

augenlidzucken - gesichtszuckungen als lehrer - stress ? schlechte nerven? wer kennt das?

Beitrag von „gingergirl“ vom 30. Oktober 2008 19:55

Mein Ex hatte das während stressiger Phasen im Job auch (Augenlid- und Gesichtszucken), allerdings nicht so schlimm wie von dir beschrieben. Er war damals so in deinem Alter. Er ging zu seinem Hausarzt, der sich viel Zeit für ein Gespräch mit ihm genommen hat und meinte, er würde sich zu viel zumuten. Er veranlasste keine weiteren Untersuchungen (wenn man von deinen Untersuchungen beim Neurologen liest, das macht einen doch erst recht nervös, oder?), sondern empfahl ihm viel Magnesium und lange tägliche Spaziergänge. Hat wunderbar geholfen...