

Bluthochdruck: ich? Ja, tatsächlich:(

Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 10. Januar 2022 20:33

Zitat von Sissymaus

Ich konnte plötzlich nachts nicht mehr schlafen (hat das womöglich auch mit dem Blutdruck zu tun??) und habe jede Nacht, auch am Wochenende, nur 4-5 Stunden Schlaf bekommen. Gepaart mit Stress in der Schule und beiden Kindern, hat mich das an den Rand der Erschöpfung gebracht.

Das kann ja durchaus auch den Blutdruck steigen lassen, insbesondere Schlafmangel und starker Stress. Da solltest du parallel auch ansetzen.