Dankbarkeit ist ein gutes Gefühl

— Paula hat alles, was sie sich wünschen kann. Einen schönen Platz zum Wohnen, liebe Nachbarn und einen Kühlschrank vollgefüllt mit Bambus. Eines Tages sieht Paula zwei Pandas im Fernsehen, die nur einen Bambusstab besitzen und dennoch glücklich sind. Paula ist auf einmal nicht mehr zufrieden. Nach langem Überlegen beschließt sie, sich auf die Reise in das Land der Pandas zu machen. Sie hält deren Bambusstab für einen Zauberstab, der die Pandas glücklich macht. Auf ihrer langen Reise lernt Paula, was Zurücklassen und Verzicht bedeutet, dass es immer einen anderen Blickwinkel gibt, wie wichtig es ist, seinem Umfeld Gutes zu tun, sich an schöne Momente zu erinnern und diese auch aufzuschreiben.

So trifft Paula auch auf ein Affenvolk. Die Affenkönigin lacht: „Da uns keine Haare am

Popo wachsen, haben wir ständig einen Sonnenbrand.“ Da nimmt Paula eine große gelbe Tube aus ihrem Rucksack. „Was ist das?“ fragt die Affenkönigin. „Das ist Sonnencreme“, antwortet Paula stolz. „Damit könnt ihr eure Popos eincremen und bekommt keinen Sonnenbrand mehr.“ „Hurra! Dass muss gefeiert werden!“ jubeln alle Affen.

Was ist das Besondere an diesem Buch? Ermöglicht wurde es durch zahlreiche Unterstützer und die Eigeninitiative der Autoren. Beide starteten eine Crowdfunding-Kampagne und gründeten einen eigenen Verlag. Paula Panda wurde gleich das Erstlingswerk, in Erwartung von Denis Nuneckpekus Tochter Emilia. Dieses Buch kann nicht nur Kindern, sondern auch Erwachsenen als ein Wegweiser dienen – übrigens hübsch illustriert von Elisabeth Tejral. Fähigkeiten wie

Martin Hahn, Denis Nuneckpekus

Paula Panda – Der Bambus-Zauberstab

Ab 4 bis 99 Jahren

HappyKids Verlag
ISBN 3200043865
19,80 €

Loslassen-können, Neue-Sichtweisen-erschließen, die Bedeutung von Anerkennung und Aufmerksamkeit wieder zu entdecken – vor allem aber zum bewussten Dankesagen – liegen auf diesem Weg. Denn es sind oft die kleinen Dinge, die unser Lebensgeschenk lebenswert machen, und Dankbarkeit ist ein gutes Gefühl, benötigt aber tägliche Übung.

Dr. Thomas Hoppen

Leserbrief

Folsäuresubstitution unwirksam – Zöliakie ausschließen

zum Artikel: Mutschler U. Rate an Neuralrohrdefekten nach wie vor zu hoch. pädiatrie hautnah 2016;28(4):12

Sehr geehrte Damen und Herren, in der letzten Ausgabe der Zeitschrift pädiatrie hautnah wird die Arbeit von Khoshnood B et al. aus dem British Journal of Medicine 2015;351:h5949 kommentiert. Leider wird weder in der Originalarbeit noch im Kommentar darauf hingewiesen, dass eine Folsäuresubstitution zur Schwangerenvorsorge unwirksam ist, wenn durch eine Dünndarmerkrankung eine Resorptionsstörung besteht. Das ist insbesondere bei einer nicht erkannten oder nicht streng diätetisch behandelten Zöliakie der Fall. Deshalb muss spätestens bei einer erneuten Schwangerschaft nach der Geburt eines Kindes mit Spaltbildung (Neuralrohrdefekte und auch Mund-Kiefer-Gaumenspalten) eine Zöliakie serologisch ausgeschlossen werden. Mehr dazu in der Veröffentlichung Henker J, Laass M. Einfluss der Zöliakie auf Fertilität, Schwangerschaftsverlauf und intrauterines Wachstum. pädiatrische praxis 2010;75:225–9.

Mit freundlichen Grüßen,
Jobst Henker

Prof. Dr. med. Jobst Henker
Freiheit 51
01157 Dresden

Termine

24.11.2016, Koblenz

Wann anfangen, wie lange drücken, wann aufhören ... und dann? Ethische Reflexionen über Automatismen und Unbehagen in der Praxis der kardiopulmonalen Reanimation. Ethik der Reanimation und Entscheidungen am Lebensende – Kapitel 11 der aktuellen Leitlinien zur Reanimation des European Resuscitation Council Interdisziplinäre Fortbildung mit Statements, Erfahrungen und Fallberichten aus Notfallmedizin, Anästhesie, Kardiologie, Neonatologie und internistischer und pädiatrischer Intensivmedizin

Termin: 24.11.2016, 17:30–19:30 Uhr

Ort: Konferenzzentrum Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH Kemperhof, Koblenzer Straße 115–155, 56073 Koblenz; www.gk.de

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos.

Informationen: Dr. Thomas Hoppen: thomas.hoppen@gk.de

9.12.2016, Koblenz

Simulation User Network: „Erstversorgung von Früh- und Neugeborenen“

(u. a. Workshop-orientierte Vorstellung der Premature Anne)

Termin: 9.12.2016, 14:30 bis circa 18:30 Uhr

Ort: Klinik für Kinder- und Jugendmedizin; Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH Kemperhof, Koblenzer Straße 115–155, 56073 Koblenz; www.gk.de

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Informationen: Dr. Thomas Hoppen: thomas.hoppen@gk.de