

## Bücher, Podcasts & mehr

Hier finden Sie ein paar Empfehlungen für Bücher, Podcasts und allgemeine Internetplattformen zum Thema Gesundheit und Krankheiten bei Kindern sowie zu einigen spezifischeren Themen der Entwicklung.

## Websites:

### Allgemeine Websites mit vielen Informationen zur Entwicklung von Kindern, Gesundheitsthemen und Kinderkrankheiten:

Portal zur Kindergesundheit des Bundesverbands der Kinder- und Jugendärzte:

<https://www.kinderaerzte-im-netz.de/>

Portal der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) zur Kindergesundheit:

<https://www.kindergesundheit-info.de/>

## Bücher:

Umfangreiches und lebenspraktisches Übersichts- und Nachschlagewerk zum Thema Kindergesundheit:

Dres. Herbert Rentz-Polster, Nicole Menche, Arne Schäffler: **Gesundheit für Kinder**. Kösel Verlag

Erziehungsratgeber im Spannungsfeld zwischen Zugewandtheit und Konsequenz, für starke Kinder die beides bekommen: Wurzeln und Flügel:

Dr. Herbert Rentz-Polster: **Mit Herz und Klarheit. Wie Erziehung heute gelingt und was eine gute Kindheit ausmacht**, Piper Verlag

Weil Erziehung und Bindung auch anstrengend ist: Eine Ermutigung und praktische Lösungsansätze für Eltern im Familienalltag:

Nora Imlau: **Bindung ohne Burnout: Kinder zugewandt begleiten, ohne selbst auszubrennen**, Beltz Verlag

Egal ob der Hamster stirbt, Ihr Kind lügt oder vom ersten Liebeskummer verschlungen wird: Bücher sind auch eine Form der Medizin. In diese Nachschlagewerk finden Sie nach Stichworten sortiert Inspiration für heilsame Geschichten.

Ella Berthoud & Sudan Elderkin: **Die Romantherapie für Kinder**, Insel Verlag

## Buchempfehlungen zu spezifischen Themen:

### Schlafen

Nora Imlau, Dr. Herbert Rentz-Polster: **Schlaf gut, Baby. Der sanfte Weg zu ruhigen Nächten**, GU Verlag

### Lernen

Stefanie Rietzler, Fabian Grolimund: **Erfolgreich Lernen mit ADHS und ADS. Der praktische Ratgeber für Eltern**, hogrefe Verlag

Stefanie Rietzler, Fabian Grolimund: **Clever lernen**, hogrefe Verlag

### Medien

Leonie Lutz, Annika Osthoff: **Begleiten statt verbieten: Als Familie kompetent und sicher in die digitale Welt**, Kösel, 2022

### Psychologische Unterstützung

Michael Schulte-Markwort. **Seelenleben: Einblicke in die jugendliche Psyche**, Carlsen Verlag

## Podcasts:

Die vollständigen Episoden der Podcasts finden Sie am besten überall, wo es Podcasts gibt (Spotify, Apple Podcasts u. a.), in dem Sie die Podcastnamen in das Suchfeld eingeben.

### **Die KinderDocs:**

Zwei erfahrene Ärztinnen aus Hamburg besprechen viele alltagsrelevante Themen aus ihren Kinderarztpraxen zum Thema Gesundheit und Krankheit bei Kindern.

### Podcast – Die KinderDocs

### **Pädicus:**

Der Chefarzt der Flensburger Kinderklinik hat mit seiner Frau ein Portal zur Kindergesundheit entwickelt und stellt in seinem Podcast und den sozialen Medien (Instagram) viele wissenschaftlich gut recherchierte Informationen für Eltern bereit.

### Podcast – Pädicus

### **Hand Fuß Mund:**

Einer der umfangreichsten Podcasts zum Thema Kindermedizin mit dutzenden Folgen unterschiedlicher Länge und zu vielen verschiedenen Themen rund um die Gesundheit von Kindern

und Jugendlichen.

[Der Podcast – Hand Fuß Mund](#)