

Extrem schwach und erschöpft ohne Erkältungssymptome - ab wann bleibt ihr zu Hause?

Beitrag von „klöni“ vom 12. Mai 2009 13:43

Hallo zusammen,

seit 4 Tage schleppe ich mich mit extremen Erschöpfungssymptomen durch die Gegend, die ich so eigentlich nur von Grippe- oder Erkältungskrankheiten kenne. Fühle mich zerrädert wie nach einem 10-tägigen Hungerstreik. Für Außenstehende "sichtbar" sind allerdings nur ein Schnupfen, bleiche Haut und Augenringe (schlafe auch schlecht, mit ein bisschen Fieber), sonst gibt es da keine weiteren Erkältungssymptome.

Gestern schleppte ich mich durch 7 Stunden Unterricht am Stück, fühlte mich dabei aber so beschi**** geschwächt, angreifbar, unsicher, lasch, etc., dass ich am liebsten gleich Schluss gemacht hätte. Rücksicht der Schüler ist da nicht immer zu erwarten, v.a. wenn halt KEINE Erkältungssymptome zu sehen sind. Steht man schnell mal als Weichei oder Schnarchnase bei Schülern und Kollegen da.

Meine eher "unsichtbaren" Symptome: Stimme schwach, Konzentrationsstörungen, bloß nicht aufstehen und rumgehen, auch im Lehrerzimmer bloß nicht stehen sondern nur sitzen, Hyper-Lärmempfindlichkeit (Kopierer, gestresste Kollegengespräche, Schüler).

Habe mich auch nicht getraut, mich bei der SL früher abzumelden, da ich eben NICHT huste, schnaube, rotze, schwitze und was sonst noch zu den "glaubwürdigen" Krankheitssymptomen dazugehört.

Heute habe ich mich dann krank gemeldet. Fühle mich aber jetzt so, als sei das alles nicht gerechtfertigt, schließlich habe ich kein Fieber, etc. Bin aber trotzdem froh, mich alle 1-2 Stunden (während der Korrektur von Klassenarbeiten) mal aufs Sofa oder ins Bett legen zu können.

Welche Symptome zeigt ihr, bevor ihr euch kranken melden lasst? Reisst ihr euch bei Erschöpfung und Schwäche zusammen und quält euch durch den Tag oder sagt ihr irgendwann: Es reicht jetzt?

Mit fast schon wieder schlechtem Gewissen, matschig,

klöni