

Praktikumsbericht von Lena Wicklein

Mein Name ist Lena Wicklein und ich bin 23 Jahre alt. Ich mache ein duales Studium an der Hochschule für Gesundheit in Bochum und studiere Pflege. Die Ausbildung mache ich als Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin im Universitätsklinikum in Essen. Im Rahmen meines Studiums hatte ich die Möglichkeit, ein 10-wöchiges Auslandspraktikum zu absolvieren. Mein Traum war es schon immer Mal nach Afrika zu gehen und dort in einer Hilfsorganisation zu arbeiten. Bei dem internationalen Tag an unserer Hochschule wurde unter anderem das Jahaly Health Center vorgestellt. Da mir das Projekt sofort zugesagt hat, habe ich mich direkt dafür beworben. Zusammen mit drei anderen Kommilitoninnen meiner Kohorte, haben wir im Januar 2019 eine Zusage für das Auslandspraktikum im Jahaly Health Center bekommen und es ging los an die Planung. Flüge buchen, Arzttermin bei einem Tropenmediziner, Auslandsrankenversicherung usw...

Ankunft in Banjul

Am 24.07.2019 sind wir gegen 17Uhr in Banjul gelandet und wurden direkt am Flughafen abgeholt. Wir haben in einer Wechselstube Euro in Dalasi wechseln lassen (1€ sind circa 50 Dalasi) und haben im Projektbüro eine Prepaidkarte mit einer gambischen Nummer bekommen. Die ersten fünf Tage haben wir in Manjai Kunda auf dem Gelände des Projektbüros verbracht. So konnten wir erstmal ankommen und uns akklimatisieren. In der Zeit haben wir Ausflüge unternommen und die Gegend erkundet. Wir waren in einem „Monkey Park“ und in einem „Crocodile Park“. Abends waren wir öfters in der Senegambia Road, eine belebte Straße mit Bars, Restaurants und Shops oder haben uns den wunderschönen Sonnenuntergang am Strand angeschaut. Einen Tag bevor es los ging nach Jahaly, sind wir in einem großen britischen Supermarkt gefahren und haben uns mit Toilettenpapier und Lebensmitteln für die ersten Tage in Jahaly eingedeckt. Toilettenpapier kann man in Jahaly nicht kaufen. Deswegen am besten reichlich mitnehmen.



Ankunft in Jahaly

Am 28.07.2019 ging es um 5Uhr morgens los nach Jahaly. Ebrima, der Projektmanager hat uns mit dem Projektauto dorthin gefahren. Die Küstenlandschaft wurde immer ländlicher. Man sieht immer wieder kleine Dörfer mit strohbedeckten Hütten, Frauen, die auf der Straße Mangos verkaufen und viele Kühe, Ziegen und Esel. Nach vier Stunden Autofahrt sind wir dann im Jahaly Health Center angekommen. Wir wurden sehr herzlich empfangen. Da wir an einem Sonntag angekommen sind, war das Health Center geschlossen und nicht alle Mitarbeiter waren da. Ebrima hat uns unser Gästehaus gezeigt, sodass wir uns erstmal einrichten konnten. Das Gästehaus verfügt über einen Aufenthaltsraum, vier Gästezimmer mit einem großen Doppelbett, zwei Duschen, ein WC, eine Küche mit Küchschrank und Gasherd, sowie eine schöne Veranda. Mittags haben wir dann das erste Mal zusammen mit allen gegessen. Es gibt mittags und abends immer Reis mit Gemüse, Fisch oder Fleisch. Gegessen wird aus einer großen Schüssel, die in der Mitte steht und alle sitzen drumherum und essen mit der rechten Hand daraus. Ihr könnt natürlich

auch mit einem Löffel essen. Für mich als Vegetarierin war das Essen kein Problem. Da das Fleisch oder der Fisch in der Mitte liegt, kann man problemlos vom Rand essen. Mein Lieblingsgericht war Domoda. Ein leicht scharfes Gericht mit Reis und Erdnusssoße.

Arbeiten im Jahaly Health Center



Am nächsten Tag hatten wir dann direkt unseren ersten Arbeitstag. Das Health Center hat von montags bis freitags von 8Uhr an geöffnet und schließt, wenn der letzte Patient behandelt worden ist. Wir waren zur Regenzeit da und hatten daher meistens 200-300 Patienten am Tag. Unser Arbeitstag endete meistens gegen 16/17Uhr. Da wir zu viert waren, haben wir uns in die unterschiedlichen Bereiche eingeteilt und nach zwei Wochen jeweils immer gewechselt. Ich habe in der Ward angefangen. Die Station des Health Centers. Ist eine ambulante Behandlung nicht ausreichend, werden die Patienten auf der Station aufgenommen. Es gibt eine pädiatrische Station und eine Station für Erwachsene. Wenn wenig los ist, werden beide

Stationen zusammengelegt. Die Patienten erhalten hier Infusionen und Medikamente und werden rund um die Uhr vom klinischen Personal versorgt. Pflegerische Tätigkeiten werden vom Klinikpersonal nicht übernommen, das übernehmen die Familien der Patienten. Das Pflegepersonal ist ausschließlich für die medizinische Versorgung verantwortlich. Auf der Station wird in drei Schichten gearbeitet. Frühdienst, Spätdienst und Nachtdienst. Ich habe immer im Frühdienst gearbeitet. Bei schwerwiegenden Verletzungen kommen die Patienten zum täglichen Verbandwechsel in das Health Center. Diese werden in einem separaten Raum, dem Dressing Room versorgt. Dieser ist direkt neben der Ward. Die Arbeit in der Ward und im Dressing Room war für mich sehr interessant. Es gibt drei Consultations (Untersuchungszimmer) mit jeweils einer ausgebildeten Pflegefachkraft. Ich war in der Consultation zusammen mit Fatou, der Klinikleiterin und Hebamme des Health Centers. Pro Untersuchungszimmer gibt es immer sechs Patienten, die der Reihe nach, behandelt werden. Die Patienten werden in den jeweiligen Untersuchungszimmern untersucht. Neben der Anamnese werden auch körperliche Untersuchungen wie beispielsweise das Auskultieren der Lunge durchgeführt. Besonders ist hier, dass ausschließlich das Pflegepersonal dafür verantwortlich ist Diagnosen zu stellen und Medikamente zu verschreiben. Ärzte arbeiten im Jahaly Health Center nicht. In besonders kritischen Situationen ist eine ausreichende Versorgung im Jahaly Health Center nicht mehr möglich. Diese Patienten werden dann mit dem Ambulanzwagen, der samt Fahrer 24 Stunden zur Verfügung steht, in das nächstgelegene Krankenhaus nach Bansang gefahren, um dort behandelt zu werden. In diesem Krankenhaus arbeiten auch Ärzte und es können Operationen durchgeführt werden. Ich hatte zweimal die Möglichkeit und durfte Patienten mit nach Bansang begleiten und mir anschließend dort das Krankenhaus angucken. Die meisten Frauen gebären ihre Kinder Zuhause. Nur wenige kommen für die Geburt in das Health Center. In den gesamten Zeitraum, in



dem ich dort war, durfte ich zusammen mit Fatou vier natürliche Geburten mitbegleiten. Im Labor bei Tamba und Salif habe ich auch eine Woche gearbeitet. Hier können verschiedene klinische Parameter aus Blut und Urin bestimmt werden. Besonders in der Regenzeit, ist hier der Malariatest eine der wichtigsten Untersuchungen. Wobei wir in den gesamten 10 Wochen, in denen wir da waren, nur zwei positive Malariatests hatten. Da von der Regierung eine Malariaphylaxe für alle Einheimischen ausgeteilt worden ist. Die letzte Station der Patienten ist die Pharmacy. Dort war ich auch eingesetzt. Die verschriebenen Medikamente können dann in der Apotheke abgeholt werden. Hier wird den Patienten dann auch der Einnahmezeitpunkt und die Dosierung erklärt. Da die meisten Einheimischen kein Englisch sprechen, war ich für das Richten der Medikamente zuständig und der jeweilige Mitarbeiter der Pharmacy, für die Kommunikation mit den Patienten. Wobei ich im Laufe der Zeit die nötigen Wörter auf Mandinka gelernt habe, die Kommunikation aber dennoch schwer war. Zu meiner Aufgabe in der Pharmacy gehörte auch noch das messen der Vitalzeichen, wenn neue Patienten in den Warteraum gekommen sind. Da die Pharmacy direkt im Warteraum war.



Freizeit in Jahaly

Jeden Samstag ist Markt in Brikama Ba, der sogenannte „Lumo“. Wir sind meistens mit dem GellyGelly nach Brikama Ba gefahren. Man fährt circa 15 Minuten und zahlt pro Person 10 Dalasi. Wir haben dort frisches Obst und Gemüse eingekauft. Die



Auswahl ist nicht allzu groß. Je nach Saison gibt es Mangos, Bananen, Kohl, Auberginen, Möhren, Bittertomaten, Zwiebeln, Kartoffeln, Knoblauch, Chili und wenn man Glück hat Gurken und Tomaten. In den Shops, die auch in Brikama Ba sind, gibt es Milch, Butter, Kekse, Säfte und Dosengetränke. Vor dem Health Center sitzt Fanta von montags bis freitags und verkauft gefüllte Brote mit Bohnen, Kartoffeln, Fleisch oder Eiern.

Wir wurden von Mitarbeitern des Health Centers zu traditionellen Festen eingeladen, wie zum Beispiel zum „Tobaski“ dem Opferfest oder zu einer Namenszeremonie. Wir haben uns dafür in Brikama Ba traditionelle Kleider schneidern lassen und die an den Tagen angezogen. Es wurde zusammen gegessen, gelacht, getanzt und gesungen.



Ein Wochenende sind wir nach Janjanbureh mit dem GellyGelly gefahren. Man fährt ungefähr 45min von Brikama Ba aus. Von Janjanbureh sind wir dann mit einer kleinen



Fähre zu einer Insel gefahren und haben dort in einer Bungalowanlage, direkt am Gambia River übernachtet. Wir haben in kleinen Steinhütten mit Strohdach geschlafen, ohne Elektrizität. Die Anlage lag mitten im Dschungel. Überall liefen wilde Affen rum. Es war sehr abenteuerlich. Mittags haben wir eine zweistündige Hippo-Bootstour über den Gambia River gemacht. Wir haben sogar Hippos gesehen. Zwar nur die Köpfe, aber es war trotzdem ein tolles Erlebnis diese Tiere in freier

Wildbahn zu sehen.

Von Jahaly aus kann man auch super zu den Reisfeldern von Mandina laufen. Es ist sehr interessant zu sehen wie Reis geerntet wird.

Einen Tag sind wir nach Wassu zu der größten und berühmtesten Steinkreisanlage von Gambia gefahren. Man fährt mit dem GellyGelly ungefähr eine Stunde. Die Steinkreise befinden sich seit etwa 1250 Jahren dort. Auf den meisten liegen kleine Steine zu Häufchen geschichtet, denn eine Legende besagt, dass sich demjenigen ein Herzwunsch erfüllt, der einen Stein auf den Megalithen setzt. 2006 wurde die senegambischen Steinkreise von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt.



Die „Horse and Donkey Trust Farm“ haben wir einen Tag im Kudang besucht. Auch dort sind wir mit dem GellyGelly circa 20 Minuten hingefahren und wurden dann von dem Projektmanager der Farm an der Hauptstraße abgeholt, da die Farm im Landesinnern liegt. Das Projekt kümmert sich um kranke und verletzte Esel und Pferde und wird von einer Engländerin geleitet. Zudem gehen die Mitarbeiter des Projekts auch in Schulen und erklären den Schülern, den richtigen Umgang mit Pferden und Eseln. Die meisten Einheimischen behandeln die Tiere dort leider nicht gut und sie werden als „Fortbewegungsmittel“ angesehen und nicht als Lebewesen. Ein wirklich wundervolles Projekt, was einen Ausflug definitiv wert ist!

Die afrikanische Küche haben wir in unserer Freizeit auch kennengelernt. Uns wurde gezeigt wie man den traditionellen Baobab Juice und Pancakes macht und wir haben zusammen das Mittagessen gekocht.



Als die Hälfte unserer Zeit vorbei war, sind wir für ein Wochenende mit dem Bus nach Manjai Kunda. Die Busfahrt dauert sechs Stunden und pro Fahrt zahlt man 160 Dalasi. An dem Wochenende in Manjai Kunda haben wir den Senegambia Craft Market besucht und eine dreistündige Kajak Tour die die Mangroven gemacht. Wir haben uns dann für die restliche Zeit in Jahaly nochmal mit Lebensmitteln und Toilettenpapier eingedeckt und sind sonntags mit dem Bus wieder zurückgefahren.



Die Zeit der Abreise rückte immer näher und wir haben uns dazu entschlossen eine Abschiedsparty zu organisieren, um danke zu sagen, für diese unvergessliche tolle Zeit. Wir haben für die Mitarbeiter des Health Centers gekocht und abends zusammen gegessen und getanzt. Die Erfahrungen und Erlebnisse, die ich in Gambia sammeln konnte, werde ich im Leben wohl nicht vergessen. Ich habe die Zeit in Gambia sehr genossen. Die Menschen, die einen aufgenommen haben, als ob man zur Familie gehört und man nicht einen einzigen Tag Heimweh hatte, weil man sich so wohl gefühlt hat. Zum Abschied flossen viele Tränen und ich denke immer noch oft an die Menschen, die mir ans Herz gewachsen sind. Ich kann das Projekt wirklich jedem ans Herz legen und weiterempfehlen!