

Nepal Mai/Juni 2011

Dental Health Camps der Dental Volunteers Hanna Monien und Anne Schnell

zwei Camps in Bimkhor
ein Camp in Chaturale
ein Camp in Sunkhani
ein Camp in Budhanilkantha

ANKUNFT IN NEPAL

Nach der Verabschiedung der Lieben zu Hause und einem sehr entspannten Flug kamen wir in einer neuen Welt an: Eine gefühlte Parallelwelt zu der uns bisher bekannten Westlichen, in der wir die naechsten 6 Wochen leben, arbeiten und unzählige neue Erfahrungen machen sollten: Nepal.

Unser lieber Helfer Shyam Tamang, der mittlerweile ein Freund geworden ist, nahm uns und unser riesiges Gepaek - groesstenteils bestehend aus Spendenmaterialien - in Kathmandu am Flughafen in Empfang und wir erlebten die chaotischste und eindrucksvollste Taxifahrt in unserem bisherigen Leben.

Wie in einer Real-Life-3D-Reportage nahmen wir Kathmandu eher als Film war, der sich draussen vor dem Taxifenster abspielte. Die vielen neuen Eindruecke von der Stadt im Staub, den vielen Menschen, die sich kochend, Tee trinkend, unterhaltend und umherlaufend auf den Strassen aufhielten, den abertausenden an kleinen Geschaeften und Laedchen und das gesamte Treiben der Stadt schwirrten wie im Zeitraffer an uns vorbei. So viel Neues, dass man keine Zeit mehr hatte, sich ueber den "interessanten" Fahrstil des Taxifahrers oder den unglaublichen Verkehr Sorgen zu machen.

Unsere Unterkunft war das Hotel Vajra, welches die Dental Volunteers in ihren Projekten unterstuetzt und ein umfangreiches zahnaerztliches Instrumentarium von Frau Dr. Wagner (Vorstandsvorsitzende des Vereins „Dental Volunteers“) einlagert, welches wir fuer unsere Einsaetze nutzen konnten. Hier war fortan unserer Basislager.

Vom Hotel aus hatten wir drei Tage Zeit, um vor Ort die detaillierten Ablaeufe der Camps zu organisieren. Dort trafen wir uns mit unseren Kontaktpersonen und Helfern der einzelnen Hilfsorganisationen und sortierten das Instrumentarium nach unserem Bedarf. Die liebe Helferin Samita, die in einer ortsansaessigen kleinen Dentalklinik arbeitet, half uns von unseren privat gesammelten Spendengeldern 650 Zahnbuersten und Zahnpasten fuer die SchuelerInnen zu kaufen. Unser organisatorisches Programm in Kathmandu war so straff, dass wir keinen Tag weniger haetten einplanen duerfen, denn nun war es schon soweit: Das erste Camp stand vor der Tuer.

BIMKHORI



Initiiert wurde das Dental Health Camp in Bhimkhori von Dieter Schaldach und seiner Frau Giesela aus Koeln. Sie unterstützen das abgelegene Dorf Bimkhori und die ortsansässige Familie Tamang seit einigen Jahren tatkräftig.

Unsere Kontaktperson war in diesem Projekt Shyam Tamang, den wir ja bereits bei der Ankunft am Flughafen in Kathmandu kennengelernt hatten. Er ist der Sohn der Familie Tamang, in deren Gästehaus wir in Bimkhori wohnen durften. Shyam war uns eine grosse Hilfe, er war immer erreichbar und nahm sich Zeit für Planungstreffen mit uns, war immer pünktlich und hat den Transport nach Bimkhori sehr gut organisiert. Durch seine guten Englischkenntnisse haben wir uns wirklich gut verstanden und konnten durch ihn nebenbei viel über das Land, die Leute und die Mentalität der Nepali lernen.

Nach einer anstrengenden Anreise nach Bimkhori mit fünfstündiger Busfahrt und anschließender dreistündiger Bergbesteigung samt persönlichem Gepäck und Instrumentarium (welches wir niemals ohne unsere Helfer und die engagierten Träger den Berg hochbekommen hätten), kamen wir endlich im Dorf unseres ersten Camps an. Dort wohnten wir in dem wirklich schönen Guesthouse - gleich neben dem Haus der Familie Tamang - und wurden vom mitgereisten Koch täglich mit Essen versorgt.

Am nächsten Morgen starteten wir zu der nahe gelegenen Secondary School des Dorfes, in der wir unser erstes mehrtägiges Dental Camp errichten konnten.

Zuerst gaben wir dort in allen der zwölf Klassen eine jeweils ca. 15minütige Teaching Lesson über gesunde Ernährung, Mundhygiene und Zahnpflichtechniken. Dann führten wir Zahn-CheckUps aller Schüler durch und bestellten sie nach Notwendigkeit für die nächsten Tage wieder ein. Neben den Schülern kamen auch sehr viele erwachsene Patienten aus dem Grossraum Bimkhori zu unserer Station gewandert und wir hatten viel zu tun.

In der gesamten Zeit des Camps war der Strom teils verfügbar, teils über längeren Zeitraum nicht, was uns die Behandlungen insofern erschwerte, dass wir nur einige wenige Füllungen legen konnten. Andere Behandlungen wie Extraktionen und Zahnsteinentfernungen waren auch ohne Strom machbar. Leider hatten wir keine Assistenz, was natürlich zusätzlich Zeit kostete.

Anstelle dentaler Behandlungseinheiten dienten uns zusammengestellte Schultische als Patientenliegen. Für „gute“ Lichtverhältnisse sorgten unsere Trekkingstirnlampen. Speibecken hatten wir leider nicht, dafür mussten Pappkartons herhalten, was erstaunlich gut funktionierte (nepal.: „tugnus“ = ausspucken ☺). Trotz der relativ schlechten Voraussetzungen bemühten wir uns stets hygienisch zu arbeiten. Glücklicherweise hatten wir ausreichend Handschuhe, Desinfektionsmittel, Einmalkanülen etc. aus Deutschland importiert.

Waehrend dieses Camps hat Shyam sich super um uns gekuemmert. Er hat die ganze Zeit fuer beide die Patientenkommunikation uebernommen, da von den Erwachsenen und Kindern leider fast niemand Englisch sprechen konnte.

Nach Beendigung des ersten Camps in der Secondary School zogen wir in die ca. zwei Stunden Fussmarsch entfernte Primary School weiter, um dort unser zweites Camp zu errichten. Mit der Uebersetzung am Patienten halfen uns diesmal Shyams Bruder Gyanu und sein Vater. Schlafen durften wir im Haus von Verwandten der Familie Tamang.

Bei unserer Ankunft an der Schule hatten die Schueler und Lehrer einen herzlichen Empfang vorbereitet und wir bekamen viele viele Blumenketten geschenkt. Darueber haben wir uns riesig gefreut!

Der Ablauf des Camps hier war der gleiche wie an der Secondary School. Da am ersten Abend ein Blitz in das "Powerhouse" dieses Dorfes einschlug, mussten wir leider komplett ohne Strom arbeiten. Dennoch konnten hunderte Patienten von uns behandelt werden.

Nach den Tagen an der Primary School beendeten wir unsere geplanten Einsaetze im Raum Bimkhori und kehrten in das Gaestehaus der Familie Tamang zurueck, um uns ein wenig auszuruhen. Die Behandlungstage waren wirklich sehr anstrengend - dazu kamen gesundheitliche Probleme unsererseits bedingt durch die Ernaehrungsumstellung. Wir hatten dringend eine Pause noetig.

Wie erwartet kamen dennoch ein paar Patienten zum Gaestehaus, sodass wir auch dort noch eine kleine Dentalstation errichteten und ein wenig weiterbehandelten. Der neu errichteten Preschool in Bimkhori (vergleichbar mit einem Kindergarten in Deutschland) statteten wir auch noch einen kurzen Besuch ab und gaben hier den Kleinen Zahnputzunterricht.

Die Schueler aller Schulen bekamen von uns Zahnbuersten und die meisten auch Zahnpasten geschenkt, worueber sich alle sehr gefreut haben.

Unsere Abreise aus Bimkhori verzogerte sich noch ein wenig, da aufgrund von Streiks in ganz Nepal keine Busse fahren; somit kehrten wir einen Tag spaeter als geplant nach Kathmandu zurueck.

Insgesamt war es eine tolle und erfahrungsreiche Zeit in Bimkhori, Mandhojs Familie hat uns herzlich aufgenommen und sich wirklich sehr gut um uns gekuemmert! Wir hatten reichlich zu Essen und viele nette Unterhaltungen mit Shyam, Gyanu, Mandhojs und Co.

Der Rueckweg von Bimkhori war spektakulaer: Aufgrund der Streiks am Vortag waren alle Busse so ueberfuellt, dass es keinen Platz fuer uns gab - abgesehen vom Dach des Busses, welches eigentlich auch schon uebervoll war. Irgendwie quetschten wir uns also noch mitsamt unserem Gepaeck auf diesen voellig ueberladenen Bus, doch nach kurzer Fahrt platzte dann ein Busreifen. Ob es an der Ueberladung oder an der Hitze lag? Vielleicht an beidem. Erleichtert kamen wir gegen Abend wieder unbeschadet in Kathmandu an und hatten zwei Tage Zeit, um uns auf die naechsten zwei Camps vorzubereiten.

CHATURALE



Die naechsten Camps in Chaturale und Sunkhani wurden zusammen mit der "Nepalhilfe im kleinen Rahmen" (Manfred Losert aus Deutschland) organisiert. Vor Ort gab es einige Helfer (Shreehari, Mala, Arjun, Goku, Shyam (ein haeufiger Name in Nepal)) dieser Organisation, die sich im Weiteren alle als sehr zuverlaessig herausstellten.

Von der "Nepalhilfe im kleinen Rahmen" wurde im Vorhinein fuer alle Schueler Zahnbuersten und -pasten gekauft (je 1000 Stueck), was eine grosse Erleichterung und Freude fuer uns war.

Diesmal reisten wir nicht mit dem Bus, sondern wurden ca. drei Stunden mit einem Jeep nach Chaturale gefahren.

Der erste Teil der Jeepfahrt war noch recht ruhig, der zweite "OffRoad"-Teil war ein neues aufregendes Erlebnis fuer uns. Praktischerweise fuhr der Jeep uns direkt bis vor die Schultuer, sodass wir nach dem Aussteigen unmittelbar mit dem Aufbau unserer Dentalstation beginnen konnten.

Im Prinzip lief das Camp in Chaturale aehnlich ab wie in Bimkhori. Da wir aber viele Helfer zur Verfuegung und die Kinder an diesen Tagen schulfrei bekommen hatten, konnten manche Dinge sehr systematisch und zeitsparend durchgefuehrt werden.

Im Gegensatz zu Bimkhori wurden die Namen eines jeden Patienten von unseren Helfern notiert und wir hatten das Gefuehl, dass die Kinder, denen wir bei den CheckUps Zettelchen gegeben hatten (z.B. „Extraktion Zahn 36“) auch wirklich alle wiederkamen, um sich behandeln zu lassen.

In Bimkhori sind einige Kinder nach den CheckUps nicht wieder erschienen, obwohl Behandlungen noetig gewesen waeren. Dies koennte daran gelegen haben, dass die Kinder in Bimkhori an den Tagen unserer Camps zur Schule gehen mussten. (Fuer die naechsten Camps waere es unserer Meinung nach auf jeden Fall empfehlenswert, schulfrei zu geben, um mehr Zeitraueme fuer die Behandlungen der Kinder zu schaffen.)

Besonders gut in Chaturale war, dass wir zwei Assistentinnen hatten, die uns bei den Behandlungen unterstützt haben. Eine Krankenschwester aus Chaturale und ihre Tochter, die derzeit die Ausbildung zur Krankenschwester macht. Die beiden waren uns eine grosse Hilfe im Uebersetzen und auch im Anreichen von Instrumenten etc.. Die Stromversorgung war mittelmässig, insgesamt fiel ein paar Mal der Strom aus, sodass in diesen Zeiträumen keine Fuellungstherapien möglich waren.

Neben den Schuelern der Schule unseres Camps kamen Schueler von zwei weiteren Schulen am zweiten und dritten Tag, sodass wir immer wieder zwischen Teachings, CheckUps und Behandlungen jonglierten. Auch hier kamen sehr viele Erwachsene aus der Umgebung mit ihren Zahnproblemen zu uns.

Im Vergleich zu den Schueler in Bimkhori waren in Chaturale die Zaehne der Kinder weniger stark von kariesen Laesionen befallen, jedoch fielen uns hier vermehrt Zahnfehlstellungen und ueberzaehlige Zaehne auf (Mesiodentes etc.).

Die Zaehne der Erwachsenen waren hier genau so wie in Bimkhori erwartungsgemäss schlecht und es fanden sich nahezu in jedem Kiefer stark zerstorte Zaehne.

Wir waren sehr gluecklich, den meisten Patienten helfen zu koennen, aber es waren auch Patienten dabei, welche wir an eine Dentalklinik in Kathmandu verweisen mussten (z.B. bei verlagerten Weisheitszaehnen etc.), da es uns an speziellem chirurgischen Material und Roentgeneinrichtungen fehlte.

Die Arbeitstage in Chaturale waren unheimlich lang (teils ueber 12h), was an unserer Substanz zehrte. Bei so vielen Schulen/Schuelern wuerden wir das naechste Mal auf jeden Fall mehr als drei Campstage empfehlen.

Wir wohnten in einem Raum ganz in der Naehe der Schule, den wir zu unserer Freude ganz fuer uns alleine hatten. Gegessen haben wir immer gegenueber dieses Raumes in einer kleinen Teestube mit einer ganz ganz tollen Koechin. (In unseren Augen die beste Koechin Nepals :))

Nach dem Camp in Chaturale sollte es per Jeep nun eigentlich direkt und ohne Pause zum naechsten Camp nach Sunkhani weitergehen, aber da es nach kurzer Fahrt von wenigen Minuten leider ein Problem mit dem Vorderradantrieb gab, kam es zu einer Unterbrechung. Wir warteten erstmal ueber 4h auf einen Motorradfahrer mit Ersatzteilen aus Kathmandu. Die Strasse war durch den Regen der letzten Tage sehr mitgenommen, was wohl auch die Hauptursache fuer den Autoschaden war. Erst nach langem Zwischenstopp konnten wir die Fahrt fortsetzen und kamen gegen Abend in Kathmandu an, sodass eine Weiterreise nach Sunkhani an diesem Tag nicht mehr moeglich war und wir schlussendlich eine ungeplante Nacht im Hotel Vajra verbrachten.

SUNKHANI



Am naechsten Morgen puenktlich um acht Uhr stand der Jeep wieder bereit zum Start. Leider gab es auch auf der Fahrt nach Sunkhani das wiederholte Problem mit dem Vorderradantrieb, sodass wir erneut feststeckten und ein Ersatzjeep aus Kathmandu kommen musste, um uns aufzusammeln und weiterzufahren. Somit kamen wir erst gegen Nachmittag in Sunkhani an. Der Jeep konnte aufgrund der schlechten Strassenverhaeltnisse (oder der angegriffenen Nerven des Fahrers?) auch nicht bis zur Schule fahren, sodass wir noch eine gute Stunde zum Ziel wandern mussten. In Sunkhani angekommen bauten wir recht zuegig unsere Station auf und begannen noch an diesem Abend fuer ein paar Stunden mit Dentalbehandlungen, da einige Patienten schon den ganzen Tag in der heissen Sonne auf uns gewartet hatten. Das Camp in Sunkhani lief im Grunde ab wie in Chaturale, ebenso ohne groessere Zwischenfaelle. Wir uebernachteten in dem Familienhaus eines Helfers und hatten wieder ein eigenes Zimmer zu unserer Freude (ausser mit vielen Moskitos, Maeusen und anderem Kleingetier mussten wir es mit niemandem teilen ;)).

Durch unsere verspaeetete Ankunft ergab sich leider, dass am naechsten Tag ca. 700 Schueler von drei Schulen zeitgleich zur Teaching Lesson/Check Up kamen und somit ein ganz schoener Trubel auf dem Schulegelaende herrschte. In mehrere Gruppen aufgeteilt fuehrten wir dann erst Teachings und danach CheckUps von den hunderten Schuelern durch... nach den CheckUps ging es dann fliessend in Behandlungen ueber. Wir wollten immer zuerst die Kinder mit Behandlungsbedarf vorziehen, leider funktionierte dies nicht immer und haeufig wurden draengelnde Erwachsene vorgelassen, die wir dann immer wieder ans Ende der Warteliste verweisen mussten, weil die Kinder fuer uns oberste Prioritaet hatten. Leider glaenzten einige der Helfer (ab und an auch alle gleichzeitig) mit Abwesenheit im Behandlungsraum, sodass wir regelmaessig die Behandlungen unterbrechen mussten, um sie zu suchen. Da wir einen Tag spaeter als erwartet in Sunkhani angekommen waren, verlaengerten wir unser Camp um einen Tag, was auch dringend noetig war um den Patientenmassen annaeherd gerecht zu werden.

Auch in Sunkhani arbeiteten wir oft ueber 12h, sodass am letzten Tag kein wartender Patient mehr vor der Tuere stand und wir sogar noch die Helfer Arjun, Shyam und Goku, alle Lehrer und den Prinzipal untersuchen bzw. behandeln konnten. Auch in Sunkhani war die Verpflegung sehr gut. Der Englischlehrer Pasupati hat sich ruehrend um unser leibliches Wohl gekuemmert. Am letzten Abend feierten die Lehrer und Helfer bis tief in die Nacht das Ende des Camps mit Musik und Tanz, waehrend wir schon lange erschoeft in unseren Betten schlummerten.

Dieses Mal gab es auf der Rueckfahrt gluecklicherweise keine Probleme mit dem Jeep und wir kamen wohlbehalten nach Kathmandu zurueck.

Besonders gefreut hat uns, dass die Helfer der „Nepalhilfe im kleinen Rahmen“ immer bemueht waren, uns nepalesisches zahnaerztliches Vokabular beizubringen. Somit konnten wir am Ende dieser Camps in einfachen Faellen die Behandlungen zu unserer Freude fast ohne Uebersetzer

durchfuehren. Zum Beispiel „Kahaa duxa?“ (Wo ist der Schmerz?), „Aah garnus“ (Mund oeffnen), „Tugnus“ (Ausspucken) usw.

Alle von Deutschland aus geplanten Camps hatten wir somit absolviert und nun Zeit, uns Gedanken zu machen, wie es fortan in Nepal weitergehen sollte...

Zurueck in Kathmandu wollten wir uns erstmal ein bisschen von den stressigen letzten Wochen erholen und beschlossen, fuer drei Tage nach Pokhara zu reisen, um ein bisschen auszuspannen. Shyam Tamang (aus Bimkhor) sagte uns direkt zu, als wir ihn fragten, ob er Lust haette, uns nach Pokhara zu begleiten, sodass wir diese Tage zu dritt verbrachten. Er zeigte uns ein paar Sehenswuerdigkeiten, dafuer halfen wir ihm, seine Faehigkeiten im Radfahren und Schwimmen zu verbessern ☺. Anne wurde dort in einer Hoehle, die wir besichtigen wollten, ungluecklicherweise von einer Schlange in den Fuss gebissen. In dieser Situation waren alle Nepali unheimlich hilfsbereit und haben sehr schnell gehandelt, damit Anne schnellstmoeglich in ein Krankenhaus kam. Im Folgenden stellte sich der Biss gluecklicherweise als ungiftig heraus, sodass wir nochmal mit dem Schrecken davon kamen.

BUDHANILKANTHA



Nach den abwechslungsreichen Tagen in Pokhara hatten wir neue Energie gesammelt, um von hier aus ein weiteres Camp zu organisieren. Unser fueftes und letztes Camp sollte im „Mandala Childrenhome“ in Budhanilkantha unweit von Kathmandu stattfinden.

Es handelt sich bei diesem Childrenhome um ein von der Organisation „Nepal Kinderhilfe“ gestiftetes Weisenhaus, welches 18 Kindern ein wunderschoes neues Zuhause bietet. Unser Kontakt erfolgte wieder ueber Dieter Schaldach, welcher unseren Einsatz im Namen der „Nepal Kinderhilfe“ anfragte. Netterweise hat uns auf diesem Camp erneut Shyam Tamang begleitet - mittlerweile waren wir mit ihm schon ein eingespieltes Team ☺.

Schon bei unserer Ankunft dort wurden wir ganz freundlich und offen von den Bewohnern und Helfern, besonders des Leiters des „Mandala Childrenhome“, aufgenommen und waren direkt vom Haus, den Kinder und ihren Betreuern begeistert. Die familiaere Stimmung und der herzliche Umgang mit den Kindern waren einfach wunderbar und wir liessen uns gleich von der positiven Stimmung dort anstecken und gingen so munter ans Werk. Zuerst versammelten wir uns mit den Kindern um den Esszimmertisch und hielten unsere zahnmedizinische Teachinglesson, bei der uns auffiel, wie viel einige Kinder bereits ueber Ernaehrung und Zahnpflege wussten. Auch das gute Englisch der Kleinen hat uns wirklich positiv ueberrascht. Anschliessend uebten wir, die systematische Zahnputztechnik umzusetzen, indem wir alle zusammen die Zaehne putzten, waehrend Hanna noch einmal die Technik am Kiefermodell demonstrierte. Dann sahen wir uns die Zaehne aller Kinder an und fuehrten gegebenenfalls die noetigen Behandlungen durch. Alles verlief problemlos, zwischenzeitlich wurden wir mit einem leckeren Mittagessen aus der Childrenhomekueche versorgt und nach Abschluss aller Behandlungen ganz lieb verabschiedet. Wir sind sehr froh, dass auch wir einen kleinen Beitrag zum Wohle der Kinder beitragen konnten und schlossen mit diesem Gedanken und zahlreichen positiven Eindruecken unser letztes Camp ab.

Unsere Zeit in Nepal war rueckblickend gesehen eine Zeit voller neuer Erfahrungen und Eindruecke. Uns wurde schnell bewusst, dass die Uhren in Nepal anders ticken und Dinge, die uns am Anfang noch fremd waren, wurden mit der Zeit selbstverstaendlich.

Trotz eigener Investitionen, fehlender Bezahlung und anstrengender Einsaetze kehren wir doch unendlich reich nach Hause zurueck und schaetzen uns gluecklich, von allen Seiten so viel Unterstuetzung erfahren zu haben. Wir hoffen, wir konnten vor allem bei den Schuelern einen Beitrag zur Zahngesundheit - vor allem im Hinblick auf ihre Zukunft - leisten und freuen uns fuer jeden Patienten, den wir von einem quaelenden Zahn befreien konnten.

Insgesamt haben wir das Gefuehl, dass unser Einsatz in Nepal nur ein Tropfen auf den heissen Stein war. Sowohl aus zahnaerztlicher, als auch aus allgemeinmedizinischer Sicht ist die doerflische Bevoelkerung stark unterversorgt und die Etablierung eines funktionierenden Gesundheitssystems waere dringend erforderlich. Kurzfristig gesehen sind Einsaetze durch Hilfskraefte anderer Laender sicher eine Loesung, um einzelne Personen von ihren Schmerzen zu befreien; auf lange Sicht jedoch ist es unbedingt noetig, dass sich auch nepalesische Aerzte um die Dorfbevoelkerung kuemmern.

Ueber eine Loesung dieses Problems haben wir uns schon viele Gedanken gemacht und mit vielen Nepali ausgetauscht. Das Problem ist wohl einerseits ein Finanzielles (auf dem Dorf laesst sich kein Geld verdienen), andererseits wollen die Aerzte (die alle in Kathmandu ausgebildet werden) das relativ moderne Leben in Kathmandu nicht mehr gegen das traditionelle und sehr einfache Dorfleben (ohne befestigte Strassen, Dusche, Internet etc.) eintauschen. Dazu kommt, dass das Medizinstudium sehr teuer ist und in den meisten Faellen nur Staedter in der Lage sind, diese Summen aufzubringen. Eventuell waere es sinnvoll eine Stiftung zu gruenden, die die Ausbildung von Dorfbewohnern subventioniert und diese Aerzte dann in irgendeiner Weise verpflichten oder subventionieren wuerde, damit sie auf dem Dorf praktizieren.

Zusammenfassend laesst sich sagen, dass die Gesundheitsversorgung auf dem Land in Nepal stark verbesserungsbeduerftig ist und momentan jede helfende Hand oder Spende benoetigt wird.

Auch wenn unser Einsatz fuer dieses Jahr abgeschlossen ist, wird uns unsere Zeit in Nepal noch weiterhin gedanklich beschaeftigen.

Anne Schnell
Hanna Monien