3 nach Corona

2022-10-16 20:04 (Kommentare: 0)

Ich bin negativ, drei Tage nach Corona und ebenso nach drei Impfungen.
Endlich wieder raus: Sonne, trocken, ~16 Grad.
Und was macht Corona daraus?

Es hat weniger mit "Doppelherz" zu tun, es liegt wohl eher an meiner prinzipiell guten gesundheitlichen Konstitution und auch an den drei Impfungen.
Am Montag nach Borkum musste ich abends etwas husten. Das hatte ich der Fährüberfahrt zugeschrieben, die ich zu einem großen Teil auf dem Oberdeck verbracht habe.
Dienstag in der Firma getestet: negativ. Als ich Mittwoch immer noch hustete meinte ein Kollege zu mir: du bist doch sonst nie krank (1,5 Tage in knapp 20 Jahren), teste dich doch nochmal. Und sofort ging es ab nach Hause in die Quarantäne. Am selben Tag eine Bestätigung zur "Arbeitsunfähigkeit" (aka Krankschreibung) zu bekommen war nicht drin: kein Termin. Das konnte ich aber direkt am nächsten Morgen nachholen - leider nicht per Telefon, dafür aber mit Bestätigung vom Arzt "Corona: positiv".
"AU" bis Mittwoch, was ich auch entsprechend genutzt habe: deutlich mehr schlafen, Tee trinken, Ruhe.
Ab Donnerstag (da noch leicht positiv) Homeoffice, Freitagnachmittag dann das Ergebnis: negativ.
Nach knapp 1,5 Wochen (also diesen Freitag) war ich also endlich wieder negativ.

Da das Wetter heute dazu einlud endlich mal wieder vor die Türe zu gehen und zu gucken, ob - und falls ja - Covid für Folgen hinterlassen hat.
Um es kurz zu machen: keine. Keine Probleme mit der Luft, die Kondition ist nicht so gut und auch das Gesäß meldete nach der ersten Tour, dass der Fahrradsattel aktuell erst wieder etwas der Gewöhnung bedarf. Auch gegen Ende der Tour bei einem kurzen Sprint gegen 26 - 27 km/h (also dem Bereich, in dem der Motor die Unterstützung abschaltet) war anschließend ein kleines Husten angesagt. Aber eher mangels Kondition, mit Corona hatte das jetzt weniger zu tun.

Die drei Impfungen haben da sicherlich einen nicht zu verachtenden Anteil. Ansonsten lasse ich mich nie impfen, aber dieses Mal war es ja eine Mischung aus "Zwang" (sie können / dürfen dieses und jenes nicht tun, falls sie nicht geimpft sind) und ein gewisser Anteil "das ist keine Standardgrippe".
In der Gesamtheit aus guter Gesundheit, Ruhe+schlafen+Tee und Impfung war Corona recht schnell vorbei, war ertragbar und hat wohl auch keine Nachwirkungen hinterlassen.
Gut so.

Bilder der Tour

-

-

-

-

-

-

Selbsttest

Wer die Touren selbst nachfahren möchte um sich auch zu testen (Kondition), hier sind sie ...

Die kleine Variante (Komoot Tourlog)

Die große Variante (Komoot Tourlog)

Kommentare

Einen Kommentar schreiben