

# Überlastung

**Beitrag von „mutterfellbach“ vom 25. April 2025 11:10**

Das mit der Krankschreibung siehst du mal ganz entspannt. Sie gilt am Mo, du schickst sie am Mo. Oder hat dir die SL irgendeinen Grund gegeben, sie ins Vertrauen zu ziehen? Wenn du jetzt schon wieder nachdenkst, wie du dem Vertretungsplaner das Leben erleichtern kannst, bist du einmal mehr dabei, andere wichtiger zu nehmen als dich selbst. Lass den seinen Job tun, du tust deinen: Gesund werden.

Für die Telefonate hast du ja jetzt vier Wochen Zeit. Mir hat es geholfen, alles mitzuschreiben: Wer hat wann Telefonzeiten, gab es einen AB, wie bin ich

mit der Person verblieben, Warteliste ja nein usw usw. Sonst verliert man den Überblick. Beim Raussuchen der Nummern darauf achten, Heilpraktiker gleich auszusortieren.

Evtl hat deine GKV eine Therapeutenliste für dich.

Das Rezepttheater habe ich auch jedes Mal. Fotografiere dir alle Rezepte ab, vor allem die Endversion, beim nächsten Rezept diktierst du der Ärztin, was draufmuss, die haben davon wenig Ahnung. ☐☐

Ich finde, du hast viel geschafft. Und dein Hausarzt ist falsch in seinem Beruf.