

PJ in Butare, Ruanda auf der Chirurgie (Januar - März 2014)

Warum weg? Warum Ruanda?

Endlich haben wir die Möglichkeit einen Teil unseres Studiums in einem anderen Land zu verbringen, ohne die Problematik dort Klausuren mit schreiben zu müssen und vielleicht das Semester nicht angerechnet zu bekommen.

Ich bin generell sehr reiselustig und an fremden Kulturen interessiert. Ich war schon mehrmals in Afrika und habe u.a. schon vor dem Studium in Südafrika im Krankenhaus gearbeitet. Für die medizinische und auch menschliche Erfahrung wollte ich unbedingt noch einmal als PJ-ler dorthin. Auch um zu sehen, was für Bedingungen in anderen bedeutend ärmeren Ländern herrschen und wie dort, ohne unsere Standards gearbeitet wird.

Für Ruanda entschied ich mich, weil ich schon viel von diesem wunderschönen Land gehört habe. Aus Berichten von Freunden und aus dem Internet konnte ich entnehmen, dass es als eines der schönsten und sichersten Länder Afrikas gilt. Außerdem sollte es leicht sein, als Frau allein dort zu reisen und herum zu kommen.

Vorbereitung

Ich habe Kontakt mit Dr. Jules Ndoli (ndolijules@yahoo.fr) aufgenommen. Dieser schrieb direkt drei Tage später in perfektem Englisch zurück. Ich sollte ihm noch einen letter of recommendation schicken und den Rest regelte er. Man kann sich aber auch direkt bei Dr. Seebuufu Robinson, dem Chefarzt der Chirurgie anmelden. Ein Zimmer im Studentenwohnheim konnte ich ohne Probleme über Dr. Charles Muhizi (cmuhizi@nur.ac.rw) organisieren.

Vor Reiseantritt bin ich zum Betriebsarzt der Uniklinik Köln gegangen und wurde dort ausführlich beraten. Eine Gelbfieberimpfung ist für die Einreise unbedingt nötig. Weitere Impfungen wie Tollwut, Meningokokken und Hepatitis B habe ich auffrischen lassen.

Ich habe mich gegen eine Malariaprophylaxe entschieden, so wie bei all meinen vorherigen Reisen. Ruanda liegt sehr hoch und wir haben kaum Mücken gesehen und wurden kaum gestochen. Trotzdem ist es wichtig sich genügend Mückenspray mitzunehmen. Ruanda gilt jedoch als Hochrisikoland was Malaria angeht, deswegen entschieden sich viele für eine Prophylaxe mit Malarone, Lariam oder sogar Doxycyclin, welche viele Nebenwirkungen mit sich bringen und den Körper belasten können.

Zusätzlich hatte ich eine HIV-Postexpositionsprophylaxe (diese hat mir die HIV-Ambulanz der Uniklinik Köln freundlicherweise kostenlos gestellt, welche ich nach der Reise wieder zurück gegeben habe) und ein Breitbandantibiotikum. Sinnvoll ist zudem mindestens eine Flasche mit Desinfektionsmitte, z.B. Desderman pure einzupacken, da dieses in der Klinik überhaupt nicht zur Verfügung steht. Im Gegensatz hierzu sind Handschuhe überall vorhanden und es ist nicht nötig selbst welche mitzunehmen. OP-Kleidung sowie OP-Schuhe waren sehr hilfreich. Dort gibt es nur Gummistiefel in Größe 43, in denen das Arbeiten doch manchmal sehr unangenehm war. Auch OP-Hauben oder ein Mundschutz wäre sinnvoll einzupacken, da es immer wieder daran mangelt und man dann nicht ohne in den OP darf.

Visum

Für Deutsche ist es im Gegensatz zu Österreichern, Holländern und Schweizern nicht nötig für Rwanda im Vorhinein ein Visum zu beantragen. Man muss lediglich bei Ankunft am Flughafen in Kigali vor Ort ein Visum ausfüllen, welches für 3 Monate gültig bleibt. Somit fallen hierfür keine weiteren Kosten an.

Sicherheit

Ich habe mich im Prinzip zu jedem Zeitpunkt sehr sicher gefühlt, auch allein. Generell sind die Menschen sehr freundlich und entgegen kommend, so dass man sich hier keine Sorgen machen muss. Jedoch sollte man abends etwas aufpassen bzw. zu zweit oder in einer Gruppe unterwegs sein. Leider wurden in Zeit als ich dort war mehreren Mädchen ihre Handys geklaut. Immer wieder hört man auch von kleineren Unruhen und Anschlägen vor allem in der Hauptstadt Kigali oder an der Grenze zum Kongo. Als ich dort war habe ich aber von dem nichts mitbekommen und mich zu jeder Zeit sicher gefühlt.

Geld

In Rwanda wird mit dem sogenannten Rwanda-Franc bezahlt. Bei Safaris oder anderen touristischen Aktivitäten kann allerdings auch in US-Dollar und Euro bezahlt werden, manchmal ist das sogar erwünscht. Deswegen ist es sinnvoll sich von zuhause ein paar Dollar und Euro mitzunehmen. Generell wird an den meisten Bankautomaten nur VISA akzeptiert, keine Mastercard! die sich daher als Kreditkarte der Wahl herausgestellt hat. Man sollte wissen, dass die Bankautomaten nicht wie bei uns sehr regelmäßig neu befüllt werden, was dazu führen kann, dass man nach Eingabe von PIN und gewünschtem Betrag trotzdem kein Geld bekommt. Das ist nicht schlimm und hat keine weiteren Folgen, außer dass man sich nach einem weiteren Automaten, der noch Geld enthält, umschaun muss. Meistens sind diese allerdings nicht besonders weit voneinander entfernt. In fast allen größeren Orten in Ruanda gibt es Geldautomaten. Man muss sich als nicht in Kigali komplett eindecken oder Geld tauschen.

Generell sind die Lebenshaltungskosten sehr günstig, eine Fahrt von Kigali nach Butare kostet mit dem Bus nur 2-3€. Restaurants variieren im Preis, wir haben jedoch selten mehr als 4€ für ein großes Essen gezahlt. Oft war es jedoch günstiger. Touristische Unternehmungen sind allerdings verhältnismäßig teuer. Touren in verschiedenen Nationalparks sind oft überteuert z.B. die Gorilla-Tour für 750 US-Dollar (welches trotzdem, unbeschreiblich toll ist). Auch eine Auto mieten, sowie Benzin sind nicht günstig in Ruanda. Ein sehr gutes Angebot für einen 4x4 Jeep liegt bei 50 Dollar. Jedoch für eine Safari im Akagera-Nationalpark (sehr zu empfehlen) haben wir für zwei Tage mit Zelten nur 50 Dollar gezahlt, wir hatten aber unser eigenes Auto.

Sprache

In Rwanda werden generell 3 Sprachen gesprochen. Englisch hat vor einigen Jahren Französisch neben Kinyarwanda als Amtssprache abgelöst und wird von den meisten einigermaßen verständlich gesprochen. Der Akzent scheint am Anfang als große Barriere, man hört sich allerdings mit der Zeit gut ein, im Französischen wie im Englischen. In der Klinik sollte im Prinzip alles auf Englisch stattfinden, so dass man mit ausreichenden Englischkenntnissen hier keine Probleme haben dürfte. Jedoch haben viele Pfleger und Schwestern kein Englisch gesprochen, und auch untereinander wurde nur Kinyarwanda gesprochen, was die Kommunikation erschwerte und oft sehr frustrierend war.

Die meisten Patienten und die Leute auf dem Land sprechen nur Kinyarwanda und gegebenenfalls einige Brocken Englisch, so dass es sehr hilfreich sein kann, ein wenig Kinyarwanda zu lernen. Die Leute sind in der Regel sehr erfreut, wenn man in der Lage ist, sie beispielsweise mit „amakuru“ (wie geht es dir) anzusprechen und auch zumindest mit „ni meza“ (mir geht es gut) zu antworten.

Verkehrsverbindungen

Der einzige internationale Flughafen des Landes befindet sich in der Hauptstadt Kigali, die dann von allen größeren Flughäfen, leider nicht direkt, angeflogen wird. Von hier kann man mit dem Bus

nach Butare weiterreisen. Generell ist Busfahren im Gegensatz zu Taxis sehr günstig, aber auch eine abenteuerliche Angelegenheit, da die Fahrer sehr flott unterwegs sind. Die großen Hauptverkehrsstraßen sind in einem erstaunlich guten Zustand.

Innerhalb einer Stadt kann man sich zwischen Taxis oder Motos entscheiden. Bei letzteren handelt es sich um Motorräder, die für wenig Geld und sehr rasant unterwegs sind. Die Fahrer haben immer einen zweiten Helm dabei, den man auch aufziehen muss. Die meisten Einheimischen sind aber zu Fuß oder gegebenenfalls mit dem Fahrrad unterwegs. Es ist gut möglich in Ruanda mit dem Bus von A nach B zukommen, aber oft ist es hilfreich sein eigenes Auto zu haben, vor allem wenn es um die tollen Nationalparks geht.

Kommunikation

In Butare gibt es einige Internet-Cafés, von denen aus man von Zeit zu Zeit seine Mails checken kann. Eine bessere Alternative ist es, sich eine SIM-Karte zu kaufen und hierauf Guthaben für SMS, Gespräche und Internet zu laden. Man hat fast überall in Ruanda ein 3G-Netz zur Verfügung und kann mit seinem Smartphone wie gewohnt Mails abrufen oder Whatsapp nutzen und so den Kontakt nach Hause völlig unkompliziert halten. Selbst skypen nach Deutschland war möglich. Da fast alle eine ruandische Sim-Karte hatten, konnten wir so unglaublich günstig mit den anderen Famulanten vor Ort jederzeit Kontakt aufnehmen oder uns verabreden.

Unterkunft

Gewohnt haben wir zur Zeit des Praktikums in einem katholischen Studenten-Wohnheim direkt neben der Klinik. Das Wohnheim ist eigentlich nur für weibliche Medizinstudentinnen, es gibt aber einen Trakt für Gäste, also uns, mit Einzelzimmern, in dem auch Männer erlaubt sind. Der Weg morgens hielt sich auf lediglich 3 Minuten beschränkt, was bei frühem Aufstehen eine große Erleichterung ist. Jeder von uns hatte ein Einzelzimmer, im Gegensatz zu den einheimischen Studenten, die sich Mehrbettzimmer teilen müssen. Da wir eigenes Bettzeug mitbrachten und selber für die Sauberkeit unseres Zimmers sorgten, mussten wir nur 90 Euro pro Monat zahlen. Dr. Muhizi hat uns bei der Organisation geholfen, da man sonst schnell das Doppelte zahlen muss. Die Duschen sind kalt und die Toiletten etwas gewöhnungsbedürftig, alles befindet sich in Gemeinschaftsräumen. Mit der Zeit gewöhnt man sich an die Umstände und kommt gut damit klar. Oft hatten wir jedoch kein Strom (es wird immerhin schon um 18Uhr dunkel) und kein fließendwasser über Tage, was dann doch sehr nervig war.

Das Wohnheim hat einen Gemeinschaftsraum, in dem wir oft abends zusammen saßen und uns unser Essen selber zubereiteten. Es gibt eine Art Kiosk, wo man Brot, Muffins, Kekse, Wasser und andere Kleinigkeiten kaufen kann.

Essen

Das Essen in Ruanda ist doch sehr gewöhnungsbedürftig und anspruchslos. In der Kantine gibt es jeden Tag das selbe: Reis, Kartoffeln, Pommes, Pasta, Süßkartoffeln, Bohnen und Tomatensoße - immerhin für PJ-ler kostenlos. Abends sieht es in den meisten günstigeren Restaurants die Buffet anbieten genauso aus. Brot, Chapati und andere Backwaren gibt es auch fast überall. Schwierig wird es mit Obst und Gemüse. Es gibt einen Markt im Stadtzentrum auf dem wir uns alle paar Tage mit Bananen, Mango, Maracuja, Tomaten, Avocado, Karotten und Gurke für das Abendessen eindeckten. Sobald man aber aus Butare raus ist und in touristischere Gegenden kommt, gibt es sehr gutes einheimisches und europäisches Essen.

Mitzunehmen

Ich hatte den Bradt-Guide dabei. Ein wirklich sehr guter Reiseführer, allerdings auf Englisch, der uns immer und überall hin begleitete. Um sich schon vorab mit der eindrücklichen Geschichte des Landes, insbesondere den Genozid zu beschäftigen, empfehle ich den Film ‚Hotel Ruanda‘.

Für Sportlustige gibt es ein Fitnessstudio in der Stadt, das 3mal pro woche GymTonic mit einer motivieren Gruppe von Einheimischen (u.a. Pfleger der Klinik) anbietet. Außerdem gibt es schöne Strecken im nahegelegenen Wald laden zum Laufen, also hierfür unbedingt Sportschuhe und Kleidung einpacken. In Butare gibt es zudem ein Schwimmbad, wer daran Interesse hat, sollte Badehose oder Bikini einpacken.

Wichtig ist zudem Desinfektionsmittel für die Klinik sowie OP-Kleidung, wie schon oben erwähnt, und eine kleine Reiseapotheke mit den allerwichtigsten Dingen, das meiste bekommt man aber auch vor Ort. Bettwäsche oder Schlafsack ist unbedingt zu empfehlen. Kittel kann man sich entweder in der Klinik leihen oder auch selbst mitbringen, ich habe meinen eigenen am Ende einfach gespendet. Gute Schuhe sind wichtig, gerade wenn man in der Regenzeit dort ist, können die teilweise ungeteerten Straßen sehr matschig sein beziehungsweise für die vielen Wanderungen und sonstigen Outdoor-Aktivitäten kann man diese gut gebrauchen. Auch eine Regenjacke und warme Kleidung ist sehr zu empfehlen, wenn man in den Regenmonaten in Ruanda ist, da es doch zwischenzeitlich richtig kalt und nass werden kann. Zuletzt das wichtigste: Ein Headlight! Da der Strom oft abends weg war, oder die Straßenbeleuchtungen sehr schlecht sind, war es unabdingbar eines dabei zu haben.

Die Arbeit

Am ersten Tag habe ich mich in der Frühbesprechung um 6.30 dem Chefarzt Dr. Robinson und dem ganzen Kollegium vorgestellt und wurde sehr nett willkommen geheißen. Insgesamt waren wir zu Beginn zwei Austauschstudenten und 8 einheimische Pj-ler, sowie 20 Studenten aus dem 5. Semester in der Chirurgie. Nach der Frühbesprechung durften die Studenten etwas kleines frühstücken. Wir waren alle auf den verschiedenen Stationen (red, white, pink, green, yellow) eingeteilt. Die Stationen wechselten sich während der Woche mit der einteilung im OP, Ambulanz und Visite ab. Alle Gebiete waren sehr spannend. Allerdings muss man sich zunächst einmal auf die afrikanische Gemütlichkeit einstellen. Warten, dass es endlich los geht, ist an der Tagesordnung. Oft erscheinen die Ärzte sehr spät zu den geplanten Interventionen oder es scheitert im OP schlicht und einfach an den nicht vorhandenen Materialien. Das kann sehr frustrierend sein. Die Verständigung mit den meisten Patienten läuft auf Kinyarwanda, nur auf Nachfrage übersetzen die meisten Ärzte und erklären einem die Fälle. Zum Teil waren auch amerikanische Ärzte vor Ort, die als sogenannte Supervisor eingesetzt waren und auch zusätzlich viel und gerne erklärt haben. Nachmittags gab es zw. 15.00 Uhr und 17.00 Uhr eine Powerpoint-Präsentationen von den Studenten, bei denen man anwesend sein musste. Diese waren oft unzumutbar, da das Englisch sowie auch die Folien sehr unverständlich waren. Das zog sich dann oft bis 18.00 Uhr, womit dann ein sehr langer Tag zu Ende ging.

Leider durfte man im OP wenig assistieren und kaum Nähen oder selbst Hand anlegen. Man musste meistens nur die Instrumente anreichen, da es keine OP-Schwestern in Ruanda gibt. Die einheimischen Studenten hatten meist den Vorrang und so blieb man oft außen vor. Nach mehrmaligem Fragen durfte man dann aber doch mit an den Tisch. Oft gab es leider nur wenig oder kaum Erklärungen zu den jeweiligen OPs. Im Großen und Ganzen fand ich die Zeit weniger für die fachlichen Kenntnisse hilfreich, als mehr für persönliche Entwicklung und die Konfrontation mit der Dritten Welt. Viele Krankheitsbilder würden wir in Deutschland in den dortigen Stadien selten oder sogar nie zu Gesicht bekommen. Die meisten Eingriffe könnten in unseren Breitengraden mit völlig anderem Equipment und Möglichkeiten viel besser behandelt werden. Schrecklich zu sehen waren die vielen Folgen von eigentlich trivialen Brüchen oder andere Krankheiten, die teils zu fatalen Ausgängen wie Amputation oder ähnlichem geführt haben, weil nicht rechtzeitig behandelt werden konnte, sei es aus Mangel an Geld oder dem Unvermögen überhaupt erst einen Arzt

aufzusuchen. Üblich ist, dass die Patienten von ihren Angehörigen und der Familie am Krankenbett versorgt und auch gewaschen werden. Für Menschen ohne Familie, beispielsweise durch deren Verlust während des Genozids, gibt es praktisch keine Auffangmöglichkeiten.

Auf den Stationen gibt es nur 16-Bett-Zimmer. Die hygienischen Umstände sind furchtbar. Die Menschen leiden und können nur schlecht versorgt werden, da es an allem fehlt.

Die sterilen Verhältnisse sind nur wenig vorhanden, die Anästhesie hat eine völlig andere Arbeitsmoral wie bei uns. Es war oft grausam mitanzusehen, wie und unter welchen Bedingungen dort gearbeitet wurde. Mit viel Eigenengagement kann man einiges machen und sehen und wird sehr viel mitnehmen, vor allem für die persönliche Entwicklung. Jedoch muss man Lernen sich in Geduld zu üben und die langen Arbeitszeiten akzeptieren.

Land und Leute

Vor allem am Wochenende waren wir mit den anderen Austauschstudenten viel und gerne im ganzen Land unterwegs. Ruanda ist ein wunderschönes unheimlich grünes Land. Es gibt tolle Nationalparks und eine sehr abwechslungsreiche Landschaft mit den verschiedensten Vegetationsformen - Regenwald, Savanne, Vulkane, Reisfelder und mehr. Man kann an einem Wochenende so viel sehen und erleben. Da das Land recht klein ist kann man in kurzer Zeit viel auf einmal sehen.

Auch die Artenvielfalt ist faszinierend von Elefanten, über Schimpansen, bis zu Zebras ist alles dabei. Die Leute in den Dörfern, durch die wir gekommen sind, haben uns sehr freundlich in Empfang genommen, waren begeistert, wenn wir eine Cola im Dorfpub getrunken haben. Die Kinder waren erstaunt von unserer weißen Haut und den im Vergleich glatten Haaren und kamen immer sehr neugierig auf uns zu. Aber niemals waren die Leute aufdringlich oder unangenehm, sondern immer höflich und sehr interessiert. Ganz im Gegensatz zu anderen Ländern in der Nähe wie Kenia, Burundi oder Tansania. Mit den anderen Studierenden habe ich mich sehr gut verstanden und wir hatten eine unglaublich tolle Zeit in diesem wunderschönen Land.

Fazit

Ich hatte in Rwanda eine tolle Zeit. Das Land bietet einem so viel. Ich kann nur allen raten, auch eine solche Erfahrung zu machen und die Bedenken, die man vielleicht vor einer Reise nach Afrika hat beiseite zu legen und es einfach zu probieren.

Jedoch muss ich leider sagen, dass mir die Zeit im Krankenhaus nicht gefallen hat. Ich bin sehr interessiert am Fach Chirurgie und möchte Chirurgin werden. Was die Ausbildung angeht, bin ich dort nicht auf meine Kosten gekommen. Famulanten und PJ-lern auf anderen Stationen ging es nicht anders. die Tage im Krankenhaus sind sehr lang und man muss lernen sehr geduldig zu sein. Ich bin sehr froh dort gewesen zu sein, aber noch einmal für zwei Monate dort ins Krankenhaus möchte ich nicht. Trotzdem lohnt es sich für die persönlichen Erfahrungen die man dort machen kann. Man sieht wie gut es uns in Deutschland geht und lernt persönlich viel dazu.