



# Ein zahnmedizinischer Hilfseinsatz in Kenia

*Von A wie Achterligatur bis Z wie Zebra*

**Kenia – viele denken an Safaris und Nationalparks mit Zebras, Elefanten oder Löwen in freier Wildbahn. Doch wir sind zu einem zahnmedizinischen Hilfseinsatz mit der Organisation „Dentists for Africa“ aufgebrochen. Genauer gesagt hat es uns nach Bungoma verschlagen. Bungoma ist eine 45 000 Einwohner zählende Stadt unmittelbar am Äquator und an der Grenze zu Uganda. Untergebracht sind wir in einem Kloster gemeinsam mit den Ordensschwestern und einer Haushälterin. Vor allem die Bevölkerung entlegener ländlicher Gebiete Kenias hat kaum oder gar keinen Zugang zu zahnmedizinischer Versorgung. Dentists for Africa hat daher vorwiegend im Westen Kenias Zahnstationen eingerichtet. Ein Schwerpunkt liegt auf Prophylaxe, besonders**

**an Schulen, um die Kinder über Mundhygiene aufzuklären und langfristig zu schützen.**

**A**chterligatur – ein Junge hat beim Basketball spielen mit seinem Bruder eine Subluxation der Frontzähne erlitten und wird in der Klinik versorgt. Zum ersten Mal sehe ich live, wie eine Achterligatur angebracht wird.

**B**ungoma – hierhin hat es uns verschlagen. Bungoma ist eine 45.000 Einwohner zählende Stadt unmittelbar am Äquator und an der Grenze zu Uganda.

**C**onvent – unsere Unterbringung in Bungoma. Hier im Kloster leben wir zusammen mit ca. 15 Ordensschwestern, einer Haushäl-

terin, zwei Katzen und ihren drei Babys, einigen Hühnern und vielen Mücken. Kloster klingt strenger und einfacher als es ist, denn wir haben nicht nur fließend kaltes und warmes Wasser in unserem Badezimmer en suite, sondern auch WLAN und einen gemeinschaftlichen Flachbildfernseher.

**D**entists for Africa (DfA) – unsere Organisation. Sie haben sich vor, während und nach unserem Aufenthalt gut um uns gekümmert und standen uns immer zur Verfügung, wenn wir Fragen hatten. Im Vordergrund bei DfA steht vor allem die Nachhaltigkeit der Einrichtungen und die Förderung der kenianischen Kollegen. Wenn euer Interesse geweckt ist, einen Freiwilligeneinsatz in Kenia zu leisten, könnt ihr euch unter [dentists-for-africa.org](http://dentists-for-africa.org) oder über den nebenstehenden QR-Code weiter informieren.

## BASIS REDEWENDUNGEN

### DEUTSCH

*Guten Tag | Guten Abend*  
*Wie geht es Ihnen?*  
 Gut, danke und Ihnen?  
*Ich verstehe | ich verstehe nicht*  
*Entschuldigung*  
*Auf Wiedersehn*  
*Guten Tag*  
*Vielen Dank*  
*Entschuldigen Sie bitte*  
*Ich heiße...*  
*Nein danke*  
*Ja | Nein*  
*Bitte sehr*

### SWAHILI

Jambo  
 Habari Gani ?  
 Vizuri sana, asante, na wewe?  
 Nina fahamu | Sina fahamu  
 Pole  
 Kwaheri  
 Karibu  
 Asante (sana)  
 Samahani  
 Ninaitwa  
 Hapana asante  
 Ndiyo | Hapana  
 Tafadhali | shika

Quelle: [www.evaneos.de/kenia/reisen/wichtigster-wortschatz/](http://www.evaneos.de/kenia/reisen/wichtigster-wortschatz/)



Kenia

**E**xtraktionen – bedauerlicherweise müssen wir davon an den Schulen eine ganze Menge durchführen. Da wir auf die Mitarbeit der Schüler angewiesen sind, lernen wir schnell wichtige Anweisungen auf suaheli wie: „mesa mate“ (Schlucke deinen Speichel runter!) oder „fungua mdomo“ (Öffne deinen Mund!).

**F**rontzahn – eine Vielzahl der Schulkinder hat frakturierte oder kariöse Frontzähne. Diese Behandlungen sind für mich die schönsten. Wir können nicht nur ihre Zähne reparie-

ren, sondern auch ihr Selbstbewusstsein wiederherstellen und ihnen ein Lächeln ins Gesicht zaubern.

**G**eld – Preisschilder sind nur im Supermarkt bindend, ansonsten wird überall verhandelt, das gilt auch für den Zahnarztbesuch. Dank großzügiger Materialspenden von CP GABA, Duerr Dental, Euronda, Gerl, Henry Schein, Ivoclar Vivadent, Kaniedenta, Kavo, Kulzer, Mectron, Meisinger, Oco Präparate, Orbis, Pluradent, Septodont,

Zebbras vor dem  
Kilimanjaro im  
Amboseli National  
Park.



Johanna bei der Arbeit in der Dental Unit mit Ivan als Assistent.



Ein Klassenzimmer dient uns als Untersuchungs- und Behandlungsraum.

3M Espe, 7days, Zahn Heros, Praxis Dr. Jochen Hilbk und Praxis Dres. Pilling ist es uns möglich, den Patienten die Behandlungskosten während unseres Aufenthaltes zu erlassen.

**H**itze – zwar sind wir im kenianischen „Winter“ hier, doch uns ist es bei knapp 30°C und Sonne, anders als den Kenianern, nicht nach einer dicken Winterjacke zumute.

**I**van – der Oral Health Officer aus Uganda, ein überaus herzlicher und kompetenter Bestandteil unseres Teams, ist stets eifrig und eignet sich viele Tipps und Tricks von uns an.

**J**ulia – meine Schwester. Obwohl es auch für sie der erste Einsatz und sie erst seit einem Jahr arbeitstätig ist, hat sie die ganze Verantwortung, da sie als einzige eine kenianische Arbeitserlaubnis hat. Von Sister Sunya kann sie viel über das Extrahieren lernen, doch kann sie ihr mindestens genauso viel beibringen im Umgang mit Patienten, bei der Verordnung von Antibiotika und Schmerztabletten und der richtigen Anwendung der von uns mitgebrachten neuen Materialien.

**K**aries – dass ein schmerzfreier Zahn nicht unbedingt auch ein gesunder Zahn ist, ist den meisten Schülern nicht klar. Wodurch Karies entsteht und wie sie sich entwickelt und vor allem was man dagegen unternehmen kann, versuchen wir ihnen nahezubringen.

**L**autstärke – auch im Behandlungszimmer geht es manchmal lauter zu. Wenn einer von uns behandelt, einer assistiert und die Dritte die nächste Behandlung vorbereitet; Sister Sunya parallel auf dem Holzstuhl Zähne extrahiert, Sister Lillian die Instrumente reinigt und Ivan von zwei Verkäufern in ein Gespräch über einen neuen Generator verwickelt wird. Das alles auf ca.15 Quadratmetern.



**M**obiles – auch Schulbesuche genannt, sind die eindrucksvollsten und auch erschütterndsten Momente, weil hier der Zerstörungsgrad der Zähne bei den Jugendlichen deutlich wird.

**N**onnen – sie leiten das Krankenhaus.

**O**bst – kommt frisch vom Baum. Super lecker! Dennoch gilt: peel it, boil it or leave it.

**P**ole Pole – suaheli für „langsam“. Ganz nach dem Motto wird überall ohne Zeitdruck gearbeitet, was für uns Deutsche sehr ungewohnt ist.

**Q**uengeln – tut hier niemand. Selbst die kleinen Kinder lassen die Behandlungen tapfer über sich ergehen.

**R**eligion – an einem Sonntag besuchen wir mit den Schwestern einen zweistündigen Gottesdienst. Hier wird gepredigt, gelacht, gesungen, geklatscht und getanzt. Da der Service auf suaheli gehalten wird, verstehen wir zwar kein Wort, doch wir werden von der ausgelassenen Stimmung mitgerissen.

**S**unya – die Schwester wird von Dentists for Africa unterstützt, indem sie ihr das Zahnmedizinstudium finanziert. Seitdem arbeitet sie im St. Damiano Mission Hospital als Zahnärztin.

**T**eamwork – eine schwierige Sache mit neuen Leuten in einer neuen Umgebung und unter ganz ungewohnten Umständen. Doch lange dauert es nicht, bis jeder seine Aufgaben gefunden hat und alle eingespannt sind.

**U**gali – ist der Hauptbestandteil unserer Mahlzeiten. Er wird aus Maismehl hergestellt und wird als Beilage zu Fisch, Hähnchen, Sukuma Wiki oder Green Grams gereicht.

**V**erkehr – das Einzige in Kenia, das nicht pole pole ist. Auf der Hauptstraße, die quer durch Bungoma führt, herrscht reger Betrieb an Autos, PikiPikis, TukTuks, Matatus und sogar Kühen, die ungestört die Straße überqueren.

**W**eiß – als hellhäutige Europäerinnen fallen wir drei Mädels sehr auf. In der näheren Nachbarschaft werden wir immer mit liebevoll gemeinten „Mzungu“-Rufen begrüßt.

**X**-Ray – das analoge Röntgen und die Entwicklung der Filme ist für uns alle neu.

**Y**oga – in Verbindung mit Dehnübungen hilft uns, am Abend einen Ausgleich zum Arbeiten in gezwungenermaßen unergonomischer Haltung zu finden.

**Z**ebra – am Ende unseres Aufenthaltes in Kenia bestaunen wir während einer Safari durch den Tsavo East und den Amboseli-Nationalpark nicht nur Zebras, sondern auch Elefanten, Gnus, Oryxe, Nilpferde, Gazellen, Löwen, Wasserbüffel, Affen und Geparden in freier Wildbahn. Damit beenden wir unsere Zeit mit einem atemberaubenden Erlebnis und sind uns sicher, dass dies nicht unser letzter Trip nach Afrika sein wird.



**JOHANNA HILBK**  
Zahnmedizinstudentin  
in Riga  
E-Mail: hilbkjohanna@web.de



**PIA BRINKMANN**  
Promotionsstudentin  
in Kiel



**JULIA HILBK**  
Assistenz Zahnärztin  
in Dresden

