



# Dentists for Africa

## Famulaturbericht: Dentist for Africa, Nyabondo, Kenia



Famulaturbericht  
- Gesamtfassung -

Arne Elvers-Hülsemann,  
cand. med. dent, Uni Kiel

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung</b> .....	1
<b>2. Vorbereitungen</b> .....	2
2.1. Hilfsorganisationen.....	2
2.2. Impfungen.....	2
2.3. Flug.....	3
2.4. Sponsoring.....	3
2.5. Reisegepäck.....	4
2.6. Finanzierung.....	4
<b>3. Nyabondo</b> .....	5
3.1. Klima.....	5
3.2. Dental Unit .....	5
3.3. Schulbehandlungen.....	6
3.4. Zahn- und Mundgesundheit .....	6
3.5. Alltägliches.....	7
3.6. Reisen und Ausflüge .....	8
<b>4. Fazit</b> .....	9
<b>5. Liste: Impfungen, Sponsoring und Reisegepäck</b> .....	10

## 1. Einleitung

Die Tendenz etwas Positives leisten zu wollen steckt in mir. Es erfüllt mich, wenn ich mit meinem Wissen und meinen Fähigkeiten Menschen in meinem Umfeld Hilfe leisten kann. Insofern war es mein lang gereifter Wunsch, während des Studiums auf einer Auslandsfamulatur mein Wissen und meinen Fähigkeiten zu erweitern und dabei Menschen zu helfen.

Durch Artikel in Fachzeitschriften sowie meine Teilnahme, in den vergangenen Jahren, an diversen Bundesfachschaftstagungen (BuFaTa), der Internationalen Dental Schau (IDS), dem Deutschen Zahnärztetag (Dt. ZÄT), und Kontakte zu Mitgliedern studentisch-zahnmedizinische Verbände wie dem Zahnmedizinischen Austauschdienst (ZAD), dem Bundesverband der Zahnmedizinstudenten in Deutschland (BdZM), dem Europaverband der Zahnmedizinstudenten (EDSA), und dem internationalen Verband der Zahnmedizinstudenten (IADS) hatte ich oft mit Studenten gesprochen, die vor mir einen Einsatz auf der ganzen Welt durchführten und mich inspirierten.

## 2. Vorbereitungen

### 2.1. Hilfsorganisationen

Die Suche nach einer für mich geeigneten Hilfsorganisation gestaltete sich als schwierig. Eine zentrale Stelle, in der man sich über geplante Einsätze mit studentischer Begleitmöglichkeit informieren kann, habe ich nicht finden können. Nützliche Informationen zu existierenden Hilfsorganisationen fand ich in einer Liste auf der Homepage der Bundeszahnärztekammer (BZÄK), sowie der Webpage der Zahnärztlichen Mitteilungen (ZM). Leider verliefen sich die Anfragen bei den ersten fünf Hilfsorganisationen im Sande.

Auf dem deutschen Zahnärztetag (Dt. ZÄT) im November 2017 traf ich Dr. Gerd Hase aus Stuttgart am Stand von Dentist for Africa (DfA). Wir kamen ins Gespräch und Gerd erzählte mir von seinem Plan, die letzten drei Wochen im Februar 2018 nach Kenia zu reisen. Ich könnte ihn begleiten.

Vier nachfolgende Telefonate mit Gerd und den Verantwortlichen von Dentist for Africa (DfA) besiegelten den Plan. Für mich sollte es für die ersten 22 Tage der Frühjahrsferien zwischen Semesterende und Ferienkurs nach Kenia gehen.

Überzeugt von dem Einsatz für Dentist for Africa hat mich in erster Linie der persönliche Kontakt zu Gerd, der mir als Erster ein konkretes Vorhaben vorlegte mit dem Angebot, Teil eines deutsch-kenianischen gemischtes Teams sein zu können. Gerds große Kenia-Erfahrung und das geplante Arbeiten in einem etablierten Krankenhaus mit existierenden und nachhaltigen Strukturen, welche in über mehr als 15 Jahre von DfA erarbeitet wurden, hat diesen Hilfseinsatz von anderen unterschieden.

Ich kaufte mir einen Reiseführer, las die allgemeine Einsatzinfo, informierte mich über notwendige Vorbereitungen.

### 2.2. Impfungen

Ich vereinbarte einen Termin im Kieler Tropeninstitut zur Information über notwendige Impfungen und Prophylaxemaßnahmen.

Man bläute mir ein, keinerlei medizinisches Risiko in Kauf zu nehmen. Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Polio, Hepatitis A/B, und Mumps/Masern/Röteln hatte ich. Weitere gegen Typhus, Tollwut, Cholera, Gelbfieber (Pflicht) und Meningokokken kamen hinzu. Tabletten gegen Malaria und Diarrhö, doppelt Handschuhe, Sterillium, Moskitonetz, No-Bite imprägnierte Kleidung, Flying Doctors Mitgliedschaft, Reisekrankenversicherung und Auslandsberufsunfallversicherung wurden empfohlen. Das volle Programm. Mir kam es etwas übertrieben vor, doch „better safe than sorry“.

Drei Termine im Tropeninstitut mit Therapiekosten von etwa 600,-€ wurden fällig. Die Summe wurde problemlos und direkt durch meine Krankenkasse, der TK, erstattet.

### 2.3. Flug

Ich schaute nach Flügen. Mit British Airways habe ich eine für mich geeignete Flugverbindung gefunden. Von Hamburg über London mit zwei Stunden Aufenthalt nach Nairobi. Hin- und Rückflug mit 2x 23kg plus Handgepäck für 400,-€. Visa on Arrival kostet 50 US-\$ (40,-€, keine Kenya-Schilling), drei Formulare ausfüllen, Foto und Fingerabdrücke, sonst kein Problem.

Von Nairobi bis Kisumu buchte ich, wie von Gerd empfohlen, Kenyan Airways für etwa 50,-€ je Strecke. Ein zweites Gepäckstück à 23kg konnte vor Ort in Nairobi für 25 US-\$ (keine anderen Währungen) hinzu gebucht werden.

Ein kleiner Haken war meine Ankunft in Nairobi um 21:30 Uhr Ortszeit, frühester Anschluss am Folgetag um 6:00Uhr, zumal von Nachtreisen als Weißer und alleine reisend abgeraten wird.

Ich kenne den 1. Vorsitzenden des Afrikanischen Zahnmedizinstudenten Verbandes (AfroDSA) recht gut. Er vermittelte mich an eine Zahnmedizinstudentin in Nairobi. Sie fragte ich, wo und wie man am besten eine Nacht nahe dem Flughafen überbrücken kann. Sie empfahl mir das 67-Airport-Hotel, in dem sie mal gejobbt hatte, inklusive Shuttleservice und Frühstück für 60,-€. Dies war deutlich günstiger als Flüge ohne Zwischenübernachtung. Ich wählte den Anschluss um 9:00Uhr; alles sollte wie geplant und ohne Probleme klappen.

### 2.4. Sponsoring



Nahezu alle nationalen und internationalen Freunde mit Einsatzerfahrung hatten Sponsoringmaterial akquiriert.

Dies wollte ich auch, doch was wäre notwendig? Was ist vor Ort in Kenia verfügbar? Ich erstellte aus allen mir zur Verfügung stehenden Dokumenten eine Liste für Artikel und Mengen

der benötigten Materialien, um drei Wochen autark hauptsächlich Extraktionen und Kompositfüllungen mit entsprechender Hygiene durchführen zu können.

Ich schickte diese Liste per Mail an etwa 60 Dentalfirmen, etwa 50 antworteten, etwa 20 waren bereit mit Spenden zu unterstützen.

Vielen herzlichen Dank an Dentsply, Hu-Friedy, Ultradent, Voco, NTI, Ivoclar, Kulzer, M&W, Pluradent, Intensiv, VDW, CP GABA, Komet, Meisinger, Busch, Septodont, Frasaco, OCO und Sigma Dental. Es kamen insgesamt etwa 45kg im Wert von ca. 6.000,-€ zusammen.

## 2.5. Reisegepäck

Ich sprach mit Assistenz Zahnarzt Christoph Herzog aus Bonn, er war als Student mit Dentist for Africa und Gerd Hase zwei Jahre zuvor in Nyabondo gewesen. Er konnte sich sehr gut in meine Lage versetzen und bestätigte viele meiner Überlegungen.

Er schickte mir auch Bilder, was sehr nützlich war. Ein nützlicher Tipp von ihm: in Kenia verwendet man als ehemalig englische Kolonie die anglo-sächsischen Steckdosen. Man kann sie austricksen, aber es bietet sich an einen Adapter mitzunehmen. Außerdem kam ich auf die Idee, zwei Fußbälle, Frisbees, Seifenblasen und Malhefte/Stifte für Kinder zu besorgen. Diese sollten später oft das Eis brechen.

Außerdem besorgte ich mir ein Moskitonetz, No-Bite Imprägnierung, helle, stichfeste, leichte Kleidung und weitere Gimmicks. Eine einfache Spiegelreflexkamera lieh ich von meiner Mutter. Stirnlampen und Powerbanks erwiesen sich während des Einsatzes außerdem als sehr nützlich.

Chris selbst war von den eigenen Fotos und der geplanten Reise so aufgekratzt, dass er kurzfristig Anfang Februar beschloss, Gerd und mich zu begleiten. Starke Aktion, wahre Bereicherung!

## 2.6. Finanzierung

Finanzielle Unterstützung für meine Auslandsfamulatur erhielt ich durch Dr. Klaus Winter von der *Stiftung Hilfswerk Deutscher Zahnärzte für Lepra und Notgebiete* (HDZ). Zwei Jahre vorher hatten wir im BdZM in Kooperation mit dem ZAD für den Studententag auf dem Deutschen Zahnärztetag in Frankfurt a. M., einen Famulatur-Schwerpunkt gelegt.

Klaus Winter war beeindruckt und beschloss spontan einen Fond für Zahni-Studenten in Deutschland mit Auslandsfamulaturwunsch von bis zu 500,-€ einzurichten. Darauf kam ich nun zurück, denn für Unterstützung durch den *Deutschen Akademischen Austauschdienst* (DAAD) und dem *Fond der Universitäten Kiel* (CAU) hatte ich meinen Einsatz zu kurzfristig geplant. Nach drei E-Mails und drei Briefwechseln war die Unterstützung vom HDZ unbürokratisch genehmigt. Hierfür bin ich sehr dankbar. Ohne diese Unterstützung hätte ich diese Famulatur vermutlich nicht realisiert.

Kurz vor Abreise kam ich mit der *Deutschen Ärzte Finanz* in Kiel in Kontakt. Die sagten, Famulaturen zu fördern. Stephan Nagel stellte unter fairen Bedingungen weitere 100,-€ zur Verfügung.

### 3. Nyabondo

Die Reise von Kiel nach Nyabondo dauerte insgesamt 32 Stunden. Gerd Hase holte mich mit seiner Nichte Natalie am Flughafen von Kisumu, der nächstgrößeren Stadt, gelegen am Viktoriasee in Nord-West Kenia, mit Geländewagen und Fahrer ab.

Natalie hatte gerade ihren Bachelor in Erziehungswissenschaft beendet und nutzte die Zeit bis zum Master, um in Nyabondo im Kindergarten der Witwenkooperative St. Monica Village zu arbeiten. Zudem unterstützte Natalie die zahnmedizinischen Schulbesuche fachlich aus pädagogischer Sicht.

#### 3.1. Klima

Das Klima in Nyabondo durch Äquatornähe und Hochlage von etwa 1.800m über NN wie zu besten Sommertagen, tagsüber bis 28°C, teils 30°C, nachts 20°C, gelegentlich 18°C. Sonnenaufgang konstant und zügig gegen 6:15, Sonnenuntergang 18:45 Uhr. Im März setzt für etwa einen Monat die Regenzeit ein, gelegentliche Schauer meist abends zwischen 17:00 und 23:00 Uhr.

#### 3.2. Dental Unit

Die Dental Unit im St. Joseph's Medical College Hospital in Nyabondo wurde mit Hilfe deutscher Zahnärzten in über mehr als 15 Jahren aufgebaut. Entstanden ist ein deutsch-kenianischer Mix, wobei inklusive den 45kg Spenden an hauptsächlich Verbrauchsartikeln eine sehr ansehnliche Ausstattung zur Verfügung stand, die meiner gewohnten Uniaustattung für Füllungen, Prophylaxe, Extraktionen und Hygiene kaum nachstand.

Allerdings sind auch während der Behandlungen Kompressor und Strom öfters ausgefallen. Die Zahnstation hat jedoch, durch deutsche Spenden, einen Generator. Dieser wird bei längeren Ausfällen zum Anlaufpunkt für die ganze Klinik.

Alle Ärzte und Krankenhäuser müssen jedes Jahr Lizenzen für Ihre Tätigkeit kaufen. Für Zahnärzte sind das etwa 200,-€. In Deutschland ist das nicht nötig, da Krankenhäuser vom Staat subventioniert werden.

Mit zwei Stühlen in zwei Zimmern haben wir die Behandlungsteams immer wieder rotiert, hinzu kam tatkräftige Unterstützung von meist zwei weiteren Mitarbeitern des Krankenhauses bei Hygiene, Aufbereitung, Buchführung, Material und Sonstigem. Die mitgebrachten und gesponserten Materialien haben sich als sehr nützlich erwiesen.

Zwischendurch gab es immer mal wieder einen leckeren afrikanischen Tee und Späße - die Stimmung im Team war bestens.

Die Kommunikation mit College-Absolventen in Englisch ist problemlos, die meisten anderen sprechen jedoch nur Grundlagen. Weiter kommt man mit Kiswahili, der zweiten Nationalsprache. Untereinander wird jedoch nahezu ausschließlich die lokale Sprache gesprochen, hier Luo.



### 3.3. Schulbehandlungen

Zahnmedizinisch hatten wir, als Team aus zwei und vier Fachleuten, das Ziel drei Grundschulen (Vorstufe bis 6. Klasse) mit insgesamt etwa 350 Schülern zu besuchen. Wir wollten Mundhygieneaufklärung durchführen, alle Schüler screenen und entsprechend der Befunde in Gruppen zwischen 20 und 30 Schülern pro Tag in der Zahnstation behandeln. Hinzu kamen die normalen Patienten der Station, etwa 15 pro Tag.

Die Therapiekosten für die Schulbehandlungen trägt Dentist for Africa. 50% geht ans durchführende Krankenhaus, 50% an die kenianische DfA Zentrale für Neuanschaffungen. Eine Zahnextraktion oder Scaling wird mit 3,-€ berechnet, Füllungen mit 7,-€, Endo mit etwa 20€. Eine Krankenversicherung hat hier kaum jemand. Ein Zahnarzt verdient etwa 350,-€/Monat. Am Ende unseres Aufenthalts mit 15 Arbeitstagen hatten wir etwa 300 Schüler aus 2,5 Schulen behandelt und 200.000 KES bzw. 1.600,-€ Umsatz durch die Schulbehandlungen erzielt.

### 3.4. Zahn- und Mundgesundheit

Extraktionen sind hier etwa 60 bis 70% aller Therapien. In aller Regel wird der Zahnarzt erst dann aufgesucht, wenn die Schmerzen unerträglich werden. Oft sind Zähne tief zerstört, wenige Restwände, Frakturen und Abszesse.

Ungewohnt für meine Augen war, dass vor einer Extraktion im Unterkiefer Seitenzahnbereich nicht eine Kanüle mit 1,7ml Ultracain forte, sondern gleich zwei verwendet wurden. Etwa 2,5ml in die Leitung, den Rest für den Buccalis. Alex Kommentar: „In Africa, one will never be enough“. Auch für die Oberkieferinfiltration minimum eine Kanüle immer vestibulär und palatinal. Zugegebenermaßen scheinen die Kiefer in Kenia wirklich fester und massiver zu sein, als in Europa. Jedoch dementsprechend kamen bei diesen Mengen an Adstringentien öfter Patienten mit trockenen Alveolen zur Nachsorge. Einige Kinder in unserer Behandlung

hatten im Alter von 8 Jahren laut eigener Aussage noch nie Ihre Zähne geputzt, entsprechend dick waren die Beläge, die wir entfernten.

Viele Kinder und Erwachsene haben starke, dunkelbraune Fluorosen im sichtbaren Bereich. Andere hingegen an nahezu allen Glatflächen demineralisierte, erweichte und verfärbte Zahnhartsubstanz. Über die Gefahr des Konsums von Softdrinks und Süßigkeiten sind die Menschen leider noch nicht ausreichend informiert. Sie gelten hier als kleiner Luxus und werden ziemlich unbedarft konsumiert.



### 3.5. Alltägliches

Die Menschen in Nyabondo leben in relativ armen Verhältnissen. Die HIV Prävalenz liegt durchschnittlich bei etwa 5%, in Nairobi bei etwa 7%, in einzelnen Gebieten bei 15 bis 20%.

Oft haben sie kein fließendes Wasser und der Strom fällt immer wieder aus. In unserem Gasthaus auf dem Klinikgelände wohnten wir im Vergleich recht luxuriös. Uns erinnerte das Ambiente an Campingplatz-Bungalow-Flair. Interessant wird es wenn man an deutsche Gegebenheiten gewohnt ist, wenn es ums Essen geht. In der Regel wird mit den Händen und ohne Besteck gegessen, egal ob Fisch, Fleisch, Salat oder Beilagen. Lebensmittel werden in der Regel an Straßenständen gekauft, Mangos für 8 Cent das Stück, 15 Minibananen für 40 Cent. Nahezu immer gibt es Tomaten, Zwiebeln, Kartoffeln, Reis, Bohnen, Linsen, Kohl, Eier und Fleisch zu kaufen. Andere Gebrauchsgegenstände, wie beispielsweise Mülltüten und Spülmittel konnten wir auch im nächstgrößeren Ort nicht finden. Für solche Anschaffungen empfiehlt sich ein Besuch beim Supermarkt *Tuskys*.

Übrigens: Kenia hat weltweit eines der am besten ausgebauten Mobilfunk- und Internetnetzwerke. Der am weitesten verbreitete Anbieter heißt *Safaricom*. Über das Online-



Bezahlsystem M-Pesa kann man überall in Kenia über Mobilfunk Geld überweisen, einzahlen und abheben.

### 3.6. Reisen und Ausflüge

Wir reisten mit Alex, dem visierten Oral Health Officer aus Nyabondo, zwei Mal zum Viktoriasee, um dort eine kurze touristische Bootstour zu machen, anschließend genossen wir frischen Fisch und schauten uns Kisumu an.

Am zweiten Wochenende reisten wir mit Martin, unserem Lieblingsfahrer des Krankenhauses und guten Freund, zum Nationalpark Massai Mara. Dort übernachteten wir im recht luxuriösen Mara-West-Camp, welches von Amerikanern betrieben wird. Sehr zu Freude von Chris, der seine Leibspeise Pizza genoss. Weniger zur Freude von Alex, der mit dem westlichen Essen nichts anfangen konnte und Reis mit Bohnen als Notration orderte.

Das Fußballteam, das Alex trainiert, lud uns zu einem gemeinsamen Training ein. Weder Chris noch ich haben hier sonderliche Qualitäten, trotzdem hat es viel Spaß gemacht und die Integration gefördert. Einige Male gingen wir mit Martin morgens laufen und schauten uns die Umgebung an. Generell waren alle Kenianer sehr bemüht unseren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu machen.



#### 4. Fazit

Ich denke, während der drei Wochen in Nyabondo fachlich und persönlich viele neue Eindrücke gewonnen zu haben, die mir mehr Wissen und Fähigkeiten, jedoch vor allem mehr Erlebnisse und Verständnis gebracht haben, welche mein Leben lang bleiben werden. Eine einmalige Erfahrung- allerdings ist der finanzielle Aufwand nicht zu unterschätzen.

Meiner Meinung nach ist ein solcher Hilfseinsatz vor allem dann eine Bereicherung, wenn man in einer kleinen Gruppe von vier bis sechs Gleichgesinnten unterwegs ist, mit denen man über zwei bis drei Wochen tagsüber behandelt und am Wochenende reist.

Ich möchte mich bei allen Unterstützern herzlich bedanken.

---

Kiel, 14.03.2018



## 5. Liste: Impfungen, Sponsoring und Reisegepäck

*Bei den folgenden Angaben handelt es sich um Empfehlungen. Ein Sponsoring in dem Umfang wird nicht erwartet oder vorausgesetzt!*

Material für 3 Wochen Nyabondo

### 1. Sinnvolles Spendenmaterial

Pro Behandler:

Handschuhe Nitril, 300..400x

Mundschutz, schnürbar, 100..150x

Handdesinfektionsmittel, 3..4x 0,5L

Desinfektions Wischtücher, 300x

Kapulenanästhetikum 200..250x

Kanülen L 200x, I 100x

Kapulenspritzen, 3x

„Lieblingshebel“ (Hebel nach Bein, schmal, robust, rund-spitz)

Handexcavator groß/klein, rechts/links

Rosenbohrer groß 10x

Rosenbohrer klein 10x

Diamant Zylinder 12er blau, 15x

Diamant Zylinder 10er rot, 10x

Diamant Kugel 12er blau, 10x

Diamant Knospe 12er rot, 10x

Greenie/Brownie/Polierer, 15x

(Weitere Diamanten für Komposit nach Präferenz)

Okklufolie, 1 Rolle

Fluorid (Gelee, Lack, fluid) für 150 Anwendungen

All-in-one Bonding, 150x single-dose

Phosphorsäure, 5x

Prime/Bond, je 1 Fläschchen

Flow Komposit, 15x

Komposit, 10x

Cavit, 2 Gläschen

Calciumhydroxid, 1 Gläschen

Universalscaler

Teilbandmatrizen 30x plus Ringe

Tofflemire Maritzen und Spanner, 15x

Zahnbürsten für Kinder/Erwachsene, 120x

Interdentalbürsten/Zahnseide, 120x

Zahnpasta, 120x

Geschenke für Kinder (Seifenblasen, Malbuch, Spielball)

### **Sinnvolle Ausrüstung**

Spiegelreflexkamera, Outdoor Trekkinghose hell, 1x, Trekking Schuhe (leicht und bequem), leichte Regenjacke, kurze Hose, langärmliges Hemd/Bluse

### **Sinnvolle medizinische Prävention**

*Impfungen gegen:*

Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Polio, Hepatitis A/B, Mumps/Masern/Röteln, Typhus, Cholera, Gelbfieber (Pflicht), Meningokokken

*Tabletten gegen:*

Malaria, Diarrhö

*Sonstiges:*

Doppelt Handschuhe, Sterillium, Moskitonetz, No-Bite Hautspray, No-Bite imprägnierte Kleidung, Sonnencreme LSF50, Stirnlampe, Reisekrankenversicherung, Auslandsberufsunfallversicherung, Adapter für englische Steckdosen, Powerbank

Bei weiteren Fragen kann der Autor dieses Berichts, Arne Elvers-Hülsemann per E-Mail kontaktiert werden: [a.elvershulsemann@gmail.com](mailto:a.elvershulsemann@gmail.com)