

Meckerforum, hier darf alles rein, was doof ist

Beitrag von „treasure“ vom 29. September 2024 10:16

Gute Besserung, Zauberwald. =)

Da hier ja auch oft auf Beiträge geantwortet wird, hoffe ich, dass mein Aufmeckerer vielleicht gute Ideen anderer hervorbringt...

Ich bin gesundheitlich so unglaublich instabil. Das regt mich unglaublich auf.

Zwar ist dieses Kalenderjahr etwas besser als das letzte, aber gerade hatte ich mir den Campylobacter-Keim eingefangen, mit dem ich zwei Wochen gekämpft habe, dann doch noch ein Antibiotikum nehmen musste, weil es einfach nicht ging (obwohl bei den meisten Menschen nach ein paar Tagen Besserung eintritt) = nicht in der Schule. Direkt danach, beim ersten Unterrichtstag, saß ein völlig krankes Kind bei mir in Klavier (obwohl die Eltern wissen, dass sie ihre Kinder in so einem Zustand bitte nicht schicken sollen) und zack...Bronchitis mit einem "Atemknistern", das mich nachts nicht einschlafen lässt.

Ich habe sowohl eine Symbioselenkung hinter mir als auch eine Orthomol-Behandlung (superteuer), um das Immunsystem zu stärken, ich nehme Vitamin D regelmäßig. Meine Ärztin sieht keinerlei weiteren Handlungsbedarf, sie hat nicht mal von sich aus ein Mittel zum Darmaufbau zum Antibiotikum dazu gegeben, das musste ich selbst einfordern. Sie ist aber trotzdem die beste Ärztin, die wir in unserer Stadt haben - sie nimmt sich noch Zeit für ihre Patientinnen und Patienten, daher wechsele ich nicht.

Ich gelte bei meinem Kollegium daher als "schwach", was die Gesundheit angeht, womit sie Recht haben - ich selbst halte mich dafür. Und ich möchte das gerne ändern.

Ich habe ein paar chronische Krankheiten mit Medikationen, die drehen aber nicht mein Immunsystem derart runter, dass ich dauernd HIER schreien müsste, wenn mich Viren oder Bakterien kreuzen. Ich habe auch nie normale Sachen (einfach mal nen Schnuppen), sondern immer gleich so blödes Zeug, wie jetzt den meldepflichtigen Keim. Es sind also immer "gute Gründe", krank zu sein...aber ich wäre gerne resistenter, zumal ich dann auch immer gleich für mein wöchentliches Schwimmtraining ausfalle, das dreimal die Woche stattfinden MUSS, damit es mir gut geht. Es ist also sogar ein Teufelskreis.

Hat jemand von euch Erfahrungen mit iiiirgendwas gemacht, das euch geholfen hat, gesundheitlich stabiler zu sein?

Ich wäre heilfroh, Tipps zu bekommen, denn diese Situation ist für mich nicht nur zum Meckern, auch zum Verzweifeln.