

# Hilfe: direkt und unkompliziert

*Liebe Mitglieder, Spender, Freunde und Mitarbeiter von FHN,*

*ganz Europa spricht vom Flüchtlingsdrama. Immer wieder fällt auch das Stichwort „Ursachenbekämpfung“ und dass zu wenig in dieser Richtung getan wird. Neben furchtbaren Bürgerkriegen sind Ursachen für Flucht oft Armut und Hoffnungslosigkeit. Wenn auch im Kleinen, aber hier setzt unsere Arbeit seit mehr als 15 Jahren an. Durch die Schaffung und Aufrechterhaltung von Gesundheitsversorgung für Menschen in benachteiligten ländlichen Regionen der sogenannten Entwicklungsländer trägt FHN dazu bei die Lebensbedingungen zu verbessern. Wer krank ist, hat es schwer etwas zu lernen oder zu arbeiten und befindet sich oft in einem Teufelskreis von Krankheit und Armut. Hier setzt unsere Arbeit an, auch dank Ihrer Hilfe!*

*Wie das in Ecuador momentan konkret aussieht schildert Andrea Muschiol - gerade aus dem Projekt zurückgekehrt - im Bericht auf Seite 2. Kirsten Stünkel erläutert rechts wie im Ghanaprojekt nachhaltig und umweltfreundlich Unabhängigkeit vom unsicheren und teuren Stromnetz geschaffen wurde.*

*Unser Vorstandsmitglied Dr. Michael von Schickfus ist vor Kurzem aus Nepal zurück gekehrt und hat Interessantes von dort zu berichten (grauer Kasten unten).*

*Neues zu den Spendenquittungen lesen Sie bitte auf Seite 2.*

*Ich wünsche Ihnen im Namen des gesamten Vorstands eine gute (Vor-)Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr!*

*Mit herzlichen Grüßen*

*Martin Eckhardt, Vorsitzender*

*Bericht aus Ghana von Kirsten Stünkel*

## Mehr Sonnenstrom

Die seit Anfang 2006 existierende Solaranlage der Gesundheitsstation wurde erneuert und erweitert.

In den letzten Jahren hatte zum einen der Ertrag der Solaranlage abgenommen, da die Lebensdauer der Akkus, welche etwa acht bis zehn Jahre beträgt, erreicht war. Zum anderen war die 2012 fertiggestellte Unterkunft für Angestellte und freiwillige Ärzte bisher noch nicht an die Stromversorgung durch die Photovoltaikanlage angebunden.

An der existierenden Anlage in der Gesundheitsstation wurden die alten Akkumulatoren durch acht neue ersetzt. Die neue Anlage besteht aus 16 Modulen á 120 Wp und 16 Akkus und hat eine Gesamtleistung von 1,92 kWp.

Die Sonnenenergie versorgt die Gesundheitsstation mit dem notwendigen Strom. Tagsüber werden hauptsächlich der Kühlschrank für die Impfstoffe und das Mikroskop damit betrieben. Nachts sorgt der in Akkus gespeicherte Strom für die Beleuchtung bei Notfällen und Geburten. All dies ist unabdingbar für die Versorgung der Patienten; viele Leben können dadurch gerettet werden. Es gab zahlreiche Fälle, in denen Mütter während der Nacht entbunden haben. Ohne Licht hätten Hebammen und Krankenschwestern nicht sicher und zuverlässig Hilfe leisten können, die Geburten wären schwieriger und risikoreicher und vielleicht sogar lebensgefährlich gewesen. Dank der Impfstoffe aus dem mit Solarenergie betriebenen Kühlschrank konnten viele Kinder gegen Krankheiten geimpft werden (z. B. Diphtherie, Röteln, Tetanus).



Neben der Verbesserung der direkten Lebensbedingungen ist der Schutz der Umwelt eines der Ziele von FHN. Solarenergie ist umweltfreundlich, nachhaltig, kostensparend und ressourcenschonend. Damit einher geht die Unabhängigkeit von Rohstoffen und vom Weltmarkt.

Das Potential der Sonne beträgt ein Vielfaches unseres jährlichen Weltenergiebedarfs. Gerade für abgelegene Gebiete ist die Photovoltaik eine große Chance, unabhängig von fossilen Brennstoffen oder einem instabilen Stromnetz zu sein (welches in entlegenen Regionen meist sowieso überhaupt nicht vorhanden ist) und selbstredend ist sie auch aus gesundheitlicher Sicht einem dieselbetriebenen Generator vorzuziehen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Vorweihnachtszeit und ein besinnliches Weihnachtsfest.

## Reisebericht Nepal, Oktober 2015, von Dr. Michael von Schickfus, Vorstandsmitglied FHN

Ich nahm im Rahmen einer neu begonnenen Zusammenarbeit zwischen dem Universitätskrankenhaus Linköping in Schweden und dem Kathmandu Medical College (KMC) in Nepal an einem Gesundheitsprojekt in der vom Erdbeben im April 2015 schwer getroffenen Region Sindhupalchok teil. Das Team bestand insgesamt aus 9 Ärzten und 15 Schwestern und Schwesternschülerinnen aus beiden beteiligten Ländern sowie einer Vielzahl lokaler Helfer.

Es wurden ungefähr 2200 Patienten in drei verschiedenen Dörfern behandelt. Seit dem Erdbeben hat es in diesen Dörfern keinerlei Gesundheitsversorgung gegeben. Viele Menschen haben beschwerliche chronische Schmerzen im Bewegungsapparat, teils durch Überlastung, teils durch Traumata während des Erdbebens. Katarakt und Entzündungen im HNO-Bereich sowie Atemwegsinfekte waren ebenfalls häufig anzutreffen.

Die unglaubliche Dankbarkeit und Gastfreundschaft der Nepalesen wird mir immer in Erinnerung bleiben. Voraussichtlich wird es in Zukunft weitere Projekte in der Region geben, und es gibt bereits lose Pläne, in einem der Dörfer eine Gesundheitsstation aufzubauen. Sollte es dazu kommen, so wäre FHN Deutschland mit seiner Erfahrung auf dem Gebiet ein hervorragender Partner für eine eventuelle Zusammenarbeit.

## Achtung, wichtige Neuerung

Für Spenden bis 200 € verwenden Sie bitte den anhängenden Nachweis (auch auf [www.f-h-n.org](http://www.f-h-n.org) zu finden). Damit können wir unsere Verwaltungskosten noch weiter senken und mehr Geld für die Projekte verwenden.

Bei höheren Spendenbeträgen erhalten Sie weiterhin automatisch eine Spendenbescheinigung. Dafür benötigen wir Ihre vollständig Adresse auf der Überweisung.  
Vielen Dank!

### Ihre Spende kommt an!

Alle Spenden fließen zu 100% in die Projekte

### Foundation Human Nature

Sparkasse Oberhessen

IBAN DE1451850079015002244

BIC HELADEF1FRI

VR Bank Main-Kinzig-Büdingen eG

IBAN DE17506616390007019459

BIC GENODEF1LSR

Bericht aus Ecuador von Andrea Muschiol

## Chronische Krankheiten

Gerne berichte ich Ihnen direkt von meinem Projektbesuch Ende Oktober in „La Y de la Laguna“:

Nach dem planmäßigen Austausch der Ärzte und Krankenschwestern hat sich das neue Team sehr gut eingelebt. Dabei ist hervorzuheben, dass nun eine komplette Mannschaft in unserer Gesundheitsstation ihren Dienst tut: neben der kubanischen Ärztin Dr. Idania betreuen drei Medizinerinnen in ihrem letzten Studienjahr, ein Zahnarzt, drei Krankenschwestern, unsere Hilffschwester Katy, unser Laborant Guido sowie die Hebamme Bertha die Patienten. Ein aus elf Personen bestehendes Medizin-Team hatten wir noch nie! Gleichzeitig sind auch die Patientenzahlen extrem gestiegen, 300 - 350 Konsultationen pro Woche sind keine Seltenheit. Dies ist einerseits auf eine höhere Anzahl Behandlungen in der Gesundheitsstation zurückzuführen, weil die Patienten mehr Vertrauen haben, dass ihnen bei Notfällen geholfen wird. Andererseits können sich die Ärztinnen so aufteilen, dass auch die Hausbesuche ausgeweitet werden können.

Aufgrund der vielen Ärzte findet auch eine Zuordnung der Behandlungen statt: so zeichnet sich Dr. Idania hauptsächlich für die Patienten mit chronischen Krankheiten verantwortlich. Die im letzten Rundschreiben erwähnte Betreuung wurde umstrukturiert: es wurde ein „Club für PatientInnen mit Bluthochdruck und Diabetes“ gegründet. Dieser trifft sich nun jeden zweiten

Montag im Monat. Die Mitgliederanzahl ist von anfangs 15 auf ca. 40 angewachsen, Tendenz steigend. Neben Erfassung von Gewicht und Blutdruck jedes einzelnen Patienten wird auch bei Bedarf Blutzucker gemessen. Es wird über unterschiedliche Themen wie Ernährung, Medikamenteneinnahme oder Krankheitsbilder gesprochen. Bei dem von mir begleiteten Treffen wurden auch Gymnastikübungen für den Oberkörper wie Schultern und Arm kreisen, leichtes Muskeltraining und Motorikübungen mit Musikunterstützung eingeübt, um die Patienten im Alter von ca. 45 bis 85 Jahre „beweglich“ zu halten. Alle waren mit viel Eifer dabei und möchten beim nächsten Treffen Übungen für den Rumpf einstudieren.

Leider ist die Anzahl der von der Regierung bereit gestellten Medikamente, Hilfs- und Verbandsstoffe nicht im gleichen Maße angepasst worden, wie es für die gestiegene Patientenzahl nötig wäre. Es werden z.B. 300 Tabletten Paracetamol angefordert, aber nur 100 zugeteilt. Ebenso wird nur eine vom Gesundheitsministerium bestimmte Art von Medikamenten der sogenannten Stufe 1 geliefert: Standardpräparate. Mithilfe Ihrer Spenden können wir die zusätzlich benötigten Medikamente der Stufe 1 und – fast noch wichtiger - bessere Präparate v.a. für die Bluthochdruckpatienten kaufen. Mit dieser Kombi-Medikation geht es den Patienten deutlich besser. Daher bin ich sehr froh, im Namen der Patienten und Ärztinnen ein ganz herzliches Dankeschön an Sie weiterzugeben zu dürfen.

Weiterhin werden oft Spritzen, Handschuhe, Teststreifen für das Labor und v.a. Betäubungsmittel gekauft. Allein während meines acht tägigen Aufenthaltes waren drei Behandlungen von Schnittverletzungen notwendig, ebenso wurde ein etwa zweieinhalb jähriger Junge mit einer Verletzung durch einen Hundebiss im Kopf eingelie-

fert. Glücklicherweise hatte morgens unsere Administratorin Silvia die bestellte Lieferung aus der Apotheke abgeholt und das Kind konnte vor dem Nähen betäubt werden.

Das im Sommerrundschreiben erwähnte Chikungunya-Virus hat auch in La Y viele Erkrankungen verursacht. Auch unser Arzt Dr. Edwin sowie Silvia wurden nicht verschont, teilweise haben die Patienten immer noch Beschwerden durch Gelenkschmerzen. Erschwerend kam hinzu, dass sich aufgrund des Phänomens „El Niño“ die Trockenzeit nicht eingestellt hat, vermehrt Regen fiel und somit extrem viele Mücken als Überträger des Virus vorhanden sind. Selbst ich wurde trotz langer Kleidung und Mückenschutz so oft gestochen wie noch nie! Auch trat teilweise so heftiger Starkregen auf, dass die Wege sehr stark verschlammt sind und Flüsse über die Ufer traten. So konnte ein Mitglied des Gesundheitskomitees an unserer Planungssitzung des Budgets für das kommende Jahr 2016 nicht teilnehmen, weil er einen Fluss nicht überqueren konnte.

Kurz vor meiner Abreise erhielt Dr. Veronica in einer Versammlung der Ärzte vom Krankenhaus in Quinindé die Information, dass ein neues Virus erwartet wird, welches aktuell im Süden Kolumbien grassiert. Es soll dem Chikungunya-Virus ähnlich sein, aber auch die Augen befallen. Ich hoffe, dass durch noch mehr Aufklärung und Vorbeugung weniger Erkrankte das Gesundheitszentrum aufsuchen müssen.

Aber ich bin überzeugt, dass durch das sehr hohe Engagement, die Motivation für Neuerungen und Verbesserungen sowie die gute Betreuung der Ärztinnen auch diese Herausforderung in der kommenden Zeit gemeistert wird, v.a., wenn wir weiterhin auf Ihre Hilfe zählen dürfen, um die Gesundheitsstation finanziell zu unterstützen. Vielen herzlichen Dank dafür!



Der „Club für PatientInnen mit Bluthochdruck und Diabetes“ in Aktion. Chronische Krankheiten sind mittlerweile in Ecuador und anderen Ländern des Südens ein größeres Problem als „klassische“ Infektionskrankheiten.