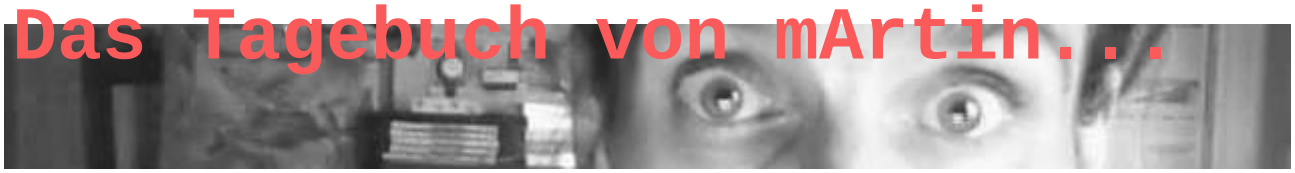
Das Tagebuch von mArtin...



01. Februar 2023 17:50 Uhr

Ein Radiobericht heute Nachmittag lässt mich ein wenig nachdenklich werden. Er handelt von Migräne - und einer neuen Art der Behandlung, die es diesbezüglich geben soll. Ich höre den Beitrag zwar, folge ihm aber nicht so wirklich. Denn während der Moderator die Neuigkeiten verliest, denke ich nach, wie lange schon der letzte - so richtig schlimme - Anfall zurückliegen mag. Die vergangenen *Migräne-Attacken* waren ja eher starke Kopfschmerzen, die nach einigen Stunden vorüber waren. Die letzte richtig echte Migräne (mit Kotzen, Durchfall und allem drum und dran) ist bei mir, und dafür bedanke ich mich bei Gott und dem ganzen Universum, sicher schon zwei bis drei Jahre her. Auf jeden Fall so lange, dass ich mich gar nicht mehr daran erinnern kann. Welch ein Glück!

Da ich ja relativ genau weiß, was bei mir solche Schmerzen verursachen kann, lebe (esse) ich auch danach und meide zu viel von dem, was mir nicht gut tut. Scheinbar mit Erfolg. Und wenn es nach mir geht, muss es auch gar nicht mehr so weit kommen...

(C) mArtin 2024

Kommentare:

02. 02. 2023 - 15:41 Uhr
MU
Das wünsche ich dir von ganzem Herzen!

02. 02. 2023 - 16:18 Uhr
mArtin
Danke! :-)