

# NUR noch krank - wie habt ihr euch abgehärtet?

Beitrag von „treasure“ vom 18. Februar 2024 19:37

## Zitat von Kapa

Seit dem ich letztes Jahr im Januar Corona hatte (fast symptomfrei) gehen Erkältungen bei mir eher auf die Atemwege (abhusten dauert mehrere Wochen).

DAS beobachte ich tatsächlich auch! Ich hatte Corona zweimal und wenn ich drüber nachdenke, hat diese Schwächephase danach begonnen. Dauernd krank, alles dauert viel länger, es sind IMMER die Atemwege, die betroffen sind.

Insgesamt danke ich schon mal herzlich für die Gedanken und Ideen!