

Oft krank- was tun?

Beitrag von „Piksieben“ vom 14. November 2014 17:10

[Zitat von Velandra](#)

Ich habe jedoch in der Vergangenheit häufig Antibiotika einnehmen müssen und habe das Gefühl, dass das mein Immunsystem zusätzlich geschwächt haben könnte.

Ja, das kann sein, denn die Antibiotika schädigen die Darmflora, und die ist eben auch für Immunabwehr zuständig. Deshalb soll man nach Antibiotika auch viel Yoghurt essen.

Ich bezweifle ja, dass die Allheilmittel, auf die manche Leute schwören, so allheilsam sind ...
Außer meines: Haferflocken 😊