



Das Selfie-Handgelenk

Vor kurzem kam die folgende Aussage in einem Gesundheitsbericht bei RTL:

Vergessen Sie den Mausarm oder den Whatsapp-Daumen: Ein Orthopäde warnt jetzt vor dem Selfie-Handgelenk. Das Problem äußert sich mit einem Kribbeln im Handgelenk, das sich zu einem stechenden Schmerz steigert. Der Grund für den Schmerz ist die verdrehte Haltung des Smartphones. Wer selbst gerne Selfies macht, weiß, wovon die Rede ist: Beim Halten des Smartphones wird das Handgelenk überdehnt. Dabei werden die Nerven im Handwurzelkanal stark beansprucht - passiert das sehr oft und regelmäßig, können sich diese sogar entzünden.

Zu viele Selfies können zu Problemen führen. Nicht nur im Handgelenk. Wenn der Fokus im Leben zu sehr auf „self“ – auf sich selbst – gerichtet ist, führt es zu nichts Gutem, weder für einen selbst noch in Beziehungen. *Seid bescheiden und achtet andere höher als euch selbst! Denkt nicht nur an euer eigenes Wohl, sondern auch an das der anderen! (Philipper 2,3-4).*

Den Blick für den/die anderen haben; die Kamera auf sie gerichtet – öfter als auf sich selbst – das ist gut.

Bringt mir Gott jemand in den Sinn, den ich heute im Blick haben sollte, für den ich ein Gebet sprechen könnte, dem ich eine ermutigende Nachricht schicken könnte? Vielleicht sogar mit einem Selfie – aber Vorsicht, dass sich dein Handgelenk dabei nicht überdehnt ;)

Liebe Grüße,
Brian Burkhart, Anker-Leitung

- Der Anker-Impuls wird ca. 14tägig verschickt. Gerne geht er auch an Sie/dich/Freunde
- Bitte zusätzlich zur Mailadresse auch Ihren Vor-/Nachnamen und Postanschrift angeben. Danke!