17.05.2025

Eine Woche grippalen Infekt

…

eine Woche noch mehr ausgebremst sein
eine Woche noch weniger Energie haben
eine Woche noch mehr ausruhen müssen

aber auch

eine Woche,
in der ich nicht über meine Grenzen gegangen bin
in der ich meine Erschöpfung händeln konnte
in der ich leise Hoffnung hatte,
dass die Erschöpfung
bitte nie mehr
so weit absinkt

Gestern dann
Dienst im Krankenhaus
nur gut drei Stunden
70 Minuten – Patient:innengespräch
Rest – Organisatorisches

…

und meine Beine wurden schwerer
Energie verließ meinen Körper
Gähnen

und ich wusste:
noch knapp eine Stunde
und nichts geht mehr.

Schnell noch ins andere Krankenhaus
dort eine halbe Stunde was erledigt

dann heim
aufs Bett
ausruhen

Essen machen

und spüren, dass das
Energielevel
eher unter 30% bleibt

Dieser Tag
brachte dann nicht mehr viel …

…
und die darauffolgende Nacht
viele Zeiten wach …