

Ständig krank...

Beitrag von „Kasiu“ vom 13. Juni 2011 18:01

Hallo zusammen!

Eins macht mich derzeit ziemlich fertig: seit dem Beginn meiner festen Stelle (Gym, NRW) im Februar bin ich ständig krank! Ende Februar direkt 1 Woche, im März 1 Tag, im Mai 1 Tag und nun habe ich seit gestern wieder starken Husten, Heiserkeit und Schnupfen mit Fieber und es sieht so aus, als ob ich morgen wieder nicht gehen kann! Ich bin wirklich nicht sehr wehleidig, schleppe mich auch mal zur Schule, aber mit Fieber ist das eben auch so eine Sache. Ich habe jetzt schon ein unglaublich schlechtes Gewissen, morgen in der Schule anzurufen, um mich wieder krank zu melden. Ich muss allerdings hinzufügen, dass ich- wenn ich mich in der Schule krank melde- auch jedes Mal zum Arzt gehe und ein Attest bekomme.

Da ich erst Beamtin auf Probe bin, hab ich einfach Angst, dass die Lebenszeitverbeamtung wegen meiner ständigen Krankheiten gefährdet werden könnte. Vor der festen Stelle war ich so gut wie nie krank, das kam erst mit der festen Stelle. Ich habe auch nichts Chronisches, es sind immer nur grippale Infekte oder Magen-Darm. Habe das Gefühl, dass ich sämtliche Keime aus der Schule immer mitnehme.

Was soll ich tun? Kann das Auswirkungen auf die Lebenszeitverbeamtung (in über 2,5 Jahren) und auf die Dienstbeurteilung meines SL bezüglich der Revision haben?

Beitrag von „Kathi-Lina“ vom 13. Juni 2011 18:20

Du willst das vermutlich nicht "hören", aber: In deiner Situation würde ich mir primär andere Gedanken machen als die, welche Auswirkungen gesundheitsbedingte Ausfälle auf meine Lebenszeitverbeamtung haben könnte! Hey, es geht um deine Gesundheit!!! Und dir sollte für dich das aller, aller Wichtigste sein. Denn ohne Gesundheit ist alles nix - mit oder ohne Verbeamtung auf Lebenszeit. Daher mein Tipp: Lass dich gründlich untersuchen, vielleicht auch nicht unbedingt nur von einem Allgemeinmediziner. Oft ist man nämlich anfällig für alle möglichen Arten von Infekten, weil man z.B. zu viel Stress an der Arbeit hat. Darunter leidet dann das Immunsystem im Ganzen. Und der Vorteil ist: Wenn die "Wurzel" des Übels gefunden und beseitigt wird, dann bist du weniger krank - ergo musst du dir keine Sorgen mehr machen, was das für deine Lebenszeitverbeamtung bedeuten könnte.

Beitrag von „MelS“ vom 13. Juni 2011 18:25

Mir ging es am Anfang auch so - in meiner gesamten Zeit als Feuerwehrlehrerin und auch im Ref war ich so gut wie nie krank. Aber kaum hatte ich eine feste Stelle war es wie verhext - Heiserkeit, Schnupfen, Fieber, Kopfschmerzen... Ich bin dann zu einem Heilpraktiker gegangen, nachdem mein Arzt mir immer nur Antibiotika oder andere Tabletten verschrieben hat, die alle höchstens für eine Woche gehalten haben. Der Heilpraktiker hat mir dann was zur Stärkung meines Immunsystems gegeben, weil er meinte das wäre besonders als Lehrer öfter im Einsatz - und seitdem war ich nicht einmal mehr krank! Das die Fehltage einen Einfluss auf die Verbeamtung auf Lebenszeit haben glaube ich übrigens nicht, es sei denn du bist wirklich wochenlang außer Gefecht. Dann könnte es aber auch nur sein, dass deine Probezeit verlängert wird oder der Amtsarzt dich noch genauer untersucht...

Beitrag von „klan“ vom 13. Juni 2011 18:31

Das Problem habe ich auch.

@ MelS: Vielleicht kannst du uns verraten, welches Mittel er dir zur Stärkung des Immunsystems gegeben hat? Mir haben Zinktabletten im letzten Winter mindestens eine starke Erkältung erspart.

Beitrag von „KatjaK“ vom 13. Juni 2011 18:50

Hallo.

Ich kenne dein Problem zu gut. Ich arbeite seit Ende 2009 als Vertretungslehrerin (warte auf Refplatz), die erste Stelle war mit 12 Stunden, da war es bei mir ok in dem einen Jahr. Da war ich 1 Woche krank.

Die zweite Stelle seit August 2010 macht mir mehr zu schaffen. Ich hab wesentlich mehr Stunden und die Schule ist viel größer, bin auch für alles anfällig.

Ich war im Januar länger krank (gebrochene Finger) und liege auch jetzt schon wieder zu Hause. Zum letzten langen We an Christi Himmelfahrt hat es angefangen, so dass ich dieses We im Bett verbracht habe. Die letzte Woche habe ich mich dann in die Schule geschleppt und liege jetzt über Pfingsten wieder (immernoch) hier, so dass ich morgen auch das Bett noch hüten werde.

Mein Arzt sagt, dass es "normal" sei, dass man zunächst recht anfällig ist, dass es sich aber mit der Zeit legt.

Also: Gute Besserung! Und: so blöd es ist, extra machst Du es nicht!

Beitrag von „MelS“ vom 13. Juni 2011 20:14

Das "Zaubermittelchen" trägt den aussagekräftigen Namen "Cpl. Nr. 111" 😄

Beitrag von „Bijana“ vom 13. Juni 2011 20:37

Ich war im ersten Jahr nach dem Referendariat auch ständig krank. Zwar nie so schlimm, dass ich zuhause geblieben bin (obwohl ich das durchaus mal hätte tun sollen), aber trotzdem war ich fast die ganze Zeit erkältet, hatte Husten, Schnupfen und was so dazu gehört. Zwischendurch hatte ich zwar immer mal wieder "erkältungsfreie" Phasen, die waren aber immer recht kurz. Meine Schulleitern sagte mir damals, dass das mit den "neuen" Viren zusammenhängt, an die ich mich erst gewöhnen muss. Sprich neue Schule, neue Umgebung und somit auch andere Viren, gegen die ich noch nicht resistent bin.

Das habe ich erstmal nicht so ganz geglaubt - bis mein Hausarzt mir das ebenfalls erzählte. Er meinte, dass könnte gut und gerne ein Jahr dauern, bis ich mich daran gewöhnt hätte. Und tatsächlich, nach ziemlich genau einem Jahr hörte das ganze plötzlich auf. Er hat mir Umckaloabo (?) empfohlen und gemeint, dass solle ich nehmen, wenn ich erste Anzeichen eines grippalen Infekts spüre.

Gute Besserung und mach dich nicht zu sehr verrückt!

Beitrag von „Shadow“ vom 13. Juni 2011 21:20

Bei mir wars ähnlich.

Als ich mit dem Ref fertig war und eine Vertretungsstelle annahm, lag ich nach 2 Wochen an der neuen Schule eine komplette Woche flach.

Das war mir ganz schön unangenehm, aber es war absolut nichts zu machen.

Danach kämpfte ich ein Jahr lang immer wieder gegen Grippe u.ä.

Häufig schleppte ich mich trotzdem zur Schule, bis mein Arzt mir riet, nicht meine Gesundheit aufs Spiel zu setzen.

Nach einem Jahr etwa war der Spuk vorbei.

Wenn ich jetzt mal krank bin, dann - wie sich das gehört 😄 - nur am Wochenende und pünktlich zum Schulbeginn wieder fit.

Beitrag von „Raket-O-Katz“ vom 13. Juni 2011 23:17

[Zitat von MeIS](#)

Das "Zaubermittelchen" trägt den aussagekräftigen Namen "Cpl. Nr. 111" 😄

DAS hier?!?!?!?

<http://www.cornwelltools.com/webcat/product...ision-Plier-Set>

[Blockierte Grafik: <http://www.fancysplace.com/smileys/kit-trance.gif>]

Beitrag von „Moni82“ vom 14. Juni 2011 14:40



Beitrag von „zwillis05“ vom 14. Juni 2011 16:00

....ich war in meinem ersten schuljahr nach meinem ref so häufig krank, dass ich mich schon geschämt habe, in der schule anzurufen und mich krankzumelden. ich kam mir vor wie der :depp: vom dienst. das hat sich jedoch dann gegeben - naja, irgendwann ist man gegen die viren und bakterien der schüler immun 👍 . kopf hoch, das wird schon 👍 👍 👍

lg christina

Beitrag von „Andran“ vom 14. Juni 2011 18:16

-


Beitrag von „Piksieben“ vom 14. Juni 2011 18:27

äh... unter "ständig krank" stelle ich mir doch etwas mehr vor als eine Woche und dann noch mal zwei einzelne Tage. Ich glaube, du hast jetzt eine verzerrte Wahrnehmung, weil du "schon wieder" krank bist.

Einige Kollegen sind monatelang krank! Und selbst das wird irgendwie aufgefangen. Das geht alles.

Man soll sich halt nicht für unentbehrlich halten und ein paar grippale Infekte nicht gleich dramatisieren. Davon wird man nur noch mehr krank.

Es stimmt schon, das Immunsystem muss sich erst auf den Ansturm einstellen. Ich weiß noch genau, wie extrem das bei uns war, als die Kinder noch klein waren und wirklich jeden, jeden Infekt heimgebracht haben. Und anfangs war ich immer mit krank. Das gibt sich. Von Zink und Co darf man auch keine Wunder erwarten.

Gute Besserung und entspann dich 

Beitrag von „Kasiu“ vom 14. Juni 2011 18:44

Danke für Eure Antworten!

Da ich heute morgen immernoch 38 Grad Fieber hatte, hab ich mich dann doch in der Schule krank gemeldet und bin zum Arzt. Diagnose: Nasennebenhöhlenentzündung und starke Bronchitis. Muss Antibiotika nehmen und er wollte mich eigentlich den Rest der Woche krank schreiben, aber wir haben uns dann darauf geeinigt, dass ich nur heute und morgen nicht in die Schule gehe. Ich gehöre ja auch zu denen, die wieder in die Schule gehen, sobald es irgendwie geht uns ich deshalb Erkältungen oft wochenlang mit mir rumschleppe. 😡

Ich weiß, dass ich nicht unentbehrlich bin, aber ich habe leider in einer Klasse nur noch 4

Stunden Zeit, die Kinder ordentlich auf die [Klassenarbeit](#) vorzubereiten, die letzte wurde dort erst letzte Woche geschrieben. Obwohl ich ja auch weiß, dass ich eigentlich den Rat meines Arztes befolgen und die ganze Woche zuhause bleiben sollte...

Beitrag von „Silicium“ vom 14. Juni 2011 20:22

[Zitat von AnnaSarah](#)

Ich gehöre ja auch zu denen, die wieder in die Schule gehen, sobald es irgendwie geht
uns ich deshalb Erkältungen oft wochenlang mit mir rumschleppe. 😡

Ähm, und warum machst Du das?

Zitat

Ich weiß, dass ich nicht unentbehrlich bin, aber ich habe leider in einer Klasse nur noch 4 Stunden Zeit, die Kinder ordentlich auf die [Klassenarbeit](#) vorzubereiten, die letzte wurde dort erst letzte Woche geschrieben. Obwohl ich ja auch weiß, dass ich eigentlich den Rat meines Arztes befolgen und die ganze Woche zuhause bleiben sollte...

Ohne Worte.

Beitrag von „Piksieben“ vom 14. Juni 2011 22:03

"Ich gehöre zu denen ..." was willst du nur damit sagen? Dass Leute, die sich auskurieren, alle Waschlappen sind, und die, die als Virenschleudern in die Schule kommen, als Helden gefeiert werden sollen?

Beitrag von „cubanita1“ vom 14. Juni 2011 22:24

Ich finde es auch eher unverantwortlich, halbkrank mit Bakterien und Viren in die Schule zu gehen und andere Leute anzustecken ... Abgesehen davon, dass du deinem Körper auch keinen Gefallen tust. Wenn du kommst, wird voller Einsatz erwartet. Dann auf Halbkranke Rücksicht zu nehmen ist wohl eher undenkbar, als zu vertreten ...

Bleib zu Hause, kurier dich aus und geh dann wieder hin, wenn du deine Arbeit auch wirklich leisten kannst. Die Kinder werden es überleben ...

Beitrag von „Conni“ vom 15. Juni 2011 10:07

Mir ging es bereits im Ref so. Und ich kam mir nicht nur vor, wie der Depp vom Dienst, ich wurde auch so behandelt und immer schräg von der Seite angeschaut.

Gleich am Anfang habe ich eine Erkältung verschleppt, dann eine schwere Bronchitis nicht richtig auskuriert und danach ging es monatelang mit Bronchitis - Nebenhöhlenentzündung - Bronchitis - ... weiter, später kamen noch Ohrenentzündungen und andere Dinge hinzu. 7 mal Antibiotikum in einem halben Jahr, dazu habe ich jetzt eine chronische Erkrankung, die durch diese ständigen Infekte gefördert wurde und nun leider auch noch Infekte bei mir schlimmer ausfallen lässt, d.h. ich bin jetzt auch im Nachhinein noch öfter krank.

Ich habe auch immer ein schlechtes Gewissen, aber inzwischen melde ich mich krank, sobald ich Fieber habe oder die Stimme sehr stark angeschlagen ist - selbstständiges Arbeiten ist bei den Kindern meines Einzugsgebietes nicht gut möglich, ohne Stimme geht nichts. Und wenn ich ganz starke Kopfschmerzen, bei denen eine Tablette morgens nicht ausreicht habe, bleibe ich auch zu Hause (diese Kopfschmerzen waren 1,5 Jahre lang Begleiterscheinung unserer speziellen Schul-Schnupfen-Viren), denn damit kann ich den Lärm nicht ertragen und werde aggressiv. Mit Magen-Darm-Infekten (auch die gibt es bei uns reichlich) bleibe ich ebenfalls zu Hause, denn da bin ich 1. ansteckend und 2. verletze ich meine Aufsichtspflicht, wenn ich in der Stunde aufs WC rennen muss.

Eine gewisse Gewöhnung ist eingetreten, trotzdem werde ich immer noch oft krank - kein Wunder, denn die Viren sind in der Klassenraumluft konzentriert, Stoßlüften ist aufgrund baufälliger Fenster kaum gefahrlos möglich, gleichzeitig zieht es bei starkem Wind auch bei geschlossenen Fenstern und Türen und im Sommer schwitzt man ohne Ende. Viele Kinder müssen erst lernen, dass man sich die Hände wäscht nach dem Toilettengang und sich beim Husten / Niesen Hand oder Armbeuge vorhält, teilweise husten einem Kinder direkt ins Gesicht.
:X:

Achja, und seit es jüngere Kolleginnen gibt, bin ich beruhigt: Die sind auch oft krank. "Die jungen Kolleginnen sind immer krank!" ist der vorwurfsvolle Spruch unserer Alteingesessener. Nun bin ich nicht mehr alleine damit gemeint...

Was ich übrigens **nicht** hatte in den bisherigen Berufsjahren: Keuchhusten, Scharlach, Ringelröteln, Noroviren und Windpocken - immerhin. 🍷