

dauerkrank... Genesungstipps?

Beitrag von „Kitty“ vom 12. April 2006 14:45

Vielen, vielen Dank für eure Tipps, Erfahrungsberichte und Ratschläge! Ich werde gleich mal mein Nasenspray wegschmeißen, weil ich es wohl eindeutig zu lange genommen habe.

[Vivi](#): Seit vier Wochen nehme ich hin und wieder "Umckaloabo". Es ist in der Tat eine Art Wundermittel. Vielleicht sollte ich das jetzt regelmäßiger einnehmen. Bis zu meiner Prüfung haben die Tropfen bewirkt, dass ich einigermaßen auf dem Damm und leistungsfähig war. Noch am Abend nach der Prüfung kam dann allerdings der Krankheitsschub. Der Körper hat wohl gesendet: "Hey, los jetzt! Kitty ist jetzt Lehrerin, jetzt darf sie krank werden!"

Ich werd mich gleich mal in die Küche schwingen und mit Kamille inhalieren. Leider habe ich keine Badewanne, sonst würde ich jetzt ein Erkältungsbad nehmen.

Erfahrungsgemäß wird meine Nase durch das Inhalieren mit Kamille auch nicht frei. Habt ihr einen Tipp, wie man die Nase richtig frei kriegen kann? Ich finde nichts nerviger als eine absolut dichte Nase (ich kann nicht damit einschlafen, bekomme meistens Kopfschmerzen und finde mein nach-Luft-Hecheln beim Essen auch nicht gerade elegant...)

LG Kitty