

Überlastung

Beitrag von „KreideSpuren“ vom 23. April 2025 10:55

Zitat von mutterfellbach

Nachtrag: Lass dich doch mal (ergebnisoffen) in einem Adipositaszentrum beraten zu den Behandlungsmöglichkeiten. Die können nicht nur operieren. Ausserdem klären die auch „die Psyche“ ab. Wenn dein Hausarzt dich dorthin überwiese, wäre das vllt ein guter Umweg (der nicht nötig sein sollte!! Was dein HA gesagt hat, finde ich wirklich grob und schlimm)

Danke für diesen wichtigen Hinweis.

Ich werde darüber intensiv nachdenken.

Meine Sorge ist einfach, dass auch beim Adipositaszentrum alles aufs Übergewicht geschoben wird.

Als Jugendliche war ich häufig beim Arzt, weil mir die Beine so wehgetan haben. Meine Mutter hatte damals Sorge, dass ich Probleme mit den Venen oder Diabetes haben könnte. Wurde abgeklärt, hatte ich nicht. Schmerzen wurden aufs Übergewicht geschoben (damals wog ich 70-80 kg. Weitaus weniger als heute. Aber natürlich für eine recht kleine Jugendliche viel zu viel).

Ich war als Jugendliche beim Schwimmtraining, ich habe es bis Bronze geschafft. Irgendwann habe ich den Kurs abgebrochen, weil immer die Arme geschmerzt haben. Alle haben gesagt, dass ich mich anstelle und das keine Schmerzen, sondern Muskelkater sei.

Ich möchte nicht dick sein. Wenn ich aber nach der Schule nach Hause komme, und sehr starke Schmerzen v. a. in den Beinen habe, dann muss ich erst mal auf die Couch und die Beine hochlegen.

Das Problem ist, dass ich nach der Mittagspause am Schreibtisch festklebe. Und dann mache ich noch etwas den Haushalt und mache mich bettfertig.

Ich bin einfach in einem richtigen Teufelskreis.