

«Jeder Mensch hat eine Aufgabe»

«Mitten drin», so der Titel der von Insieme 21 organisierten Fotoausstellung, bei der in Winterthur und in anderen Schweizer Städten aus Anlass zum «World Down Syndrom Day» Porträts von Menschen mit Downsyndrom gezeigt werden. Die Fotos werden am 22. März direkt beim Bahnhof Winterthur gezeigt. Einer der porträtierten Personen ist der 7-jährige Rishi. Seine Mutter Tamara Pabst ist im Vorstand von Insieme 21. Sie hofft, die Bevölkerung mit der Aktion zu sensibilisieren und Berührungsängste abzubauen.

Winterthur: Rishi wurde im Juli 2007 in Winterthur geboren. Ein Nachzügler, seine Geschwister Manisha und Louis waren bei seiner Geburt sieben und neun Jahre alt. «Die Schwangerschaft mit Rishi war anders als bei meinen beiden anderen Kinder», erinnert sich Tamara Pabst. «Ich habe sehr viel geträumt von einer grossen Gestalt, die immerzu sagte: «Mama, ich komme!» Schon damals habe sie gewusst, dass sie ein ganz besonderes Kind im Bauch trage. Wie bei den vorherigen Schwangerschaften ging sie regelmässig zur Kontrolle ins Spital. «Es war immer alles gut, eine Fruchtwasserpunktion lehnte ich aber bewusst ab.» Ihr Sohn Rishi kam acht Wochen zu früh zur Welt. «Als ich meinen Sohn zum ersten Mal bewusst auf der Frühgeburteneinheit besuchte, begrüsst mich der Arzt mit den Worten: «Grüezi Frau Pabst, Ihr Kind hat ein Downsyndrom.» Diese Aussage kam für sie im ersten Moment absolut überraschend. Doch nicht die Tatsache,

Ich möchte nicht, dass seine Beeinträchtigung im Zentrum steht.

Tamara Pabst
Vorstandsmitglied
Insieme 21



dass ihr Sohn ein Downsyndrom hat, habe sie befremdet. «Ich bin Psychologin und habe mich über mich selbst geärgert, dass ich bei der Interpretation meines Traumes automatisch an ein speziell be-



Der 7-jährige Rishi wurde für die Ausstellung von Insieme 21 porträtiert. Bild: pd.

gabtes Kind gedacht hatte. Bis zu diesem Moment habe ich mich gar nie mit dem Downsyndrom beschäftigt.»

Währenddem ihr Mann sich vor allem in Fachliteratur wälzte, um sich optimal auf die Zukunft mit Rishi vorzubereiten, sei es für sie wichtig gewesen, ihr Sohn erst einmal kennen zu lernen. «Ich wollte wissen, wer Rishi als Mensch ist, und wollte mich nicht auf eine Diagnose konzentrieren.» Die ersten Jahre seien aber nicht einfach gewesen. «Rishi war viel krank.» Sehr dankbar sei sie um die Unterstützung gewesen, die sie von der Frühberatungsstelle in Winterthur und der Müttergruppe erhalten habe.

Natürlicher Umgang

Doch wie reagiert das Umfeld, wenn man ein neugeborenes Kind mit Beeinträchtigung präsentiert? «Ich weise nicht speziell darauf hin, sondern stelle ihn ganz einfach als meinen Sohn vor.» Würde sie auf das Downsyndrom ihres Sohnes angesprochen, gebe sie aber gerne Auskunft. «Ich möchte nicht, dass seine Beeinträchtigung im Zentrum steht. Auch gegenüber seinen Geschwistern habe ich nicht sofort davon gesprochen, dass er Trisomie 21 hat.» Sie sei mit ihrem Sohn aus dem Krankenhaus nach Hause gekommen

und habe ihren Kindern das neue Brüderchen vorgestellt: «Erst als ich Monate später meine Tochter einmal mitgenommen habe in einen Frühschwimmkurs für Kinder mit Downsyndrom, sagte sie plötzlich: «Mama, diese Kinder sehen alle aus wie Rishi! Ist Rishi auch so?» Zu Hause sagte sie dann zu ihrem älteren Bruder: «Wir haben einen behinderten Bruder.» Für die Geschwister sei das Kapitel damit erledigt gewesen. «Ich bin glücklich über den natürlichen Umgang, den meine Kinder miteinander haben, sie lachen, spielen und streiten zusammen, das ist schön.»

Verallgemeinern lasse sich das Zusammenleben mit einem Kind mit Trisomie 21 allerdings nicht. «Ich bin dankbar, dass Rishi das dritte Kind ist. Für mich persönlich wäre es sicher schwieriger gewesen, wenn mein erstes Kind ein Downsyndrom gehabt hätte. Eventuell wäre ich verleitet gewesen, mich zu hintersinnen. So galt es von Anfang an, ein harmonisches Gleichgewicht zwischen verschiedenen Anforderungen zu finden.»

Als Eltern hätten sie versucht, Rishi in den Alltag zu integrieren. Dennoch habe sich ihr Leben grundlegend verändert, es hätten sich aber auch neue Türen geöffnet: «Rishi hat mich schon oft dazu gebracht, mich ungewohnten Herausfor-

derungen zu stellen.» Auch beruflich habe sie sich dank Rishi weitergebildet. «Er spricht sehr gut auf die Musiktherapie an, kurzerhand habe ich mich entschlossen, selber auch eine Ausbildung in diesem Bereich zu machen.» Generell sei ihr Weltbild anders geworden. «Ich bin mehr gemeinschaftlich orientiert. Die Sinnfrage ist ins Zentrum meines Lebens gerückt. Der Faktor Zeit hat eine ganz andere Bedeutung bekommen. Rishi hat mir gezeigt, dass man Geduld haben und sich auch an kleinen Dingen erfreuen soll.»

Integration in die Gesellschaft

Viele Leute würden unsicher reagieren, wenn sie auf Menschen mit Beeinträchtigung treffen. «Oft fürchten sie, sie seien unfähig, eine Beziehung aufzubauen. Diese Angst ist völlig unbegründet.» Weil ihr die Integration von Menschen mit Trisomie in die Gesellschaft sehr am Herzen liegt, hat sie sich entschlossen, sich im Verein Insieme 21 zu engagieren. Heute ist sie Chefredaktorin der Verbandszeitschrift «aktuell21» und Vorstandsmitglied. Sie war es auch, die sich dafür eingesetzt hat, am «World Down Syndrom Day» in Winterthur eine Veranstaltung zu organisieren. Die Veranstaltung findet zwar nicht am offiziellen «World Down Syndrom Day» am 21. März, sondern einen Tag später, am 22. März, statt. «An einem Samstag können wir mehr Leute erreichen.» 21 Porträts von Menschen mit Downsyndrom werden am Bahnhof Winterthur ausgestellt. Danach sind die Porträts noch bis am 31. März im Foyer der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (Departement Gesundheit) zu sehen. Die Ausstellung am Samstag wird von Nicolas Galladé eröffnet und es gibt ein Rahmenprogramm. Tamara Pabst selber wird vor Ort sein und Fragen beantworten. «Ziel ist es, die Leute zu informieren und zu sensibilisieren», erklärt sie.

Sie sei überzeugt, dass jeder Mensch im Leben eine Aufgabe habe. «Die Menschen mit Trisomie mögen in unserer Leistungsgesellschaft etwas langsamer sein. Manchmal brauchen sie Unterstützung», fasst Tamara Pabst zusammen. «Immer jedoch laden sie uns ein, uns auf das Wesentliche im Leben zu besinnen. Mit ihrer Offenheit, ihrer Freude an Austausch und Kontakten bereichern sie unsere Gesellschaft mit unverzichtbaren Werten.»

Christine Buschor

Weitere Infos: Fotoausstellung, Bahnhof Winterthur, 22. März, 9–18 Uhr, www.insieme21.ch

kostprobe



Margriet Schnaibel empfiehlt:

Bärlauchrisotto

■ **Zutaten:** Für Bärlauchpesto: 25 g frischer Bärlauch, 20 g geröstete Pinienkerne, 15 g geriebener Parmesan, ¼ l Rapsöl, Zeste einer halben Zitrone, Salz, Pfeffer. Für Risotto: 300 g Arborio-Reis, 3 Echalottes, 2 EL Rapsöl, 2 dl Weisswein, 1 l Bouillon, 60 g geriebener Parmesankäse, 60 g kalte Butter, 20 g frischer Bärlauch

■ **Zubereitung:** Pesto: Bärlauch gut waschen und abtropfen lassen, dann grob hacken und mit gerösteten Pinienkernen, Parmesan und Rapsöl im Cutter hacken. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenzeste würzen und abschmecken. Risotto: Schalotten fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Reis darin unter Rühren 1–2 Minuten andünsten, 2–3 Prisen Salz begeben. Mit dem Weisswein ablöschen, sodass der Reis bedeckt ist. Bei schwacher Hitze köcheln lassen, oft umrühren. Wenn die Flüssigkeit aufgesogen ist, Brühe nach und nach angiesen, dabei umrühren. Nächste Portion Flüssigkeit immer erst zugiesen, wenn der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat. Insgesamt 30–35 Minuten garen, bis der Reis weich ist. Dann einige Löffel Pesto dazugeben und mit dem Parmesan und den kalten Butterwürfeln binden.

Restaurant Taggenberg:

Restaurant Taggenberg, Taggenbergstr. 79
8408 Winterthur, Tel 052 222 05 22
Di bis Fr 11.30 bis 14 Uhr und 18 bis 23 Uhr,
Sa ab 18 Uhr, Sonntag/Montag geschlossen
www.restaurant-taggenberg.ch

apropos

3979 Tonnen Lebensmittel

Kerzers: Die Schweizer Tafel hat im letzten Jahr 3979 Tonnen überschüssige, aber noch geniessbare Lebensmittel eingesammelt und an Bedürftige verteilt. Die im Vergleich zum Vorjahr um 8,29 Prozent gesteigerte Menge ist aber für die Hilfsorganisation kein Grund, stolz zu sein, wie sie mitteilt. Vielmehr engagiere sich die Schweizer Tafel mit neuen Partnerschaften gegen die Lebensmittelverschwendung und für die Unterstützung von noch mehr bedürftigen Menschen. red.

«Fokus bleibt bei der Region»

Winterthur: Als Genolier 2012 die Winterthurer Privatklinik Lindberg in ihre Gruppe übernahm, wurden Ängste in der Bevölkerung laut. Über Massenentlassungen wurde gemunkelt, ja sogar die Schliessung der Klinik war gerüchteweise ein Thema. Doch weit gefehlt: Die neuen Besitzer haben langfristige Pläne mit der Privatklinik und investieren deswegen nun sieben Millionen Franken in bauliche Veränderungen wie auch in die medizinische Ausrüstung.

Die Übernahme von Lindberg durch Genolier schürte damals Ängste, es wurde viel gemunkelt. Der Einstieg als neuer Klinikdirektor fiel Ihnen bestimmt nicht leicht?

Marco Gugolz: Ich hatte einen sehr guten Start in der Privatklinik Lindberg im Mai 2013. Eine Gesundschimpfung in einem angeschlagenen Betrieb ist nicht nur im Gesundheitswesen ein notwendiger Schritt, den es gut zu planen gilt. Dies wurde gemacht. Heute starten wir neu und wollen vor allem in unserem Kerngebiet wieder zulegen. Der Schwerpunkt liegt dabei weiterhin im Bereich Adipositas, also der Übergewichtsmedizin. Zu-

dem fokussieren wir uns in den Gebieten der Wirbelsäulenchirurgie, Traumatologie, Visceralchirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie. Traditionell sind wir auch eine erfolgreiche Geburtsklinik seit 1906.

Sie investieren sieben Millionen in die Umbaupläne und Renovierung. In was genau? Die Umbau- und Renovationspläne umfassen alle Patientenzimmer, die Neugestaltung des Eingangsbereichs, Réception und den Bau eines öffentlichen Restaurants sowie eines Konferenzsaals. Zudem werden im ersten Stock drei Arztpraxen eingebaut, die lokalen Mediziner die Möglichkeit einer Praxis im Haus bieten. Nebst baulichen Veränderungen investiert die Privatklinik Lindberg auch kräftig in die medizinische Ausrüstung.

Welche langfristigen Ziele verfolgen Sie nun mit der Privatklinik Lindberg?

Die Privatklinik Lindberg will auch weiterhin ein starker Partner für zusatzversicherte Patienten in Winterthur und der Region sein. Unsere Patienten kommen zu 80 Prozent aus der näheren und weiteren Umgebung und nur rund 1 Prozent aus dem Ausland. Unser Fokus wird auch in Zukunft auf der Region liegen. Mit dem Neubau des öffentlichen Restaurants und einem Konferenzsaal, der übrigens den Namen Heinrich Wächter tragen wird, wollen wir den Klinikalltag beleben und nicht nur für Patienten, sondern auch für die Öffentlichkeit ein Treffpunkt werden.

Interview: sag.



Klinikleiter Marco Gugolz. Bild: pd.

zahnweis(s)heiten

von Jacqueline De Durpel-Schmelzer

Vereiterte Zähne? Ursachen und Folgen

Wird der Zahnnerv (Pulpa) durch einen Infekt abgetötet, so kann sich im Inneren des Zahnes Eiter bilden, was im Volksmund als Eiterzahn bezeichnet wird.

Die Ursache für den «Eiterzahn» ist das Absterben eines Zahnes durch eine tiefe Karies, die bis zum Zahnmark bzw. Zahnnerv reicht, durch einen Unfall mit Zahnschaden, wenn der Zahnnerv plötzlich ungeschützt freiliegt oder beim Bruch einer Zahnwand, welcher bis zum Zahnmark reicht.



Die Entzündung des Zahnnervs wird durch eindringende Bakterien in das Zahnmark verursacht. Dies geht mit grossen Schmerzen einher, da der Zahnnerv durch die eindringenden Bakterien ersetzt wird und sich so im Inneren des Zahnes Eiter bilden kann.

Gelangen die Bakterien beim «Eiterzahn» bis zur Wurzelspitze, können sie auch den umgebenden Kieferknochen befallen und auflösen, sodass der eitrige Infekt sich auf den Kieferknochen ausbreitet.

Bei einem chronischen Verlauf (schleichend) kann sich ein Granulom, also ein knötchenförmiges Eitersäckchen im Wurzelbereich bilden, das sich zu einer Zyste ausdehnen kann. Eine chronische Entzündung verläuft meist schmerzfrei oder sie entwickelt sich aus einer akuten Nerventzündung, bei welcher die Schmerzen plötzlich und unerwartet verschwinden. Chronische Eiterherde werden häufig erst auf Röntgenbildern entdeckt oder die Entzündung wird plötzlich akut und verursacht starke Schmerzen. Unentdeckt können sie ein medizinisches Risiko darstellen, weil die Bakterien aus dem Eiterherd über den Blutweg in den gesamten Körper gestreut werden.

Beim akuten Entzündungsverlauf entsteht ein pochender, starker Schmerz an der Wurzelspitze des Zahnes, die Lymphknoten schwellen an und auch Fieber

kann auftreten. Diese Zahnschmerzen sind in der Nacht meist stärker durch die Wärme des Kopfkissens. Die Kühlung der Wange durch Eiswürfel in einem feuchten Tuch oder durch einen Eisbeutel kann etwas Linderung verschaffen, bis man zum Zahnarzt gehen kann.

Sobald der Eiter vom Kieferknochen in das umgebende Gewebe eindringt, entsteht eine dicke Backe, das heisst Kinn und Wange können anschwellen und somit neue Schmerzen entstehen lassen, die in andere Bereiche des Kopfes ausstrahlen können.

Eine dicke Backe muss allerdings nicht zwingend aufgrund eines Eiterzahnes entstehen, denn eine dicke Backe kann auch eine Muskelverspannung oder eine Entzündung der Speicheldrüse etc. als Ursache haben.

Ein Zahnarztbesuch ist bei einer Zahnwurzelentzündung mit dicker Backe unumgänglich, da sich die Entzündung weiter auf das umgebende Weichgewebe ausbreiten kann und ernsthafte medizinische Komplikationen entstehen können.

Dr. (H) Jacqueline De Durpel-Schmelzer hat ihr Staatsexamen 1994 an der Semmelweis-Universität in Budapest absolviert und die deutsche Promotion 1998 in Freiburg erlangt. Ihre Erfahrungen im Bereich Allgemeine Zahnmedizin, Prophylaxe, Endodontie, Parodontologie und Kinderzahnmedizin sammelte sie in verschiedenen Praxen. Seit 2008 führt sie ihre eigene Praxis an der Unteren Kirchgasse 1–3 in Winterthur. Weitere Infos: Telefon 052 214 24 34, www.zahn-aerztin.ch