

Famulatur in Nepal, September 2019

In meinen letzten Semesterferien entschied ich mich doch noch recht kurzfristig für eine Famulatur im Ausland um noch mehr Erfahrungen und Sicherheit am Patienten zu gewinnen, bevor es ins Examen geht.

Ich bekam die Chance für einen Hilfseinsatz in Nepal durch den Verein „Dental Volunteers“.

Es ging zunächst per Flug in die größte Stadt Nepals, nach Kathmandu. Dort war ich erstmal überfordert, eine vergleichbare Stadt hatte ich noch nicht gesehen. Viel Gewusel, viel Gedränge, keine ausgebauten Straßen und überall hunderte verschiedene Farben. Es war eine Art von Magie, die diesen Ort umgab. Ständig musste ich stehen bleiben, um alle Eindrücke in mich aufnehmen zu können. An jeder Ecke wurden Momos (tibetische Teigtaschen) verkauft. Auf Anraten von Freunden versuchte ich davon in meinen etwas mehr als vier Wochen Aufenthalt im Land natürlich so viele wie möglich zu probieren.

Erschlagen von den vielen Eindrücken, fuhr ich zu meinem ersten Projekt.

Es handelte sich um ein Kinderheim der PA Nepal in Sankhu, ca. 17km von Kathmandu entfernt. Diese kleine Newari-Stadt wurde durch das schwere Erdbeben 2015 sehr in Mitleidenschaft gezogen und wird zur Zeit wieder aufgebaut.

PA Nepal (Prisoner's Assistance Nepal) ist eine non-Profit Organisation, die sich um die verbleibenden Kindern von Gefängnisinsassen kümmert. Die Kinder bekommen in den Heimen ein Zuhause, haben die Möglichkeit zur Schule zu gehen um so eine soziale Reintegration und Rehabilitation zu gewährleisten. Gegründet wurde die Institution von Indira Ranamagar. In Sankhu wohnen ca. 60 Kinder, von denen ich überschwänglich empfangen wurde. In die heimeigene Schule gehen ca. 80 Kinder. Ich begann zunächst mit einem einfachen Screening aller Kinder. Besonders auffallend war das gehäufte Vorkommen von Frontzahnkaries, das ich auf den übermäßigen Konsum von stark gezuckertem Milchtee und das Essen von relativ vielen süßen Keksen zurückführte. Nach der Putzdemonstration versuchte ich vor allem, auch bei den Lehrer\*innen und Betreuer\*innen auf Verständnis zu stoßen, den Zuckerkonsum stark einzudämmen.



Nach drei Tagen in dem Heim fuhr ich weiter mit dem Bus nach Sankhe. Dieser Ort war so klein, dass ich ihn nicht auf Googlemaps finden konnte. Bald konnte ich dort eine junge Zahnärztin als weitere „Dental Volunteer“ treffen. Wir waren in einem Krankenhaus untergebracht, das ursprünglich von der NGO Phoolbaari Nepal e.V. gegründet wurde. Dort arbeiten ein Ärztin, mehrere Krankenschwestern und sogar ein Laborassistent. Wir hatten den Luxus eines eingerichteten Dentalrooms, mit fast funktionstüchtigem Stuhl. Wir reinigten den lange Zeit unbenutzten Raum, sortierten die Ausrüstung und Materialien und schafften es sogar, den Steri wieder auf Vordermann zu bringen. Normalerweise beginnt in Nepal ein Arbeitstag gegen 10 Uhr. Als wir um halb acht noch frühstückten, kamen aber schon die ersten Patienten. Somit starteten wir um viertel vor acht und an allen folgenden Tagen sogar schon um halb acht. Wir wurden sichtlich überrannt von Patienten jeglichen Alters und aus allen Gesellschaftsschichten. Schnell lernten wir die notwendigen nepalesischen Vokabeln für die Behandlung, wie „Haben Sie Schmerzen?“ oder „Der Zahn muss raus!“. In der ersten Woche mussten wir bei mehr als 140 Patienten ca. 70 Zähne ziehen. Sogar die regionale Tageszeitung berichtete von unserem Hilfseinsatz. Das Team des Krankenhaus zeigte uns liebevoll, wie man Momos zubereitet und veranstaltete ein kleines Fest. Schnell schlossen wir Freundschaften.



Nach ca. drei Wochen meiner Zeit ging es dann wieder zurück Richtung Kathmandu.



Dort trafen wir zwei weitere DV Zahnärztinnen und fuhren zum nächsten Projekt nach Chalnakhel zur Kevin Rohan Memorial Eco Foundation. Diese Stiftung wurde von Krishna Gurung gegründet und befasst sich momentan besonders mit dem Wiederaufbau der Community nach dem Erdbeben von 2015. Es werden kleine Recycling-Häuser aus leeren Glasflaschen und Lehm oder Kalkstein gebaut, um Familien ein neues Zuhause zu geben.

Zudem wird den Bewohnern gezeigt, wie man Ackerbau betreibt, um sich selber versorgen zu können. Es gibt eine stiftungseigene Schule mit sechs verschiedenen Klassen und einen Kindergarten, die an das deutsche Konzept der Waldorfschule anknüpfen. Wir waren nun zu viert und richteten uns in der „Versammlungshalle“ zahnärztlich ein. Zwei Liegen dienten als Zahnarztstuhl, Kopflampen ersetzen das Licht. Wasserkühlung und Trockenlegung musste die Assistenz mittels Spritze und kleinem Luftball bewerkstelligen...eine Behandlung der etwas anderen Art, zumindest für deutsche Verhältnisse. Unser Hauptklientel waren die Kinder der Schule. Wir zeigten die richtige Putztechnik und informierten über eine karieskonforme Ernährung. Die meisten Kinder sprachen auch englisch, so dass wir uns gut verständigen konnten. Wenn wir mal Probleme hatten, übersetzte eine der Krankenschwestern. Aber auch wir hatten noch ein Ass im Ärmel. Eine der DV Zahnärztinnen spricht fließend Hindi., somit eine gute Dolmetscherin. In Nepal gucken viele Kinder Hindi-Filme oder hören Hindi-Musik und können dadurch auch Hindi zumindest verstehen oder auch selber sprechen. Wir verteilten Zahnbürsten und waren sichtlich ein Highlight für die Einheimischen. Die KRMEF kooperiert zudem mit dem nahegelegenen Leprazentrum. Dieses besuchten wir und führten einige notwendige Zahnbehandlungen durch.

Nepal war ein neues und aufregendes Erlebnis, aus dem ich viele zahnärztliche aber auch persönlich nützliche Erfahrungen für mich mitnehmen konnte. Auffällig war für mich die Tatsache, dass viele Patienten dort am liebsten nur die Frontzähne putzen und dies auch nur einmal am Tag. Zahnseide existiert quasi nicht. Wir hätten gerne auch Wurzelkanalbehandlungen gemacht, leider bestand aber keine Möglichkeit einer Röntgenaufnahme. So mussten wir viele Zähne mit blutendem Herzen ziehen. Ebenfalls fiel auf, dass viele Menschen Probleme mit Bruxismus haben. Auch hier konnten wir nicht die Hilfe anbieten, die wir gerne gewollt hätten. Viele Einheimische arbeiten als Landarbeiter. Sie tragen schwere Körper auf dem Rücken, die mit einem Riemen an der Stirn befestigt und stabilisiert sind. Wir vermuten darin unter anderem einen Grund für die teilweise sehr stark abradierten Gebisse.



Schlussendlich bleibt zu sagen, dass wir in Deutschland ein privilegiertes Prophylaxesystem haben. Bei uns ist es normal, dass die Eltern bis zu einem bestimmten Zeitpunkt die Zähne ihrer Kinder nachputzen. Es gibt bereits im Kindergarten regelmäßige Kontrollen. Unsere Krankenversicherungen decken einen Zahnarztbesuch ab. In Nepal dagegen lachen die Eltern, wenn man ihnen die zerstörten Zähne ihrer vierjährigen Kinder zeigt. Wir haben versucht, vor allem bei den Eltern Gehör zu finden und zu erklären, wie wichtig die Zukunft der kommenden bleibenden Zähne für Ihre Kinder ist. Um die Informationen zu sichern, malten wir Plakate und Poster, die wir in den Klassenzimmern aufhängten. So hoffen wir, dass dort die Kinder und auch ihre Eltern stetig daran erinnert werden, wie wichtig eine korrekte Mundhygiene ist. Natürlich muss man aber auch sagen, dass es in Nepal auch ganz andere Probleme gibt. Viele haben keine Heizung, weder Strom noch fließendes Wasser oder jemals die Chance, einen Arzt aufzusuchen oder Medikamente zu bekommen. So haben wir versucht, in unserem kleinen Bereich die Menschen zu informieren und unterhaltsam neue Kenntnisse zu vermitteln. Wir konnten vor allem auch den Kindern ein wenig Abwechslung bieten und Sympathie entgegenbringen. Durch unsere ungeteilte Aufmerksamkeit bereiteten wir den Kindern große Freude und vielen Patienten Schmerzfreiheit; und allein dafür hat sich der Aufenthalt in Nepal gelohnt.

Ich durfte in dieser kurzen Zeit viele interessante Menschen kennenlernen und habe die Chance genutzt, weitere Erfahrungen in der Zahnmedizin sammeln zu können. Ich bedanke mich an dieser Stelle bei „Dental Volunteers“, dem ZAD und DAAD, die mir diese Reise ermöglicht haben.