

# Schon wieder krank...

## Beitrag von „KatjaK“ vom 14. Dezember 2010 21:02

Hallo an alle.

Ich war vor 3 Wochen eine Woche lang krank.

Scheinbar bin ich zu früh gestartet, denn nun liege ich wieder flach.

Heute habe ich mich noch zur Schule gequält, meine Stimme hat allerdings in der 3. Stunde völlig versagt und ich war fix und fertig.

Erhöhte Temperatur, Nase und Nebenhöhle zu, Halsschmerzen und Mattigkeit.

Allerdings habe ich ein total schlechtes Gewissen, dass ich schon wieder krank bin.

Ist echt erst 3 Wochen her 😞

Kennt ihr das und was macht ihr in solchen Fällen?

---

## Beitrag von „Referendarin“ vom 14. Dezember 2010 21:10

Genau das hatte ich letztes Jahr: Eine übergangene Erkältung, die sich zu einer heftigen Halsentzündung entwickelt hat. Da half dann nur noch der Gang zum Arzt, der mich für 1,5 Wochen krank schrieb und danach war es dann endlich ausgestanden. Ich würde auf jeden Fall zum Arzt gehen. Der wird dann entscheiden, wie lange du dich auskurieren musst, damit du endgültig gesund bist. Das schlechte Gewissen bringt niemandem was (auch wenn es natürlich jeder von uns kennt), da ja auch niemand was davon hat, wenn du noch länger ausfällst, weil du hinterher eine Lungenentzündung oder Schlimmeres bekommst. Gute Besserung!

---

## Beitrag von „KatjaK“ vom 14. Dezember 2010 21:13

Danke für die Rückmeldung.

Da bin ich ja etwas beruhigt, dass es auch anderen so geht.

Habe halt total Angst, dass die anderen schlecht über mich denken.. "schon wieder krank!?"..

Aber mir gehts wirklich nicht gut 😞

---

**Beitrag von „Linna“ vom 14. Dezember 2010 21:17**

das schlechte gewissen kennen wir alle und solche verschleppten sachen kennen wir auch.

bringt aber nix. (ich bin weitgehend gesund - ich kann das so leicht sagen)

ab zum arzt mit dir und dann ins bett und zwar, bis es besser ist. und wenn du vor den ferien nicht mehr in die schule kommst, fällt sie davon auch nicht zusammen. dafür bist du nach den ferien voller elan wieder da und kannst die kollegen vertreten, die im januar/februar ausfallen.



---

**Beitrag von „Linna“ vom 14. Dezember 2010 21:18**

ach, vergessen:

gute besserung!!!

---

**Beitrag von „Sylvana“ vom 14. Dezember 2010 22:58**

Hi,

keine Bange, kann normal sein. Mir geht's leider auch so...

Ich war vor drei Wochen eine Woche krank geschrieben und jetzt geht es mir wieder bescheiden. Ich denke, die Schule ist auch einfach eine Virenschleuder.

Ich würde an deiner Stelle auch zum Arzt gehen und dich richtig auskurieren. Auf längere Sicht gesehen fehlst du dann auch weniger als wenn du dich jetzt wieder so durchschleppst.

Gute Besserung

Sylvana

---

**Beitrag von „zabku“ vom 20. Dezember 2010 20:12**

huhu...

ich hab das problem nach dem ref gehabt (wohl einem neuen viranstamm begegnet 🙄).  
mein arzt hat mir dann orthomol immun empfohlen. ich habe es ungefähr ein halbes jahr  
genommen. seitdem gehts mit den erkältungen und den infekten. dieses jahr hats mich erst 2x  
erwischt.... =)

in der apotheke ist das zeug sehr teuer, bei einer online-apotheke bestelle ich es immer für  
35,60euro für einen monat. immer wenn ich merke, dass das kratzen im hals anfängt nehme  
ich es wieder für ein paar tage und gut ists...ich nehme übrigens die kapseln, da ich eine  
schildi-erkrankung hab und die jod-tablette rauslassen muss...

für die stimme hilft nur ein stimmtraining....gute erfahrungen habe ich auch mit gelorevoice...

gute besserung....

---

### **Beitrag von „Hasi007“ vom 20. Dezember 2010 21:28**

Ich kann mich hier einreihen, allerdings noch extremer.

Ich war 3! Wochen im Nov krank wegen Pfeifferschem Drüsenfieber, nun habe ich mich 3  
Wochen zur Schule gequält und nun bin ich seit heute wieder total krank. Morgen (da habe ich  
schulfrei weil Teilzeit) gehe ich zum Arzt und der wird mich wohl wieder krank schreiben. Mir  
gehts auch deshalb total schlecht. Ich kann Dich gut verstehen. Und ich hätte gleich - wie der  
Arzt gesagt hat- länger zuhause bleiben sollen.

Dir auch Gute Besserung!

---

### **Beitrag von „Siobhan“ vom 21. Dezember 2010 15:20**

Gute Besserung dir!

Ich hatte vor ein paar Wochen auch einen stimmlichen Totalausfall und bin leider zu früh wieder  
zur Schule. Hat dann eine Woche geklappt und dann hatte ich eine leichte Lungenentzündung  
und war ganz außer Gefecht. Hätte echt mal auf meinen Arzt hören sollen . . . 🙄

---

### **Beitrag von „elefantenflip“ vom 21. Dezember 2010 20:02**

Liebe Hasi,

ich hatte auch zu Beginn meiner Schulzeit ca. 12 Jahre lang chronisches Pfeiffersches Drüsenfieber, ich habe mich mehrmals am Tag krank gefühlt und mich von WE zu WE geschleppt, das war echt schlimm. Geholfen haben versch. Maßnahmen, alle nicht im Bereich der Schulmedizin. Wenn du sehr krankheitsanfällig bleibst, melde dich mal!

flip

---

### Beitrag von „\*Stella\*“ vom 21. Dezember 2010 20:34

Ich kann Dir Angocin empfehlen, das ist eine Art pflanzliches Antibiotikum, das aus Kapuzinerkresse und Meerrettich besteht. Man kann es präventiv nehmen oder eben auch, wenn es einen schon erwischt hat..

Vielleicht magst Du es mal probieren..

---

### Beitrag von „DO\_It“ vom 21. Dezember 2010 22:18

Zitat

*Original von \*Stella\**

Ich kann Dir Angocin empfehlen, das ist eine Art pflanzliches Antibiotikum, das aus Kapuzinerkresse und Meerrettich besteht. Man kann es präventiv nehmen oder eben auch, wenn es einen schon erwischt hat..

Vielleicht magst Du es mal probieren..

Puh, davon bekam ich - trotz Einnahme nach einer Mahlzeit - immer Bauchweh...



Machte bei mir das Krankheitsgefühl also eher schlimmer.

Kenne aber auch Menschen, die mit Angocin sehr zufrieden sind!