

## Zahnärztlicher Hilfseinsatz in Nepal 01.09.- 07.10.2014 von Carina & Mandy

Am 31. August stiegen wir mit viel Vorfreude in den Flieger- was würde uns wohl alles in den nächsten 5 Wochen bevorstehen?

Wir zwei kannten uns zwar erst von einem Treffen, verstanden uns aber sofort und waren uns einig: das Abenteuer bestreiten wir gemeinsam!

So brachen wir auf in das für uns noch fremde Land, mit fremder Kultur – und uns fremden Behandlungsbedingungen - mit jeder Menge Reisetaschen:

Von unseren 60kg Freigepäck ging der größte Teil an Spenden (Zahnbürsten, Zahnpasta, Zahnseide, Fluoriden, Spielzeug....) und Behandlungsutensilien.

In Kathmandu begrüßten uns erst einmal die einheimischen Affen – und nach dem kurzen Checkin ins Hotel Vajra erkundeten wir (eigentlich todmüde) gleich noch die Stadt & das belebte Viertel Thamel. Wir ließen uns dort aber von Staub & Gehepe nicht abschrecken.

Abends bestellten wir unser erstes Dal Bhaat – das sollte vorerst nicht das letzte gewesen sein. ;)

Am Dienstag begannen wir mit dem Treffen unserer Kontaktpersonen.

Samita zeigte uns die Behandlungsutensilien, die Klinik, in der sie arbeitet, und ihr Zuhause (*das war für große Europäer dann doch etwas niedrig, Kopf-Anstoß-Gefahr*).

Bei ihr bekamen wir auch unseren ersten nepalesischen Milktea (*Achtung, Zuckerschockgefahr: 2 TL pro Tasse sind normal... irgendwo muss die Karies ja herkommen :)*) und besprachen dabei gleich die weiteren Projekte.

Wir trafen auch noch andere Kontakte und so kam eine Planung nach der nächsten zustande.

Zwischendurch stand die Kultur auf dem Programm und so besuchten wir zum Beispiel den Affentempel.

Am Donnerstag ging es dann los. Wir sortierten das Equipment (es war gar nicht leicht, sich in dem Lager durchzukämpfen) und packten unsere Behandlungstasche. Diese war ziemlich schwer und es war jedesmal ein Kraftakt, zu den Camps zu gelangen. Anfangs nahmen wir noch das Taxi, aber das war uns bei den entfernter gelegenen Camps zu teuer, vor allem, da wir die Touristenpreise zahlen mussten- und außerdem waren wir das Verhandeln leid. So stiegen wir bald auf die chaotischen, holprigen Local-Buses um ;) (*Achtung: auch diese sind nicht für große Menschen gedacht ;)*)

Unser erstes Projekt fand in Kirtipur statt, auf einer biodynamischen Farm. Wir trafen dort auch einige andere Praktikanten, welche uns sogar assistieren halfen. Gestartet haben wir ganz systematisch bei den Kindern „von klein nach groß“ und untersuchten erst einmal alle gründlich. Die Erzieherinnen waren uns eine große Hilfe im Übersetzen und bei den Kleinen auch im Beruhigen.

Die Kinder, die eine Füllung benötigten, haben wir auf einem Zettel notiert und später nacheinander behandelt.

Nach dem Checkup erfolgte eine Zahnputzinstruktion & gemeinsames Putzen. Prophylaxe ist das A und O.

Nachmittags kamen noch Dorfbewohner und Angestellte zur Untersuchung vorbei und wir hatten jede Menge Arbeit- Jahrzehnte alter Zahnstein, viele Füllungen und die ein oder andere einfache Extraktion.

Der Andrang war gigantisch, es kamen immer mehr und mehr Leute... wir kamen kaum hinterher. Man muss sich wirklich auf die akuten Fälle konzentrieren. Noch dazu gab es keinen Strom und so konnten wir nur solange behandeln, wie auch unsere Akkuladung mitmachte.

Am nächsten Morgen führten wir Checkups an 200 Schulkindern in Dallu durch. Die Milchzähne waren in schlechtem Zustand. Auch hier waren eindringliche Mundhygieneinstruktionen nötig.

Unser nächstes Projekt war in Boudnath. Wir untersuchten Kinder in einem Hostel. Der Zahngesundheitsstatus der Kinder war gar nicht so schlecht, die Zähne hatten aber sehr ausgeprägte Fissurenreliefs und häufig schon okklusale initiale Karies. So sind Fissurenversiegelungen hier sicher einer der Schlüssel zum Erfolg.

An dieser Stelle müssen wir noch eine beeindruckende Story erzählen mit Happy End. Auch wenn die Nepalesen manchmal eher den Eindruck hinterlassen: „Komm ich heut nicht, komm ich morgen“, ist deren Polizei und Sicherheitspersonal scheinbar ziemlich gut organisiert.

Carina verlor auf dem Weg nach Boudnath ihr Handy im Taxi. Erst einmal war nur noch Fassungslosigkeit und Verzweiflung (wie sollen wir ohne Handy alles weiter organisieren?)

Viele Menschen kamen herbei und wollten helfen, auch die Polizei. Alle versprachen, das Handy wiederzufinden- glauben konnte Carina das nicht, in der riesigen Stadt? Unmöglich.

Doch tatsächlich erhielten wir kurze Zeit später auf dem Handy des Vereins einen Anruf, dass Taxifahrer und Smartphone tatsächlich aufgefunden wurden. Nach einer halben Odyssee kamen wir an der Polizeistation dann auch endlich an und konnten es kaum wahrhaben, dass das Handy wirklich dort lag.

Unser Fazit: Wir sind überwältigt. die Nepalesen sind so ehrlich und kollegial!

Am nächsten Tag fahren wir weiter nach Bhaktapur, welches neben Patan und Kathmandu zu den alten historischen Königsstädten zählt.

Dort arbeiteten wir in einer Primaryschool und einer Secondaryschool.

Den engen Kontakt und das Miterleben alltäglicher Dinge (z.B. morgendlicher Fahnenappell) schätzten wir sehr.

In 3 Tagen extrahierten wir Milchzahnreste/Milchzähne, entfernten Zahnstein und retteten konservativ einige bleibende Zähne. Auch bei den Lehrern stand die eine oder andere Füllung auf dem Programm.

Erstaunlich ist, dass die meisten vestibulär gut putzen, jedoch den oralen Bereich großzügig aussparen. Frei nach dem Motto: Außen hui, Innen pfui.

Massiver Zahnstein bei Kindern war hier keine Seltenheit.

Wir konnten nicht oft genug betonen wie wichtig es ist gründlich und gewissenhaft alle Flächen zu reinigen.

Ein Ortswechsel war nun nötig, denn immer noch fühlten wir uns krank und angeschlagen. Die hohe Feinstaubbelastung in und um Kathmandu machte uns zu schaffen, obwohl wir den Mundschutz immer umhatten.

Das nächste Projekt führte uns nach Pokhara in ein SOS Kinderdorf. Auf der 8-Stündigen Fahrt dorthin sahen wir endlich die schöne Weite, Vielfalt und Natur Nepals. Und der Moment, zum ersten Mal die schneebedeckten Himalaya-Bergspitzen zu sehen, war traumhaft.

Am Nachmittag begannen wir gleich mit den ersten Untersuchungen. Das Programm lief wie gehabt, nach den letzten Erfahrungen waren wir ein eingespieltes Team geworden. Nach 2,5 vollen Behandlungstagen war auch dort unsere Arbeit getan. Der Zustand, wie am Fließband zu arbeiten, zehrte aber ganz schön an unseren Kräften.

Danach brauchten wir ein paar Tage zum Erholen. So fuhren wir nach Chitwan in den Dschungel und sahen z.B. Krokodile, Eisvögel, verschiedene Schmetterlinge, Schildkröten und Nashörner aus nächster Nähe. Ein Elefantenritt rundete den Trip im subtropischen Süden ab.

Nun ging es wieder zurück nach Pokhara und wir planten unser letztes Dental Camp.

Die Organisation von Deutschland aus ging spontan und schnell über die Bühne und so brachen wir mit dem Microbus nach Kurintar auf, wo wir unsere Kontaktpersonen trafen.

Wir übernachteten in einem Hotel unweit des Chepang-Dorfes, in dessen Schule unser Camp stattfinden sollte. An zwei Tagen behandelten wir 70 Kinder, einige der Eltern und anderen Dorfbewohner.

Die Zähne der Erwachsenen hier waren sehr abradert und extrem verfärbt. Wir waren verwundert, da doch bisher die Molaren eher Himalaya-ähnliche Reliefs hatten, und mussten gleich mal die Ernährungsgewohnheiten erfragen.

Viel saurer Wein und abrasive Kost- und geraucht wird auch nicht zu knapp...

Aufklärung und intensive Instruktion der Kinder war uns in diesem Camp extrem wichtig.

Außerdem sahen wir hier sehr viele Zwillingszähne und Mesiodentes... in jeglichen Variationen. Das war sehr interessant.

Wir hoffen, wir konnten die Kleinen motivieren, das tägliche Putzen zum Ritual werden zu lassen- die Meisten kannten noch gar keine Zahnbürsten...

Nach diesem letzten Camp brachen wir noch zu unserer ABC-Trekkingtour auf und beendeten dann Anfang Oktober unsere Nepalreise mit jeder Menge neuer Erfahrungen, Eindrücke,... es kann eigentlich kein Reisebericht der Welt wiedergeben, was wir alles erlebt haben :)

Wir wurden immer und überall sehr herzlich empfangen und trafen auf viel Hilfsbereitschaft und Gastfreundschaft.

Aber man merkte natürlich auch, dass man als weißer Europäer dort eine Sonderstellung einnimmt – allein schon die Tatsache, dass wir unseren Reis dann doch lieber mit dem Löffel aßen ;)

Für uns wurde vor Ort sehr lecker gekocht und wenn es irgendwie ging, wurde uns eine Unterkunft zur Verfügung gestellt.

So fühlten wir uns nicht nur herzlich willkommen, sondern konnten auch den nepalesischen Lebensalltag hautnah miterleben... das ist unvergesslich und viel intensiver als jede reine Urlaubsreise nur sein kann.

Anfangs war es vielleicht nicht immer leicht, ganz alleine auf sich gestellt zu behandeln, improvisieren und mit der anderen Mentalität dort klar zu kommen – aber sehr schnell wuchsen wir mit unseren Aufgaben und sind froh, mit den Projekten dort nicht nur einige Molaren gerettet zu haben ;)

Wir haben viel dazu gelernt, aber auch viel gelehrt.