

Ein Lächeln und ein Danke

AUTOR: MAIKE RAACK

Hilfseinsätze in Afrika. Nina Sickenberger ist regelmäßig mit ihrer Hilfsorganisation Planet Action e.V. im Einsatz in Malawi und Madagaskar. Dem DFZ hat sie erzählt, warum sie als junge Studentin der Zahnmedizin den Verein gegründet hat und was sie immer wieder motiviert.



Impressionen vom Einsatz in Malawi: Nina Sickenberger (jeweils rechts im Bild) und Anja Stengele

DFZ: Frau Sickenberger, Sie selbst und andere Mitglieder Ihres Vereins Planet Action e.V. waren bereits sieben Mal in Madagaskar und einmal in Malawi im zahnärztlichen Hilfseinsatz. Wie kam es dazu und zur Gründung Ihres Vereins?

Nina Sickenberger: In Madagaskar ist die Bevölkerung auf der einen Seite medizinisch extrem unterversorgt. Auf der anderen Seite ist das Land ein wunderschönes und interessantes Urlaubsziel. Deshalb reizte es mich und meine Studienfreundin Anja Stengele nach dem neunten Semester im Frühjahr

2015, in den Ferien dort eine Famulatur zu machen. Allerdings gab es noch keine zahnärztliche Organisation, die in Madagaskar tätig war. Also haben wir Kontakte in verschiedene Städte wie Tana und Fort Dauphin aber auch abgelegene Orte Madagaskars wie Manantina und Moranda hergestellt und den zahnmedizinischen Hilfseinsatz gemeinsam mit einem bestehenden Verein durchgeführt. Insgesamt waren wir sieben Wochen unterwegs, wovon wir fünf Wochen Patienten behandelt und zwei Wochen Urlaub gemacht haben.

Da uns dieser Einsatz riesigen Spaß bereitet hat und uns auch extrem sinnvoll und nötig erschien, gründeten wir daraufhin unseren eigenen Verein: „Planet Action – Helfende Hände e.V.“ In Malawi hatte eine Freundin unserer zweiten Vereinsvorsitzenden Anja Stengele ihre Famulatur als Studentin der Humanmedizin in einem Krankenhaus absolviert. Da in diesem Krankenhaus noch keine zahnmedizinische Abteilung etabliert war und der Bedarf an zahnmedizinischer Versorgung ebenfalls sehr groß ist, wollten wir auch dort mit

unserem Verein tätig werden. So kam es, dass wir im März 2017 drei Wochen in Malawi zahnärztlich tätig wurden. An den Wochenenden haben wir uns einige Eindrücke vom Land verschafft und am Malawi See entspannt.

DFZ: Welche zahnmedizinischen Probleme finden Sie vor Ort vor?

N. S.: In beiden Ländern haben die Menschen viel Karies. Süßigkeiten und zuckerhaltige Getränke gibt es auch in Malawi und Madagaskar, aber weder Prophylaxe noch Aufklärung. Außerdem können sich die meisten Menschen vor Ort einfach keine Zahnhygieneartikel leisten. In Madagaskar zum Beispiel bekommt man für den Preis einer Zahnbürste etwa fünf Fische. Wenn eine Familie viele Kinder hat, überlegt man sich natürlich, was da wichtiger ist. Sogar bei Kindern bleibt häufig leider nur noch die Extraktion, weil Teile des Gebisses total zerstört sind. Die Menschen versuchen dennoch auf ihre Weise, die Zähne zu pflegen. Zum Beispiel erklärten sie uns, wie sie ihre Zähne mit Holzstöckchen oder ihren Fingern putzen und Holzkohleasche als Zahnpasta verwenden. Und es gibt Heiler, die Zähne ziehen, aber – so wurde uns erzählt – ohne Lokalanästhesie, sodass die Patienten zum Teil heftigste Schmerzen durchleiden.

DFZ: Wie läuft die Behandlung ab?

N. S.: In beiden Ländern ist der Bedarf an zahnmedizinischer Hilfe riesig! In Malawi verdoppelte sich die Anzahl der Wartenden fast vom Morgen bis zum Abend, und am nächsten Tag standen noch mehr Patienten vor der Tür. 50 bis 100 Patienten, die auf eine Behandlung warten, sind keine Seltenheit. Die Patienten werden dann nach und nach aufgerufen, nach ihren Beschwerden befragt und daraufhin behandelt. Leider konnten wir an keinem einzigen Tag allen helfen, sondern musste viele auf den nächsten Tag oder sogar einen neuen Einsatz vertrösten. Außerdem dokumentieren wir immer, bei welchem Patienten wir welche Behandlung durchgeführt haben. Die Leute sind sehr dankbar und halten viel

IN VIELEN LÄNDERN KÖNNEN SICH DIE MENSCHEN KEINE ZAHNBÜRSTEN LEISTEN

aus. Sie legen sich auf einen Behandlungstisch, in Malawi zum Beispiel ohne Absauganlage, und lassen ohne Murren alles über sich ergehen. Und am Ende bekommen wir noch ein Lächeln und ein Dankeschön. In Madagaskar hat uns eine Frau von ihrem Obststand Bananen zum Dank geschenkt. Und das Team, das im November dort war, bekam zwei lebende Meerschweinchen geschenkt.

DFZ: Wie groß ist das Team vor Ort und wer meldet sich als freiwilliger Helfer?

N. S.: Das Team besteht normalerweise aus vier bis sieben Helfern, die sich bisher aus Studenten und erfahrenen Zahnärzten zusammensetzen. Da sich in der Regel mehr Studenten als Zahnärzte für die Einsätze melden, suchen wir meist noch Zahnärzte, die sich dem Team anschließen möchten. Außerdem haben sich in letzter Zeit auch verstärkt zahnmedizinische Fachangestellte gemeldet, die wir in Zukunft außerhalb der Semesterferien auch in Malawi einsetzen möchten. Ich selbst war in Madagaskar als Studentin, in Malawi dann als Zahnärztin tätig.

DFZ: Wie erfahren Interessenten von Planet Action e.V.?

N. S.: Die Leute werden über unsere Webseite www.planet-action.de auf uns aufmerksam oder über Artikel. Der Kontakt erfolgt dann zunächst über E-Mail. Wenn dann auch später im Telefonat alles passt, entscheiden sich die meisten auch für einen Einsatz. Die Teams sind bunt zusammen gewürfelt und kennen sich vorher meistens nicht, haben aber, bevor es losgeht, dann schon Kontakt über Whatsapp, Facebook oder E-Mail. Im Idealfall klappt es sogar noch, ein persönliches Treffen



Großwerden ohne Karies kinderleicht mit der richtigen Pflege

nenedent®
Kinderzahncremes
zum individuellen Schutz vor Karies



ohne Fluorid
mit 13 % karieshemmendem
Zuckeraustauschstoff Xylit

Zur Vermeidung von
Zahnflecken aufgrund zu
hoher Fluoridzufuhr
z. B.: in Tablettenform

mit 500 ppm Fluorid
und 13 % karieshemmendem
Zuckeraustauschstoff Xylit

Für eine kindgerechte
Fluoridversorgung
mit 3-fach Schutz: Fluorid,
Xylit und Kieselgel



homöopathieverträglich
mit 500 ppm Fluorid
und 13 % karieshemmendem
Zuckeraustauschstoff Xylit

Für Kinder in homöopathischer
Behandlung, ohne Menthol,
ohne ätherische Öle



Das Öko-Test-Magazin (03/2014) vergibt der nenedent® Kinderzahncreme ohne Fluorid die Testnote „sehr gut“. Das Öko-Test-Magazin (09/2014) erteilt der nenedent® Kinderzahncreme mit Fluorid das Testergebnis „gut“, Testergebnis Inhaltsstoffe „sehr gut“. Stiftung Warentest Ausgabe 12/2015 beurteilt nenedent® Kinderzahncreme homöopathieverträglich mit „sehr gut“.

Dentinox Gesellschaft für pharmazeutische
Präparate Lenk & Schuppan KG · Nunsdorfer
Ring 19 · 12277 Berlin · www.dentinox.de

Dentinox
Für Zähnen alles Gute

vorab zu organisieren. Studenten bekommen über den Deutschen Akademischen Austauschdienst übrigens einen Zuschuss. Inzwischen haben wir 107 Mitglieder, unser Verein wächst täglich.

DFZ: Worin unterscheidet sich Planet Action e.V. von anderen Hilfsorganisationen?

N. S.: Wir sind ein sehr junges Team. Wir Organisatoren stecken gerade in der Assistenzzeit beziehungsweise haben vor Kurzem erst den Berufseinstieg hinter uns gebracht. Und wir suchen immer langfristige Zusammenarbeit und Mitglieder, die Posten übernehmen und sich mit ihren Ideen ehrenamtlich einbringen wollen.

DFZ: Was ist als Nächstes geplant, und wie viele Zahnärzte werden noch benötigt?

N. S.: Langfristig suchen wir Zahnärzte für Madagaskar, Malawi und auch Tansania. In Madagaskar arbeiten wir mit Projekten für Straßenkinder und Waisenkinder, mit Ausbildungsstätten und Krankenhäusern zusammen. In Malawi wollen wir eine zahnmedizinische Behandlungseinheit an unserem bisher einzigen Anlaufpunkt, einem Krankenhaus, aufbauen.

DFZ: Können Sie vor Ort nachhaltige Effekte der Zahngesundheit feststellen?

N. S.: Da die Teams neben den eigentlichen Behandlungen auch immer Zahnputzdemos und Aufklärungsarbeit leisten sowie Zahnbürsten und Zahnpasta verteilen, erhoffen wir uns eine langfristige Verbesserung der Mundhygiene. Außerdem steuern wir immer wieder die gleichen Projekte vor Ort an, sodass zum Beispiel die Kinder des madagassischen Straßenkinderprojektes mittlerweile mindestens einmal im Jahr einen Zahnarzt sehen. So erwarten wir schon auch eine langfristige Verbesserung der Zahngesundheit. Aber oft geht es vor allem um Schmerzbehandlung.

DFZ: Was erwartet die Helfer vor Ort?

N. S.: Vor Ort arbeiten wir immer mit etablierten NGOs und Projekten zusammen, die die Teams bei ihrem Aufenthalt tatkräftig unterstützen. Jedes

Team hat einen Hauptsprechpartner, der Kontakt mit den Ansprechpartnern vor Ort aufnimmt und zum Beispiel den Transfer vom Flughafen sowie Unterkunft und Verpflegung organisiert. Jeder Einsatztteilnehmer muss die Kosten für Flug, Unterkunft und Verpflegung selbst tragen, wobei die Kosten im Einsatzland oft sehr überschaubar sind.



In Madagaskar konnten die Zahnärzte von Planet Action e.V. nicht nur helfen, sondern auch das Land bereisen.

DFZ: Was muss man noch mitbringen?

N. S.: Eigeninitiative und Engagement sind ganz wichtig. Wir sind als Vorstandsteam alle ehrenamtlich tätig und können deshalb nicht alles organisieren. Die Interessenten müssen bereit sein, auch in die Vorbereitung Zeit zu investieren. Und man sollte natürlich teamfähig sein, wenn man so bunt zusammengewürfelt ist. Vor Ort entstehen oft dann auch Freundschaften, weil die Helfer häufig vieles verbindet. In Malawi waren wir zusammen mit einem bereits pensionierten Ehepaar, er Zahnarzt, sie motivierte Helferin, das wir vorher nicht kannten, unterwegs. Das hat supergut geklappt und harmoriert, trotz des großen Altersunterschieds. Wir haben immer noch Kontakt und verreisen demnächst wieder zusammen.

DFZ: Was genau motiviert Sie dazu, so viel Zeit nebenher in Planet Action zu investieren?

N. S.: Die große Nachfrage und Begeisterung für unsere Arbeit bestärkt und motiviert uns, ehrenamtlich tätig zu sein. Außerdem macht schon die Vorbereitung der Einsätze mit den vielen engagierten Zahnärzten und Zahnmedizinstudenten im Vorhinein großen Spaß – man lernt sehr viele neue Menschen kennen. Auch in den Einsatzländern haben wir viele tolle und engagierte Menschen kennengelernt, die sich für benachteiligte Kinder und Erwachsene einsetzen. Da hat sich eine wunderbare Zusammenarbeit entwickelt.

DFZ: Welche Ziele verfolgen Sie für die nächste Zeit?

N. S.: Wir wollen uns künftig noch breitflächiger aufstellen und viele Freiwillige für das aktive Engagement im Verein begeistern, damit Planet Action nicht von Wenigen abhängig ist, sondern sich langfristig weiter entwickeln kann.

NINA SICKENBERGER IST GEMEINSAM MIT ANJA STENGELE, BEIDE 27, VORSITZENDE VON „PLANET ACTION – HELFENDE HÄNDE E.V.“, KONTAKT: INFO@PLANET-ACTION.DE. SIE HABEN 2015 AN DER UNIVERSITÄT WÜRZBURG EXAMEN GEMACHT UND SIND GERADE IN DER ASSISTENZZEIT.

DAS GESPRÄCH FÜHRTE MAIKE RAACK