



Dem Himmel so nah

Hilfseinsatz: Als junge Zahnärztin unterwegs im Himalaja

„Wir brauchen aktive Helfer, zum Beispiel Zahnärzte, ZTM, ZMA oder Ärzte“, steht auf der Homepage der Dental Volunteers. Der Verein fördert weltweit schwerpunktmäßig die Zahnmedizin in medizinisch unterversorgten Ländern. Dank meiner Eltern konnte ich meine Examenreise genau dafür nutzen und unvergessliche Erfahrungen sammeln.



Schon während meines Zahnmedizinstudiums manifestierte sich der Wunsch in mir, vor dem Einstieg in die echte Berufswelt auf wohlthätiger Basis einige Wochen im Ausland zu arbeiten. Auch mal auf die neuesten diagnostischen Hilfsmittel, die eine Universität zu bieten hat, zu verzichten und sich einem ganz ungeahnten Schwierigkeitslevel zu stellen, war der Gedanke. Von Erzählungen befreundeter Zahnärzte angeregt, fiel die Wahl sehr schnell auf Nepal.



Einige E-Mails und Telefonate mit der Einsatzleiterin von Dental Volunteers e.V. und eine kostspielige Einkaufstour bei Globetrotter später fand ich mich in der Hauptstadt Nepals wieder.

Kathmandu – Basecamp für Spiegel, Sonne, Pinzette: Das Hotel Vajra liegt etwas außerhalb der Innenstadt von Kathmandu. Für uns war es die erste Unterkunft unserer Reise – dem Verein dient es als Lagerungsort für Materialspenden und Instrumentarien. Hier verschaffen sich die Helfer vor Ort – und auch wir – eine Übersicht, haben die Gelegenheit, alles zu reinigen und neu für die kommenden Einsätze zu sortieren. All das nimmt einiges an Zeit in Anspruch. Um so dankbarer war ich für die Unterstützung der weiteren Teammitglieder.



Nach einigen Tagen der Akklimationisierung und Organisation waren wir sehr froh, diese staubige und durch Abgase verpestete Stadt hinter uns lassen zu können.

Von Nepal und seinen Dörfern: Bei Behandlungen in Nepal ist Improvisationsvermögen gefragt. Jeden Tag. Die Kommunikation mit den Kontaktpersonen des Vereins stellte sich als erstaunlich kompliziert heraus. Über Umwege gelangten wir jedoch zu unserem ersten Einsatzort. Wir fahren in südöstliche Richtung in ein kleines Bergdorf namens Amalbas.

Aufgrund des schweren zahnärztlichen Equipments zogen wir ein Auto dem öffentlichen Bus vor und erreichten nach sechs Stunden das kleine Dorf am Hang einer gewaltigen Bergkette. Unsere Gastgeber führten uns an den weidenden Büffeln vorbei bis zu unserer Herberge, in der wir die kommenden Tage essen, schlafen und vor allem arbeiten konnten.

Immer schön flexibel bleiben: Man lernt schnell, sich zu arrangieren. Die sporadische Verfügbarkeit von Strom führte zwangsläufig zu einer Behandlung im Freien. Die unmittelbare Nähe zum Ziegenstall sorgte während der Behandlung für ein Aroma der anderen Art. Einen fragilen Tisch stabilisierten wir mit Gemüseboxen, um unsere Patienten für die Behandlung positionieren zu können. Teebecher funktionierten wir zu Spuckbehältern um, Plastikstühle zu Trays.

Wir stellten schon bei den ersten Behandlungen fest, dass ein völliges Umdenken gefragt war. Unsere universitären Ambitionen, jeden nur möglichen Zahn zu retten, mussten wir zügig verändern. An gründliche Trockenlegung war in vielen Fällen nicht im Ansatz zu denken, geschweige denn an ausreichende Sicht. Die anfängliche Motivation, Karies zu exkavieren, wich der ernüchternden Erkenntnis, dass der Zahn hoffnungslos zerstört war. Vom Zerstörungsgrad der Zähne waren wir nicht ganz beeindruckt und auch nicht von der Tapferkeit unserer Patienten. Wie das in den ländlichen Regionen öfter vorkommt, sprach sich unsere Anwesenheit nach wenigen Stunden herum, sodass nur der Sonnenuntergang unsere Arbeit bis zum nächsten Morgen zum Erliegen brachte.

Beobachten bringt die Erkenntnis: Abends saßen wir oft mit unserer nepalesischen Gastfamilie zusammen, die sich an der Feuerstelle versammelte und uns beim Essen zuschaute. Erst nachdem wir den Hammel aus Höflichkeit heruntergewürgt hatten und unsere Teller vollständig leer waren, begannen die Nepalesen mit ihrer eigenen Mahlzeit. Währenddessen kochte über dem Feuer stets der Druckkochtopf mit den benutzten Instrumenten. Eine Form der Hygiene, an die man sich erst einmal gewöhnen musste.

Unsere Zeit in Amalbas neigte sich viel zu schnell dem Ende zu. Der Behandlungs- und Aufklärungsbedarf ließ sich in der Kürze der Zeit nicht ansatzweise decken. Unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit instruierten wir einen jungen deutschsprachigen Lehrer, der den Kindern in den kommenden Monaten neben der englischen Sprache nun auch die Zahnpflege näherbringen sollte.

Nichts für schwache Mägen: Der zweite Einsatz führte uns in eine noch entlegene Region Nepals. Nach einem Tag in Pokhara ging die Rei-



Über die Autorin



Foto: Kreller

Dr. med. dent. Nora Kreller ist seit 2018 Zahnärztin in Berlin und studiert parallel im fünften Semester Medizinjournalismus auf Bachelor an der DPU in Krems.

se weiter nach Mustang. Für die 162 Kilometer brauchten wir mehr als zehn Stunden. Diese Höllenfahrt auf Geröllpisten hätten wir ohne Vorex und zahlreiche Powerriegel garantiert nicht überstanden. Unser Fahrer gönnte uns keine Pausen, weil er wusste, wie langsam man vorankommt.



Zu später Stunde gelangten wir endlich in Kagbeni an, dem Endziel unserer Tour. Wir ergatterten spontan eines der wenigen freien Herbergszimmer und waren zutiefst dankbar für eine warme Gemüsesuppe mit Momo.

Die Nächte wurden auf 2.800 Metern Höhe stets empfindlich kalt, vor allem, weil es in den Zimmern keine Heizungen gab. Die Minusgrade ertrugen wir nur dank unserer warmen Schlafsäcke. Diese Investition bei Globetrotter hatte sich also wirklich gelohnt. Trotz Solarzellen auf dem Dach muss man zumindest morgens beim Duschen mit einer kurzen Schockfrostung rechnen, bevor man sich wieder in seine Zwiebschichten hüllen konnte.

Room with a view – behandeln mit Blick auf den Nilgiri (7.061 m): Schnell war ein Lager gefunden für die kommenden Behandlungen. Die buddhistischen Mönche Kagbenis boten uns für die kommenden Tage einen Raum an, in dem wir uns ausbreiten konnten, um sowohl Klosterschüler als auch Dorfbewohner zu behandeln. In den kommenden Tagen brach der Patientenstrom nicht ab und unzählige Patienten kamen mit gleich mehreren tief zerstörten Zähnen und weit fortgeschrittener Parodontitis zu uns.

Nepal ist also nicht nur ein verzauberndes Reiseland, sondern auch ein wunderbares Ziel für jeden Studenten und Zahnarzt, der Leidenschaft und Tatendrang in sich trägt.

Dr. Nora Kreller, Krems

