

## Famulaturbericht Kapnyeberai September 2022

Mit Vorfreude und jeweils 2 großen und einem kleinen Koffer sind wir gut mit Kenya Airways in Nairobi angekommen.

Am Flughafen angekommen, haben wir uns direkt mit SIM-Karten von Safaricom ausgestattet (hier am besten direkt M-Pesa freischalten lassen, darüber kann man per App Geld versenden, wird in ganz Kenia auch in den kleinsten Dörfern oder bei Straßenverkäufern benutzt). Durch M-Pesa konnten wir Kenia komplett ohne Bargeld bereisen.

Für unser erstes Wochenende hatten wir eine Unterkunft im Stadtteil CBD in Nairobi gebucht und wurden von einem Freund des Apartmentmanagers für 20€ vom Flughafen abgeholt.

Den Stadtteil CBD würden wir als erste Unterkunft nicht unbedingt empfehlen, da es dort sehr hektisch ist und einige Ecken sehr vermüllt sind, weshalb wir uns dort nicht wohlfühlt haben. Teilweise wurden wir von Uber-Fahrern sogar gefragt, ob wir wirklich hier aussteigen möchten.

An einem Abend waren wir mit einem Kenianer in CBD unterwegs, wodurch wir uns viel wohler und sicherer gefühlt haben. Man sollte hier aber trotzdem lieber sein Handy in der Tasche lassen und gut auf die Wertsachen aufpassen.

Mit unserem kenianischen Begleiter haben wir eine Matatu-Tour gemacht. Das sind Linienbusse im CBD, die mit Graffitis bemalt sind und laute Partymusik abspielen.

Für eine Unterkunft in Nairobi können wir die Stadtteile Kilimani oder Westlands empfehlen. Als Tipp: In Nairobi kann man alle Orte (auch den Flughafen) für wenig Geld gut mit Uber erreichen.

Mit unserem Fahrer aus Nairobi sind wir für 230€ am nächsten Tag 7 Stunden lang nach Kapsabet gefahren. Auf unserer Fahrt haben wir den Äquator überquert, haben Affen, Zebras und Kamele am Straßenrand gesehen.

Wir hatten im Vorhinein Kontakt zu Sister Magdaline aufgenommen und mit ihr ausgemacht,



dass wir nach Kapsabet fahren und uns melden sollen, wenn wir dort ankommen, um dann von Jackson, dem Fahrer aus Kapnyeberai, abgeholt zu werden. Eine Stunde vor Ankunft versuchten wir, Sister Magdaline anzurufen und schickten ihr dann eine SMS. Trotzdem mussten wir nach Ankunft noch 2 Stunden warten bis sie sich zurückmeldete. Zum Glück ist unser Fahrer für die Wartezeit bei uns geblieben. Ohne ihn hätten wir uns alleine in Kapsabet sehr unwohl gefühlt. Wir erfuhren später, dass Sister Magdaline zu dem Zeitpunkt im Gottesdienst war und unsere Nachricht zwar gelesen, sich aber erst nach dem Gottesdienst zurückgemeldet hat. Wir würden empfehlen, im Voraus die Nummer von Jackson, dem Fahrer, zu erfragen. Er ist sehr zuverlässig.

Hätten wir die Abholung direkt mit ihm geplant, hätte alles reibungslos geklappt. Jackson sagte uns dann, dass er uns auch aus Nairobi abgeholt hätte. Mit ihm sind wir am Ende für 150€ (nur die Spritkosten für beide Wege) zurück nach Nairobi gefahren.

In Kapnyeberai angekommen, wurden wir von allen herzlich empfangen. Mit unseren Sachen wurden wir zum Guesthouse geführt, wo wir uns ein bisschen einrichten und ausruhen konnten. An dem Abend haben wir direkt alle fünf Sisters aus dem Convent kennengelernt und gemeinsam zu Abend gegessen. Sie fragten uns, ob wir unsere Mahlzeiten alleine im Guesthouse essen möchten oder auch zukünftig mit ihnen gemeinsam im Convent essen möchten (wir entschieden uns für letzteres).

Die Sisters fragten uns sogar auch, ob wir Fleisch oder Fisch essen und so wurde für uns die nächsten 3 Wochen vegetarisch gekocht. Das Essen war wirklich super lecker, frisch und, bis auf das Frühstück, gesund.

Vor dem Essen wird im Convent zusammen gebetet, wobei wir allerdings nie etwas sagen mussten (ein Amen am Ende hat ausgereicht).

An unserem ersten Arbeitstag lernten wir Anthony kennen, der uns sehr herzlich empfing. Wir fingen die Arbeitstage meist um 9 Uhr an und arbeiteten etwa bis 16/17 Uhr. Morgens war es eher ruhig, sodass wir zwischenzeitlich nichts zu tun hatten. Nachmittags war dann meistens mehr los, sodass es zu Wartezeiten für die Patienten kam.

Gegen 13 Uhr haben wir meist Lunch gegessen. Nachmittags wurden wir manchmal gefragt, ob wir eine Teepause machen möchten. Wir haben dies



Schulbesuch in Chepterit

meist verneint, da wir meist mitten in einer Behandlung steckten. Generell wurden wir oft gefragt, ob wir eine Pause brauchen oder uns ausruhen möchten.

Anthony ist ein COHO (= Community Oral Health Officer) und sehr gut darin, Zähne zu extrahieren. Leider erfuhren wir erst am Ende, dass er sich beim Füllungen legen noch etwas unsicher ist. Er sagte uns am letzten Tag, dass er sich an unserer Arbeitsweise, was Füllungen betrifft, ein Beispiel nehmen möchte. Hätten wir dies früher gewusst, hätten wir ihm gerne beim Füllungen legen assistiert, sodass er sich in Zukunft sicherer fühlen könnte.

Oft liefen die Arbeitstage so ab, dass wir an der Behandlungseinheit entweder eine Füllung legten oder eine Zahnreinigung machten, während Anthony auf einem Plastikstuhl direkt neben uns Zähne zog.

Eine Wurzelkanalbehandlung haben wir in unseren 3 Wochen vor Ort nicht durchgeführt. Sie wäre theoretisch machbar, jedoch nur mit Handfeilen und einem Röntgengerät, das nicht so gute Bilder macht.

Neben den Arbeitstagen im Krankenhaus haben wir auch Schulbesuche durchgeführt.

Insgesamt haben wir 3 Schulen besucht, die Mädchen von der Girls' High School nebenan

kamen sogar an 2 Nachmittagen zu uns und so haben wir etwa 800 Schulkinder (zusätzlich auch Lehrer und einige Eltern) examiniert.

Beim Befunden haben wir viele Fluorosen (durchs Trinkwasser), MIH, Labialstände von 3ern, einige ankylosierte Zungenbändchen und den ein oder anderen Abszess gesehen.

Bei der Befundaufnahme haben uns Jackson und Sister Magdaline geholfen. Viele Kinder sprechen kaum Englisch, sodass sie uns zusätzlich beim Übersetzen helfen konnten.

Diejenigen mit Behandlungsbedarf haben ein Kärtchen von uns bekommen, mit dem sie in der Dental Unit in Kapnyeberai auf Kosten von Dentists for Africa, also für sie umsonst, behandelt werden konnten.

Bei unserem ersten Schulbesuch fühlten wir uns etwas überrumpelt, da wir bei Ankunft mit den Worten „Sagt den Kindern etwas Ermutigendes“ auf die Bühne gestellt wurden. Die Kinder haben sich sehr über unsere Ankunft gefreut, uns zugejubelt und wir wurden sehr lieb mit Tee von der Schulleiterin empfangen. Sister Magdaline sagte uns dann, dass nun Zeit für die Geschenke an die Kindergartenkinder wäre. Wir waren nicht darauf eingestellt, dass wir jedem Kind etwas schenken sollten und hatten aber zum Glück gerade so genügend Geschenke dabei, obwohl wir einen ganzen Koffer voller Geschenke mitgebracht hatten.

Unser erstes Wochenende verbrachten wir in Kapnyeberai, da fürs Wochenende ein Schulbesuch geplant wurde, der spontan ausfiel. Stattdessen haben wir samstags drei Stunden lang unsere Wäsche per Hand gewaschen (man kann sie auch waschen lassen, aber wir wollten es gerne selber machen) und sonntags einen Ausflug zum nahegelegenen Wasserfall Kiplolok sowie nach Kapsabet mit Jackson und Moureen gemacht.



Moureen ist die Nichte einer Sister des Convents und wird bald selbst die Ausbildung zur Nonne beginnen. Bis dahin arbeitet sie im Convent und kochte unter anderem für uns. Sie ist super lieb und ist abends oft zu uns gekommen, um mit uns gemeinsam Spiele zu spielen.

An unserem zweiten Wochenende fand ein Seminar von Dentists for Africa in Nakuru statt. Hier trafen wir andere Famulantinnen, COHO's, Zahnärzte und Dental Assistants anderer Stationen. Es gab verschiedene Vorträge, wir selber haben auch einen Vortrag gehalten. Das Wochenende war sehr schön, wir haben die Unterkunft in einem schönen Hotel, sogar mit Pool, von Dentists for Africa gestellt bekommen. Am Samstag sind wir nach den Vorträgen zum Menengai Crater gefahren und haben dort eine wahnsinnig schöne Aussicht genossen. Sonntags haben wir mit allen eine Abschiedsfeier im Hotel gemacht und Billard gespielt. Am Montag konnten wir sogar noch mit den anderen Famulantinnen zusammen einen Safari-Ausflug in den Nakuru Nationalpark machen, bevor es dann wieder nach

Kapnyeberai ging. Im Nationalpark haben wir mehrere Nashörner, Büffel, Nilpferde, Giraffen, Zebras, Adler, Flamingos, Pelikane und noch viel mehr gesehen.

Die Sisters haben uns am Ende unserer 3 Wochen eine kleine Abschiedsfeier vorbereitet, bei der wir mit ihnen getanzt und lecker gegessen haben.

Mit Anthony und Jackson sind wir an unserem letzten Abend in eine nahegelegene Bar gegangen und haben dort ebenfalls ein bisschen getanzt und den Abend nett ausklingen lassen.

Die 3 Wochen in Kenia waren für uns eine sehr aufregende Zeit, in der wir sehr viel zahnmedizinisch, aber auch für unser Leben gelernt und viele wertvolle Erfahrungen gemacht haben.

Für uns war es anfangs ungewohnt, von vielen Menschen angeschaut und teilweise auch angefasst zu werden, aber wir haben Kenia insgesamt mit einem positiven Blick verlassen. Wir sind sehr berührt von der positiven Einstellung und Lebensfreude der Kenianer.

Am Düsseldorfer Flughafen angekommen, haben wir eine gestresste Atmosphäre wahrgenommen und die Gelassenheit und gute Laune der Kenianer sofort vermisst.

Zu guter Letzt möchten wir uns noch für das Sponsoring von der Stiftung Hilfswerk Deutscher Zahnärzte bedanken. Zudem bedanken wir uns für die ganzen Sachspenden, durch die die Dental Unit in Kapnyeberai nun wieder gut ausgestattet ist.

Ein großes Dankeschön an:

Septodont

VOCO

HuFriedy

Ivoclar

Komet

7days

Meisinger

Olivia Langwald und Maite Wendholt