

# **dauerkrank... Genesungstipps?**

**Beitrag von „Salati“ vom 12. April 2006 12:25**

Hallo Kitty,

erstmal: Gute Besserung!

Wahrscheinlich kommt jetzt nach der Prüfung alles aufs Mal. Ist ja meistens so.

Nasenspray würde ich übrigens nie länger als 1 Woche nehmen, da die meisten Sprays die Schleimhäute angreifen (die können dann chronisch anschwellen - hat mir vor kurzem ein Arzt erklärt).

Hast du es mal mit einer Inhalation (ganz einfach mit Schüssel und heißem Dampfbad) versucht? Oder ein Erkältungsbad genommen?

Wird echt Zeit, dass das Wetter mal wieder stabil leibt und vor allem besser wird. Bei solchen Temperaturen kann man ja auch nichts anderes als krank werden... \*grummel\*

Also, nochmals gute BEsserung und viele Grüße,  
Salati