

[REDACTED]
Matrikelnummer: [REDACTED]
[REDACTED]

Erfahrungsbericht

**zu meinem Auslandspraktikum im
St. Clare Orungo Health Center III
in Uganda**

01. - 27. Februar 2017

**Praktikum im Wahlpflichtbereich Pädagogik
im Bachelor-Studiengang (B. Sc.) Gesundheit & Pflege
Katholische Hochschule Mainz
5. Semester**

Erfahrungsbericht zu meinem Auslandspraktikum in Uganda

Persönliches, berufliches und akademisches Interesse

Im Oktober vergangenen Jahres kam mir die Idee, mein bevorstehendes Praktikum im Rahmen meines Studiums an der Katholischen Hochschule Mainz im Studiengang Gesundheit und Pflege, Pflegepädagogik, im Ausland zu absolvieren.

Afrika hat mich bereits während meines dreimonatigen Freiwilligendienstes in Ghana im Jahr 2013 fasziniert und begeistert, so dass ich es kaum erwarten konnte, noch mal über einen Urlaub hinaus einige Zeit in Afrika zu verbringen und ein weiteres Land mit all seinen Facetten kennenzulernen.

Die Suche nach einem geeigneten Praktikumsplatz ereignete sich zunächst schwieriger als gedacht, denn Pflegeschulen in der Art wie wir sie in Deutschland kennen, gibt es so nicht wirklich in afrikanischen Ländern.

Schon bald erfuhr ich jedoch, dass das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier, wo ich neben meinem Studium arbeite, aktuell ein Projekt in Uganda unterstützt. Um genau zu sein, handelt es sich hierbei um einen im Jahr 2011 gegründeten Verein, fraternitas international e.V., der internationale Partnerschaften im Gesundheits- und Sozialwesen fördern möchte und zur Zeit wie gesagt ein Health Center in einem ugandischen Dorf unterstützt.

Uganda ist ein Binnenstaat in Ostafrika mit rund 35 Millionen Einwohnern auf einer Fläche, die etwa zwei Dritteln der Fläche Deutschlands entspricht und liegt direkt am Äquator. In Uganda gibt es neben der Hauptstadt Kampala nur wenige weitere, größere Städte, jedoch unzählige Dörfer auf dem Land.

Die medizinische Versorgung stellt sich für die Menschen in Uganda oft als große Herausforderung dar, da staatliche Krankenhäuser meist zu weit entfernt liegen oder die anfallenden Kosten für eine Behandlung in privaten Einrichtungen nicht bezahlt werden können.

Für mich bestand ein großes Interesse, das Gesundheitssystem in Uganda kennenzulernen und so viele Eindrücke wie möglich vor Ort zu gewinnen. Zuvor wusste ich nicht sehr viel darüber, dass es neben den Krankenhäusern auch solche Health Center gibt, die ohne einen ständigen Arzt vor Ort auskommen, aber dennoch einen wichtigen Standpunkt in der Gesundheitsversorgung darstellt.

Besonders auch dem verfolgten Ansatz „Hilfe zur Selbsthilfe“ von fraternitas international e.V. wegen, schien der Einsatz in diesem Health Center für mich eine gute Gelegenheit, den Menschen vor Ort und besonders den Nursing Assistant Students (dazu später mehr) so gut es geht zur Seite zu stehen und sie in „einfachen Dingen“ zu unterstützen.

Vorbereitung und Organisation

Wie schon oben erwähnt, erfuhr ich über meine ehemalige Kursleiterin während meiner Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier vom aktuellen Projekt, welches durch fraternitas international e.V. unterstützt wird. Nach zwei Gesprächen mit dem Hausoberer und Gründer des Vereins, Herrn Leineweber, waren so weit die wichtigsten Informationen geklärt und besprochen und es war für mich an der Zeit, mit den zuständigen Ansprechpartnern vor Ort Kontakt aufzunehmen.

Durch mehrere E-Mail-Konversationen erfuhr ich alle nötigen weiteren Informationen und mein Einsatz- und Tätigkeitsfeld wurde langsam konkreter.

Zufällig war auch gerade der deutsche Mitarbeiter, der schon einige Jahre in Uganda verbracht hat, auf Heimatbesuch, so dass ich mich auch in einem persönlichen Gespräch mit ihm noch weiter austauschen und alles besprechen konnte.

Natürlich habe ich auch zeitnah mit den Verantwortlichen meiner Arbeitsstelle/Station gesprochen und die Dauer und den Zeitraum des Praktikums abgeklärt. Glücklicherweise wurde ich auch von ihnen super unterstützt, so dass alle Lichter für mich grün leuchteten und die Vorbereitungen voran gehen konnten!

Der nächste Schritt bestand darin, einen passenden Flug zu finden, der zu einer geeigneten Zeit am internationalen Flughafen Entebbe, ca. 40km südlich der Hauptstadt Kampala gelegen, ankommt, so dass ich von der holländischen, pensionierten Krankenschwester, bei der ich auch vor Ort leben würde, abgeholt werden konnte.

Einen Direktflug nach Uganda gibt es von Frankfurt aus leider nicht, so dass ich mit Emirates über Dubai geflogen bin und nach einer Reisezeit von insgesamt gut 15 Stunden in Uganda ankam.

Um in Uganda einreisen zu dürfen, benötigt man ein Visum, welches neuerdings vor allem als Online Visa für die gewünschte Aufenthaltsdauer und die passende Art des Aufenthalts beantragt werden kann. Außerdem ist der Nachweis einer Gelbfieberimpfung bei der Einreise Pflicht.

Zu den weiteren gesundheitlichen Vorkehrungen zählte natürlich auch, eine geeignete Malariaprophylaxe zu finden (diese bestand aus der täglichen Einnahme von „Malarone“), da Uganda ganzjährig Malariagebiet ist und Malaria nach wie vor auch in Uganda eine große Gesundheitsgefahr darstellt. Weitere Impfungen wie Hepatitis A und B, Cholera, Tollwut etc. sind zwar keine Pflicht, aber sicherlich sinnvoll und sie waren bei mir sowieso schon abgedeckt durch Arbeit und vorherige Reisen.

Die Amtssprache Ugandas ist neben Swahili vor allem Englisch, aber darüber hinaus gibt es noch etwa 40 weitere Dialekte, die je nach Region vorherrschen. Uganda besteht aus insgesamt 112 Distrikten und die Sprache im Amuria-Distrikt um Soroti herum, wo auch das Health Center in Orungo liegt, heißt Ateso. Vor allem unter den Patienten, die im St. Clare Health Center behandelt werden, fanden sich nur sehr wenige Menschen, die Englisch verstehen oder gar sprechen können, so dass die Verständigung für mich nicht immer ganz einfach war.

Die Verhaltensweisen im ostafrikanischen Uganda unterscheiden sich teilweise stark von unseren in Deutschland, aber ich hatte bereits Erfahrung und konnte mir ungefähr vorstellen, was mich erwarten würde. Vor allem in den Dörfern wird Wert darauf gelegt, dass die Kleidung nicht sehr freizügig ist, dies betrifft vor allem Hosen und Röcke, die mindestens knielang sein sollten. Außerdem spielt der Glaube und die Kirche in Uganda eine große Rolle und stellt für viele Menschen einen wichtigen Haltepunkt dar. Etwa 85% der Bevölkerung Ugandas sind Christen, und auch in Anbetracht der Tatsache, dass das St. Clare Health Center von Franziskanerinnen geleitet wird, war es für mich selbstverständlich, sonntags die Kirche zu besuchen. Darüber hinaus lässt sich allgemein festhalten, dass die Menschen in Uganda durchweg freundlich, interessiert und vor allem hilfsbereit sind! Auch wenn sie selbst nur wenig besitzen, habe ich nie erlebt, dass mir jemand nicht seine Hilfe angeboten hat oder unfreundlich reagiert hat.

Besonders das Transportsystem ist in Uganda abenteuerlich, um die Hauptstadt Kampala herum, ist eigentlich ständig Stau und ein unglaublicher Verkehr, das kann man gar nicht in Worte fassen. Die meisten Ugander benutzen die öffentlichen Taxis, sogenannte „Matatus“, die zwar 15 Sitzplätze haben, aber nicht selten dennoch Platz für bis zu 21 Personen bieten. Darüber hinaus gibt es überall, wo man hinkommt in Uganda, unzählige „Boda-Bodas“, sprich Motorräder, die ebenfalls als Taxi fungieren und auf denen auch oftmals vier oder fünf Personen befördert werden.

Die Straßenverhältnisse sind nur auf wenigen Straßen durch das Land wirklich gut, überwiegend gibt es Sand- oder Schotterpisten mit teils riesigen, tiefen Schlaglöchern, die leider auch nicht gerade selten zu schlimmen Verkehrsunfällen führen.

Uganda gilt mittlerweile wieder als sicheres Reiseland, nachdem vor allem im Norden des Landes 20 Jahre lang Bürgerkrieg herrschte und das Land sehr unter der sogenannten LRA, Lord's Resistance Army unter dem Anführer Joseph Kony, zu leiden hatte. Es wird immer noch empfohlen vom Auswärtigen Amt, besonders bei Reisen in den hohen Norden Ugandas sowie in den Grenzregionen zu den Nachbarstaaten Kongo und Südsudan vorsichtig zu sein.

Darüber hinaus sollte man vor allem in Kampala achtsam mit seinen Wertsachen sein, wobei das ja heutzutage eigentlich für jede Großstadt gilt. Zum Glück habe ich während meiner Zeit in Uganda keinerlei negativen Erfahrungen gemacht und mich niemals wirklich unsicher oder gefährdet gefühlt.

Nachdem schließlich alle Formalitäten geregelt waren, ging es am 31. Januar 2017 abends um 20:30 Uhr für mich los.

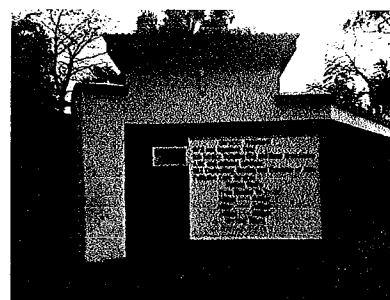
Für die nächsten vier Wochen würde ich in Ococia, mitten im afrikanischen Busch, leben und arbeiten. Aufregung, Vorfreude, aber auch ein kleines bisschen Angst machten sich breit!



Eingang zum Health Center



Willkommen in Ococia!



Leistungen des Health Centers



Vorne: „Children's Ward“ / Kinderstation
Hinten: „General Ward“ / Allgemainstation

Arbeit im Health Center

In Ococia, einem kleinen Örtchen in der Nähe Sorotis, auf Grund der Straßenverhältnisse etwa sechs Autostunden von der Hauptstadt Kampala in Richtung Norden entfernt, gibt es ein mit Hilfe von Cap Anamur - Deutsche Notärzte e.V. - erbautes Health Center, welches von Menschen aus einem Umkreis von bis zu 40km aufgesucht wird und sich seit dem abgeschlossenen Bürgerkrieg in Uganda zu einem wichtigen Standort für die medizinische Versorgung der Bevölkerung etabliert hat.

Es handelt sich um ein sogenanntes Health Center III, was bedeutet, dass es keinen ständigen Arzt vor Ort gibt, sondern neben wenigen, gut ausgebildeten Krankenschwestern und Hebammen sowie Medical Officers (einer „Unterstufe“ unter dem Arzt), überwiegend Nursing Assistants die vielfältigen pflegerischen, aber vor allem auch ärztlichen Aufgaben und Tätigkeiten übernehmen.

Das St. Clare Orungo Health Center ist in verschiedene Gebäudekomplexe und Bereiche unterteilt. Hierzu zählen eine „Children's Ward“ für Kinder bis sieben Jahre, eine „General Ward“ aufgeteilt in eine Seite für Frauen und eine Seite für Männer, eine „Maternity“, also ein Geburtshaus, in dem monatlich rund 60-80 Entbindungen stattfinden, sowie mehrere Laborräume, eine sogenannte „OPD“ (Out Patient Department für ambulante Patienten), ein „Dressing Room“ (Verbandsraum), mehrere Lager- und diverse weitere Räume.

Um erst ein mal einen Überblick über die alltägliche Arbeit im Health Center zu bekommen, habe ich nach Rücksprache mit meiner Ansprechpartnerin vor Ort, einer pensionierten Krankenschwester aus den Niederlanden, bei der ich auch mein eigenes kleines Zimmer hatte und gepflegt wurde, in meiner ersten Praktikumswoche jeden Tag in einer anderen Station verbracht. So konnte ich mir zunächst ein Bild davon machen, wie die Mitarbeiter arbeiten, welche Tätigkeiten sie übernehmen, wofür sie verantwortlich sind, wie die Ausstattung und Organisation der Arbeit aussieht, und welche Krankheitsbilder vorrangig zu finden sind. Dazu gehörte aber auch das Kennenlernen der generell herrschenden Zustände im Health Center, sprich wie die Patienten versorgt und gepflegt werden, welche Leistungen sie erhalten und vieles mehr.

In afrikanischen Ländern ist es üblich, dass die Familien der Patienten für vielfältige Aufgaben zuständig sind. So sieht man neben dem Patienten in Behandlung nicht selten mehrere Familienangehörige, die mit im Health Center für die Behandlungsdauer untergebracht sind (sie schlagen ihre Schlafplätze meist auf einfachen Tüchern neben den Betten auf) und für ihre Angehörigen sorgen. Hierzu zählt nicht nur die Übernahme oder Unterstützung bei der Körperpflege, sondern auch das Kochen und Waschen.



„Female Ward“ / Frauenstation - tagsüber sitzen die Patienten meist draußen

Meine Arbeit im Hinblick auf mein Praktikum im Bereich Pflegepädagogik bestand in der übrigen Zeit schließlich aus mehreren Unterrichtseinheiten und der Begleitung und Anleitung der Mitarbeiter in der Praxis. Vor allem für die teilweise nur vergleichsweise schlecht ausgebildeten Nursing Assistants, die in insgesamt rund 16 Monaten Ausbildung (davon ein Jahr theoretischer Unterricht an einer Schule und anschließend vier Monate durchgehende praktische Arbeit in einem Health Center) alle denkbaren, vor allem ärztlichen Tätigkeiten erlernen müssen, sollte ich zuständig sein. Es handelte sich hierbei überwiegend um junge Frauen und Männer, die auf dem Gelände des Health Centers, meist weit entfernt von ihren Heimatorten und Familien, lebten und täglich ohne freie Tage im Schichtsystem arbeiteten.

Schnell wurde deutlich, dass häufig Unsicherheiten bei der Ausführung der Aufgaben auftraten oder besonders hygienische Aspekte nicht vollständig beachtet wurden.

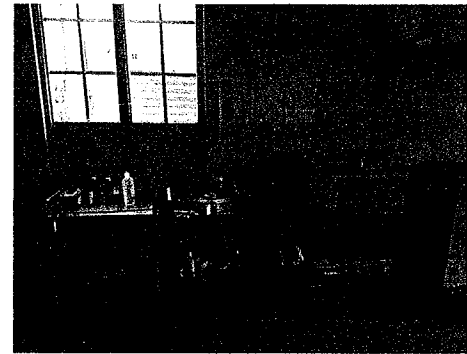
Auf Grund der Tatsache, dass die meisten Mitarbeiter auch in meinem Alter waren, hatten wir durchweg ein sehr gutes Verhältnis und auch oft Spaß zusammen. Aber vor allem zu Beginn der ersten Unterrichtseinheit war dieses Gefühl auch ein wenig seltsam für mich. Dass ich vor einer „Klasse“ stehen sollte, die so alt oder zum Teil auch älter waren als ich, war zunächst etwas gewöhnungsbedürftig, aber dies legte sich zum Glück auch schnell wieder und die Tatsache, dass alle offen und dankbar waren, erleichterte mir die Arbeit von Tag zu Tag mehr.

Eine Herausforderung waren natürlich auch die Einteilung der zur Verfügung stehenden Materialien und die Ausstattung des Health Centers generell. Es ist nur schwer vorstellbar, jeden Tag mit einer abgezählten Anzahl Handschuhe und ohne Händedesinfektionsmittel beispielsweise auszukommen und pflegerische und medizinische Aufgaben zu bewältigen.

Besonders im Hinblick dessen war es für mich auch notwendig, vor allem in der ersten Zeit meines Praktikumseinsatzes zunächst ein mal nur die Gegebenheiten und Rahmenbedingungen kennenzulernen, um anschließend geeignete Unterrichtsthemen vorbereiten und halten zu können.

Des Weiteren stellte natürlich auch die Sprache eine Herausforderung dar, da die Mitarbeiter zwar die englische Sprache beherrschten, jedoch zur Verständigung mit den Patienten immer ein Übersetzer notwendig war.

Im Bezug auf meinen Unterricht für die Nursing Assistant Students war es darüber hinaus jedoch ebenfalls notwendig, die Unterrichtsthemen auf einem niedrigeren Level, inhaltlich und sprachlich, vorzubereiten.



Verbandsmaterialien im „Dressing Room“ /
Verbandsraum



Die Nursing Assistant Students und ich im Klassenraum

Zwei mal pro Woche, dienstags und donnerstags, war es somit schließlich meine Aufgabe, für die Nursing Assistant Students eine Unterrichtsstunde am Nachmittag zu verschiedenen Themen zu halten, die ich selbst wählen und vorbereiten konnte. Hierzu zählten neben der Krankheitslehre von Diabetes Mellitus, Hypertonie und Epilepsie (diese stellten auch einen Großteil der Krankheitsbilder der stationären Patienten dar) auch die Bedeutung und Erfassung der Vitalparameter (vor allem Puls und Blutdruck), die ich in der Art wie wir sie kennen, in Ococia während des Arbeitsalltags kaum beobachten konnte.

Hierzu versammelten wir uns zu den genannten Terminen in einem kleinen Klassenzimmer mit einfachen Bänken und einem White Board ausgestattet, die Anzahl der Students lag meist zwischen 25 und 40.

Jeder Tag im Health Center war für mich aufregend und brachte neue Erfahrungen und Erkenntnisse mit sich. Vieles war nicht immer leicht zu ertragen, denn es wird schnell deutlich, dass es in Uganda andere Werte gibt, die vorrangig sind und einige Verhaltensweisen kann man nicht immer sofort ganz nachvollziehen.

Am schwierigsten war es, die Eindrücke vor Ort nicht ständig mit unseren Standards in Deutschland zu vergleichen. Denn das ist absolut nicht möglich. Auch die Einsicht, in vier Wochen nicht die Welt verändern oder gar verbessern zu können, brauchte einige Zeit, um sich in meinem Kopf zu festigen.

Rückblick und Fazit

Rückblickend auf meine Zeit in Ococia bleibt mir nur zu sagen, dass ich unglaublich dankbar bin für all die Eindrücke und Erfahrungen, die ich in den vier Wochen dort sammeln durfte. Ich bin mir sicher, dass sie mir nicht nur im Hinblick auf meine Arbeit als Gesundheits- und Krankenpflegerin weiterhelfen und Denkanstöße gebracht haben und bringen werden. Auch im Bereich des Unterrichtens von pflegerelevanten Themen war mein Praktikum im St. Clare Orungo Health Center in Uganda eine tolle Möglichkeit, erste Erfahrungen in diesem Tätigkeitsfeld zu sammeln.

Auch für meine Englischkenntnisse war das Praktikum noch ein mal sehr hilfreich, diese aufzufrischen, und auch einige pflegerische und medizinische Fachbegriffe auf Englisch zu lernen und anzuwenden. Es hat mir große Freude bereitet, meine Unterrichtseinheiten für die Nursing Assistant Students in englischer Sprache vorzubereiten und war rückblickend betrachtet gar nicht so schwierig wie ich es zunächst erwartet hatte.

Natürlich gab es insgesamt auch einige Herausforderungen und Hürden, die zu meistern waren oder zumindest verlangten, sich intensiv damit zu befassen, sicherlich mit jemandem zu diskutieren oder auszutauschen, um sie schließlich verarbeiten zu können. Dies betraf vor allem die auftretende Problematik, wenn es beispielsweise um die anfallenden Transportkosten in das nächst größere Krankenhaus ging, die nur von den wenigsten finanziert werden konnten, wenn für schwerkranke Patienten im Health Center alle Möglichkeiten ausgeschöpft waren. Leider mussten und müssen viele Menschen somit tragischerweise sogar den Tod in Kauf nehmen...

Außerdem spielten aber auch, wenn man von Herausforderungen spricht, teilweise die Kultur und persönlichen Einstellungen der Menschen eine Rolle, da vor allem hier große Unterschiede zu Deutschland oder Europa allgemein bestehen und es nicht immer ganz einfach war, nachzuvollziehen, warum gerade wie gehandelt oder eben auch nicht gehandelt wird. So ist es zum Beispiel nicht gerne gesehen, Schwäche oder Schmerz zu zeigen oder zu äußern; auch scheinbar trauernden Menschen (ich erinnere mich an einige Mütter, die gerade ihr Ungeborenes oder Neugeborenes verloren haben) tritt man teilweise gegenüber und erkennt keinerlei Emotionen. Hierzu könnte ich noch viele weitere Beispiele nennen, das würde aber sicher den Rahmen etwas sprengen.

An dieser Stelle ist wirklich zu betonen, dass man einsehen und verstehen muss, die Gegebenheiten und Zustände vor Ort nicht mit unseren Standards in Deutschland ständig vergleichen zu wollen und können, und nicht als außenstehende Person wirklich etwas verändern zu können, in dem Sinne wie wir „verändern“ interpretieren. Dafür ist das komplette Gesundheitssystem Ugandas noch nicht ausgereift genug, und kann sicherlich auch nicht auf Dauer verbessert werden, wenn die Regierung nicht in Zukunft noch mehr selbst unternimmt. Aber was in unseren Möglichkeiten steht, ist es, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten, den Menschen unter die Arme zu greifen und unterstützend zur Seite zu stehen - all dies zeigt einem letztendlich besonders auch wie wertvoll und wichtig die Erfahrungen vor allem auch für einen selbst sind!

Ich kann jedem, der Interesse daran hat ein Praktikum im Ausland, besonders in einem afrikanischen Land, zu absolvieren, empfehlen, dies zu tun und die unzähligen Eindrücke und Erfahrungen zu genießen. Ein Auslandspraktikum ist eine unglaublich intensive und lehrreiche Zeit, ich möchte sie nie wieder missen!

Ich finde es bewundernswert, wie die Menschen in Uganda trotz all der Schwierigkeiten und großen Armut ihren Alltag meistern und wie sie die für sie vorrangigen Werte ausleben. Überall und immer sind mir die Menschen mit einem breiten Lächeln auf dem Gesicht und einem freundlichen „Yoga“ (ein ugandischer Gruß auf Ateso) gegenüber getreten und ich wurde von allen, besonders von den Kindern, stets interessiert angeschaut und beobachtet, da Weiße in der Umgebung natürlich verhältnismäßig selten sind.



Freiwillige Zahnmedizinstudenten und ich mit Kindern aus Ococia, die gerade zum Wasserholen zum Health Center kamen

Uganda ist ein tolles, aufregendes Land, das zwar sicher noch einen weiten Weg vor sich hat, aber definitiv eine Reise wert ist. Ich werde meine Zeit dort niemals vergessen und Uganda wird ganz bestimmt immer einen besonderen Platz in meinem Herzen haben!

Trier, 21.3.2017

Ort, Datum

Unterschrift