm                  |
| cartilage                         | sụn                       |
| tendon                            | gân                       |
| patella                           | xương bánh chè            |
| swelling                          | sung                      |
| bruising                          | bầm tím                   |
| stiffness                         | cứng khớp                 |
| instability                       | mất vững                  |
| locking                           | kẹt khớp                  |
| giving way                        | khụy gối                  |
| limited range of motion           | hạn chế tầm vận động      |
| weight-bearing ability            | khả năng chịu trọng lượng |

## 2. Clinical communication vocabulary

| English                | Vietnamese              |
|------------------------|-------------------------|
| mechanism of injury    | cơ chế chấn thương      |
| onset of pain          | thời điểm khởi phát đau |
| severity of pain       | mức độ đau              |
| associated symptoms    | triệu chứng kèm theo    |
| aggravating factors    | yếu tố làm nặng         |
| relieving factors      | yếu tố làm giảm         |
| clinical examination   | thăm khám lâm sàng      |
| initial management     | xử trí ban đầu          |
| differential diagnosis | chẩn đoán phân biệt     |

|                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| further assessment    | đánh giá thêm         |
| imaging investigation | thăm dò hình ảnh      |
| rehabilitation        | phục hồi chức năng    |
| return to sport       | trở lại chơi thể thao |

#### IV. Hội thoại mẫu 1

##### Opening the consultation and identifying the main complaint

##### Dialogue

**DOCTOR:** Good morning. Please come in and have a seat. What brings you here today?

**PATIENT:** Good morning, doctor. I injured my right knee while playing football yesterday.

**DOCTOR:** I'm sorry to hear that. Could you tell me exactly what happened?

**PATIENT:** I was running quite fast, then I suddenly changed direction. My knee twisted, and I felt a sharp pain immediately.

**DOCTOR:** Did you fall to the ground after that?

**PATIENT:** Yes, I fell down and could not continue playing.

**DOCTOR:** Were you able to put weight on that leg afterwards?

**PATIENT:** Not really. I could stand, but walking was painful.

##### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Chào buổi sáng. Mời bạn vào và ngồi xuống. Hôm nay điều gì khiến bạn đến khám?

**BỆNH NHÂN:** Chào bác sĩ. Tôi bị chấn thương gối phải khi đá bóng hôm qua.

**BÁC SĨ:** Tôi rất tiếc khi nghe điều đó. Bạn có thể kể chính xác chuyện gì đã xảy ra không?

**BỆNH NHÂN:** Tôi đang chạy khá nhanh, sau đó đột ngột đổi hướng. Gối của tôi bị xoắn và tôi cảm thấy đau nhói ngay lập tức.

**BÁC SĨ:** Sau đó bạn có ngã xuống đất không?

**BỆNH NHÂN:** Có, tôi ngã xuống và không thể tiếp tục chơi.

**BÁC SĨ:** Sau đó bạn có thể đứng chịu lực trên chân đó không?

**BỆNH NHÂN:** Không hẳn. Tôi có thể đứng, nhưng đi lại thì đau.

---

## Ngôn ngữ cần học ở mức IELTS 7.5

### 1. What brings you here today?

Đây là cách hỏi tự nhiên, lịch sự và chuyên nghiệp hơn so với:

#### What is your problem?

Trong giao tiếp y khoa, nên dùng:

#### What brings you here today?

#### Could you tell me what happened?

#### Could you describe the pain for me?

---

### 2. I injured my right knee while playing football.

Cấu trúc quan trọng:

**S + injured / hurt + body part + while + V-ing**

Ví dụ:

#### I injured my ankle while running.

Tôi bị chấn thương cổ chân khi chạy.

#### He hurt his shoulder while lifting a heavy object.

Anh ấy bị đau vai khi nâng vật nặng.

---

### 3. I was running quite fast, then I suddenly changed direction.

Đây là cách kể bệnh sử tốt hơn vì có trình tự rõ:

**I was running... then I suddenly changed direction... my knee twisted... I felt pain...**

Cấu trúc phù hợp với IELTS 7.5:

#### Past Continuous + Past Simple

Ví dụ:

#### I was playing football when another player tackled me.

Tôi đang đá bóng thì một cầu thủ khác va chạm với tôi.

#### I was landing after a jump when I felt a sharp pain in my knee.

Tôi đang tiếp đất sau một cú nhảy thì cảm thấy đau nhói ở gối.

---

## V. Hội thoại mẫu 2

### Pain assessment and associated symptoms

## Dialogue

**DOCTOR:** Can you show me exactly where the pain is?

**PATIENT:** It is mainly on the inner side of my right knee.

**DOCTOR:** On a scale from zero to ten, how would you rate the pain?

**PATIENT:** Around seven out of ten when I walk, but about four out of ten at rest.

**DOCTOR:** Has the knee become swollen since the injury?

**PATIENT:** Yes. It started swelling a few hours after the match.

**DOCTOR:** Do you feel that the knee is unstable or giving way?

**PATIENT:** Yes, especially when I try to turn or walk downstairs.

**DOCTOR:** Any numbness, tingling, or pain in your hip or ankle?

**PATIENT:** No, I only have pain around the knee.

---

## Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Bạn có thể chỉ chính xác vị trí đau không?

**BỆNH NHÂN:** Đau chủ yếu ở mặt trong gối phải.

**BÁC SĨ:** Trên thang điểm từ 0 đến 10, bạn đánh giá mức độ đau là bao nhiêu?

**BỆNH NHÂN:** Khoảng 7/10 khi tôi đi lại, nhưng khoảng 4/10 khi nghỉ.

**BÁC SĨ:** Gối có bị sưng lên sau chấn thương không?

**BỆNH NHÂN:** Có. Gối bắt đầu sưng vài giờ sau trận đấu.

**BÁC SĨ:** Bạn có cảm thấy gối không vững hoặc như muốn khuỵu xuống không?

**BỆNH NHÂN:** Có, đặc biệt khi tôi cố xoay người hoặc đi xuống cầu thang.

**BÁC SĨ:** Có tê, châm chích, hoặc đau ở hông hay cổ chân không?

**BỆNH NHÂN:** Không, tôi chỉ đau quanh gối.

---

## Ngữ pháp trọng tâm mức IELTS 7.5

### 1. Present Perfect: Has the knee become swollen?

Dùng khi triệu chứng bắt đầu trong quá khứ và còn liên quan đến hiện tại.

**Has the knee become swollen since the injury?**

Gối có bị sưng lên từ sau chấn thương không?

**Have you had this pain since yesterday?**

Bạn có bị đau từ hôm qua đến nay không?

**How long have you had the swelling?**

Bạn bị sưng bao lâu rồi?

---

## **2. Present Perfect Continuous**

Dùng khi triệu chứng kéo dài liên tục.

**I have been having pain since yesterday.**

Tôi bị đau liên tục từ hôm qua.

**The knee has been swelling since the match.**

Gối đã sưng dần từ sau trận đấu.

**I have been limping since the injury.**

Tôi đi khập khiễng từ sau chấn thương.

Cấu trúc:

**S + have / has been + V-ing + since / for**

Ví dụ:

**I have been feeling unstable when walking.**

Tôi cảm thấy gối không vững khi đi lại.

---

## **3. On a scale from zero to ten**

Đây là mẫu câu lâm sàng rất quan trọng.

**On a scale from zero to ten, how would you rate the pain?**

Cách trả lời nâng cao:

**The pain is around seven out of ten when I walk, but it decreases to four out of ten when I rest.**

Câu này tốt hơn câu đơn giản:

**My pain is seven.**

---

## **VI. Hội thoại mẫu 3**

**Mechanism of injury and red flags**

**Dialogue**

**DOCTOR:** Did you hear or feel a popping sensation at the time of injury?

**PATIENT:** Yes, I heard a pop when my knee twisted.

**DOCTOR:** That is important information. A popping sound may suggest a ligament injury, although we need to examine you carefully before making any conclusion.

**PATIENT:** Does that mean I may have torn a ligament?

**DOCTOR:** It is possible, but we cannot confirm it yet. We need to assess the stability of your knee and may need imaging, such as an MRI.

**PATIENT:** Is it safe for me to continue playing football this week?

**DOCTOR:** I would strongly advise you not to play until we know the exact diagnosis. Continuing to play may worsen the injury.

---

### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Tại thời điểm chấn thương, bạn có nghe hoặc cảm thấy tiếng “pop” không?

**BỆNH NHÂN:** Có, tôi nghe thấy tiếng “pop” khi gối bị xoắn.

**BÁC SĨ:** Đó là thông tin quan trọng. Tiếng “pop” có thể gợi ý tổn thương dây chằng, mặc dù chúng tôi cần khám kỹ trước khi đưa ra kết luận.

**BỆNH NHÂN:** Điều đó có nghĩa là tôi có thể bị rách dây chằng không?

**BÁC SĨ:** Có thể, nhưng hiện tại chúng ta chưa thể khẳng định. Chúng tôi cần đánh giá độ vững của gối và có thể cần chẩn đoán hình ảnh, chẳng hạn như MRI.

**BỆNH NHÂN:** Tuần này tôi có thể tiếp tục đá bóng được không?

**BÁC SĨ:** Tôi khuyên bạn tuyệt đối không nên chơi cho đến khi biết chẩn đoán chính xác. Tiếp tục chơi có thể làm tổn thương nặng hơn.

---

### Cấu trúc ngữ pháp – diễn đạt học thuật

#### 1. May suggest / may indicate

Ở mức IELTS 7.5, thay vì nói quá chắc chắn:

**You have a ligament injury.**

Nên nói:

**A popping sound may suggest a ligament injury.**

Tiếng “pop” có thể gợi ý tổn thương dây chằng.

**Swelling after injury may indicate internal damage to the knee joint.**

Sưng sau chấn thương có thể gợi ý tổn thương bên trong khớp gối.

---

#### 2. Although / However

Dùng để diễn đạt thận trọng, cân bằng.

**A popping sound may suggest a ligament injury, although we need to examine you carefully.**

**It is possible, however, we cannot confirm it without further assessment.**

Đây là cách nói rất phù hợp trong y khoa: **không khẳng định quá sớm, nhưng vẫn giải thích rõ ràng.**

---

### **3. I would strongly advise you not to...**

Cấu trúc tư vấn chuyên nghiệp:

**I would strongly advise you not to play football at this stage.**

Tốt hơn câu đơn giản:

**You should not play football.**

Các mẫu tương tự:

**I would advise you to rest your knee.**

Tôi khuyên bạn nên để gối nghỉ ngơi.

**I would recommend an MRI if the symptoms persist.**

Tôi khuyên nghị chụp MRI nếu triệu chứng kéo dài.

---

## **VII. Hội thoại mẫu 4**

### **Explaining examination and initial management**

#### **Dialogue**

**DOCTOR:** I'm going to examine your knee now. I will check for swelling, tenderness, range of motion, and joint stability.

**PATIENT:** Will it be painful?

**DOCTOR:** I will be as gentle as possible. Please let me know immediately if you feel severe pain.

**PATIENT:** Okay, doctor.

**DOCTOR:** After the examination, we may need an X-ray to rule out a fracture. If we suspect a ligament or meniscus injury, an MRI may be necessary.

**PATIENT:** What should I do while waiting for the results?

**DOCTOR:** For now, you should follow the RICE principle: rest, ice, compression, and elevation. You should avoid running, jumping, or playing football until further assessment.

---

#### **Dịch nghĩa**

**BÁC SĨ:** Bây giờ tôi sẽ khám gối cho bạn. Tôi sẽ kiểm tra sưng, điểm đau, tầm vận động và độ vững của khớp.

**BỆNH NHÂN:** Có đau không bác sĩ?

**BÁC SĨ:** Tôi sẽ khám nhẹ nhàng nhất có thể. Hãy nói ngay cho tôi nếu bạn thấy đau nhiều.

**BỆNH NHÂN:** Vâng, thưa bác sĩ.

**BÁC SĨ:** Sau khi khám, chúng ta có thể cần chụp X-quang để loại trừ gãy xương. Nếu nghi ngờ tổn thương dây chằng hoặc sụn chêm, có thể cần chụp MRI.

**BỆNH NHÂN:** Tôi nên làm gì trong khi chờ kết quả?

**BÁC SĨ:** Hiện tại, bạn nên tuân theo nguyên tắc RICE: nghỉ ngơi, chườm lạnh, băng ép và kê cao chân. Bạn nên tránh chạy, nhảy hoặc đá bóng cho đến khi được đánh giá thêm.

---

### Ngữ pháp và diễn đạt trọng tâm

#### 1. I'm going to...

Dùng để thông báo kế hoạch sắp làm:

**I'm going to examine your knee now.**

#### 2. I will...

Dùng để mô tả các bước cụ thể:

**I will check for swelling, tenderness, range of motion, and joint stability.**

#### 3. To rule out...

Đây là cụm rất quan trọng trong y khoa.

**We need an X-ray to rule out a fracture.**

Chúng ta cần chụp X-quang để loại trừ gãy xương.

Ví dụ:

**We need blood tests to rule out infection.**

Chúng ta cần xét nghiệm máu để loại trừ nhiễm trùng.

**We need imaging to rule out serious internal injury.**

Chúng ta cần chẩn đoán hình ảnh để loại trừ tổn thương nghiêm trọng bên trong.

---

## VIII. Hội thoại mẫu 5

### Patient education and injury prevention

#### Dialogue

**DOCTOR:** Football is an excellent way to improve physical health, but injury prevention is equally important.

**PATIENT:** What can I do to prevent this from happening again?

**DOCTOR:** You should warm up properly, strengthen the muscles around your knee, and avoid playing when you are too tired.

**PATIENT:** Should I return to football as soon as the pain improves?

**DOCTOR:** Not immediately. Pain relief does not always mean full recovery. You should return gradually and only after your strength, balance, and knee stability have improved.

**PATIENT:** I understand. I need to be more careful.

**DOCTOR:** Exactly. A healthy player contributes to a happier and safer team.

---

### Dịch nghĩa

**BÁC SĨ:** Bóng đá là một cách tuyệt vời để cải thiện sức khỏe thể chất, nhưng phòng tránh chấn thương cũng quan trọng không kém.

**BỆNH NHÂN:** Tôi có thể làm gì để tránh việc này xảy ra lần nữa?

**BÁC SĨ:** Bạn nên khởi động đúng cách, tăng cường sức mạnh các cơ quanh gối và tránh chơi khi quá mệt.

**BỆNH NHÂN:** Tôi có nên quay lại đá bóng ngay khi hết đau không?

**BÁC SĨ:** Không nên ngay lập tức. Hết đau không phải lúc nào cũng có nghĩa là đã hồi phục hoàn toàn. Bạn nên trở lại từ từ và chỉ khi sức mạnh, thăng bằng và độ vững của gối đã cải thiện.

**BỆNH NHÂN:** Tôi hiểu. Tôi cần cẩn thận hơn.

**BÁC SĨ:** Chính xác. Một cầu thủ khỏe mạnh góp phần tạo nên một đội bóng hạnh phúc và an toàn hơn.

---

### IX. Bảng nâng cấp câu từ mức cơ bản lên IELTS 7.5

| Mức cơ bản                  | Mức IELTS 7.5                                                   |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| My knee hurts.              | I have been experiencing pain in my right knee since yesterday. |
| I fell down.                | I fell to the ground immediately after twisting my knee.        |
| It is swollen.              | The knee became swollen a few hours after the injury.           |
| I cannot walk well.         | I can walk short distances, but weight-bearing is painful.      |
| I heard a sound.            | I heard a popping sound at the moment of injury.                |
| You may have a knee injury. | Your symptoms may suggest a ligament or meniscus injury.        |
| You need an X-ray.          | We need an X-ray to rule out a fracture.                        |

|                      |                                                                                                            |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| You should rest.     | I would advise you to rest the knee and avoid further sports activity.                                     |
| Don't play football. | You should not return to football until the diagnosis is confirmed and your knee has recovered adequately. |

## **X. Cụm từ học thuật nên dùng trong bài**

### **1. Khi khai thác bệnh sử**

**Could you describe exactly what happened?**

Bạn có thể mô tả chính xác chuyện gì đã xảy ra không?

**When did the pain first start?**

Cơn đau bắt đầu từ khi nào?

**Has the pain improved or worsened since the injury?**

Cơn đau đã cải thiện hay nặng hơn từ sau chấn thương?

**Were you able to continue playing after the injury?**

Bạn có thể tiếp tục chơi sau chấn thương không?

### **2. Khi đánh giá triệu chứng**

**Where is the pain located?**

Cơn đau nằm ở đâu?

**Does the pain radiate anywhere?**

Cơn đau có lan đi đâu không?

**Is the pain constant or intermittent?**

Cơn đau liên tục hay từng lúc?

**What makes the pain worse?**

Điều gì làm đau tăng lên?

**What helps relieve the pain?**

Điều gì giúp giảm đau?

### **3. Khi giải thích khả năng chẩn đoán**

**This may suggest a ligament injury.**

Điều này có thể gợi ý tổn thương dây chằng.

**A meniscus injury is also possible.**

Tổn thương sụn chêm cũng có thể xảy ra.

**Further examination is required.**

Cần thăm khám thêm.

**Imaging may be needed to confirm the diagnosis.**

Có thể cần chẩn đoán hình ảnh để xác định chẩn đoán.

---

#### **4. Khi tư vấn**

**I would recommend resting the knee for now.**

Tôi khuyên nghị bạn nên để gối nghỉ ngơi hiện tại.

**You should avoid high-impact activities.**

Bạn nên tránh các hoạt động va chạm mạnh.

**You should return to sport gradually.**

Bạn nên trở lại thể thao từ từ.

**Please seek medical attention immediately if the pain worsens.**

Hãy đi khám ngay nếu đau tăng lên.

---

### **XI. Cấu trúc ngữ pháp chủ yếu cho bài IELTS 7.5**

#### **1. Past Simple – kể sự kiện chấn thương**

Dùng để mô tả sự kiện đã xảy ra và kết thúc.

**I twisted my knee.**

**I fell down.**

**I heard a popping sound.**

**I could not continue playing.**

---

#### **2. Past Continuous – mô tả bối cảnh khi chấn thương xảy ra**

**I was running when I suddenly changed direction.**

**I was playing football when another player tackled me.**

Cấu trúc:

**S + was / were + V-ing + when + S + V-ed**

---

#### **3. Present Perfect – triệu chứng kéo dài đến hiện tại**

**I have had knee pain since yesterday.**

**The swelling has become worse since the match.**

Cấu trúc:

**S + have / has + V3 + since / for**

---

#### **4. Present Perfect Continuous – nhấn mạnh quá trình kéo dài**

**I have been limping since the injury.**

**I have been experiencing pain when walking.**

Cấu trúc:

**S + have / has been + V-ing**

---

#### **5. Modal verbs – động từ khuyết thiếu**

**Can**

Dùng để hỏi khả năng:

**Can you walk?**

**Can you bend your knee?**

**May / Might**

Dùng để nói về khả năng chẩn đoán:

**You may have a ligament injury.**

**This might indicate a meniscus tear.**

**Should**

Dùng để khuyên:

**You should rest.**

**You should avoid football for now.**

**Would**

Dùng để khuyên lịch sự, chuyên nghiệp hơn:

**I would advise you to avoid playing football at this stage.**

---

#### **6. Passive voice – câu bị động trong y khoa**

Câu bị động giúp văn phong trang trọng hơn.

**An X-ray may be required.**

Có thể cần chụp X-quang.

**An MRI may be needed.**

Có thể cần chụp MRI.

**Further assessment is recommended.**

Khuyến nghị đánh giá thêm.

**The diagnosis should be confirmed before returning to sport.**

Chẩn đoán nên được xác định trước khi trở lại thể thao.

---

## 7. Academic linking words – từ nối học thuật

| Linking word | Cách dùng  | Ví dụ                                                                    |
|--------------|------------|--------------------------------------------------------------------------|
| however      | tuy nhiên  | The pain has improved; however, the knee remains swollen.                |
| therefore    | do đó      | The knee is unstable; therefore, further assessment is needed.           |
| although     | mặc dù     | Although the pain is mild, the swelling is significant.                  |
| because      | bởi vì     | You should rest because further activity may worsen the injury.          |
| in addition  | ngoài ra   | In addition, rehabilitation may be required.                             |
| as a result  | kết quả là | The player twisted his knee; as a result, he could not continue playing. |

---

## XII. Bài tập luyện nói theo IELTS Speaking

### Part 1: Short answers

#### Question 1

**Have you ever had a sports injury?**

Sample answer:

**Yes, I once had a minor ankle injury while playing football. It was not serious, but it taught me the importance of warming up properly before exercise.**

---

#### Question 2

**Do you think football is good for health?**

Sample answer:

**Yes, definitely. Football improves cardiovascular fitness, teamwork, and mental well-being. However, players should be aware of injury prevention, especially knee and ankle injuries.**

---

### Part 2: Long turn

#### Cue card

Describe a time when someone had a sports injury.

You should say:

- who the person was
- what happened
- what symptoms he or she had
- how the injury was managed
- and explain what lesson you learned from that situation.

### **Sample answer IELTS 7.5**

**I would like to describe a recent situation in which a football player sustained a knee injury during a match. Although he was not an official member of the club, he regularly joined the team for training and friendly games.**

**The injury happened when he was running quickly and suddenly changed direction. His knee twisted, and he immediately felt a sharp pain. A few hours later, the knee became swollen, and he found it difficult to walk. These symptoms raised concern about a possible ligament or meniscus injury.**

**The initial advice was to stop playing, rest the knee, apply ice, use compression, and elevate the leg. He was also advised to seek medical assessment and consider imaging, such as an X-ray or MRI, depending on the clinical findings.**

**The most important lesson from this situation is that sports should promote health, joy, and happiness, but safety must always come first. Players should warm up carefully, listen to their bodies, and avoid continuing to play when they are in pain. A healthy player contributes to a healthier and happier team.**

## **Part 3: Discussion**

### **Question 1**

**Why do sports injuries commonly occur?**

Sample answer:

**Sports injuries often occur because of inadequate warm-up, poor technique, fatigue, sudden changes in direction, or physical contact with other players. In football, knee injuries are particularly common because the sport involves running, turning, jumping, and tackling.**

### **Question 2**

**How can sports clubs reduce the risk of injuries?**

Sample answer:

**Sports clubs can reduce injuries by promoting proper warm-up routines, strength training, safe playing techniques, and early recognition of symptoms. In addition, clubs**

should encourage a culture in which players feel comfortable reporting pain rather than ignoring it.

---

### Question 3

Should amateur players receive basic medical education?

Sample answer:

**Yes, I believe they should. Amateur players do not need advanced medical knowledge, but they should understand basic injury prevention, first aid, and warning signs. This knowledge can help them make safer decisions and seek medical help when necessary.**

---

### XIII. Bài tập viết theo IELTS Writing

#### Task 1: Viết đoạn mô tả ca bệnh ngắn

##### Yêu cầu

Write a short clinical paragraph about a football player with a knee injury.

##### Gợi ý cấu trúc

1. Patient information
2. Mechanism of injury
3. Symptoms
4. Initial impression
5. Management plan

##### Sample paragraph

**A football player presented with right knee pain after twisting his knee during a match. The injury occurred when he suddenly changed direction while running. He reported immediate sharp pain, swelling a few hours later, and difficulty bearing weight. He also described a feeling of instability when walking downstairs. These symptoms may suggest a ligament or meniscus injury. Initial management should include rest, ice, compression, elevation, clinical examination, and imaging if necessary.**

---

#### Task 2: Viết đoạn nghị luận ngắn

##### Topic

**Sports clubs should provide basic injury prevention education for all players. To what extent do you agree or disagree?**

##### Sample answer

**I strongly agree that sports clubs should provide basic injury prevention education for all players, including amateur athletes. Although football and other team sports bring many physical and psychological benefits, they also carry a risk of injury, especially to the knee, ankle, and shoulder. Basic education on warm-up, safe technique, hydration, recovery, and early warning signs can help players protect themselves and their teammates. Moreover, when a club promotes safety, it creates a more responsible and sustainable sporting culture. Therefore, injury prevention should be considered an essential part of any club activity, not an optional extra.**

---

#### **XIV. Bài tập dịch nâng cao Việt – Anh**

##### **Câu 1**

Một cầu thủ bị chấn thương gối khi đang đá bóng.

**A football player sustained a knee injury while playing football.**

---

##### **Câu 2**

Anh ấy nghe thấy tiếng “pop” khi gối bị xoắn.

**He heard a popping sound when his knee twisted.**

---

##### **Câu 3**

Gối bắt đầu sưng vài giờ sau trận đấu.

**The knee started to swell a few hours after the match.**

---

##### **Câu 4**

Triệu chứng này có thể gợi ý tổn thương dây chằng hoặc sụn chêm.

**This symptom may suggest a ligament or meniscus injury.**

---

##### **Câu 5**

Người bệnh nên tránh trở lại đá bóng cho đến khi có chẩn đoán rõ ràng.

**The patient should avoid returning to football until a clear diagnosis has been made.**

---

#### **XV. Bài tập biến đổi câu**

##### **1. Basic sentence**

**My knee hurts.**

**IELTS 7.5 version**

**I have been experiencing pain in my right knee since the football match yesterday.**

---

**2. Basic sentence**

**I cannot walk well.**

**IELTS 7.5 version**

**I am able to walk short distances, but weight-bearing remains painful and difficult.**

---

**3. Basic sentence**

**You should rest.**

**IELTS 7.5 version**

**I would advise you to rest your knee and avoid any high-impact activity until further assessment.**

---

**4. Basic sentence**

**You may have a serious injury.**

**IELTS 7.5 version**

**Your symptoms may indicate a significant internal knee injury, although further examination and imaging are required to confirm the diagnosis.**

---

**XVI. Mini role-play cho lớp 15 phút buổi sáng**

**Step 1: Warm-up – 2 phút**

Giảng viên hỏi nhanh:

**What brings you here today?**

**Where does it hurt?**

**When did it happen?**

Học viên trả lời ngắn.

---

**Step 2: Pair practice – 5 phút**

Một người đóng vai bác sĩ, một người đóng vai bệnh nhân.

Bắt buộc dùng ít nhất 5 câu:

1. **What brings you here today?**

2. **Could you tell me exactly what happened?**
  3. **Can you show me where the pain is?**
  4. **Did you hear a popping sound?**
  5. **I would advise you to rest and avoid football for now.**
- 

### **Step 3: Case presentation – 5 phút**

Một học viên trình bày ca bệnh trong 45–60 giây:

**This is a football player who presented with right knee pain after twisting his knee during a match...**

---

### **Step 4: Health – Joy – Happiness message – 3 phút**

Cả lớp luyện câu kết:

**A healthy player contributes to a happier and safer team.**

**Medical English helps us listen better, care better, and serve better.**

---

### **XVII. Mẫu trình bày ca bệnh 1 phút**

**This is a football player who presented with right knee pain after an injury during a football match. The injury occurred when he suddenly changed direction while running. He twisted his right knee, heard a popping sound, and fell to the ground. A few hours later, the knee became swollen, and he had difficulty bearing weight. He also reported a feeling of instability when walking downstairs. These findings may suggest a ligament or meniscus injury. Further clinical examination and imaging may be required. For now, he should rest, apply ice, use compression, elevate the leg, and avoid returning to football until the diagnosis is confirmed.**

---

### **XVIII. Thông điệp kết bài**

**At IELTS 7.5 level, Medical English is not only about knowing words. It is about using accurate, careful, respectful, and clinically meaningful language.**

**A knee injury teaches us three important lessons: how to ask, how to examine, and how to advise.**

**In the spirit of Health – Joy – Happiness, we learn English not only to speak better, but also to care better.**