

Erkältungen und Grippe am Anfang

Beitrag von „Balle“ vom 24. März 2008 20:42

Hallo zusammen,

ich bin jetzt seit Februar im Referendariat und von den ersten 6 Wochen war ich 5 erkältet. Insgesamt waren es 3 Erkältungen, von denen mich 2 richtig niedergestreckt haben.

Von einigen Lehrern habe ich gehört, dass das am Anfang normal sei, weil man so vielen verschiedenen Erregern in der Schule ausgesetzt ist, die man üblicherweise nicht "gewohnt" sei. Nach einigen Monaten lege sich das und man wäre fast imun gegen Erkältungskrankheiten.

Mich interessiert, ob Ihr auch solche Erfahrungen macht oder gemacht habt.

Noch einen schönen Feiertag wünscht

Martin

Beitrag von „radulli“ vom 24. März 2008 20:54

Hallo Martin,

mach dir da mal überhaupt keine Sorgen. Ich bin jetzt fast 20 Jahre Lehrer und mich haut es regelmäßig nach den großen Ferien für ca. eine Woche ins Bett. Da bringt auch die lange Erfahrung nix.

und da bin ich nicht die Einzige an unserer Schule.

also Kopf hoch und fix gesund werden!!!!

Ulli

Beitrag von „Feenstaubflocke“ vom 24. März 2008 22:34

Geht mir fast genauso wie Dir :tongue: : 6 Wochen dabei, 6 Wochen Dauerschnupfen, 2 Wochen davon richtig bös krank.

Und das, obwohl ich bereits 1/2 Jahr lang vorher als Vertretungslehrkraft gearbeitet habe .

Beitrag von „lolle“ vom 24. März 2008 22:44

Im ersten Jahr hab ich bis März durchgehalten, dann hatte ich mal ein wenig Halsweh.

Im zweiten Jahr war ich nur einmal krank: von November bis März, ständig verschnupft, Halskratzen etc.

Jetzt im dritten Jahr hab ich bis zu den Faschingsferien durchgehalten, dann hat ich ne leichte Halsentzündung. Ansonsten bin ich fit, selbst wenn mich alle meine Kids anschniefen...

Keine Ahnung woran das liegt. Manchmal glaube ich, dass da sehr viel auch die psychische Belastung mit rein spielt. Wenn es mich stressst, dann erwischt es mich auch ziemlich schnell.

Wünsche gute Besserung!

Lolle

Beitrag von „Referendarin“ vom 25. März 2008 00:23

Bei mir war es damals im Ref so, dass ich kurz nach dem Einstieg in der neuen Schule eine dicke Erkältung bekam, glücklicherweise aber nicht so schlimm, dass ich zu Hause bleiben musste.

Das gleiche Spiel gab es dann noch mal, als ich an meiner jetzigen Schule neu anfing.

Seitdem habe ich meist nur kurze Erkältungen gehabt und bin jetzt schon länger davon verschont worden, wahrscheinlich wirklich deshalb, weil man sich an die jeweiligen Bakterien, die in einer Schule rundgehen, dann irgendwann gewöhnt.

Beitrag von „Panama“ vom 25. März 2008 19:30

Hallo Martin, mach dir mal nix draus, das ist normal. Du wirst sehen, wenn es in die "heiße Phase" geht, bist du topfit!

Ich habe damals das ganze Ref. durchgehalten. Und nach den Lehrproben hat es mich sowas von umgehauen!

Und im ersten Jahr nach dem Examen war ich dann auch ständig krank. Aber das wird mit der Zeit ein bisschen besser.

Du bist plötzlich so vielen Viren ausgesetzt.....! Und manche schaffens noch bis zu den Prüfungen, andere haut es gleich mal um!

Da hilft nur heißer Tee und RICHTIG auskurieren! Sonst liegst du bald wieder flach!!

Gute Besserung

Panama

Beitrag von „Maria Leticia“ vom 25. März 2008 19:38

Im ersten Jahr hatte ich 20 Fehltage weil ich ständig krank war, im zweiten Jahr drei.

Gruß

Maria

Beitrag von „tata.p“ vom 28. März 2008 13:23

Oh Mann, ich denke es geht wirklich jedem so.

Bei den ersten Anzeichen bin ich sofort in die Apo und habe mich ausschließlich von Obst und Hohes C ernährt.

Ich hatte glücklicher Weise keine Fehltage, was nicht bedeutet, dass ich tagelang voll ansprechbar war:-)

Ich denke, das ist unser Berufsrisiko und wird uns regelmäßig treffen.

Gute Besserung und einen guten Start in der Schule!

tata

Beitrag von „Myarha“ vom 28. März 2008 15:43

Ich hab noch bis nach den Prüfungen durchgehalten. Das war im November. Danach war ich zwar zunächst nicht krank, aber total schlapp und als ich an meiner neuen Stelle im Februar angefangen habe, hab ich mich ~weils sonst so seltsam ausgesehen hätte~ direkt am ersten Tag noch mit Fieber hingeschleppt. Ich bin dann zwar eine Woche zu Hause geblieben, aber hab mir so viele Gedanken gemacht und mich mit meinem schlechten Gewissen gequält, das man das kaum auszukurieren nennen darf. Das Fazit war, dass es für die Schule ganz normal war, das man mal krank ist (und solche Termine sucht man sich ja auch nicht aus) und ich bis jetzt zu den Osterferien jedes Wochenende wieder flach lag und in der ersten Woche der heiß ersehnten Ferien nix mit Freizeit war, da ich nochmal richtig krank geworden bin und die erste Woche komplett im Bett verbracht hab.

Ich hab daraus gelernt. Wenn ich krank bin (ausgenommen sowas wie Husten oder Schnupfen, ihr wisst, was ich meine), bleibe ich zu Hause und leg mich hin und vor allem nutze ich ab jetzt dann auch die "freien" Tage zum Kurieren und mach mir nicht mehr so einen Kopf. Die letzten Wochen waren so dermaßen anstrengend mit den ewigen Rückfällen, das sollte man sich (und den Kindern) nicht antun.

Also, kurier dich richtig aus und mach dir keine Sorgen, das geht anderen auch so. Gute Besserung!