

# **Anti-Burnout, Reduktion der Arbeitsbelastung, Selbstschutz ... und mehr.**

**Beitrag von „CDL“ vom 31. Oktober 2023 16:05**

## Zitat von Zauberwald

Wer genau jammert denn hier? Ich finde den Austausch hier sehr informativ, stärkend, auch lustig und witzig und einige User habe ich echt in mein Herz geschlossen, obwohl noch nie gesehen. Manch einer gibt vielleicht eher Butter bei die Fische, aber sonst...

Ich übernehme mal das mit dem Jammern, Wehklagen, Schimpfen und Motzen für heute stellvertretend für uns alle (allerdings nicht berufsbezogen- jedenfalls nicht, wenn ich das Problem am Ende gelöst bekomme und insofern nicht ausfalle): Meine Hausärztin meinte zuletzt zu mir, sie könne mir bestimmte Sthmamedis nicht mehr direkt verordnen, das müsse der Pulmologe machen. Nach tagelangen Besetztzeichen bekam ich dort die Auskunft, ich bekomme ein neues Rezept erst nach einer Untersuchung, für die der nächste freie Termin Mitte April wäre, eh sei denn, meine Hausärztin würde eine Notfallüberweisung vornehmen. Ich also dort wieder angerufen, um nach einem Tag zu erfahren, man könne nur eine normale Überweisung vornehmen, keine Notfallüberweisung. Auf meine wiederholte Nachfrage, woher ich dann meine täglich benötigten Asthmamedis bekommen solle kam lange gar nichts, dann eine erneute Abklärung mit der Ärztin, nur um mir den „Vorschlag“ zu unterbreiten, man könne mir ja zwei meiner vier Medikamente erst einmal weiterverordnen. Ich sollte vielleicht erwähnen, dass ich seit mehreren Wochen eine schwere Lungenobstruktion habe, also 50% meiner üblichen Medikamente nun wirklich grad keine Option sind medizinisch gesehen. Meiner deutliche Forderung, mir wahlweise alle Medikamente zu verordnen bis April oder mir gefälligst einen Termin zur Untersuchung zu geben, auf dass die Notfallüberweisung doch noch vorgenommen werden kann wurde nach letztlich überschaubaren zwei Tagen Bedenkzeit entsprochen. 🥺 Ich werde also gleich gaaaaaaaaanz gelassen bei meinen Hausärzten antanzen, um die Praxis erst wieder zu verlassen, wenn ich entweder die Notfallüberweisung habe oder ein Rezept für sämtliche benötigten Medikamente. 🥺

Passt zumindest zum Aspekt des Selbstschutzes im Threadtitel ja durchaus. 😊