

chronische "Erkältung" seit über zwei Monate

Beitrag von „Füchsin“ vom 29. November 2005 21:27

Hello Juditka,

das hatte ich auch mal, drei Monate lang ekelhaft trockener Husten, mir tat der Brustkorb vom Husten so weh, daß ich nicht mal lachen konnte. Kombiniert war das Ganze dann noch mit einer chronischen Entzündung der Nebenhöhlen. Das hat schweinisch weh getan, und trotzdem bin ich immer weiter zur Arbeit gegangen (dabei war das nicht mal an der Schule, wo ich Kinder und Kollegen hätte hängen lassen müssen). Erst als ich mal drei Wochen krank geschrieben war, mit ganz viel Inhalation, Ruhe, Spaziergängen an frischer Luft und viel Schlaf und auch Antibiotika ging es wirklich weg. Aus leidvoller Erfahrung mein Rat: Laß Dich ein paar Tage krank schreiben, bevor Du es so verschleppt wie ich damals, das kann Dir sonst wirklich chronische Probleme eintragen und dann hast Du ständig damit zu tun. Was auch hilft ist dann eine Immunisierung mit abgeschwächten Bakterien, das hilft gegen eine erneute Infektion, ich weiß nicht mehr, wie es genau hieß, frag vielleicht mal Deinen Arzt danach. Mir und einer Freundin von mir hat es ganz gut geholfen.

Ich wünsche Dir das es schnell besser wird,
liebe Grüße

Füchsin