

## Christian Wenk – Vertrauen ins Leben

### Christian Wenk—“Everything will ultimately turn out fine”

Der Schlussredner des ISDH 2016 ist ein vielseitiger und beeindruckender Mensch.

*The final speaker of this year's ISDH 2016 is a versatile and impressive young man.*

■ Christian Wenk ist Mediziner mit eigener Hausarztpraxis, Konzertpianist, Schweizermeister und Weltcup Sieger im Duathlon, Mitglied der Swiss Olympic Academy ... und er sitzt im Rollstuhl. Vor 16 Jahren raste der erfolgreiche Duathlet auf einer Trainingsfahrt in Japan mit dem Rennvelo in ein falsch parkiertes Auto. Seit diesem Tag ist Christian Wenk vom dritten Brustwirbel an gelähmt. Nach drei Wochen Intensivstation und nur drei Monaten Reha setzte er sein Medizinstudium an der Universität Zürich fort. Parallel dazu studierte er Musik; als Konzertpianist hatte er sich bereits zuvor einen Namen geschaffen.

#### Mentale Ressourcen

Wenn einer sich so ins Leben zurückkämpft, muss er über immense mentale Ressourcen verfügen; doch Christian Wenks Rezept ist einfach: „Ich habe ein Urvertrauen, dass alles, was passiert, letztlich gut wird.“ Diese Haltung verdankt er, wie er einmal sagte, seiner Mutter, die ihm jene bedingungslose Liebe gegeben habe, die ihn schon als Kind und Jugendlichen gestärkt hat.

Christian Wenk scheint unermüdet, er ist ehrgeizig und „leistungsorientiert“, wie er sich selbst bezeichnet. Nach dem Abschluss des Medizinstudiums war er mehrere Jahre als Assistenzarzt tätig sowie zwei Jahre als Oberarzt am Schweizerischen Paraplegiker Zentrum (SPZ) in Nottwil. „Dass ich selbst im Rollstuhl sass, machte mich bei den Patienten besonders glaubwürdig,

wie mir immer wieder bestätigt wurde.“

Heute betreibt der 42-jährige Christian Wenk in Schenkon (LU) seine eigene Hausarztpraxis. Um auch weiterhin Klavier spielen zu können, entwickelten Freunde an der ETH für ihn ein Mundstück, mit dem er das Pedal bedienen kann. So ist er in der Lage, auch Konzerte auf hohem Niveau zu geben.

#### Begehrter Redner

Mit seiner Biografie, seiner Lebenserfahrung und -haltung ist Christian Wenk ein begehrter Redner zu Themen wie zum Beispiel Mut zur Herausforderung, Persönliche Ressourcen erkennen und nutzen, Chancen- oder Verlustorientierung oder Integration Behinderter in die Gesellschaft. Die Honorare seiner Auftritte kommen der Christian Wenk Stiftung zugute, die sich für die Anliegen Behinderter engagiert; zusätzlich unterstützt die Stiftung sozial- und geisteswissenschaftliche Forschungsprojekte. ◀

*Erstveröffentlichung: Dimensions 3/2016.*

■ *Christian Wenk is a physician with his own GP practice, a concert pianist, Swiss Champion and World Cup winner in duathlon, member of the Swiss Olympic Academy... and he is bound to a wheel chair. Sixteen years ago, the successful duathlete raced during a training session in Japan with his racing bike into a poorly parked car. Since that day he is paralyzed from*

*the third thoracic vertebra down. After three weeks in intensive care and only three months at a rehabilitation clinic, he continued his medical stud-*

*back into life. However, Christian Wenk's approach is simple: "I have a basic trust that everything that happens will ultimately turn out fine. He*

*mance-orientated. After graduating he practiced as an assistant doctor for several years and filled the position of a senior physician at the Swiss Paraplegic Centre in Nottwil for two years. "Patients told me that the fact that I was sitting in a wheel chair gave me particular credibility."*

*Today, the 42 year-old Christian Wenk runs a GP practice in Schenkon (LU) and continues to play the piano. As friends at ETH developed a special mouth-piece for him that enables him to access the piano pedals, he can still be an exceptional musician giving top-level concerts.*

#### Popular speaker

*With his biography, his wisdom and unique approach to life, Christian Wenk has become a popular speaker at public events addressing topics ranging from the courage to face challenges, acknowledging and utilising personal resources to the integration of disabled people in society.*

*All fees for his public appearances are donated to the Christian Wenk Foundation which is not only dedicated to the issues and concerns of disabled people but supports social research and academic projects in the humanities. ◀*

*First published: Dimensions 3/2016.*



*ies at the University Zurich. In parallel, he studied music, and prior to the event, had made a name for himself as a concert pianist.*

#### Mental resources

*Immense mental resources are required if you have to fight your way*

*owes this attitude towards life, as he once pointed out, to his mother who gave him her unconditional love which has strengthened him right from the start, as a child and teenager.*

*Christian Wenk describes himself as tireless, ambitious and perfor-*

## Prophylaktische Mundhygiene im Seniorenzentrum

### Prophylactic oral hygiene at seniors centre

Vorzeigeprojekt für die Alterszahnmedizin gestartet. *Showcase project in gerodontology under way.*

■ Die Bewohner des Seniorenzentrums Cadonau in Chur profitieren seit einem halben Jahr von Prophylaxe und Dentalhygiene, ohne das Haus verlassen zu müssen. Mit diesem Projekt leisten das Seniorenzentrum und die SSO Graubünden Pionierarbeit in der Alterszahnmedizin.

Um die Mundgesundheit der betagten Bewohner zu erhalten, hat die SSO Graubünden ein beispielhaftes Projekt lanciert: Im Seniorenzentrum Cadonau wurde ein Dentalhygienezimmer eingerichtet. Seit der Eröffnung vor rund einem halben Jahr profitieren besonders Bewohner mit eingeschränkter Mobilität von Prophylaxemassnahmen und regelmässiger Dentalhygiene. Das Behandlungszimmer im Seniorenzentrum ist ein Pionierprojekt. „In der ganzen Deutschschweiz gibt es wohl nichts Vergleichbares“, meint Marcel Z'Graggen, Heimzahnarzt und Präsident der SSO Graubünden in der neusten Ausgabe des *Swiss Dental Journal SSO*.

Beim Eintritt ins Alterszentrum haben viele Senioren noch eigene Zähne. Doch wenn die Sehkraft und die Geschicklichkeit allmählich nachlassen, können sie ihre Zähne nicht mehr richtig bürsten. Auch die Pflegerinnen und Pfleger sind oft nicht in der Lage, ausreichend auf die Mundhygiene der Patienten zu achten. Eine ungenügende Mundhygiene ist aber gerade bei älteren Menschen problematisch.

Deshalb hat die SSO Graubünden allen Alters- und Pflegeheimen im Raum Chur Heimzahnärzte für Prophylaxe und zahnmedizinische Notfälle zugewiesen. Diese Zahnärzte sind auch für die Instruktion des Pflegepersonals zur mundhygienischen Betreuung älterer Menschen zuständig: Zwei Dentalhygienikerinnen schulen das Personal von Heimen und Spitex.

Die Zahl der Pflegebedürftigen wird in den kommenden Jahren stark ansteigen. Die Schweizer Zahnärzte-Gesellschaft SSO betrachtet die zahnmedizinische Versorgung älterer Menschen als berufsethische Verpflichtung.

Sie hat sich zum Ziel gesetzt, die Lebensqualität der Betagten durch eine gute Mundhygiene zu fördern. Dazu verstärkt der Berufsverband die Prophylaxe-Bemühungen für Seniorinnen und Senioren. Gemeinsam mit Vertretern anderer Berufe erarbeitet die SSO beispielsweise Betreuungskonzepte oder Ausbildungsmaterialien für das Pflegepersonal. ◀

*Quelle: SSO/ZWP online*

■ *For the last six months residents of the seniors centre Cadonau in Chur have been profiting from prophylaxis and oral hygiene without leaving their home. With this project, both the seniors centre as well as SSO-Graubünden are carrying out pioneering work in gerodontology.*

*In order to sustain and encourage oral hygiene among elderly occupants, SSO Graubünden has launched an exemplary project: one room at the centre for senior citizens in Cadonau has been solely dedicated for oral hygiene treat-*

*ments. Since its opening around six months ago, particularly those residents with restricted mobility have been greatly profiting from prophylactic treatments and regular dental hygiene.*

*The centre's dedicated treatment room is a pioneer project. "In all of Switzerland's German sector there is no equivalent", comments Marcel Z'Graggen, the centre's dentist and president of SSO-Graubünden, in the newest edition of Swiss Dental Journal SSO.*

*When entering the nursing home, many senior citizens still have their own teeth. However, with failing vision and declining dexterity they are finding it increasingly difficult to brush their teeth and maintain good oral health routines. At the same time, carers and nurses do either not have the time to sufficiently ensure oral hygiene among their patients, or lack the relevant training. And yet insufficient oral hygiene is of great concern particularly in the elderly. As a consequence SSO-Graubünden has assigned dentists to retirement and nursing homes in the Chur*

*area to promote prophylactic oral and dental care and to attend to dental emergencies. Those allocated dentists are also responsible for the instruction of nursing and care staff on dental hygiene treatments: two dental hygienists offer training to personnel at homes as well as staff of non-residential care services (Spitex).*

*The number of elderly dependents will rise over the next couple of years. The Swiss Dental Association SSO considers the dental care of the elderly as a commitment to professional ethics. It is the association's aim to improve the quality of life of senior patients by maintaining or raising the standard of oral hygiene. For that reason, the professional association increases its efforts in providing prophylactic treatment options for the elderly. For example, together with representatives of other professions the SSO develops care concepts or creates training materials for care personnel. ◀*

*Source: ZWP online*