

ZAHN- MEDIZIN INTERNATIONAL

Nepal – Namasté!

Eine Auslandsfamulatur über den Dächern der Welt

Auslandsfamulaturen werden immer beliebter. Auch in unserem Semester fand sich ein Grüppchen, was davon träumte. Dass die Reise nach Nepal gehen sollte, hatten wir uns schon während des Physikums in den Kopf gesetzt. So versuchten wir alles, um diesen Traum auch zu verwirklichen. Über die Organisation Dental Volunteers e. V. wurde der Kontakt ermöglicht und schließlich buchten wir vier Studenten – Lena, Constantin, Tarek und ich – unsere Flüge für eine sechswöchige Auslandsfamulatur. Viel mehr als das wussten wir zum Zeitpunkt unseres Abfluges aber auch nicht. Mit 120 kg Material und riesiger Vorfreude ging es dann also auf ins Abenteuer (Abb. 1).

DER ERSTE EINSATZ

In Kathmandu angekommen, übernachteten wir erst einmal jenseits des hektischen Treibens in einer wunderschönen grünen Oase und hatten dort einen Tag Zeit, unser „Dental Equipment“ möglichst passend für unser zahnmedizinisches Vorhaben zu packen – gar nicht so leicht, wenn man nicht weiß, was einen erwartet ...

Gleich am nächsten Morgen trafen wir die beiden jungen Zahnärzte Tabea und Jan, die für den ersten Teil der Famulatur unsere Supervisoren waren. Nach einer zweistündigen Jeepfahrt über buckelige Straßen, kamen wir an unserem ersten Einsatzort, einer Schule,

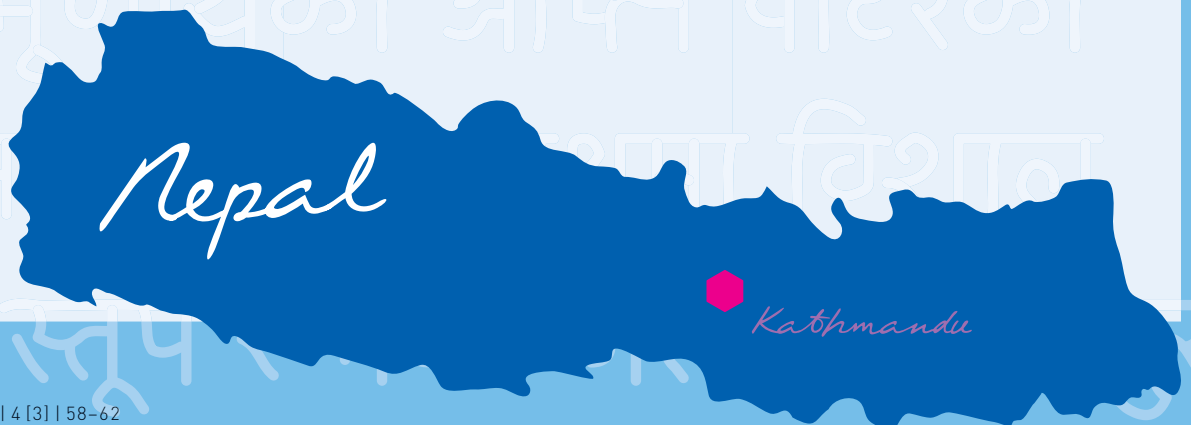




Abb. 1a



Abb. 1b

Abb. 1a und b
Willkommen in Nepal.

Abb. 2
Namasté – die freundliche
Begrüßung der Kinder
ließ unsere Herzen höher
schlagen.



Abb. 2

an. Dieser Moment war wirklich rührend, denn als wir mit den Jeeps auf den Schulhof fuhren, warteten alle Schüler in Reih und Glied mit selbst gemachten Blumenketten auf uns und nahmen uns herzlich in Empfang (Abb. 2). Schnell wollten wir uns revanchieren und verwandelten das Klassenzimmer in unseren Behandlungsraum für die nächsten Tage. Dort hatten wir drei Holztische und bildeten drei Behandlungsteams, um ein Kind nach dem anderen zu behandeln (Abb. 3). Es

war unglaublich, wie tapfer und brav die kleinen Kinder trotz der multiplen Extraktionen blieben. Als wir nach zwei Tagen die Kinder durchbehandelt hatten, kamen dann nacheinander die Köchinnen, die uns kulinarisch so hervorragend versorgt hatten, und die Eltern und Dorfbewohner an die Reihe. Dass wir vor Ort waren, sprach sich herum wie ein Lauffeuer und unser „Wartezimmer“ – der Schulhof – wurde immer voller. Glücklicherweise hatten wir Arjun und Goku, zwei Nepalis, dabei. Sie



Abb. 3a



Abb. 3b



Abb. 4

Abb. 3a und b
 Beim Behandeln in den Klassenzimmern wurde improvisiert.

Abb. 4 Zähneputzen will gelernt sein.

Abb. 5 Der alte Zahnarztstuhl funktioniert wieder!



Abb. 5

übersetzten und führten draußen Listen, um eine faire Reihenfolge einzuhalten.

DER ERSTEN WOCHEN

Wir fuhren oder wanderten für zwei Wochen von Dorf zu Dorf. Dabei behandelten und schliefen wir in den Klassenzimmern. Es war wirklich angenehm, von der Außenwelt abgeschottet zu sein, nur vom Nötigsten zu leben, und entspannte Abende in den Dörfern zu verbringen, bis dann zu später Stunde der Strom ausgeschaltet wurde, die Kerzen heruntergebrannt waren und wir nach den vielen Behandlungen erschöpft in unsere Schlafsäcke schlupften.

Eine große Freude bereitete uns auch das tägliche „Dal Bhat“, das nepalesische Nationalgericht. Auf großen silbernen Tellern wird Reis mit Linsen, Blumenkohl, Spinat und Chutney serviert, was genüsslich mit den Händen gegessen wird. Erstaunlicherweise mochten wir unser Dal Bhat auch noch nach vier Wochen sehr gern, bis diese Freude dann irgendwann etwas abflachte ...

Tag für Tag lernten wir ein paar nepalesische Floskeln mehr, sodass wir irgendwann sogar in der Lage waren, hier und da Patienten ohne Übersetzer zu behandeln. Erstaunlich, wie schnell wir alle ein eingespieltes Team waren und immer routinierter wurden, sodass wir schon in der zweiten Schule unseren Raum so schnell herrichteten, dass wir es selbst kaum glauben konnten. Schön waren auch die Momente, wenn sich alle Kinder versammelten und wir zusammen übten, die Zähne zu putzen (Abb. 4). Uns allen bereitete es unglaublich viel Freude, den Leuten mit unserem zahnmedizinischen Wissen enorm helfen zu können. Einige nahmen stundenlange Fußmärsche auf sich, weil in der Zeitung über unser Behandlungsangebot berichtet wurde und sich die meisten Dorfbewohner keinen Zahnarztbesuch in der Hauptstadt leisten können.

Nach zwei Wochen Schulerfahrung mussten wir uns schweren Herzens sowohl von den Kindern, als auch von Tabea, Jan und den zwei lieben Nepalis Arjun und Goku verabschieden. Noch ein letztes Mal aßen wir gemeinsam Dal Bhat.

IM KRANKENHAUS

Unser zweiter Projektteil fand in einem Krankenhaus in der Nähe von Pokhara statt. Hierfür reiste unser Freund Chris aus Deutschland an. Auch er hat in Bonn studiert, und war von nun an unser Supervisor. Per Krankentransport ging es zum Krankenhaus, wo uns die beiden Studentinnen aus Erlangen Luise und Annika schon freudig erwarteten. Dort gab es sogar einen bis dato nicht funktionierenden Zahnarztstuhl, der kurzerhand durch Tarek zum Laufen gebracht wurde (Abb. 5). Jetzt hatten wir sogar eine Absaugung und die Patienten mussten nicht mehr in unseren roten Eimer oder gegen die Wand spucken, was der ein oder andere ganz gerne tat. Trotzdem vermissten wir unsere Holztische, an die wir uns schon so gewöhnt hatten.

Für viele Dinge mussten wir kreative Lösungen finden. Beispielsweise mussten wir die Instrumente immer in der Küche abkochen (Abb. 6) und potenziell infektiöser Müll wurde von uns abends verbrannt, da wir nicht sicher sein konnten, ob er ansonsten im Straßengraben landen würde. Auch hier sprach sich unsere Ankunft schnell herum und so kam es häufig vor, dass uns die Dorfbewohner schon beim täglichen Obsteinkauf ihre offenen Münder entgegenstreckten, um unsere Meinung zum Zustand ihrer Gebisse zu erfahren.

Im Krankenhaus schliefen wir in etwas in die Jahre gekommenen Patientenzimmern. Dort hatten wir die Möglichkeit, uns ein wenig einzurichten und konnten sogar das erste Mal seit längerem einen Hauch von warmem Wasser auf der Haut spüren – der Solaranlage auf der Dachterrasse sei dank.

Die Krankenschwester Sristi half ganz eifrig zu übersetzen. Im Gegenzug halfen wir ihr bei ihren Englischübungen für ihre große Prüfung. Auch nicht zu vergessen: die Köchin Gita, die uns täglich mit ihren Currys verköstigte und ihr Sohn Onmul, der es liebte mit uns Ball zu spielen und uns dabei täglich ein paar neue Wörter Nepali beizubringen.

An manchen Tagen kamen sehr viele Leute. Deswegen war einer von uns immer draußen mit dem Screening der Patienten beschäftigt, um vorab zu sehen, was getan werden musste und die Patienten auf die richtigen Räume zu verteilen.

AUF TREKKING-TOUR

An einem freien Sonntag machten wir einen Ausflug in die Stadt Pokhara. Nach einer sehr nervenaufreibenden Busfahrt wurden wir von der unfassbaren Bergkulisse des Himalaja überwältigt und die Vorfreude auf die bevorstehende große Wanderung stieg an! Denn mit Abschluss des zahnmedizinischen Teils stand uns noch der Annapurna-Circuit bevor. Dies ist eine Trekking-Route um die Annapurna-Gebirgskette, über einen 5.500 m hohen Pass.

Unsere Ausstattung war nicht so durchdacht, wie die für unsere Behandlungen

... Aber auch ohne Stöcke und Steigeisen konnten wir die Höhenmeter meistern und waren alle völlig von der Aussicht, die man kaum in Worte fassen kann, überwältigt. Über zehn Tage pilgerten wir von Hütte zu Hütte



Abb. 6
Hygiene ist auch in Nepal wichtig – wenn auch unter improvisierten Umständen.



doch recht dünn wurde. Nachdem uns Kopfschmerzen und Übelkeit plagten, wurden wir aber mit Kaiserwetter und einem atemberaubendem 360°-Blick belohnt.

CORONA IM ANMARSCH

Zurück von der Wanderung und nach Tagen ohne Internet, wurden wir von der Entwicklung rund um Corona überrascht, aber das Leben in Nepal wurde davon kaum beeinflusst. So

hatten wir noch ein paar letzte Tage,

um die aufregenden Wochen Revue passieren zu lassen.

Kurzzeitig bestand Unsicherheit, ob wir ohne weiteres das Land verlassen durften. Doch

auch hier ging unsere Glücksreise weiter: Unser Flug war

der letzte reguläre nach Europa.

In Amsterdam angekommen,

waren wir von den Maßnahmen und Entwicklungen, die wir wochenlang nicht mit-

kommen hatten, ganz schön verstört ...

Glücklicherweise haben wir viele schöne Erinnerungen an die gelungene Famulatur,

von denen wir noch lange zehren werden. Wir können wirklich jedem, der auf so etwas Lust

hat, nur ans Herz legen, sich dafür

einzusetzen. Auch bei uns

wird es sicherlich nicht

das letzte Mal gewesen

sein!



CHARLOTTE BOHN

10. Fachsemester
Rheinische-Friedrichs-
Wilhelms-Universität Bonn
E-Mail: charlotte.
bohn@gmx.de



Abb. 7a bis c
Auf Trekking-Tour umgeben von atemberaubender Natur.

und versuchten uns zu akklimatisieren. Stundenlang wanderten wir völlig alleine durch den Himalaja (Abb. 7).

Je höher wir kamen, desto schwieriger wurde es wegen der Minusgrade, erholsame Nächte zu erleben. Irgendwann schliefen wir einfach in unserer Wandermontur und mit Sturmhaube. Die Etappe hinauf zum Pass stellte sich als sehr kräftezehrend heraus und über zehn Stunden bewegten wir uns in Slow Motion, da die Luft