

# **Vorbeugen gegen Krankheiten...**

**Beitrag von „Hermine“ vom 25. Oktober 2004 11:24**

Hello Ihr Lieben,

jetzt hock ich hier und bin innerhalb der ersten sechs Wochen schon das dritte Mal krank (mal war es ne Magen-Darm-Verstimmung, dann Migräne, jetzt ist die Stimme weg mit Kopfweh und allem Pipapo- sprich, ne schöne Erkältung...) und mich nervt das gewaltig!

Habt Ihr irgendein Mittel, wie Ihr euch effektiv gesund haltet?

Sport treibe ich schon, abgehärtet (so mit Kalt-Duschen und so) bin ich eigentlich auch und relativ gesund ernähre ich mich auch....

Was tun?

Ich möchte ja am Schluss nicht gesagt kriegen: "Wir würden sie schon gern behalten mit Verlängerung ihres Vertrages- aaaaaaber ihre Krankheitstage sind soooooo viele!"

Liebe Grüße aus dem Krankenbett,

Hermine