

Einsatz- / Erfahrungsbericht
Team Dr. Thomas Jeß / Inke Jeß
Juli / August 2012

„Wir hatten eine grandiose Zeit!“ Dies muss ich vorweg schicken. Wenn uns Freunde oder Bekannte fragen wie unsere Zeit in Ladakh war, bekommen sie zunächst einmal genau diese Antwort, bevor wir weiter ausholen. Unsere Erlebnisse und Erfahrungen waren so vielseitig, dass wir eigentlich gar nicht wissen, wo wir bei einer smalltalk Kurzantwort anfangen sollen zu erzählen. Darum hier in etwas ausführlicherer Form.

Um ehrlich zu sein, waren nicht nur die letzten Wochen, in denen wir vor Ort waren, für uns sehr aufregend und eindrucksvoll, sondern bereits die Wochen und Monate vor unsere Abreise aus Deutschland, denn die Vorfreude auf unsere zahnmedizinischen Tätigkeiten im hohen Norden Indiens begleiteten uns quasi täglich. Wir erzählten vielen Freunden und Bekannten von unserem Vorhaben und der Philosophie des Projektes. Es stieß auf unheimlich großes Interesse und einige fragten sogar, ob sie uns nicht in irgendeiner Form unterstützen könnten. Wir bekamen allerlei Sachspenden, auch von den, im Vorfeld angeschriebenen Dentalfirmen, die sich mit sehr großzügigen Materialspenden an unserer Arbeit beteiligten. Die Vorzeichen standen also gut: Wir waren hoch motiviert und gut ausgerüstet, also konnte es losgehen: Abflug 21.07.2012 von Hamburg, über Frankfurt nach Delhi und von dort weiter nach Leh. In Leh landeten wir früh morgens gegen 6.00 Uhr. Der Anflug, mit Blick auf das beeindruckende Himalaya Bergpanorama, war der schönste Start in den Tag, den wir uns vorstellen konnte und die Müdigkeit war vorerst wie weggeblasen.

Ankunft in Leh: Da meine Mutter zur selben Zeit, allerdings für 10 Wochen, als Physiotherapeutin für die „Ladakh- Hilfe e.V.“ in Leh tätig sein würde, hatten wir unseren Hinflug gemeinsam geplant, jedoch trennten sich unsere Wege nun in der Hauptstadt, vorerst. Meine Mutter wurde von Mitarbeitern ihres Projektes am Flughafen in Empfang genommen, für uns stand ein Taxi bereit.

An dieser Stelle schon mal ein großes Dankeschön an die hervorragende Organisation und Abstimmung mit den einheimischen Führungskräften. Wie wir später feststellten, ist die Kommunikation innerhalb und nach Ladakh manches Mal eine wahre Herausforderung. Es hat alles wunderbar geklappt.

Wir wurden also pünktlich am Flughafen abgeholt und dann ins Serdung Guesthouse von Norboo gebracht. Die erste Anlaufstelle der Freiwilligen, sobald sie in Leh eintreffen. Wir erhielten die Bestätigung unsere Annahme, dass die Ladakhis ein unglaublich herzliches und freundliches Volk sind. Sie sind es, definitiv!!!

Wir wurden sofort von Norboo und seiner Frau mit Tee und einem leckeren Frühstück versorgt. Nichts desto trotz überkam uns irgendwann endgültig die Müdigkeit und wir befolgten den Rat aller, uns erst einmal schlafen zu legen und auszuruhen und uns die kommenden 2 Tage, die wir in Leh, zur Akklimatisierung an die Höhe, verbringen würden, ruhig zu verhalten.

Da der Taxifahrer, der uns zum Guesthouse gefahren hatte, mitbekommen hatte, in welcher Mission wir unterwegs waren, hatte er meinem Vater bereits direkt bei Ankunft am Guesthouse seinen kariös zerstörten Zahn gezeigt, mit der Hoffnung wir könnten etwas für ihn tun. Wir wollten es zumindest versuchen mit dem Material, das wir bis dato zur Verfügung hatten. Wir vereinbarten einen Termin für den nächsten Morgen. Pünktlich um 9.00 Uhr am Montag klopfte es an unsere Zimmertür und der Taxifahrer stand davor.

Die erste Zahnbehandlung fand also an einem ausrangierten alten Küchentisch im Flur statt. Herzlich willkommen in Indien!!!!

Unser Kurzaufenthalt in Leh war bereits ein herrlich erster Eindruck in Kultur und Natur Ladakhs.

Am Dienstagmorgen um 7.30 Uhr stand bereits das Taxi bereit, um uns nach Tingmosgang, etwa 85 km entfernt von Leh, zu bringen, unserem Einsatzort für die nächsten knapp 3 Wochen. Die Fahrt dorthin war Sightseeing pur und wir genossen das unglaubliche Bergpanorama, das uns für die nächsten 3 Stunden geboten wurde. Unsere Unterkunft für die Zeit in Tingmosgang war das Hotel Namra. Auch an dieser Stelle kann ich wieder nur eine Lobeshymne aussprechen. Die Zeit, die wir hier verbrachten, war einfach toll. Wir wurden außerordentlich freundlich umsorgt und nicht selten bekamen wir das Gefühl vermittelt, Teil der Familie zu sein.

Mittwochmorgen war unser erster Arbeitstag, nachdem wir am Abend zuvor mit Mr. Morup unseren „Einsatzplan“ durchgesprochen hatten, den wir, um ehrlich zu sein, zwar nicht ganz durchblickten, aber wir waren uns sicher: Irgendwie wird's schon klappen und im Zweifel werden wir, von Zeit zu Zeit, noch mal freundlich auf Missverständnisse unsererseits aufmerksam gemacht. Im Nachhinein denke ich, war es keine Schande, dass wir die einzelnen Termine an jenem Abend nicht ganz auf dem Schirm hatten, denn diese änderten sich gefühlt täglich. Woran lag das? An niemand geringerem als eurer Heiligkeit dem XIV. Dalai Lama. Dem verzeiht man diese kleinen Terminschwierigkeiten natürlich gern. Sie ließen gewissermaßen auch unseren Alltag nicht langweilig werden, sofern das überhaupt möglich war.

Zunächst waren unsere Einsatzgebiete auf 3 Schulen in Khaltse festgelegt, doch schon bald eröffnete uns Mr. Morup, dass es ihm lieber sei, wenn wir an der Lotsava School in Tingmosgang blieben, da es zum derzeitigen Zeitpunkt eher ungünstig sei, die Materialien alle von Tingmosgang ins etwa 20 km entfernte Kalthse zu transportieren.

Mit den Tagen bekamen wir einen kleinen Einblick in den großen Aufgaben- bzw. Zuständigkeitsbereich von Mr. Morup und waren fasziniert davon, um was er sich alles zu

kümmern und zu organisieren hatte, allem voran nun die Feierlichkeiten zum Besuch des Dalai Lamas an „seiner“ Schule in Khaltse. Wir waren beeindruckt, mit welcher, zumindest äußeren Gelassenheit, er diesen Aufgaben entgegentrat. Trotz alledem hatte er stets ein offenes Ohr für unsere Fragen und Anregungen.

Da die Schüler der Lotsava School in der Zeit, in der wir dort waren, eine Woche Ferien hatten, befürchteten wir, dass wir gar keine Behandlungen durchführen konnten, aber Mr. Morup hatte auch dafür gesorgt. Die Schüler fehlten zwar eine Woche, die Schule wurde jedoch für uns täglich geöffnet und es war dafür gesorgt worden, dass die Schüler der Nachbarschule in dieser Zeit bei uns vorbeischaute. Aber nicht nur die, auch die Nonnen vom benachbarten Kloster und all die Bewohner Tingmosgangs, die von unserem Dasein gehört hatten.

Wir hatten also allerhand zu tun, teilweise so viel, dass wir bei jedem nur das gegenwärtig Schlimmste, Schmerzen oder große Löcher, erledigen konnten.

Die einzigen Behandlungsmöglichkeiten, die uns blieben, waren Extraktionen oder Füllungen. Auch wenn wir liebend gerne einige Zähne mit einer Wurzelkanalbehandlung versucht hätten zu retten, so blieben uns dann doch nur, den Patienten über seine Situation aufzuklären und ihm mitzuteilen, dass er entweder die Möglichkeit hat, sich im Krankenhaus in Leh behandeln zu lassen, da dort alle notwendigen Geräte und Materialien zur Verfügung standen, um eine Wurzelkanalbehandlung durchführen zu können, oder dass wir den Zahn extrahieren müssen. Wir hatten das Gefühl, dass in der Bevölkerung, vor allem in der jungen Generation, ganz allmählich ein Umdenken hinsichtlich Zahn- und Mundhygiene einsetzt. Es kamen viele Patienten zu uns, die uns um eine professionelle Zahnreinigung baten. Dass sie noch einige kariöse und zerstörte Zähne im Mund hatten, hatten sie oft nicht bemerkt oder vielleicht störte es sie nicht, da diese Zähne nicht im sichtbaren Bereich lagen. Nichts desto trotz freute es uns, dass ihnen ihre Zähne, und seien es vorerst nur die Sichtbaren, scheinbar wichtig sind. Es ist noch ein langer Weg bis zur definitiven Erkenntnis der Wichtigkeit und Notwendigkeit der regelmäßigen, mehrmaligen täglichen Zahn- und Mundhygiene, aber wir sind sicher, dass der Prozess des Umdenkens bereits eingesetzt hat und Projekte wie sie der Verein „Kinder des Himalaya“ fördert maßgeblich dazu beitragen können, diese Umdenkprozesse und, aus Sicht der Einheimischen, „neuen Erkenntnisse“ voranzutreiben und zu manifestieren. Auf uns machen die Ladakhis den Eindruck als seien sie ein Volk, das neue Ideen gerne annimmt und ausprobiert. Das macht einfach Freude mit anzusehen und gibt uns Impulse dieses Potenzial zu fördern. Wenn erst die Erwachsenen verstehen und begreifen lernen wie wichtig Zahn- und Mundhygiene für die Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden ist, dann wird die nächste Generation der Kinder sicherlich deutlich bessere Zahnbefunde aufweisen als sie jetzt noch erhoben werden.

Aufgrund der Ferien, aber auch der allgemein verbreiteten Aufregung hinsichtlich des Besuches des Dalai Lamas in Leh und Khaltinke.jess@googlemail.com, hatten wir terminlich wenig bzw. keine Gelegenheit adäquate Zahn- und Mundhygiene Teachings für die Lehrer anzubieten. Wir

haben zwar Zahnputzübungen und kleine „Lehrstunden“ zum Thema Karies mit den Kindern durchgeführt, die viel Spaß gemacht haben und bei denen wir unsere 70 in Leh erstandenen Zahnbürsten verteilen, dennoch fehlt die Erinnerung an die Regelmäßigkeit und die Kontrolle der Technik durch die Erwachsenen, vor allem bei den kleinen Kindern.

An den Rhythmus des ladakhischen Arbeitstages hatten wir uns schnell gewöhnt, nachdem wir festgestellt hatten, dass unsere deutsche Hektik mit dem Alltag Ladakhs nicht gut einhergeht und auch wenig willkommen geheißen wird von den Locals. Wir versuchten also die Mittagspause und den Schulschluss pünktlich einzuhalten. Teilweise nicht ganz einfach mit Blick auf die Patientenfälle. Aber: „Der Mensch ist ein Gewohnheitstier“ und auch wir haben uns schnell an die neuen Umstände gewöhnt. So blieb nach Schulschluss immer noch Zeit für kleine Ausflüge in Tingmosgang und Umgebung, wofür wir ansonsten auch die Wochenenden ausgiebig nutzten.

Fast täglich waren wir überwältigt von der Freundlichkeit der Ladakhis. Nach kürzester Zeit erkannte man uns im Ort wieder und jeder begrüßte einander mit einem freudigen „Julley!“ Es war einfach schön!!!

Was unsere zahnmedizinischen Behandlungen anbelangt, wurde doch einige Male an unsere Improvisationskünste appelliert. Wir vermuten, dass die Generatorleistung zur Stromversorgung zu schwach ist, um die mobile Behandlungseinheit in Gänze zu betreiben. Die Absaugung funktionierte gar nicht und die Püsterleistung ließ sehr zu wünschen übrig. Nun gut, es hat auch so geklappt. Der Patient wurde eben aktiver mit in die Behandlung eingebunden als wir es bei funktionierender Absaugung gewohnt sind. Aber auch daran hatten sich Patient und Behandler schnell gewöhnt.

Die Arbeit stellte uns fast täglich vor neue Herausforderungen, denen wir uns gerne stellten und die größte Belohnung für uns war der Blick in ein lächelndes Gesicht zum Dank.

Wir möchten uns herzlich bei „Kinder des Himalaya“ für ihren Einsatz in Ladakh bedanken und würden uns freuen, in den kommenden Jahren wieder für den Verein tätig werden zu dürfen, um einen kleinen Beitrag zur Verbesserung der gegenwärtigen Zahn- und Mundhygiene in Ladakh leisten zu können.

Thomas und Inke Jeß