

# GHANA – ESAASE

## Art des Praktikums:

*Public Health*

## Person:

Name: *Julia Marxer*  
E-Mail-Adresse: *julia.marxer@hotmail.de*

## Einsatzland / Einsatzort:

Land: Ghana  
Stadt: *Esaase, Kumasi*  
Amtssprache: *English, TWI*  
Empfohlene Impfungen: Gelbfieber (Pflicht! Impfbestätigung muss bei Einreise vorgelegt werden); Typhus, Meningokokken;

Religionen:

80% Christen; 20% Muslime. Dabei war aber der grundsätzliche Tenor: „Es ist egal was man glaubt, Hauptsache man glaubt!“ Die Religion stellt für den Großteil der Bevölkerung eine sehr zentrale Rolle im Leben dar, was auch immer sehr zelebriert wurde. So gab es öfters Anbetungen und religiöse Zeremonien im Krankenhaus an der alle teilnahmen, ganz egal welcher religiösen Richtung sie zugehörten. In meine Zeit in Ghana fiel gerade das Ende des Ramadams, wofür die Muslime ein großes Fest veranstalteten. Schlußendlich wurde dies als genereller Feiertag betrachtet und die Christen haben auch mitgefeiert. Den gegenseitigen Respekt gegenüber anderen Religionen fand ich sehr bemerkenswert. Für Atheisten hatten sie jedoch kein Verständnis. Ein Kirchenbesuch ist auf jeden Fall auch sehr empfehlenswert, eine besinnliche oder ruhige Minute wird man dort aber nicht finden.

Ausbildungssystem:

Über das Ausbildungssystem in Ghana haben sich die Einheimischen sehr beschwert. Die Korruption spielt dabei eine große Rolle. Ein Student hat mir einmal erzählt, dass er dem Professor Geld für ein Buch zahlen sollte, das eigentlich gar nicht existiert. Jeder zahlte brav ein, da man ansonsten garantiert die Prüfung nicht bestanden hätte.

Das gesamte Schulsystem ist kostenpflichtig. So fällt es vielen Familien mit mehreren Kindern schwer, vor allem für weiterführende Schulen aufzukommen. Viele junge Erwachsene besitzen somit keine ausreichende Ausbildung und es bleibt ihnen keine andere Option, als das Arbeiten auf einer Farm oder das Betreiben eines Marktstandes.

Das Medizinstudium ist auf Grund der enormen Kosten für den Normalbürger praktisch unmöglich. Viele wählen den Schritt ins Ausland, wie zum Beispiel nach Russland oder in die Ukraine, da die Ausbildung, laut ihren Angaben, in diesen Ländern für sie günstiger käme.

## Gesundheitsprofil des Landes / der Region:

Generell gibt es in Ghana für jeden Bürger eine erschwingliche Krankenversicherung von ca. 15 Euro im Jahr, womit die grundsätzlichen Medikamenten- und Krankenhauskosten abgedeckt werden. Dennoch kann oder will sich diese Versicherung nicht jeder leisten, da bei knapper Kasse oft an der Gesundheit eingespart wird (ca. 20% der Bevölkerung ist nicht versichert). Als sehr positiv empfand ich aber, dass jede Schwangere vom Staat kostenlos versichert wurde.

Es zeigte sich jedoch das Problem, dass viele Menschen sich nicht trauen ins Krankenhaus zu gehen, da sie Angst vor den enormen Kosten haben, die oft trotz Krankenversicherung möglicherweise auf sie zukommen könnten. So muss zum Beispiel bevor ein Röntgenbild gemacht werden kann, dieses aus eigener Tasche bezahlt werden. Es kann dann oft Tage dauern, bis die Angehörigen genügend Geld aufgetrieben haben, um dies zu ermöglichen.

Bevor der Schritt ins Krankenhaus gewagt wird, werden oft zuerst spirituelle Heiler aufgesucht oder eigenständig mit erworbenen Medikamenten selbsttherapiert, da man in Ghana alle Medikamente rezeptfrei in der Apotheke kaufen kann. Viele vertrauen auch in irgendwelche Wundermittel, die von Bluthochdruck über Diabetes bis Malaria mehr als 20 Krankheiten gleichzeitig heilen können und mit denen Händler in Bussen und auf der Straße viel Geld machen. Eine ältere Dame mit Splenomegalie zum Beispiel hatte lauter kleine Schnittverletzungen über den gesamten Bauchraum verteilt, da sich dadurch, laut Naturheiler, ihr vergrößerter Bauch wieder zurückbilden würde. Durch das geringe Vertrauen der Menschen in die Schulmedizin, habe ich auch oft bedrückende Situationen miterlebt, in der die Hilfe im Krankenhaus nicht mehr rechtzeitig gewährleistet werden konnte.

Die am häufigsten auftretende Krankheit in Ghana ist sicherlich Malaria. Vor allem in der Regenzeit im Sommer ist sie stark verbreitet. Auch im Krankenhaus, in dem an als Freiwilliger tätig ist, ist Malaria die am häufigsten zu behandelnde Krankheit. Kommt ein Patient mit Fieber in die Ambulanz wird er schon vor labordiagnostischer Untersuchung präventiv für Malaria therapiert, da dies so oft auftritt. Für die Menschen in Ghana ist Malaria ein alltäglicher Begleiter, die meisten Menschen sind 1-2mal im Jahr davon betroffen. Meist verläuft die Krankheit wie eine Grippe und ist mit den dort vorhandenen Medikamenten gut behandelbar. Nur für Kinder kann es problematisch sein, da sie oft sehr hohe Fieberschübe erleiden und die Krankheit dadurch in eine Cerebrale Malaria übergreifen kann, was lebensbedrohlich ist.

Als Freiwilliger ist es sicherlich empfehlenswert, sich einer medikamentösen Malaria-prophylaxe, wie zum Beispiel Malarone, zu unterziehen. Dies bietet jedoch keinen 100% Schutz. Deshalb sollte auf jeden Fall genügend Insektenschutzspray und zur Sicherheit ein eigenes Moskitonetz mitgenommen werden, da man keine Garantie hat, dass die bereitgestellten im Freiwilligenhaus noch komplett intakt sind.

Die statistische HIV-Rate liegt laut Angaben der ghanaischen Regierung bei 2%, wobei ich mir eine höhere Dunkelziffer sehr gut vorstellen kann. Der Umgang mit der Krankheit war für mich eines der erschreckendsten Erlebnisse in Ghana. Alles in allem ist es ein riesiges Tabuthema, was leider auch vom Krankenhaus selbst vermittelt wird. Das Wort HIV zum Beispiel wird bei den betroffenen Patienten, die im Krankenhaus dagegen in Behandlung stehen, nicht in den Mund genommen, man spricht nur vom „Retro-Virus“, um die Betroffenen und deren Angehörigen nicht zu verunsichern. Der zuständige Arzt erzählte uns von einer Patientin, die vor mehreren Jahren positiv getestet wurde und ihren Ehemann darüber nicht informieren wollte, da sie Angst vor seiner Reaktion hatte. Da es in Ghana recht üblich ist, dass ein Mann mehrere Liebschaften pflegt, konnte sich durch die Unwissenheit des Ehemanns das Virus ohne große Schwierigkeiten ausbreiten. Die Verwendung von Kondomen wird gesellschaftlich ver-schmäht, was die Eindämmung der Krankheit nicht verbessert.

Ansonsten hatte man im Krankenhaus oft Kontakt zu Menschen mit Lungenentzün-

dungen, Asthma, Gastrointestinalen Infektionen oder Harnwegsinfekten, was hauptsächlich auf die mangelnde Hygiene zurückzuführen ist.

## Ausbildungsstätte:



Im Mount Sinai Hospital in Abwakwa, ein Nachbarort von Esaase waren wir Freiwilligen tätig. Es wurde von dem Ghanaischen Arzt Dr. Daniel Essien vor ca. 10 Jahren aufgebaut. Es steckt immer noch in der Aufbauphase, der 2. Stock ist noch ein kompletter Rohbau. Es ist ein sehr kleines Krankenhaus und dient vor allem der Erstversorgung der Bewohner der umliegenden Dörfer. Es gibt 4 Krankenstationen mit jeweils ca. 15 Betten, die in Frauen-, Männer-, Kinder- und Geburtenstation unterteilt werden. Stationär behandelt werden vor allem Patienten mit Malaria, Pneumonien oder Gastrointestinalen Erkrankungen. Zudem gibt es auch einen Ambulanzbereich, indem immer reger Betrieb herrscht. Ein kleiner Operationsaal ist auch vorhanden, dort werden hauptsächlich gynäkologische Eingriffe, wie Kaiserschnitte durchgeführt. Dabei konnte man als Freiwilliger immer zuschauen. Für mich war das sehr eindrücklich, wie man mit wenigen Mitteln und einfachen Werkzeugen versucht hat, dem Patienten best möglichst zu helfen.

Zum Beispiel waren sie für eine Vollnarkose nicht ausgestattet und hatten auch kein Händedesinfektionsmittel.

Große Aufgaben wurden uns Freiwilligen jedoch eher weniger zugeteilt. Wir konnten uns unseren Tag im Großen und Ganzen selbst einteilen und dort mithelfen, wo Not am Mann war. Highlight waren die täglichen Evening Rounds mit Dr. Essien. Auf der abendlichen Visite untersuchte er dabei jeden Patienten gründlich und erzählte uns stets viel über gängige Krankheitsbilder und Behandlungsmethoden, wodurch wir viel über das Gesundheitswesen in Afrika erfahren konnten.

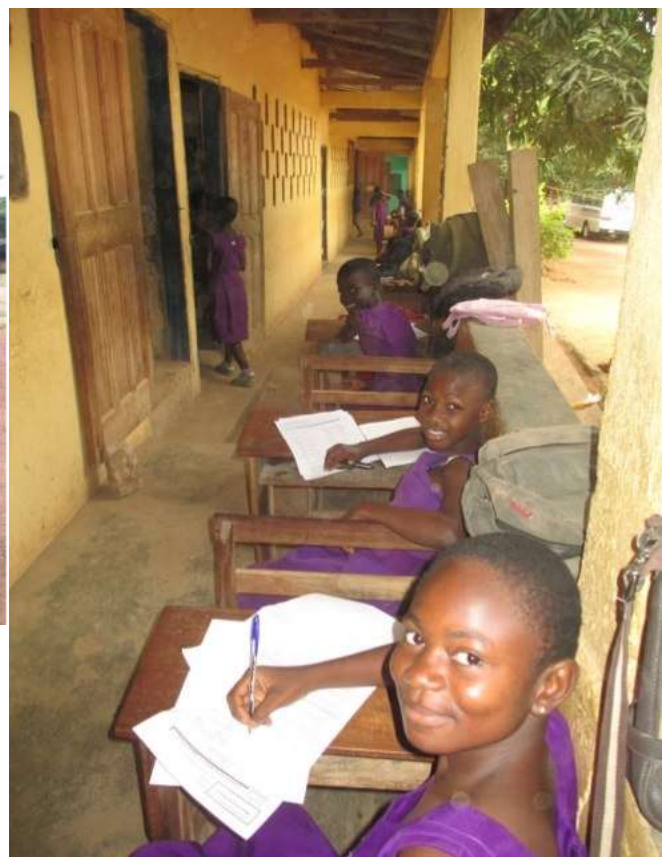
Freitag war auch immer ein besonderer Tag. Da kam der Gynäkologe, der in Kumasi an der Universitätsklinik angestellt war, zu Besuch und untersuchte alle schwangeren Frauen der Umgebung. Schon früh morgens entstand dann eine Warteschlange bis auf die Straße hinaus und ca. 100 Frauen warteten mit runden Bäuchen auf ihren Termin. Neben zahlreichen gynäkologischen Untersuchungen, bekam jede werdende Mutter eine Malariaprophylaxe zur Prävention von Komplikationen.

Ansonsten verbrachte man viel Zeit mit den dortigen Krankenschwestern und Pflegepersonal. Diese waren alle etwa im gleichen Alter wie ich und durch Unterhaltungen mit ihnen, lernte man viel über die dortige Kultur, Alltagsgewohnheiten, Sorgen und Freuden. So taten sich neben vielen Unterschieden auch ein paar Parallelen auf – z.B. hatte jeder Whats App oder Facebook. Das gesamte Personal war sehr freundlich, man wurde gleich herzlich empfangen und fühlte sich stets gut aufgehoben.





Meine letzte Woche verbrachte ich in der Schule und Kinderheim, an welche das Freiwilligenhaus anliegt. In diese Einrichtung gehen ca. 300 Kinder im Alter zwischen 2-15 Jahren, wobei etwa 20 im Kinderheim untergebracht sind. Falls man möchte kann man auch den dortigen Lehrern aushelfen und eine Klasse mit Unterrichten übernehmen. Mit dem luxuriösen westlichen Standard, der in unseren Schulen zu finden ist, kann es nicht verglichen werden. Oft fehlt das Geld für die Instandhaltung oder Reparatur von Stühlen und Tischen und so kommt es häufig vor, dass es nicht genügend Sitzgelegenheiten für alle Schüler gibt. Zudem wird oft der Kugelschreiber durch das Klassenzimmer geworfen, da zwecks Mangelware dieser auch geteilt werden muss. Die Arbeit mit den Kindern hat mir jedoch sehr viel Spaß gemacht. Es wurde sehr geschätzt, wenn man sich mit ihnen beschäftigte. So lernte ich viele tolle Pausenspiele und Tänze von den Mädchen, oder jagte in Flipflops einem zerfetzten Ball hinterher beim Fußballspielen mit den Jungs. Grundsätzlich waren es sehr fröhliche Kinder, die in einfachen Verhältnissen groß werden, jedoch sehr zufrieden wirken.



## Wohnen und Essen:

Untergebracht waren wir im Freiwilligenhaus von Mr. Boateng ( Mit mir waren zeitgleich dort: 1 Amerikaner, 2 Schweizer, 3 Spanier, 1 Österreicher). Das Freiwilligenhaus liegt neben der Schule, dem Kinderheim und Mr. Boatengs Wohnung, der dies alles aufgebaut hat und managt. Jeder Freiwilliger hatte sein eigenes Zimmer mit Bett und Moskitonetz, welches teilweise nicht ganz funktionsfähig war. Sanitäre Anlagen gab es nicht in jedem Zimmer, ich musste auf diese im Gang ausweichen. Anfangs war es sehr gewöhnungsbedürftig, da man zum Duschen nur kaltes Wasser und einen Eimer zur Verfügung hatte. Bis auf ein paar Ausfälle war Strom eigentlich meistens verfügbar. Internet bekommt man am besten, wenn man sich eine ghanaische Simkarte besorgt und diese ins eigene Smartphone reinsetzt. Es ist sehr günstig und die Verbindung ist ganz in Ordnung.

Auch an das Essen musste man sich anfangs erst gewöhnen. Es gibt kein Besteck und so isst man alles, von Eintopf über Reis bis Fleisch, mit der Hand. Zum Frühstück wurde immer Weißbrot zur Verfügung gestellt, dafür haben wir uns dann im Supermarkt Nutella, Marmelade oder Honig gekauft. Der Hauptnahrungsbestandteil ist mit Sicherheit Reis! Einmal am Tag kommt er immer auf den Tisch. Die Küche ist sehr fettarm, aber dafür sehr kohlenhydratreich. Meistens gab es einen Eintopf mit Fisch oder Fleisch und dazu Reis oder Yam (Schwarzwurzel). Als Ergänzung haben wir uns oft auf dem Markt frische Früchte, wie Bananen oder Mango gekauft, die waren echt ein Traum! Sauberes Wasser gibt es überall in abgepackten Plastiksäcken, die man an der Seite aufreißt und schließlich das Wasser raussaugt. Man muss sich anfangs auf einen niedrigeren Standard reduzieren, aber man lernt sehr schnell damit umzugehen und mit den dortigen Gewohnheiten zu leben.



## Finanzielles:

Mit welchen Ausgaben muss man rechnen?

- ✓ Vorbereitungskosten: Flug ca. 1000€; Visum: 100€; Gelbfieberimpfung: 30€; Unterkunftskosten: 300€/Monat; Amsbeitrag: 75€ (Reisekosten, Visum,
- ✓ Ausgaben in Ghana selbst: sehr gering!! Mit Essen, tägl. Fahrtkosten ins Krankenhaus, Wochenendreisen/Hotelaufenthalte, Ghanaischer Simkarte und Wertkarten, Souvenirs: 200€

## Welche Internetadressen empfiehlst Du:

- ✓ <https://www.facebook.com/groups/akwaabaesaase/>
- ✓ <http://akwaaba-esaase.org/>

## Welche Bücher kannst Du empfehlen:

- ✓ Ghana. Praktisches Reisehandbuch für die Goldküste Westafrikas, Jojo Cobbinah, Meyer Reiseführer;
  - Sehr praktisch zur Vorbereitung auf Ghana, da auch sehr viele kulturelle Aspekte über das Land drin stehen. Falls man vor hat an den Wochenenden zu verreisen, ist es auch sehr empfehlenswert, da man tolle Geheimtipps und Unterkünfte mit Telnr. drinnen findet.

## Freier Teil:

In unserer Freizeit an den Wochenenden haben wir Freiwilligen gemeinsam sehr viel unternommen. Wir sind in einen Nationalpark gefahren, an einen See, auf den größten Markt von Westafrika in Kumasi und haben eine Abstecher an die Küste gemacht, wo früher die Hochburg der Sklavenverschiffung war. Mit öffentlichen Transportmitteln, vor allem Bussen kommt man gut und günstig überall hin. Natürlich ist es immer ein kleines Abenteuer, da man sich auf die Busse nie verlassen kann. Sie fahren erst ab, wenn alle Plätze gefüllt sind. Durch die mit Schlaglöchern überfüllten Straßen und den meist etwas älteren Bussen muss man für die Reise immer sehr viel Zeit einberechnen. Kurze Distanzen legt man mit dem TroTro zurück, das sind umgebaute Lieferbusse, die meist in Europa durch den TÜV gefallen sind und somit nach Afrika verschifft wurden. Oft findet man noch deutsche Aufschriften von irgendeiner Tischlereiwerkstatt. Wenn man mitfahren möchte, stellt man sich auf die Straße und winkt ein spezielles Zeichen, das zum zugehörigen Dorf passt, je nachdem ob sie in deine Richtung fahren, halten sie an. Diese Fahrten waren auch immer sehr abenteuerlich, uns ist es einmal passiert, dass wir zwei Stunden mit Ziegen als unsere Sitznachbarn vorlieb nehmen durften. Bezüglich Sicherheit kann ich für meinen Teil sagen, dass ich mich nie bedroht gefühlt, oder Angst bekommen habe. Es liegt in der Natur der Ghanaer, dass sie dich sofort ansprechen und dich ausfragen, was anfangs ein wenig aufdringlich erscheint. Jedoch hatte ich nie das Gefühl ausgeraubt oder gefährdet zu werden. Alles in allem war es eine sehr spannende Zeit, in der ich sehr viel erleben und auch lernen durfte. Es war oft nicht immer leicht mit dem „African way of life“ umgehen zu können, da man oft zur Langsamkeit gezwungen wird. Aber ich kann es auf jeden Fall weiterempfehlen für jemanden, der neugierig ist, eine komplett andere Kultur und Lebensart auf unserer Erde kennenzulernen. Wenn man Afrika zum ersten Mal bereist, ist Ghana sicherlich ein geeignetes Land dafür, da es sehr sicher und ruhig ist, ohne nennenswerte politische Aufstände oder armutsbedingte

Krisen.

Für weitere Fragen oder Fotos stehe ich gerne zur Verfügung unter: [julia.marxer@hotmail.de](mailto:julia.marxer@hotmail.de)

