



ABSCHLUSSBERICHT NEPAL
MÄRZ 2023

INHALTSVERZEICHNIS

- VORBEREITUNGEN
- ANKUNFT
- MUGLING
- KAULE
- SHYANGDI
- PHALAME DANDA
- RÉSUMÉ
- DANKSAGUNG
- NACHWORT



United Smile e.V.
Am Broicher Weg 6
41363 Jüchen

E-Mail: webmaster@theunitedsmile.net
Telefon: +49(0)21812782181
www.theunitedsmile.net

VORBEREITUNGEN

Im kalten November 2022 erscheint unsere Famulatur noch wie ein ferner Traum und unsere Vorstellungen von Nepal sind eher schemenhaft. In einem ersten Zoom-Meeting lernen wir uns kennen: Nele und Imke aus Erlangen, Lilly und Kristina aus Heidelberg. Kristina wird unsere betreuende Zahnärztin sein, während wir anderen noch mitten im Studium stecken.

Von nun an wird es von Woche zu Woche konkreter, wir schmieden Pläne, verteilen Aufgaben, erstellen Materiallisten, rekrutieren Material- und Sachspenden und organisieren – dabei immer in enger Absprache und mit Unterstützung von Sebastian, Jens und Robin von United Smile e.V.. Im Dezember dann endlich grünes Licht, auch von Healing Hands Nepal, die nepalesische NGO, die unseren Einsatz vor Ort organisiert. Wir buchen unsere Flüge und schließen letzte Impfungen ab. Die Vorfreude steigt und als sich schließlich jede von uns vollgepackt, die Gepäckvorgaben der Fluggesellschaft bis zum letzten Gramm ausgereizt, auf die

Reise begibt, wird aus dem fernen Traum endlich Wirklichkeit.



ANKUNFT

Da wir alle sehr unterschiedliche Anreisedaten haben, treffen wir erst Mitte März zum ersten Mal im Andes House in Kathmandu aufeinander. Noch überwältigt von den Eindrücken von Kathmandu – dieser lauten, staubigen Stadt mit all den engen Straßen und dem dichten Smog – beginnen wir, uns auf unseren bevorstehenden Einsatz vorzubereiten. Es gibt noch viel zu tun.

Am nächsten Morgen müssen Instrumente abgekocht, gesichtet, sortiert und aufgefüllt werden. Für einige Materialien laufen wir von Shop zu Shop durch die Straßen der Stadt, fragen uns durch und landen sogar in einer kleinen, nepalesischen Zahnarztpraxis inmitten einer Behandlung.

Als schließlich alle Besorgungen und Vorbereitungen erledigt sind, treffen wir abends Nikki, die Organisatorin von Healing Hands. Sie und ihr Team werden unseren gesamten Einsatz begleiten und sich um alles Nötige, wie Transport, Unterkünfte, Übersetzung und

Verpflegung kümmern. Bereits im Vorfeld hat Nikki die einzelnen Camps geplant, sich um freiwillige HelferInnen gekümmert und alles weitere organisiert. Wir sind gespannt auf unseren ersten Einsatz und ein bisschen aufgeregt. Morgen geht es schon los!



MUGLING

Am späten Vormittag werden wir von Nikki und ihrem Team mit einem Kleinbus am Hostel abgeholt und starten Richtung Westen. Unser Ziel ist Mugling, ein Dorf direkt am großen Highway im Chitwan District, ca. 100 km von Kathmandu entfernt. Hier werden wir für zwei Tage unser erstes „Dental Camp“ aufbauen. Etwa vier Stunden später erreichen wir unsere Unterkunft.

Wir werden vom Community Chief herzlich empfangen und zu unserem ersten Einsatzort geführt, eine große Gemeindehalle direkt neben der örtlichen Schule. Anschließend unternehmen wir eine kurze Erkundungstour durch das Dorf, überqueren mit weichen Knien eine Hängebrücke über den tosenden Trishuli River und besuchen einen kleinen Hindutempel im Wald. In der nächtlichen Dunkelheit sieht man auf den umliegenden Bergen überall lodernde Buschbrände, die offenbar absichtlich aus landwirtschaftlichen Zwecken gelegt werden.

Abends essen wir gemeinsam Dhal Bhat mit dem Team von Healing Hands. Dhal Bhat ist das Nationalgericht

Nepals und wird von den Einheimischen (und während unserer Famulatur natürlich auch von uns) jeden Tag gegessen. Es besteht im Wesentlichen aus Reis mit Linsensoße und Gemüsecurry, wobei es in unterschiedlichsten Variationen um weitere Beilagen wie Rohkost, gedämpfte Senfblätter, Gewürzgurken, etc. ergänzt werden kann. Da es immer einen Nachschlag beinhaltet, wird es seinem Motto „Dhal Bhat power, 24 hour“ nur gerecht.

Beim Essen bleibt genug Zeit, um sich ein wenig kennenzulernen. Abgesehen von Nikki sind noch Kundan, Masmee und Ashika im Team dabei. Wenn sie nicht gerade als Freiwillige mit Nikki auf den Einsätzen von Healing Hands unterwegs sind, führt Kundan einen kleinen Lebensmittelladen in Kathmandu, Masmee arbeitet als Krankenschwester und Ashika hat gerade erst ihr Studium beendet – wir sind also eine bunt gemischte Gruppe.

Wie es in Nepal üblich ist, essen auch wir an diesem Abend mit den Händen. Die Erfahrung ist ungewohnt



und nicht alle von uns wollen sich daran gewöhnen...

Am nächsten Morgen starten wir nach einem deftigen Frühstück zu Fuß zur Gemeindehalle, unserem heutigen Behandlungsort. Hier heißt es erst einmal Materialien und Instrumente aufbauen, Stühle und Tische beschaffen, letzte Absprachen treffen. Unsere „mobile Zahnarztpraxis“ ist auf das Einfachste begrenzt. Als Absaugung dienen uns Plastikeimer mit Mülltüten, in die die PatientInnen immer wieder hineinspucken müssen. Statt Luftpuster stehen uns lediglich Wattepellets zur Verfügung und die Wasserkühlung besteht aus großen 50 ml-Dosierspritzen, mit welchen wir bei der Präparation die rotierenden Bohrer kühlen. Zudem ist beim Aufbau das fließbare Komposit plötzlich unauffindbar. Auch das rote Winkelstück läuft nicht mehr rund. Wir improvisieren, finden uns mit dem ab, was uns zur Verfügung steht.

Dann der erste Patient! Wir arbeiten in Zweierteams, unsere PatientInnen sind hier überwiegend Erwach-

sene. Während die Freiwilligen von Healing Hands die zahlreichen PatientInnen empfangen, ihre Daten aufnehmen und der Reihe nach zu uns schicken, führen wir die Check-ups durch und entscheiden über die notwendige Behandlung. Bei den älteren PatientInnen misst Masmee (die ja als Krankenschwester arbeitet) vorab wichtige Vitalparameter, wie Herzfrequenz, Blutdruck, etc.. Die Freiwilligen übersetzen für uns, da fast ausnahmslos niemand unserer PatientInnen Englisch spricht. Es kommen viele ältere Menschen und wir sind häufig mit desolaten Dentitionen konfrontiert. Wo anfangen, was ist am dringendsten, welchen Zahn kann man noch retten? Die Fragen begleiten uns den ganzen Tag.

Wir legen zahlreiche Füllungen und fluoridieren wie die Weltmeister. Vor allem bei den älteren Menschen müssen wir jedoch auch viele Zähne und Wurzelreste extrahieren. Manchmal gehen wir zweizeitig vor und vertrösten auf den nächsten Tag, um die Belastung durch die Extraktionen möglichst gering zu halten. Ein-



mal ist sogar nach einer Reihenextraktion eine kleine Naht notwendig.

Jede/r PatientIn erhält vom Healing Hands Team nach der Behandlung eine Zahnbürste und eine Tube Zahnpasta. Zudem melden wir dem Team zurück, welche Behandlung wir entsprechend durchgeführt haben. Sorgfältig werden die Daten gesammelt und ausgewertet.

Zwischendurch dann ein leckeres Dhal Bhat zum Mittagessen, heute lieber wieder ganz gewohnt mit Besteck. Wir behandeln bis in den Abend hinein und sind nach unserem ersten Einsatztag ganz schön erschöpft. Zum Abendessen sind wir beim Community Chief im eigenen, frisch eröffneten Café eingeladen. Wir trinken Chiya (Chai-Tee) aus kleinen, traditionellen Tonbechern (Matka), die tatsächlich nur einmal verwendet werden. Anstatt sie wegzuschmeißen, dürfen die Gäste ihre Matka-Becher jedoch bemalen und damit das Café dekorieren. Wir probieren uns durch spannende, nepalesische Vorspeisen und Snacks. Zum Abschied

verewigen natürlich auch wir uns auf den kleinen Matka-Bechern.

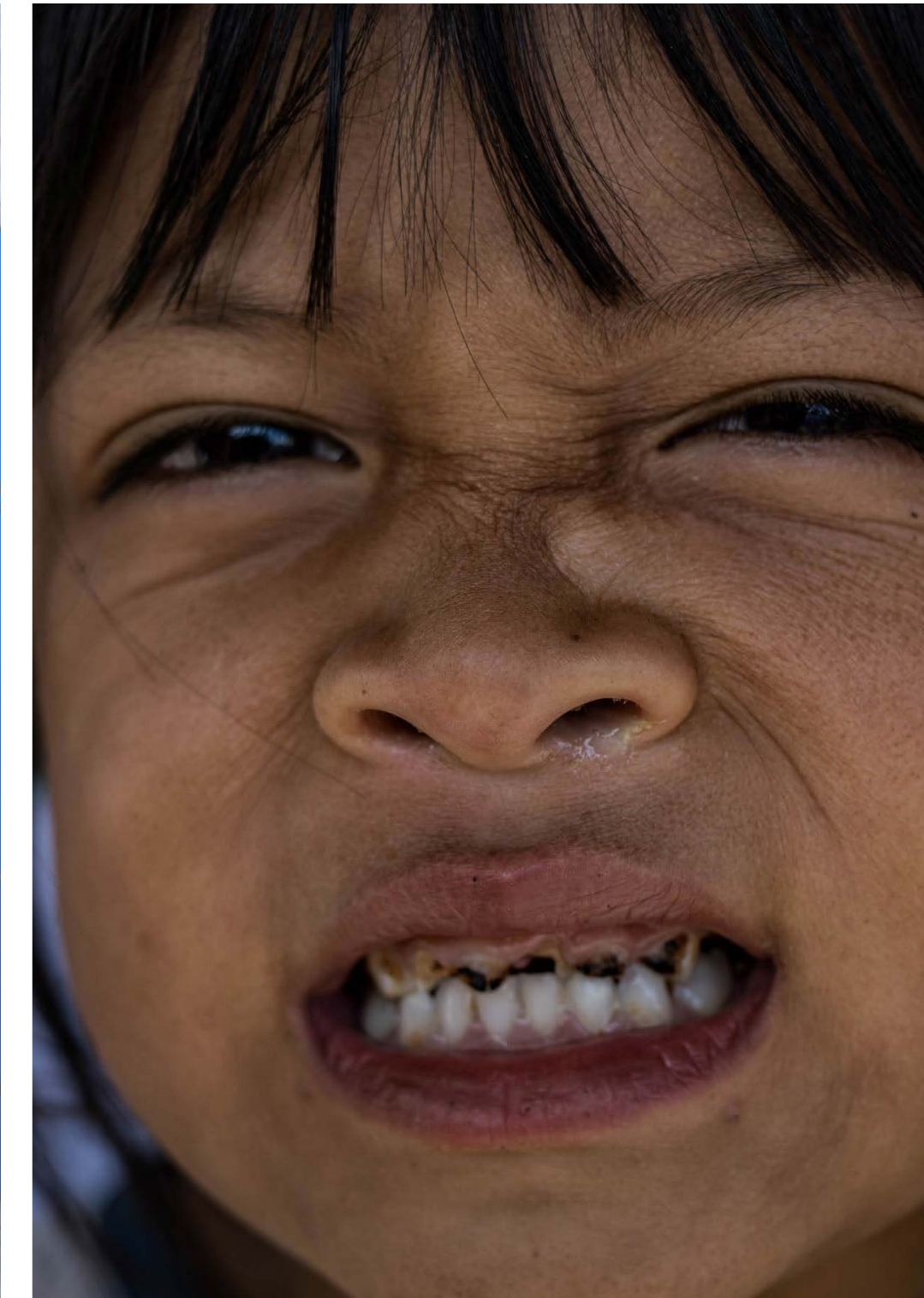
Der nächste Einsatztag beginnt früh und nach einem stärkenden Frühstück starten wir direkt mit unseren Behandlungen. Vor der Halle ist der Patientenandrang bereits groß, ein paar bekannte Gesichter von gestern sind auch wieder dabei. Wir sind froh über die reibungslose Koordination der vielen PatientInnen durch unsere einheimischen Helfenden. Die meisten Kinder unter ihnen sind gemeinsam mit ihren Eltern da, so dass wir deren Einverständnis für die notwendigen Therapien direkt einholen können. Zwischendurch gibt es hin und wieder Stromausfall. Auch die Batterien und Akkus unserer Stirnlampen machen deutlich schneller schlapp, als erhofft. Wir improvisieren und tauschen mit den noch funktionierenden Stirnlampen durch so gut es geht.

Während wir beim Behandeln manchmal völlig das Zeitgefühl verlieren, sorgen unsere HelferInnen von



Healing Hands verlässlich für kurze Verschnaufpausen zwischendurch. Dankbar trinken wir dann einen Schluck heißen Tee, bevor es wieder an die Arbeit geht. Besonders beeindruckt sind wir vom Anblick einer offenbar schon sehr alten Dame, welche ein farbenprächtiges Gewand und schweren, traditionellen Goldschmuck trägt. Ihr Nasenschmuck ist dabei so groß, dass sie ihn anheben muss, damit wir in den Mund schauen können. Ohne ihre würdevolle Miene zu verziehen, lässt sie sich von uns zwei entzündete Wurzelreste extrahieren.

Nach Feierabend erholen wir uns im Hostel, jedoch nicht ohne vorher noch 16 Ersatzbatterien für eine unserer Stirnlampen zu kaufen.



KAULE

Ausnahmsweise ohne Frühstück starten wir in der Frühe zu unserem nächsten Einsatzort in den Bergen. Für das dortige Camp sind zwei Tage eingeplant und da wir danach noch einmal zurück nach Mugling kehren werden, nehmen wir nur das Nötigste an Instrumentarium und Materialien mit.

Fast zwei Stunden holpern wir auf zwei Jeeps verteilt einen steilen, winzigen Weg voller Kuhlen und Löcher die Berge hinauf. Der Dunst verzieht sich so langsam und nach scheinbar endlosem Durchgeschütteltwerden erreichen wir das kleine Bergdorf Kaule, welches sich auf ca. 1500 m Höhe befindet. Die Aussicht ist atemberaubend schön und die ländliche Ruhe ein starker Kontrast zu dem städtischen Chaos in Kathmandu und Mugling. Wir werden herzlich in unserem Homestay empfangen und zur Begrüßung gibt es rote Rhododendron-Blüten, die wir kosten dürfen (ja, tatsächlich kann man die Blüten essen). Sofort wird ein Frühstück aufgetischt und wir essen vor der wunderschönen Bergkulisse in der Morgensonne. Dabei laufen die Hüh-

ner und Ziegen direkt um uns herum, etwas tiefer gelegen befindet sich ein Stall, bewohnt von einem mächtigen Büffel. Die Häuser hier sind aus Lehm gebaut, die Dächer aus Wellblech. Die Küchen befinden sich unter freiem Himmel, gekocht wird auf dem offenen Feuer. Unser Behandlungszimmer befindet sich auf einer kleinen Anhöhe, die wir zu Fuß erreichen. Es ist deutlich kleiner und einfacher gebaut, als die Gemeinschaftshalle in Mugling, hat allerdings eine bestechend schöne Aussicht.

Wir beginnen gleich mit den Vorbereitungen für unseren anstehenden Arbeitstag und starten mit den Behandlungen. Wie auch in Mugling sind es vor allem Check-ups, Flouridierungsmaßnahmen, Füllungen und Extraktionen, die im Vordergrund stehen.

Von diesem Tag bleibt uns besonders ein junger Patient in Erinnerung, dem ein überzähliger Molar in Höhe des zweiten Prämolaren aus dem harten Gaumen wächst und zusätzlich mit dem Prämolaren verwachsen ist. Aber auch andere Patienten kommen mit ungewöhn-



lichen Anomalien, gleich mehreren Mesiodentes und Fehlbildungen.

Gegen Abend wird es unerwartet kalt und wir bereuen, nicht doch unsere warmen Pullis und Hosen eingepackt zu haben. In dem Steingebäude wird es zugig und wir sind froh, als wir uns nach getaner Arbeit um ein gemütliches Lagerfeuer setzen können. Als ein Gewitter mit Starkregen einsetzt, zwingen wir uns alle gemeinsam unter den kleinen Dachvorsprung der Hütten, während vor uns eine Wand aus Regen herabstürzt. Nach dem Essen gehen wir früh ins Bett, jede von uns alle Klamotten tragend, die wir finden können. Wer einmal bei Starkregen in einer Wellblechhütte übernachtet hat, wird den ohrenbetäubenden Lärm so schnell nicht mehr vergessen.

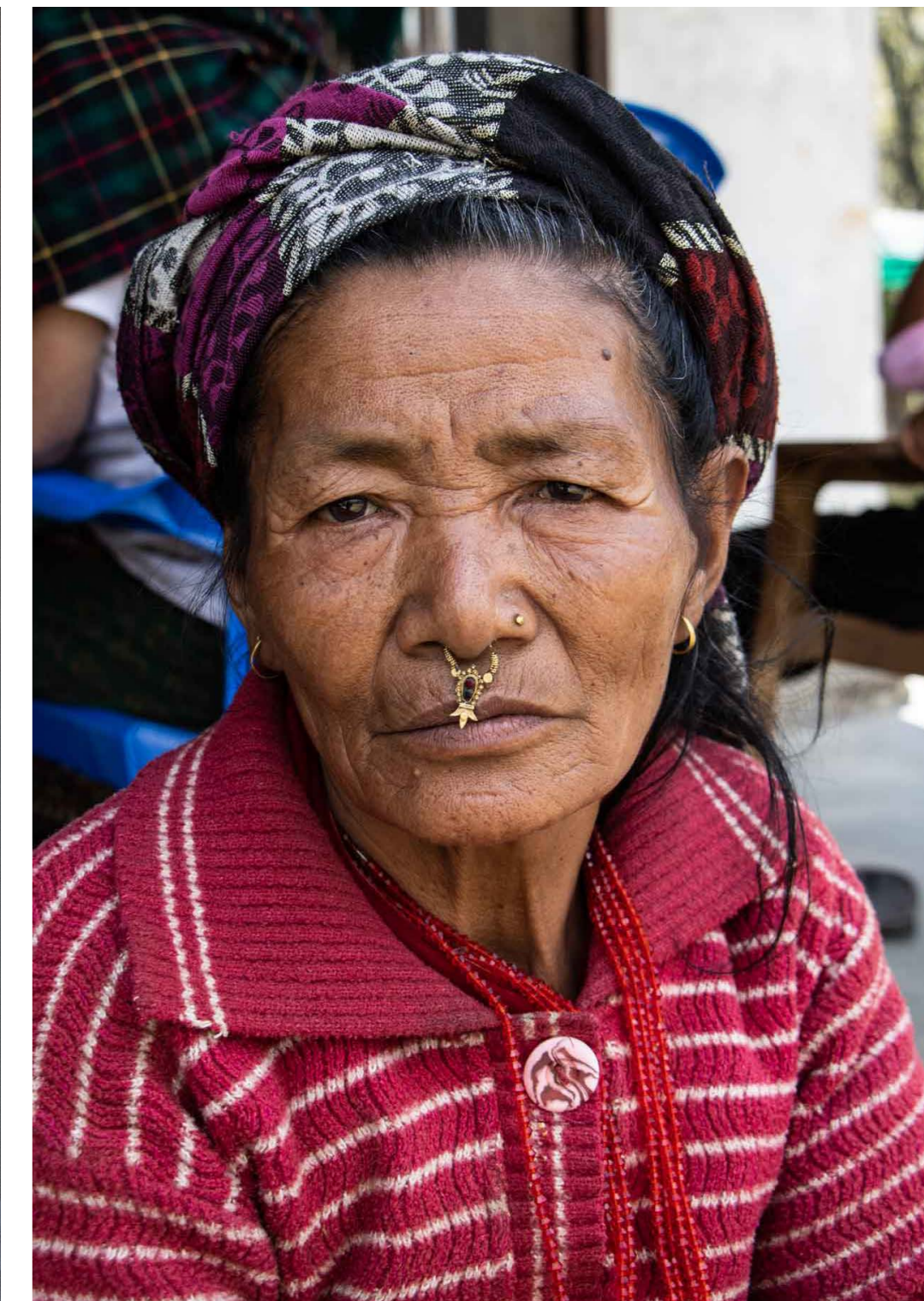
Am nächsten Morgen werden wir von Hahnenschreien, Ziegegemecker und dem Klappern von Blechgeschirr geweckt. Nach dem Frühstück machen wir uns auf den Weg zum Behandlungszimmer und sind sprachlos, als

wir vor uns den schneebedeckten Manaslu erblicken, einer der großen 8000er des Himalayas.

Motiviert beginnen wir unsere Arbeit. An diesem Tag kommen fast keine Kinder, weil in der Schule die Abschlussprüfungen anstehen.

Einige unserer PatientInnen weisen Zähne auf, die offenbar bereits vorbehandelt wurden. Anstatt einer suffizienten, dichten Füllung kommt es jedoch mehrmals vor, dass wir lediglich Wattepellets in den ausgedehnten Kavitäten vorfinden. Meist sind die Zähne dann bereits so stark zerstört, dass eine einfache Füllungstherapie nicht mehr in Frage kommt. Dann klären wir die PatientInnen über eine für den Zahnerhalt dringend notwendige Wurzelkanalbehandlung auf. Da wir diese allerdings aufgrund unserer Ausstattung nicht selbst anbieten können, müssen wir auf die lokalen Zahnarztpraxen verweisen. Häufig entscheiden sich die PatientInnen dann lieber für eine Extraktion.

Wir sind schon früh mit den Behandlungen fertig und packen bereits am Nachmittag unsere Sachen zusam-



men.

Bei einem letzten Gang um das Steinhaus stellen wir erschrocken fest, dass der Müll, der während unseren Behandlungen anfällt, hinter dem Haus verbrannt wird. Die Müllentsorgung stellt in Nepal ein großes Problem dar. Während in den Städten der Müll oft auf der Straße landet oder in den riesigen Mülldeponien am Stadtrand entsorgt wird, wird er in den ländlichen Gebieten häufig direkt vor Ort verbrannt. Wir nehmen uns vor, bei den kommenden Einsätzen besser auf unseren Verbrauch zu achten und den anfallenden Müll möglichst gering zu halten. Sowieso müssen wir uns die Materialien sparsam einteilen, besonders Desinfektionstücher sind knapp.

Wir verabschieden uns schweren Herzens von Kaule und unseren PatientInnen. Die beiden Tage hier oben haben uns unglaublich gut gefallen und wir haben die Gastfreundschaft und Freundlichkeit der Menschen sehr genossen. Gleichzeitig sind die Einfachheit und Armut, in der die Menschen hier leben, schockierend.

Wir werden von unserem Fahrer gekonnt den ganzen Weg wieder hinab ins Tal gefahren und erreichen gegen Abend Mugling. Zurück in unserem Hotel freuen wir uns über das vergleichsweise luxuriöse Zimmer mit eigenem Bad inklusive Dusche und „westlicher“ Toilette. Umso mehr wird uns klar, wie privilegiert wir leben. Zum Abendessen hat Nikki noch eine Überraschung für uns parat: Heute testen wir nepalesisches Street Food! Wir sind begeistert und marschieren unter den neugierigen Blicken der Nepalesen die Straße entlang zu einer kleinen Bude, in der frische Pani Pouri zubereitet werden. Der traditionelle Snack ist eine leckere Neuentdeckung, auch wenn sie am Ende leider nicht allen von uns so gut bekommt.



SHYANGDI

Am Morgen heißt es Abschied nehmen von Mugling. Beim Frühstück gibt es noch eine kurze Zahnputzstunde für ein kleines nepalesisches Mädchen, welches zur Familie des Hotels gehört. Es hat uns immer wieder neugierig beobachtet und um uns herum gespielt. Wir schenken ihm eine Zahnbürste mitsamt Zahnpasta und schrubben mit ihm gemeinsam die Zähne. Dann geht es auch schon los zu unserem nächsten Camp. Wir laden das Gepäck auf die Ladefläche eines Pick-ups und fahren ca. 1,5 Stunden die Landstraße entlang, vorbei an Dörfern und Ortschaften. Irgendwann wird auch hier die Straße immer staubiger und holpriger, wir passieren riesige Bananenplantagen und weite Felder. Dann geht es in einen hellen Wald, einen richtigen Weg kann man hier nicht mehr erkennen. Nach einigem Durchgeschütteltwerden erreichen wir schließlich das kleine Dorf Shyangdi und werden am lokalen „Health Post“ willkommen geheißen. Der Health Post entspricht einer einfachen Krankenstation, in der ein kleines Team aus Krankenschwestern arbeitet. Es gibt

einen Untersuchungsraum, ein Entbindungszimmer, ein Familienplanungsbüro und einen Lagerraum für Medikamente. An den Wänden hängen Schaubilder und Aufklärungsplakate über Verhütung, Schwangerschaft, Stillen und gesunde Ernährung. Es gibt auch ein Flussdiagramm über die Erkennung und Behandlung von Tuberkulose.

Die Krankenstation ist 24 Stunden besetzt. Weil das nächste Krankenhaus weit entfernt ist, bieten die Krankenstationen auf den Dörfern oft die einzige medizinische Versorgung in Nepal.

Direkt hinter unserem Behandlungszimmer beginnen die Felder, ein großer Misthaufen liegt dort aufgeschichtet. Es ist ziemlich heiß und diesig.

Routiniert bauen wir unsere Materialien in dem kleinen Untersuchungsraum auf. Hier gibt es sogar Mülltrennung und von der Station zur Verfügung gestellte Sharpsafe-Entsorgungsbehälter. Weil es an Behandlungsstühlen mangelt, wird kurzerhand ein gynäkologischer Untersuchungsstuhl zum zahnärztli-



chen Behandlungsstuhl umfunktioniert. Die Krankenschwestern, die hier arbeiten, sind sehr hilfsbereit und unterstützen uns. Vor dem Health Post sammeln sich schon einige PatientInnen und Nikki und die anderen HelferInnen beginnen mit der Aufnahme. Beim Übersetzten sind sie für uns nach wie vor unentbehrlich. Inzwischen haben wir aber auch einige wichtige Begriffe auf Nepali gelernt. Zu unserem Wortschatz gehören unter anderem: „Tut das weh?“, „Hast du Schmerzen?“, „Spuck aus!“, „Wasser“.

Wir beginnen mit unserem Programm. Die Hälfte von uns ist allerdings leider etwas angeschlagen und hat mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen. Zwischen den Behandlungen und manchmal auch mittendrin müssen wir deshalb durchwechseln oder warten, wenn mal wieder eine von uns auf die Toilette flitzen muss.

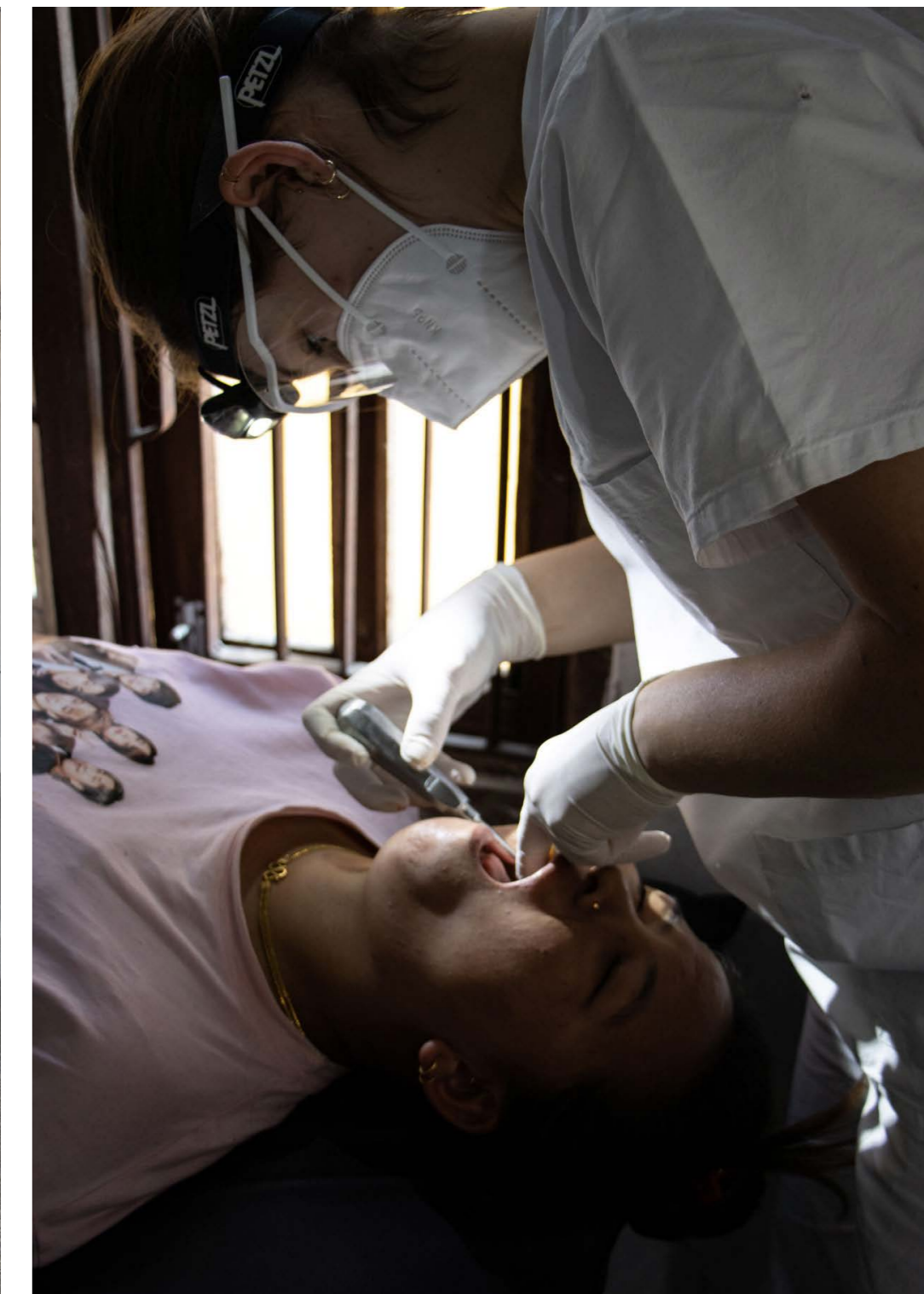
Eine Mutter kommt mit ihrer 3-jährigen Tochter auf dem Arm. Ein kurzer Blick zeigt, dass bereits alle vorhandenen Milchzähne kariös zerstört sind. Das Mäd-

chen hat offenbar Schmerzen, jedoch ist ihre Angst vor der Behandlung so groß, dass wir uns schließlich gegen eine Behandlung entscheiden. Nur der Mutter selbst gelingt es schließlich, der Kleinen etwas Fluoridgel auf die Zähne aufzutragen. Umso überraschter sind wir, als wir bei der zahnärztlichen Untersuchung der Mutter keinerlei Behandlungsbedarf feststellen.

Am Nachmittag überrascht uns Nikki mit zwei großen Packungen Eiscreme. Die Erfrischung tut gut und das ganze Team freut sich über die kurze Pause. Auf der kleinen Terrasse vor dem Haus trocknen „sterile“ OP-Tücher in der Sonne.

Nach der Pause geben wir nochmal Gas und versuchen, so viele PatientInnen wie nur irgendwie möglich zu untersuchen. Trotzdem wird die Schlange der Wartenden vor der Tür des Health Post kein Stückchen kleiner. Am Abend müssen wir die Verbliebenen auf den nächsten Tag vertrösten.

In der Dunkelheit laufen wir durch den Wald zu unserem Homestay. Erschöpft von dem langen Tag gehen



wir schon früh zu Bett.

Mit der Morgensonne starten wir in den neuen Tag. Wieder zu Fuß geht es durch den Wald voller Baumriesen zu unserer „Zahnarztpraxis“. Dort verläuft der Vormittag recht produktiv. Wir füllen zahlreiche Zähne, extrahieren Wurzelreste und fluoridieren. Ein paar Mal, wenn die Karies bis an die Pulpa reicht, müssen wir auch überkappen. Da wir aufgrund unserer Ausstattung jedoch keine Wurzelkanalbehandlungen durchführen können, müssen wir zahlreiche PatientInnen an die lokalen Zahnarztpraxen überweisen. Besonders schockiert sind wir über die vielen Kinder, deren erst vor kurzem durchgebrochenen Molaren bereits tief zerstört sind. Dann bitten wir unsere einheimischen Helfenden von Healing Hands, die Eltern eindringlich auf den dringenden Behandlungsbedarf hinzuweisen und hoffen darauf, dass sie mit ihren Kindern schnellstmöglich eine Zahnarztpraxis aufsuchen. Häufig liegt es jedoch auf der Hand, dass die Familien mit zahlreichen

anderen Sorgen zu kämpfen haben und die Zähne dabei nicht unbedingt an oberster Stelle stehen.

Heute ist ein 16-jähriger Junge dabei, dessen vordere Schneidezähne bereits tief von Karies befallen sind. Dennoch können wir die Mutter von einer Füllungs-therapie der beiden Zähne nicht überzeugen. Stattdessen äußert sie den Wunsch einer Implantat-Versorgung für ihren Sohn. Lediglich den ersten Molaren, welcher nur noch als Wurzelrest vorhanden ist, sollen wir extrahieren.

Bei einigen Zähnen, welche wir extrahieren müssen, sind an den Zahnwurzeln bereits deutliche Granulome zu sehen.

Gegen Nachmittag unterzieht sich auch das lokale Team des Health Post einer zahnärztlichen Kontrolle. Während wir behandeln, haben wir häufig Publikum. Neugierige Kinder recken ihre Hälsen an den Fenstern und beobachten stumm das Geschehen.

Kurz vor Feierabend erwartet uns noch eine ganz besondere Überraschung: Vor dem Haus ist ein langer



Tisch voller bunter Rhododendren-Blüten aufgebaut. Die Rhododendron-Blüte ist die Nationalblume Nepals und wächst selbst auf mehreren Tausend Metern in den Bergen des Himalayas. Zur Würdigung unseres Einsatzes hält ein lokaler Würdenträger eine Rede auf Nepali, Nikki übersetzt. Er bedankt sich im Namen des Dorfes, freut sich über die gelungene Zusammenarbeit und hofft auf weitere Einsätze in der Zukunft. Es gibt viel Applaus und weitere Reden, auch wir revanchieren uns schließlich pflichtbewusst mit einer kleinen, improvisierten Rede. Als Zeichen der Anerkennung bekommen wir Rhododendrenblüten, Urkunden und eine Karuwa (ein traditioneller, nepalesischer Wasserkrug aus Messing) überreicht. Es werden jede Menge Fotos geknipst, bevor wir zurück an die Arbeit gehen. Irgendwann schließlich der letzte Patient, wir räumen auf und packen zusammen, nehmen Abschied vom Health Post und den Krankenschwestern, dann treten wir den Fußmarsch zurück zu unserem Homestay an. Beim Abendessen können wir beobachten, wie unse-

re Gastfamilie frische nepalesische Momos für uns zubereitet. Wir sind große Fans von den gedämpften Teigtaschen, die es mit ganz unterschiedlichen Füllungen gibt. Mit (gesundheitlich bedingt mehr oder weniger) vollen Bäuchen gehen wir zufrieden ins Bett.



PHALAME DANDA

Noch vor dem Frühstück brechen wir auf. Unser Gepäck wird auf das Dach eines Geländewagens verladen, der Kofferraum wird ebenfalls vollgepackt und wir quetschen uns zu neun hinein. Los geht's zu unserem nächsten, und damit leider auch schon letzten Camp. Geschätzte zwölf Stunden Autofahrt Richtung Nordwesten, Parbat Distrikt, stehen uns bevor. Auf dem Weg passieren wir nochmals Mugling, wo wir einen kurzen Stopp einlegen. Weiter geht es nach Pokhara. Vom Auto aus erblicken wir die beiden charakteristischen Gipfel des Machapucharé. Wir erreichen die Stadt am frühen Nachmittag und legen eine Rast zum Mittagessen ein.

Stunde um Stunde zieht sich die Autofahrt. Wir hören nepalesische und Hindi Songs, unterhalten uns, hängen unseren Gedanken nach. Zweimal fällt einer unserer Reiserucksäcke vom Autodach, über die Windschutzscheibe geradewegs auf die Straße. Dann heißt es Anhalten und die verlorene Ladung wieder festzurren. Gegen frühen Abend wechseln wir auf einen ro-

busteren Geländewagen und merken bald, wieso der Wechsel notwendig war. Die Straße wird schlechter, steiler und enger. In der Dunkelheit quält sich der Wagen mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von ca. 8 km/h den Berg hinauf, die Piste wird immer unbefahrbarer. Mit einer Engelsgeduld holt unser Fahrer das Maximum aus dem Auto heraus. Um die Langeweile zu überwinden, singen wir gemeinsam Lieder. Einmal noch ein kurzer Stopp, um die Aussicht auf die Glitzerlichter im Tal zu bewundern. Wie eine Perlenkette leuchtet die, laut Angabe der Einheimischen, längste Hängebrücke der Welt (Google verrät uns später: die viertlängste).

Dann endlich erreichen wir gegen halb neun den Phalame-Danda Community Homestay, in dem wir die kommenden drei Tage wohnen werden. Wir freuen uns riesig über die einladende, gemütliche Hütte, in deren Gastraum wir uns mit Chiya und einer wärmenden Nudelsuppe zum Abendessen aufwärmen. Hier oben in Lopre auf ca. 2350 m Höhe, umgeben von der



mächtigen Annapurna-Range, ist es nämlich ziemlich kalt. Eine Heizung in den Gebäuden gibt es hingegen keine.

Nach dem Abendessen spielen wir mit Nikki noch eine Runde Karten, bevor wir ins Bett gehen. Wir haben ihr Skyjo beigebracht und sie offensichtlich mit unserer Begeisterung für das Spiel angesteckt.

Am nächsten Morgen sind Rufe der Entzückung von draußen zu hören. Die Luft ist klar und vor uns breitet sich das atemberaubend schöne Panorama der schneebedeckten Annapurna-Range aus.

Außer uns gibt es noch eine kleine Gruppe junger Nepalesen, die ausgestattet mit Kameras, Stativen und einer Drohne die Landschaft fotografieren und filmen. Sie drehen Videos für einen in Nepal ziemlich bekannten YouTube-Kanal. Wir staunen nicht schlecht, als sie erzählen, dass sie den ganzen Weg mit einfachen Motorrollern hinaufgefahren sind.

Bevor wir unseren neuen Arbeitsplatz beziehen, tref-

fen wir Yam, eine gute Freundin von Nikki. Sie ist hier im Dorf eine sehr geschätzte Persönlichkeit und hat unheimlich viel für den Ort getan. Sie erinnert sich noch gut an den ersten Einsatz von United Smile e.V., als Sebastian, Jens, Robin und Henri in Phalame Danda waren. Erinnerungsfotos von dem Einsatz 2018 hängen gerahmt an der Wand.

Unsere „Praxis“ bauen wir im Gemeinschaftsgebäude des Dorfes auf. Nach dem Aufbau legen wir los, nacheinander schicken uns Nikki und die anderen die PatientInnen aus dem Freiluft-Wartezimmer in die moderne Holzhütte. Einige unserer PatientInnen hier sind weit gelaufen, um sich von uns behandeln zu lassen, manche haben über zwei Stunden Fußmarsch hinter sich. Wir sind sehr erfreut, als wir feststellen, dass viele von ihnen bereits konservierend suffizient versorgt wurden – United Smile e.V. und Healing Hands Nepal haben hier bereits 2018 gute Vorarbeit geleistet. Wir haben ausnahmsweise nicht das Gefühl, ganz bei Null anfangen zu müssen.



Manche PatientInnen weisen allerdings spannende prothetische Versorgungen auf. Einmal dokumentieren wir eine klammerfreie Interimsversorgung, welche die Patientin jedoch bestreitet, jemals herausgenommen zu haben. Die Prothese ist derartig zwischen den Zähnen verkeilt, dass sich leider an den noch verbliebenen Restzähnen durch die nicht vorhandene Hygienefähigkeit der Versorgung tiefe kariöse Läsionen gebildet haben.

Auch ein postendodontischer Aufbau aus einem uns unbekanntem, vollkommen transparentem, harz-artigem Kunststoff kommt uns unter die Hände.

Unter unseren Patientinnen ist heute eine der jungen Köchinnen aus dem Homestay. Einen Molaren versorgen wir mit einer ausgedehnten Füllung, ein weiterer Molar ist leider schon zu tief zerstört. Sie ist mit der Exaktion einverstanden, trotz großer Angst vor der Anästhesie. Tapfer lässt sie die Behandlung über sich ergehen, wobei Ashika ihr händehaltend Beistand leistet. Als sie am Abend trotz aller Strapazen mit brei-

tem Lächeln das Abendessen serviert, sind wir sehr erleichtert.

Am nächsten Morgen stehen wir noch vor 6 Uhr auf, um den Sonnenaufgang hinter dem Gipfelpanorama nicht zu verpassen. Wir werden belohnt: In leuchtendem Orange-Rot zeichnet sich das Gebirgsmassiv vor uns ab. Mit diesem Eindruck starten wir in unseren zweiten Einsatztag in Phalame Danda.

Der Vormittag verläuft dennoch etwas zäh. Es sind einige komplexe, tief gehende Füllungen dabei, die uns sehr viel Zeit kosten. Abgesehen von Kristina, sind wir als Studentinnen noch nicht den schnellen Alltag der Zahnarztpraxis gewöhnt und brauchen natürlich noch etwas mehr Zeit für die einzelnen Behandlungen.

Zu den zahnärztlichen Kuriositäten zählt diesmal eine Patientin, deren beide seitliche Schneidezähne im Oberkiefer mit Verblend-Metallkeramik-Kronen versorgt sind. Jedoch sind diese nicht in der natürlichen Form der seitlichen Schneidezähne gestaltet, sondern



in Form von oberen Prämolaren. Wie es zu dieser Versorgung kam, konnten wir letztendlich nicht in Erfahrung bringen.

Gegen Nachmittag zieht ein Gewitter auf. Trotz Wind und Regen warten unsere PatientInnen tapfer im Freiluft-Wartezimmer auf ihre Behandlung. Jemand hat provisorisch eine Plastikplane befestigt, die das Größte an Regen abhält. Mit dem Regen kommt auch der Stromausfall, wir sind nun ganz auf unsere Stirnlampen angewiesen. Da wir am Vormittag nur langsam vorangekommen sind und die PatientInnen, welche den weiten Weg zu uns auf sich genommen haben, nicht wieder nach Hause schicken wollen, behandeln wir bis in den Abend hinein. Gegen halb Acht entlassen wir den letzten Patienten und rennen durch das Unwetter zu unserem Homestay zurück.

Am nächsten Tag steht unser letzter Behandlungstag an. Zum Frühstück gibt es zur Feier des Tages tibetisches Brot statt dem üblichen Roti, ein frittiertes

Weißbrot mit hohem Suchtfaktor. Nikki motiviert uns nochmal für diesen letzten Arbeitstag. Heute rechnen wir nochmal mit besonders vielen Menschen, weshalb wir uns dazu entscheiden, die Füllungen zunächst hinten anzustellen, um nicht so viel Zeit zu verlieren. Als wir den Hügel zum Gemeinschaftshaus hochlaufen, hat sich bereit eine Schlange vor der Tür gebildet. Nach vielen herzlichen (zahnlückenreichen) Lächeln und „Namastés“ nach links und rechts, beginnen wir unsere Arbeit. Drei von uns arbeiten allein, während sich die vierte Person um die Desinfektion der Instrumente kümmert und dort assistiert, wo gerade Hilfe benötigt wird. So können wir allen Wartenden zügig einen Check-up ermöglichen und die dringendsten Extraktionen möglichst effektiv durchführen. PatientInnen, die einer Kariestherapie bedürfen, vertrösten wir auf den Nachmittag. Bis zur Mittagspause haben wir somit über 30 PatientInnen behandelt. Eine Patientin, die wir gestern behandelt haben, kommt vorbei, um sich bei uns zu bedanken. Sie hat frische Büffelmilch



und Popcorn mitgebracht.

Nach dem Mittagessen widmen wir uns den Füllungstherapien. Es sind einige Kinder dabei, die wir zwischendurch zur Seite nehmen, um mit ihnen das Zähneputzen zu üben. Außer dem üblichen Mundhygieneset aus Zahnbürste und Zahnpasta verteilen wir hier Schals an die Kinder, die wir zuvor in Deutschland gesammelt und im Gepäck mitgebracht haben. Laut Nikki ist diese Gegend die ärmste der Einsatzorte, an denen wir behandelt haben. Die Kinder freuen sich riesig über die Geschenke.

Ein kleiner 6-jähriger Junge hat offenbar eine besonders schwere Form der frühkindlichen Karies (Early Childhood Caries), fast alle seine Milchzähne sind von kariösen Läsionen betroffen. Wir entscheiden uns für eine umfassende Füllungstherapie, mit der er und seine Eltern einverstanden sind. Ohne auch nur mit der Wimper zu zucken, lässt er eine Füllung nach der anderen über sich ergehen. Lässig liegt er mit überkreuzten Füßen auf dem Behandlungstisch und beobach-

tet uns neugierig bei der Arbeit. Einzig die Anästhesie lehnt er ab. Wir arbeiten uns von Zahn zu Zahn und als wir schließlich im Oberkiefer fertig sind, schlagen wir eine Pause vor. Der kleine Junge ist aber so motiviert, dass er sich für die Versorgung der Zähne im Unterkiefer sofort wieder hinsetzt. Als wir auch dort fertig sind, springt er auf und zeigt seine neuen Füllungen stolz seinem Freund. Die beiden Jungs erhalten anschließend eine zusätzliche Zahnputzstunde von Nele. Irgendwann kommt Masmee ganz aufgeregt herein und bittet uns, die Arbeit zu unterbrechen und ihr zu folgen. Sie führt uns durch die Bäume ins umliegende Dickicht und gemeinsam mit unseren PatientInnen beobachten wir, wie sich riesige Geier über eine auf dem Feld liegende Büffelhaut hermachen. Yam hat sie dort hingelegt, um die Geier anzulocken. Sie fotografiert die Vögel und behält so ein Auge auf die Population. Man kann ihren kräftigen Flügelschlag hören, sie kreisen über unseren Köpfen.

Nach dieser spannenden Abwechslung behandeln



wir die verbliebenen PatientInnen, bis schließlich niemand mehr da ist. Mit dem beginnenden Regen beenden wir unser letztes „Dental Camp“ unter gemeinsamen Applaus.

Im Homestay gibt es ein üppiges Abendessen inklusive Büffelmilchreis zum Nachtisch.

Eine letzte Runde Skyjo, bevor Kristina das Kartenspiel der Köchin des Homestays schenkt.

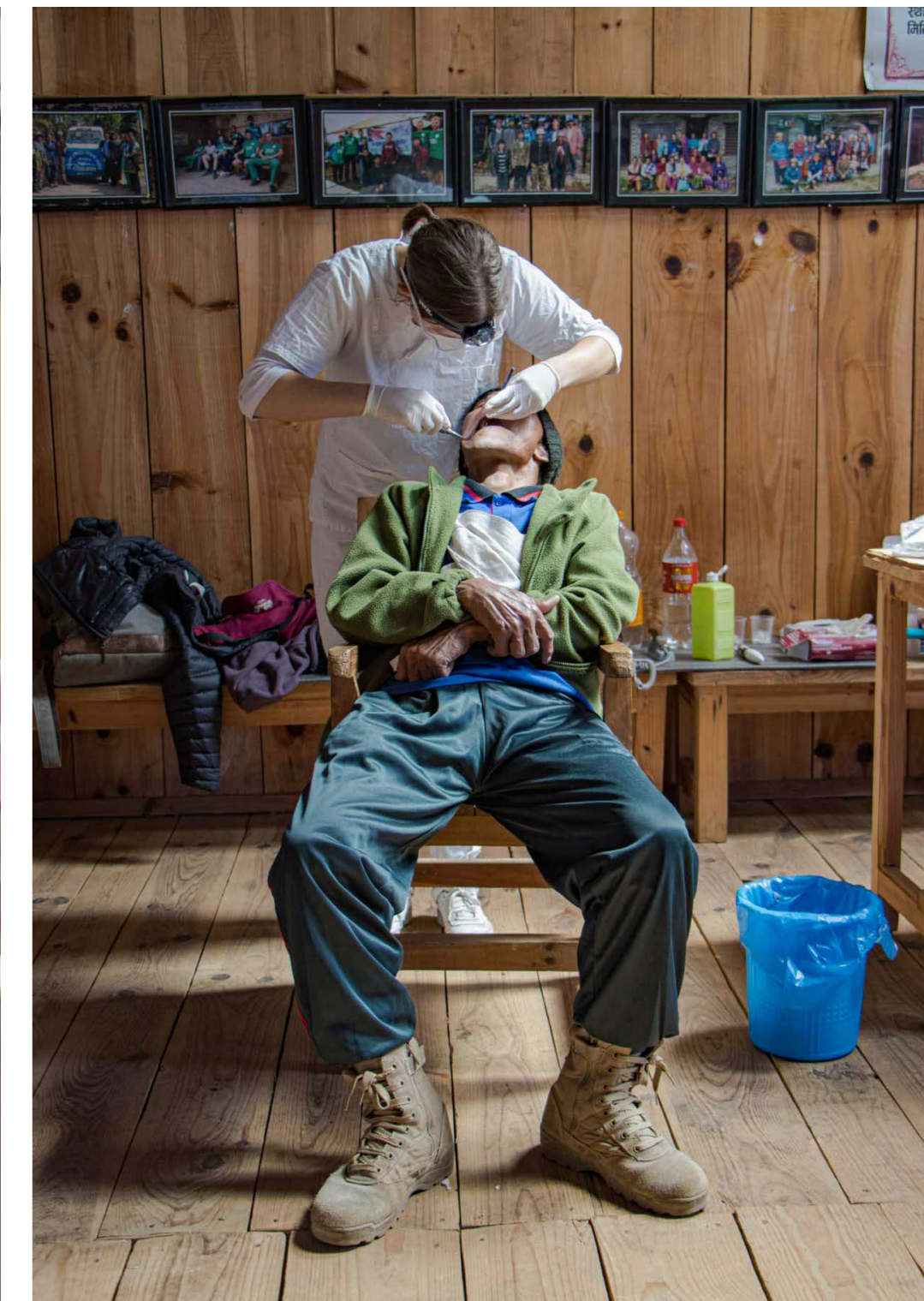
Unser letzter Tag in Phalame Danda beginnt bereits sehr feierlich mit einer Abschiedszeremonie im Homestay. Gelbe Tücher und bunte Ketten, von den Frauen des Dorfes aus Rhododendren-Blüten geflochten, werden uns um den Hals gelegt. Eine der Homestay-Schwestern malt uns, auf Zehenspitzen stehend, rote Tikas auf die Stirn, ein hinduistisches Segenszeichen.

Zum Frühstück werden wir über Felder an einfachen Bauernhütten vorbei, zu Yams Zuhause geführt: eine kleine Oase inmitten der Felder. Unter einem riesigen Baum nehmen wir auf Plastikstühlen Platz und dürfen

das von Yam persönlich für uns zubereitete Essen genießen.

Es haben sich bereits einige DorfbewohnerInnen versammelt, um eigens für uns eine zeremonielle Abschiedsfeier zu veranstalten. Sie tragen ihre traditionelle Tracht und mit prachtvollem Schmuck und angemalten Lippen sind sie die Tänzer der Zeremonie, die uns hier erwartet. Räucherstäbchen werden angezündet, Trommeln werden mit Reiskörnern geweiht.

Die älteren Frauen des Dorfes stehen eng beieinander und beginnen einen kehligen, melodischen Gesang. Aus allen vier Himmelsrichtungen sollen die Götter beschworen werden, die Männer tanzen und trommeln einen rhythmischen Tanz. Uns werden bunte Schals umgehängt, die in der lokalen Weberei von den Einheimischen gewebt wurde – ein Geschenk im Namen des Dorfes zum Zeichen der Dankbarkeit. Ein Würdenträger des Dorfes hält eine Rede auf Nepali, seine Körpersprache lässt uns den Inhalt bereits erahnen. Yam übersetzt, die Stimmung ist sehr feierlich. Wir bedan-



ken uns für die erfolgreiche Zusammenarbeit hier in Phalame Danda und die unendliche Gastfreundschaft, mit der man uns empfangen hat.

Schließlich werden wir zum Mittanzen aufgefordert und diese Art der Sprache versteht nun jeder.

Zahlreiche Gruppenfotos später sitzen wir mit schwerem Herzen wieder im Auto auf dem Weg nach Pokhara. Um nicht den ganzen Weg bis nach Kathmandu in einem Rutsch durchfahren zu müssen, werden wir dort eine Nacht verbringen.

Im Hostel angekommen, brauchen wir alle etwas Zeit, um das Erlebte zu verarbeiten.

Erst gegen Abend treibt es uns nochmal hinaus auf die Straßen Pokharas und an die Uferpromenade des Phewa-Sees. Der Kontrast gleicht einem kleinen Kulturschock: Als Zentrum des Tourismus und der Trekking-Szene gibt es hier jede Menge hippe Cafés, internationale Restaurants, Bars mit Live-Musik, Yoga-Studios und Vergnügungsparks. Gemeinsam mit dem Team von Healing Hands stoßen wir an unserem

letzten Abend feierlich auf den erfolgreich beendeten Einsatz an.



RÉSUMÉ

Insgesamt zehn Tage lang waren wir in vier verschiedenen Camps im Einsatz. Dabei haben wir alles in allem über 300 Nepalesinnen und Nepalesen behandelt. Unser Behandlungsspektrum reichte dabei von Prophylaxe-Maßnahmen wie zahnärztliche Beratung, Mundhygienetraining und Lokalfleuridierung über zahlreiche konservierende Restaurationen bis hin zu Extraktionen nicht-erhaltungswürdiger Zähne und Wurzelreste. Zusätzlich hat jede und jeder unserer PatientInnen ein Basis-Zahnpflegeset, bestehend aus einer Zahnbürste und einer Tube fluoridhaltiger Zahnpasta, erhalten.

Durch die herausragend gute Zusammenarbeit mit Healing Hands Nepal konnten wir den Patientinnen und Patienten eine effiziente Versorgung im Rahmen der uns zu Verfügung stehenden Instrumente und Materialien ermöglichen.

Da einige der Camps zum ersten Mal stattfanden und auf großes Interesse der Einheimischen vor Ort stießen, konnten weitere Kooperationen für zukünftige

Einsätze gesichert werden.

Für uns persönlich waren die gesammelten Erfahrungen fernab der gewohnten Standards in deutschen Praxen und Kliniken wertvoller als jede Vorlesung. Ohne Frage ist der Bedarf an zahnärztlicher Grundversorgung in Nepal sehr groß. Die Arbeit in den Camps unter den gegebenen Bedingungen hat uns herausgefordert und manchmal an unsere Grenzen stoßen lassen. Einerseits dem hohen Bedarf an umfangreichen zahnärztlichen Behandlungen gerecht zu werden und andererseits die Prophylaxe nicht zu kurz kommen zu lassen, war eine der Schwierigkeiten, die uns beschäftigt haben. Trotzdem, oder gerade deshalb, hat uns der Einsatz sehr große Freude bereitet. Besonders die durchweg positiven Rückmeldungen und Dankbarkeit der einheimischen Bevölkerung haben uns in unserer Arbeit enorm bestärkt. Für die Zukunft hoffen wir auf viele weitere Einsätze und Kooperationen von United Smile e.V. und Healing Hands Nepal!



DANKSAGUNG

An erster Stelle möchten wir uns von ganzem Herzen bei Sebastian Köppert, Robin Fernández und Jens Dauben von United Smile e.V. für die hervorragende Organisation und Betreuung unseres Einsatzes bedanken. Wir hätten uns keine besseren Ansprechpartner wünschen können! Von Anfang bis Ende konnten wir uns jederzeit an den Verein wenden und wurden dabei ausnahmslos in unserer Planung unterstützt und beraten.

Unser besonderer Dank gilt außerdem Nikki Thapa und dem gesamten Team von Healing Hands Nepal, die unseren Einsatz vor Ort tatkräftig und mit großem Engagement organisiert und unterstützt haben. Ohne ihre Hilfe wären die Camps in dieser Form niemals zustande gekommen.

Des weiteren möchten wir uns bei allen Spenderinnen und Spendern ganz herzlich für ihre großzügige Unterstützung in Form von zahlreichen Sach- und Materialspenden, sowie Geldspenden bedanken. Auch im Namen unserer Patientinnen und Patienten sagen

wir an dieser Stelle „Dhanyabat!“.



NACHWORT

Im Namen von United Smile e.V. möchten wir uns bei Kristina Braun, Nele Bürkel, Lilly Dörr und Imke Guder, nicht nur für ihr humanitäres Engagement in Nepal und die Unterstützung unseres Projektes, sondern auch für die Anfertigung dieses eindrucksvollen Berichtes bedanken.

Wir wünschen alles Gute für die Zukunft und hoffen auf eine weitere Zusammenarbeit!

Dr. Sebastian Köppert, Dr. Robin Fernández González und Jens Dauben



NOVEMBER 2023