

Wahleinsatzbericht Namibia

von Gyde Catharina Steensen, H13.1

10.07.-16.08.2015



www.homeofgoodhope.ca

Katutura State Hospital Hauptgebäude
Windhoek, Namibia

Suppenküche 'Home of good Hope'



Wahleinsatzort Namibia

Namibia liegt im Süden Afrikas an der Westküste am Atlantischen Ozean. Es grenzt an Angola, Botswana, Sambia und Südafrika. Der Staatsname leitet sich von der Namib Wüste ab, welche einen großen Teil des Landes einnimmt. Namibia ist mit einer Fläche von 824 Tausend km² zwei bis dreimal so groß wie Deutschland und mit einer Einwohnerzahl von 2,3 Millionen rar besiedelt. Statistisch gesehen leben hier 2,4 Personen auf einem Quadratkilometer. Etwa die Hälfte der Bevölkerung lebt unter der internationalen Armutsgrenze. Mit 300 Sonnentagen pro Jahr ist Namibia ein ausgesprochen sonniges Land. Die Sonnenintensität ist das ganze Jahr sehr hoch. Die Niederschlagsmenge beträgt nur ein Viertel des Betrags in Deutschland. Der gesamte Regen fällt fast ausschließlich in den heißen Sommermonaten (November-März) in starken

Gewitterschauern. Trockene
Flussläufe können sich so für kurze
Zeit in reißende Ströme verwandeln.
Im Sommer reisen viele Einheimische
an die Küste und flüchten vor den
hohen Temperaturen. In der Namib
Wüste können die Temperaturen auf
bis zu 48 Grad steigen. Da ich mich
während des namibischen Winters im
Land aufgehalten habe, konnte ich
Temperaturen von 25 Grad genießen,
die aber in der Nacht auf bis zu 2



Grad abfielen. Eine andere Besonderheit: In Namibia geht die Sonne um 6 Uhr morgens auf, aber auch schon um 18 Uhr wieder unter. Daher fallen die Temperaturen innerhalb von wenigen Stunden immens ab. Namibia ist nicht nur das perfekte Land für einen Wahleinsatz, sondern auch zum Umherreisen und Entdecken! Die älteste Wüste der Welt: Namib, Nationalparks mit zahlreichen wilden Tieren, wie Elefanten, Zebras, Löwen und Giraffen und namibische Städte, wie Swakopmund, wo Wüste und Meer aufeinander treffen. Aber mehr dazu später!

Vor der Reise

Kontakt nach Namibia stellte ich über Dr. Louise Pretorius, eine Dozentin an der 'University of Namibia' her. Ihre E-Mail-Adresse erhielt ich über andere Krankenpflegeschüler, die bereits im Katutura Hospital ihren Wahleinsatz absolviert hatten. Sie organisiert die Unterkunft und stellt den Kontakt zum Katutura Hospital her. Daher musste ich mich lediglich um ein Visum kümmern. Für den Einsatz wird eine sogenannte 'Study Permit' benötigt. Um diese zu beantragen benötigt man unter anderem ein polizeiliches Führungszeugnis, ein Einladung der namibischen Institution, ein gesundheitliches Gutachten vom Hausarzt sowie vom Radiologen (zum Ausschluss einer TBC) und ein Schreiben der Schule. Diesen Papierkram sollte man rechtzeitig beginnen, da der Antrag bei der namibischen Botschaft spätestens drei Monate vor Reiseantritt eingehen sollte. Im Tropeninstitut müssen zudem noch Impfungen vorgenommen werden (u.a. Meningitis, Typhus). Im Norden Namibias besteht ein Malariarisiko, daher sollte man sich auch hier über eine Malariaprophylaxe informieren. Ich habe mich dagegen und für eine Stand-by-Medikation für den Notfall entschieden. Diese kam im Endeffekt auch nicht zum Einsatz. Der Tag des Abflugs rückt unermüdlich näher und meine Aufregung, aber vor allem die Vorfreude steigt.

Flug und Unterkunft

Und schon geht es los. Mein Flieger startet in Frankfurt am Main, wo ich mich auch mit meiner Mitschülerin Henriette treffe. Das Abenteuer kann nun also starten! Mit großen Erwartungen und Neugier stehen wir bereit. Wir fliegen schlaflos über Nacht nach Johannesburg und steigen dort in den nächsten Flieger nach Windhuk, die Hauptstadt Namibias. Nach langer Reise sind wir endlich da. Vom Flughafen geht's in unsere Unterkunft in Windhuk West, wo wir auf andere Krankenpflegeschüler aus Deutschland und Finnland treffen. Wir teilen uns ein Zimmer mit Bad und Palme vor dem Fenster. In der Unterkunft gibt es auch eine Gemeinschafts-Küche, ein Swimmingpool mit Sonnenliegen und eine Grillstelle, die wir gleich mit den anderen Bewohnern einweihen.



Im Katutura State Hospital

Ehe wir uns versehen ist schon unser erster Arbeitstag im Katutura State Hospital angebrochen. Kurze Information: Das Katutura State Hospital ist eines von zwei staatlichen Krankenhäusern in der Hauptstadt Namibias. Es verfügt über 749 Betten und ist damit etwas kleiner als das Central Hospital. Wir werden nach langer Suche nach 'Sister Tele' freundlich von ihr begrüßt und willkommen geheißen. Sie führt uns durch das Krankenhaus und zeigt uns die verschiedenen Stationen und stellt uns dem Personal vor.

In der Pädiatrie

Unsere ersten Dienste verbringen wir auf der Pädiatrie-Station für 0 bis 2-Jährige. Nachdem uns die Station gezeigt wurde, schließen wir uns der Morgenrunde an. Es werden Vitalzeichen gemessen und das Gewicht überprüft. Die Werte sind mehr geraten als zutreffend, da die Gerätschaften Fantasiewerte anzeigen. Die Patientenakten liegen in den Zimmern auf Tischen verstreut für jeden zugänglich. Die Befindlichkeit der kleinen Patienten wird durch lautes Rufen erfragt. Privatsphäre und Datenschutz- Fehlanzeige. Die Mütter der 0-2 jährigen Kinder schlafen



auf löchrigen Matratzen auf dem Boden, sie sind Tag und Nacht bei ihrem Kind und füttern und pflegen es selbst. In einem Raum sind über 18 Kinder mit Müttern untergebracht. Wir kümmern uns hauptsächlich um zwei junge Waisenkinder, die schon monatelang auf der Station leben. Manchmal werden sie von Pflegekräften oder Ärzten aus den Gitterbettchen gehoben und laufen danach unbeaufsichtigt über die Station in den Isolationsbereich für Patienten mit ansteckenden Erkrankungen oder sie spielen mit Sauerstoffflaschen. Uns stehen die Haare zu Berge. Kissen und Decken sind Mangelware auf der Station und Händedesinfektionsmittel ist nicht auffindbar. Weitere Dienste verbringen wir im OP, in der Notaufnahme, in der Geburtshilfe, auf der Wöchnerinnenstation und auf der allgemeinen Chirurgie.

Im OP

Im OP, 'theatre' genannt, ist Hygiene anscheinend nicht das höchste Gebot. Die OP-Tür steht während einer Operation offen und es spazieren andere Angestellte mit ihrer Wasserflasche hinein und stellen sich an den OP-Tisch und verschwinden wieder. Ein Belüftungssystem gibt es nicht. Der Operateur trägt Gummistiefel und nach einer Hospitation einer Amputation am Bein wissen wir auch warum. Das Bein wird mit einer stumpfen Säge amputiert und muss am Ende noch durch einen Faustschlag abgetrennt werden. Die Materialien sind sehr knapp und stammen aus der Nachkriegszeit. Sterile OP-Kittel sind keine Einmal-Produkte. Auf dem Flur vor dem OP-Saal liegen Patienten stundenlang in ihren Betten ohne jegliche Überwachung. Es gab bereits Fälle, in denen die Patienten dort beim Warten verstarben.

In der Notaufnahme

In der Notaufnahme absolvieren wir unter anderem auch einen Nachtdienst. Wir werden überwältigt von dem enormen Patientenandrang. Im Stitching Room verabreichen wir nach Anleitung selbstständig Impfstoffe und intramuskuläre Analgetika. Hier setze ich auch meine ersten Nähte an einer Kopfplatzwunde, die durch einen Steinwurf verursacht wurde. Viele Patienten sind Opfer von Messerstechereien, Schießereien, Verkehrsunfällen und auch Vergewaltigungen. Wir messen Vitalzeichen und dokumentieren das Befinden und die Verletzungsursache. Wir sind entsetzt von der fehlenden Hygiene und heben unseren Hut vor den Krankenpflegern, die hier ihre 12stündigen Schichten absolvieren.

Auf der Entbindungs-Station

In der Geburtshilfe kleben bunte „Say no to sex“ Plakate an den Wänden. Am Tresen liegen Kondome aus. Wir sind bei einer Spontangeburt anwesend. Die Hebamme brüllt die werdende Mutter an: 'Wir wollen nicht dich schreien hören, sondern das Baby!' Als das Baby da ist, wird die



Käseschmiere abgerubbelt und das Kind schreiend unter der Wärmelampe liegen gelassen. Die Mutter darf das Neugeborene erst in den Arm nehmen, wenn die Nachgeburt abgeschlossen ist. Das Fenster in der Tür des Kreißsaals ist kaputt. Man kann vom Flur aus die nackte gebärende Frau sehen. Das Zeigen von Schmerzen ist in Namibia übrigens ein Tabu. Wer Schmerzen zeigt wird angebrüllt und verachtet. Das Katutura State Hospital hat bleibende Eindrücke hinterlassen.

Noch kurz zum Status der Pflegenden: Entgegen unseren Befürchtungen ist der Beruf der Krankenpflege sehr hoch angesehen und respektiert. Das geht sogar so weit, dass die Chance im Taxi ausgeraubt zu werden geringer ist, wenn man auf dem Weg zum Arbeit schon seine Dienstkleidung trägt. Dieses Ansehen spiegelt sich auch in der namibischen Dienstkleidung der Pflegenden wieder. Sie tragen schicke Blazer mit Schulterabzeichen. Je nach Lehrjahr ziert dieses einen roten Strich mehr. Die Pflegeausbildung dauert vier Jahre und ist hier ein Studiengang.

In der Suppenküche in Katutura



Den anderen Teil unseres Praxiseinsatzes haben wir in der Suppenküche 'Home of good Hope' verbracht. Von unser Unterkunft braucht man ungefähr 20 Minuten mit Taxi (kostet pro Person und Fahrt 10 N\$ / ~70 Cent). Umso näher man der Suppenküche kommt, umso mehr verändert sich das Stadtbild. Wir fahren durch die 'Evelin Street', die gefährlichste Straße in Windhuk. Sie ist gesäumt von Blechhütten in denen sich Bars befinden. Nachts gibt es hier unzählige Messerstechereien. Auch tagsüber sollte man sich insbesondere als Weißer dort nicht aufhalten, es sei denn man möchte ausgeraubt werden. Das Taxi verlässt die asphaltierte Straße und stoppt.

Wir befinden uns in Goreangab Dam. Als wir aussteigen, rennen Kinder auf uns zu und umarmen uns. Wir sind angekommen. Die Gründerin der Suppenküche Monica begrüßt uns. Ihre Tochter starb im Alter von 17 Jahren an AIDS. Daraufhin beschloss Monica: Sie möchte etwas für die Kinder in Katutura tun und ihnen helfen. Heute, 2015, bekommen hier rund 600 Kinder Tag für Tag eine kleine, meist warme Mahlzeit. Und es



Auf dem Bild oben: Monica, die Gründerin der Suppenküche, steht im Eingang von 'Home of good Hope'

werden jeden Tag mehr. Wir geben Essen und Getränke aus. Es tut weh zu hören, dass das hier für viele Kinder die einzige Mahlzeit am Tag ist. Und die Portionen sind klein und können den Hunger längst nicht stillen. Vor dem Essen singen die Kinder und sprechen das Vater unser. 'If you are happy and you know it clap your hands!' Und doch wirken die Kinder, obwohl sie es doch so unsagbar schwer haben, glücklich, wie sie miteinander spielen. Viele der Kinder haben keine Schuhe oder nur dünne Kleider. Die Temperaturen liegen hier nachts im Winter bei knapp 0 Grad. Die Liebe und Freude mit der die Kinder uns morgens empfangen, haut uns jedes Mal um. In den kurzen Pausen des Ansturms spielen oder tanzen wir mit den Kleinen und lassen uns von ihrer guten Laune anstecken. Um halb drei nachmittags sind die Töpfe leer und wir setzen uns wieder ins Taxi zu unserer Unterkunft. Als wir dann in der Sonne mit unseren vollen Tellern sitzen, vergeht uns der Hunger. Wir essen in Deutschland manchmal bis uns schlecht ist und hier in Katutura sind manche Kinder noch nie richtig satt geworden....



Auf Entdeckungsreise

Etosha-Park

Der Etosha-Nationalpark ist ein 22.000 km² großer Nationalpark im Norden Namibias. Mit dem Auto kann man hier selbstständig von Sonnenaufgang bis -untergang umherfahren und verschiedene Wasserlöcher ansteuern.

Einen Meter von unserem Auto entfernt schleicht ein Leopard, Elefantenbullen



kämpfen miteinander und vertreiben brüllend einige Wagen mit anderen Touristen, eine

Zebrafamilie überquert knapp vor uns die Straße, eine Giraffe streckt uns die Zunge heraus. Hier gibt es einiges zu sehen!

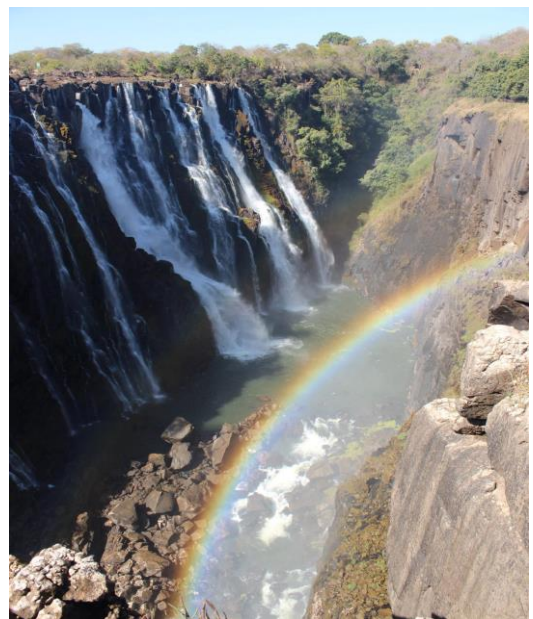


Sossusvlei

Das Sossusvlei ist eine von Namibsand-Dünen umschlossene beige Salz-Ton-Pfanne in der Namib-Wüste und gehört seit 2013 zum UNESCO-Welterbe des Namib-Sandmeeres. Ebenso finden sich hier die weltweit höchsten Dünen, wie beispielsweise die 'Big Daddy' (350m), die ich auch selber bei Sonnenaufgang bestiegen habe. Die Aussicht lohnt sich!

Swakopmund

Die Stadt Swakopmund liegt direkt an der namibischen Küste. Neben der Stadt selbst gibt es hier noch einiges mehr zu erleben. Hier war ich sandsurfen und Quad fahren in der Wüste und habe eine Katamaran-Tour mit Sekt und Delfinen gemacht. Sky Diving ist hier auch möglich, sowie Kamele reiten und vieles mehr.



Victoria Falls in Sambia

21 Stunden mit dem Bus von Windhuk entfernt liegen die berühmten Viktoria-Fälle. Der Anblick ist atemberaubend, Wassermassen stürzen sich die Felskante hinab und münden im Sambesi, welcher hier Sambia von Simbabwe trennt. Hier gibt es Möglichkeiten zum Wildwasser-Rafting – sehr empfehlenswert! Oder Bungee Jumping, welches ich mir nicht angetan habe. Abends kann man Bootsfahrten auf dem Sambesi machen und Nilpferde sehen.

Fazit

Namibia! Was für fantastische fünf Wochen! Am schwersten von allem fällt uns schlussendlich doch der Abschied. Wir packen schweren Herzens unsere Koffer und fliegen mit vielen Eindrücken und Gedanken nach Hause. Was für eine Zeit! So viel erlebt. Vieles hat uns mitgenommen und zum Nachdenken gebracht. Aber es gab auch umso mehr



schöne Momente, die wir immer in Erinnerung haben werden. Als wir am Abflugschalter in Richtung Deutschland stehen, wissen wir, dass wir nicht das letzte Mal mit unseren Füßen auf namibischen Boden stehen. Bis bald, Namibia!

Bei Interesse an einem Wahleinsatz in Namibia: Meldet euch sehr gerne bei mir! Unter gyde-cati@hotmail.de

Fakten zum Einsatzort im Überblick

Einsatzorte:

Katutura State Hospital
Bach Street
Windhoek, Namibia

Suppenküche 'Home of good Hope'
Goreangab Dam, Katutura
Windhoek, Namibia

Institutioneller Rahmen:

eines von zwei staatlichen Krankenhäusern in Windhoek

Träger/Sponsoren:

Staat Namibia

Fachdisziplinen/Klientel (im Katutura Hospital):

- Chirurgie, Innere, Pädiatrie, Gynäkologie, Kardiologie, Kopfverletzungsstation, Intensiv, TB-Station, Onkologie, 1.Hilfe, Entbindung, OP, chinesische Akupunktur, etc.
- Patienten stammen meist aus Katutura ohne Krankenversicherung, Patienten auch aus Nachbarländern, wie Angola
- viele HIV- und TBC- Patienten, Diabetiker, sowie Opfer von Messerstechereien, Autounfällen, Schießereien. Schwangere etc.

Unterkunft/Verpflegung:

- 2-Bett-Zimmer mit Bad, gemeinsame Küche, Wohnzimmer
- Swimmingpool mit Sonnenliegen und Barbecue-Bereich
- Verpflegung muss selbst übernommen werden
- 110 N\$ pro Nacht (~8€)

Räumliche Ausstattung:

- 749 Betten-Krankenhaus
- Stationen sind über 8 Stockwerke + 2 weitere Gebäude verteilt
- Anmeldung, 1.Hilfe, Apotheke, Wartebereich, Labor, Stationen, OP, Kreißsaal etc.

Personalstruktur:

Ärzte, Krankenpfleger, Rettungsassistenten, Verwaltungsfachangestellte, Sekretärinnen etc.

Ansprechpartnerin/Betreuung:

Dr. Louise Pretorius (Dozentin an der 'University of Namibia') E-Mail: pretos@iway.na
→ organisiert Unterkunft, sowie Platzierung im Katutura Hospital