

Egy tanító a sok közül...

Sok évvel ezelőtt Éva néni ötödikes osztálya előtt állt, és azt a hazugságot mondta a gyerekeknek, hogy mindegyiket egyformán szereti. De ez lehetetlen volt, mert az első sorban Horváth Peti olyan rendetlen és figyelmetlen kisfiú volt, hogy Éva néni valójában élvezettel írt a feladataira vastag piros ceruzával nagy X jeleket, és a lap tetejére pedig legrosszabb érdemjegyet.



Egy napon Éva néni a gyerekek régi bizonyítványait nézte át, és megdöbben Peti előző tanítóinak bejegyzésein.

„Peti tehetséges gyerek, gyakran jókedvűen kacag. Munkáját pontosan végzi és jó modorú. Öröm a közelében lenni” – írta első osztályos tanítója.

Másodikban így szólt a jellemzés: „Peti kitűnő tanuló, osztálytársai nagyon szeretik, de aggodíks, mert édesanyja halálos beteg. Az élet Peti számára valódi küzdelem lehet.”

Harmadik osztályos bizonyítványában ez állt: „Édesanyja halála nagy megrázkódtatás számára. Igyekszik mindent megtenni, de édesapja nem nagyon törődik vele.”

Negyedik osztályos tanítója ezt írta: „Peti visszahúzó és nem sok érdeklődést mutat az iskola iránt. Nem sok barátja van, és néha alszik az osztályban.”

Ezeket olvasva Éva néni ráébredt a problémára és elszégyellte magát. Még rosszabbul érezte magát, amikor a Karácsonyi ünnepségen tanítványai fényes papírba csomagolt, gyönyörű szalaggal átkötött ajándékait bontogatta, és köztük meglátta Peti ajándékát, a fűszeresnél kapható vastag barna papírba bugyolálva.

Éva néni a gyerekek előtt bontotta ki az ajándékokat, és gondosan nyitotta ki Peti csomagját. Néhány gyerek nevetni kezdett, amikor meglátta a kövekkel kirakott karkötőt, amiből néhány kő hiányzott, és mellette egy negyedüvegnyi parfümöt. De a gyerekek nevetése abbamaradt, amikor hallották, ahogy Éva néni felkiált: „Milyen szép karkötő!”, és látták, hogy felveszi a karkötőt és csuklójára cseppent a parfümből.

Horváth Peti egy kicsit tovább maradt az iskolában, hogy megszólíthassa: „Éva néni, ma olyan volt az illata, mint valamikor édesanyámé.” Éva néni sokáig sírt, amikor a gyerekek el-

mentek. Attól a naptól kezdve nem olvasást, írást és matematikát tanított. Elkezdte a gyerekeket tanítani.

Éva néni különös figyelmet szentelt Petinek. Ahogy dolgozott vele, Peti elméje mintha életre kelt volna. Minél több bátorítást kapott, annál gyorsabban reagált. Év végére Peti az osztály élére került, és már azért volt hazugság, hogy minden gyerekeket egyformán szeret, mert Peti lett a legkedvesebb diákja.

Négy évvel később egy üzenetet talált Petitől, amit az ajtaja alatt csúsztatott be. Az állt benne, hogy ő volt élete legjobb tanítója. Azt írta, hogy befejezte a középiskolát, az osztályában harmadik volt az élen.

Négy évvel később egy újabb üzenet érkezett, amiben azt mondta el, hogy bár voltak nehéz időszakok, kitartott tanulmányai mellett, és hamarosan egyetemi diplomát szerez, legmagasabb kitüntetéssel.

Még négy év telt el, és újra levél érkezett Petitől. Ebben elmondta, hogy miután megszerezte diplomáját, elhatározta, hogy tovább tanul. Hozzátette, hogy még mindig Éva néni a

legjobb és legkedvesebb tanára, aki valaha is volt. Ez alatt a levél alatt az aláírás hosszabb volt: Dr. Horváth Péter.

A történetnek nincs vége itt. Azon a tavaszon újabb levél érkezett. Peti elmondta, hogy találkozott egy lánnyal, és nősülni készül, és kérdezte, hogy Éva néni elfoglalná-e a vőlegény édesanyja számára fenntartott helyet.

Természetesen Éva néni elfogadta a meghívást. A régi karkötőt vette fel, amiről kövek hiányoztak, és azt a parfümöt cseppentette magára, amire Peti úgy emlékezett, hogy utolsó együtt töltött Karácsonykor viselte az édesanyja.

Megölelték egymást, és Dr. Horváth Péter



Éva néni fülébe súgta, „Köszönöm, Éva néni, hogy hitt bennem. Hálásan köszönöm, amiért segített nekem, hogy fontosnak érezzem magam, megmutatta nekem, hogy számítok, és az életem érték.”

Éva néni könnyekkel a szemében visszasúgta, „Peti, tévedsz. Te voltál az, aki megmutattad nekem, hogy számítok, és az életem érték. Amikor találkoztam veled megtanultam, hogy hogyan érdemes tanítani.

Szerző: Elizabeth Silance Ballard
Forrás: sikerterkep.hu

Várados kismamák – figyellem a bélflórára!!

A probiotikumok terhesség előtti, alatti és utáni alkalmazása egyaránt előnyös. A probiotikumok hiányában felboruló hüvelyflóra, s a nyomában járó fertőzések a teherbeesést is megnehezítik, míg a kismama terhesség alatti probiotikum-fogyasztása a későbbiekben kihat a gyermek egészségére.

Mi az a probiotikum és mire jó?

A probiotikumok olyan élő mikroorganizmusok, amelyek megfelelő dózisban jótékony hatásúak az egészség fenntartásában. Alkalmazásuk viszonylag új keletű, azonban tény, hogy hozzájárulnak az immunrendszer egészséges működéséhez, illetve számos emésztési problémában jótékony hatásúak. Puffadás, antibiotikum-kezelést követő bélflóra-pusztulás, különféle fertőzések okozta emésztési problémák esetén egyaránt alkalmazhatók. Emellett az egészséges hüvelyflóra fenntartásában, a hüvely gombás és bakteriális fertőzéseinek a kivédésében és kezelésében is kedvező hatásúak a megfelelő, szájon át szedett vagy hüvelyben alkalmazott probiotikumok.

A gyermek a születése pillanatától kezdve profitál az anya egészséges bél- és hüvelyflórájából és ez egy életre szóló előnyt jelent

Az anyaméhben fejlődő magzat teljes mértékben védett a baktériumoktól, beleértve a jótékony és a kórokozó baktériumokat is. Elsőként a hüvelyi úton történő szülés során (császármetszéssel történő szülésnél ez elmarad) találkozik az újszülött baktériumokkal, mégpedig az édesanyja hüvelyflórájának a baktériumaival. Lényeges tehát, hogy milyen összetételű a szülő nő hüvelyflórája, hiszen az ott található baktériumok kezdik meg benépesíteni az újszülött szervezetét, és játszanak szerepet az újszülött immunrendszerének az erősítésében.

Igazolt, hogy a kismama terhesség alatti probiotikum-fogyasztása a későbbiekben kihat a gyermek egészségére is. Ritkábban lesznek allergiások a gyermekek és ritkábban jelentkezik esetükben az ekcéma (más néven atópiás dermatitisz vagy neurodermitisz). A csecsemők és két évnél fiatalabb gyermekek mintegy 15 %-át érintő viszketéssel kipirosodással járó bőrbetegség gyakorisága jelentősen csökkenthető a terhesség alatti probiotikum-alkalmazással.

Néhány tudományos, klinikai vizsgálat eredménye már rendelkezésre áll, ami irányadó a probiotikumok várandósság alatti szedését illetően.

Klinikai vizsgálatok alapján a csecsemőkorban kialakuló mindennemű allergia és atópiás dermatitisz megelőzése céljából a terhesség és szoptatás alatti **Lactobacillus rhamnosus GG** szedése bizonyul a leghatékonyabbnak, amely kapható a **SALUTIL** nevű készítményben és minden gyógyszertárban kapható.

Forrás: healthykids.org

Ezért sírnak a babák éjszaka

A Harvard kutatói szerint a csecsemők arra vannak beprogramozva, hogy kisajátítsák anyjuk figyelmét, és szüleiket túlságosan fáradttá tegyék egy romantikus együttléthez. A szakértők azt is hozzátették, hogy a szoptatás is meghosszabbítja az édesanya szülés utáni terméketlenségét, vagyis a menstruáció elmaradását.

A tanulmány szerzője, David Haig professzor így nyilatkozott a jelenségről: "Az éjszakai felébredés gyakoribbá válik a csecsemő első életévének második felében, a szoptatott csecsemők esetében pedig sokkal kifejezettebb." A szakértő szerint ez arra utal, hogy az éjszakai szoptatásra való felébredés a csecsemő adaptációja annak érdekében, hogy meghosszabbítsa az édesanya átmeneti meddőségét, ezáltal késleltesse egy fiatalabb testvér születését, ami növeli a saját túlélési esélyét.

Az evolúciós biológus azt is hozzátette, hogy a természetes kiválasztódás megőrizte a csecsemőkben azokat a viselkedéseket, amelyek elnyomják az édesanya petefészkeinek működését, mert a csecsemőnek előnye származott a következő gyermek születésének késlekedéséből. Az édesanya fáradtsága szerves részét képezi a csecsemő arra irányuló stratégiájának, hogy meghosszabbítsa a szülések közötti intervallumot.

A tanulmány arra is kitér, hogy a fiatalabb testvér születéséig tartó rövidebb időszak a csecsemők és kisgyermekek megnövekedett halandóságával hozható összefüggésbe, különösen olyan környezetekben, ahol kevés a túléléshez szükséges forrás, és gyakoriak a fertőző betegségek.

Forrás: hazipatika.com