

Fokus

23/4 11.2023

Schwerpunkt Überleben und Gedeihen trotz Frühgeburt

SolidarMed bewegt Wissen über den Gesundheitszustand von Frühgeborenen

SolidarMed persönlich Catherine Nachalwe hat neue Perspektiven erhalten

Engagement Für Prävention, Diagnose und Behandlung von Diabetes

Gesunder Start ins Leben



Gesundheit braucht Teamwork.

SOLIDAR
MED

03 Standpunkt

Überleben und Gedeihen trotz Frühgeburt

Landeskoordinator Benatus Sambili über die hohe Neugeborenensterblichkeit in Tansania und wie SolidarMed zusammen mit lokalen Partnern dagegen vorgeht.

04 Schwerpunkt

Die ersten Minuten entscheiden

In einem dreijährigen Projekt verbessert SolidarMed die Überlebenschancen von Frühgeborenen und untergewichtigen Neugeborenen in der ländlichen Region Morogoro in Tansania.

08 SolidarMed bewegt

Daten ermöglichen optimale Prävention

Eine Studie begleitet das Projekt für Neu- und Frühgeborene in Tansania, um die Aktivitäten hinsichtlich Qualität und Kosteneffizienz zu überprüfen.

10 SolidarMed persönlich

Tausende Leben verändern?

Catherine Nachalwe aus Sambia wuchs in armen Verhältnissen auf. Unter anderem dank einem Praktikum bei SolidarMed hat sie neue Perspektiven erhalten.

12 Projekte

Neue mobile Praxis in Tansania

Für die Bevölkerung aus den abgelegenen Dörfern im Malinyi-Distrikt wird die Gesundheitsversorgung durch die mobile Praxis verbessert.

16 Team Gesundheit

Vielen Dank, dass Sie zum Team Gesundheit gehören!

Die neue Bekanntheitskampagne von SolidarMed betont die Wichtigkeit der Teamarbeit: Gesundheit kann nur gemeinsam erreicht werden.

Auf dem Cover



Mariam Ongala* und ihre Tochter Zawadi, die im sechsten Schwangerschaftsmonat mit gerade mal 600 Gramm zur Welt kam. Es ist ihr einziges Kind – zuvor erlitt sie fünf Fehlgeburten. *ob*

*Name zum Schutz der Person geändert.

Impressum «SolidarMed Fokus» 23/4

Verlag und Redaktion: SolidarMed, Obergrundstrasse 97, CH-6005 Luzern
Telefon +41 41 310 66 60, kontakt@solidarmed.ch, solidarmed.ch

Redaktion: Christian Heuss *ch*, Pierina Maibach *pm*, Ramon Marti *rm*, Sidonie Spörri *ss*, Bettina Wyler *bw* **Layout:** René Sager **Bilder:** Olivier Brandenberg *ob*, Ricardo Franco *rf*, Laura Ruckstuhl *lr*, René Sager *rs*

Druck: Brunner AG, Druck und Medien, Kriens

Papier aus 100% Recycling

Auflage: 20'500

«SolidarMed Fokus» erscheint viermal jährlich. Das **Abonnement** kostet jährlich CHF 5.– und wird einmalig von Ihrer Spende abgezogen. Für Vereinsmitglieder und Gönner:innen ist es im Jahresbeitrag enthalten. Jahresbeitrag **Gönner:innen:** CHF 120.–, Jahresbeitrag **Einzelpersonen:** CHF 50.–, Jahresbeitrag **Familien und Institutionen:** CHF 80.– **Spenden** an **Postkonto** 60-1433-9, lautend auf: SolidarMed, CH-6005 Luzern. **IBAN:** CH09 0900 0000 6000 1433 9 **BIC:** POFICHBEXXX **Online spenden:** solidarmed.ch/spenden **Herzlichen Dank!**

SolidarMed verbessert die Gesundheitsversorgung von mehr als 3 Millionen Menschen im ländlichen Afrika und in Hyderabad, Indien. Wir stärken gezielt medizinische Einrichtungen und bilden das einheimische Gesundheitspersonal aus und weiter. Unsere Projekte entstehen in enger Zusammenarbeit mit den lokalen Partnern, begleitet von Gesundheitsfachleuten vor Ort. Als Schweizer Non-Profit-Organisation mit Zewo-Zertifikat arbeitet SolidarMed effizient, gewissenhaft und transparent. **SolidarMed wird von der Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit DEZA, Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten EDA, unterstützt.**



Gedruckt auf FSC-Papier

Überleben und Gedeihen trotz Frühgeburt



Benatus Sambili

Landeskoordinator Tansania

Neugeborene, die ihren ersten Monat nicht überleben, machen weltweit fast die Hälfte aller Todesfälle bei Kindern unter fünf Jahren aus. Die meisten Neugeborenen sterben gar innerhalb des ersten Tages nach der Geburt. Die Hauptursachen sind Atemprobleme, Frühgeburt, niedriges Geburtsgewicht und Infektionen. Um das Überleben von Neugeborenen zu sichern, braucht es deshalb kompetente medizinische Versorgung sowohl während der Schwangerschaft, der Geburt als auch der Zeit unmittelbar nach der Entbindung.

In Tansania ist die Neugeborenensterblichkeit mit 20 Todesfällen auf 1'000 Lebendgeburten weiterhin überdurchschnittlich hoch. Seit 2018 engagiert sich SolidarMed deshalb gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium und regionalen Gesundheitsbehörden für eine verbesserte Gesundheit von Frühgeborenen und Neugeborenen mit niedrigem Geburtsgewicht. Nach dem erfolgreichen Projekt «Gesunde Neugeborene in Malinyi» von 2018 bis 2021 hat SolidarMed im Anschluss das Projekt «A Good Start» begonnen.

Ziel ist es, an drei Spitälern die Überlebenschancen von Neugeborenen nachhaltig zu erhöhen, indem gegen Infektionen, Unterkühlung, Atemnot und Ernährungsprobleme vorgegangen wird. Das Projekt hat drei Schwerpunkte: Errichtung von spezialisierten Geburtenstationen, Bereitstellung von geeigneter Technologie und Ausrüstung sowie praxisnahe Weiterbildung, Coaching und Mentoring des Personals.

Lokale Ingenieur:innen planen und überwachen diese Projekte, und sogenannte Fundi (Swahili für Techniker:in) führen die Bauarbeiten durch.

Das Good-Start-Projekt will aber nicht nur das Überleben der Neugeborenen in den ersten kritischen Tagen sicherstellen, sondern auch ihre weitere Entwicklung fördern. Dazu erforscht SolidarMed gemeinsam mit dem Ifakara Health Institute, einer renommierten lokalen Forschungseinrichtung, welche Massnahmen es braucht, damit Neugeborene auch nach der Entlassung aus dem Spital ideal versorgt sind.

Weitere Einzelheiten zum Projekt «A Good Start» finden Sie auf Seite 4–9.

Vielen Dank, dass Sie sich an den Bemühungen beteiligen, das Überleben und die Entwicklung von Neugeborenen zu fördern. ■



▲ Die kleine Zawadi («Geschenk») kam mit lediglich 600 Gramm zur Welt. Dank der Känguru-Methode wiegt sie mit zwölf Wochen 2,6 Kilogramm. *ob*

Die ersten Minuten entscheiden

In Tansania sterben jährlich rund 45'000 Neugeborene aufgrund unzureichender medizinischer Versorgung. In einem dreijährigen Projekt verbessert SolidarMed die Überlebenschancen von Frühgeborenen und untergewichtigen Neugeborenen in der ländlichen Region Morogoro und setzt dabei auf eine bewährte Methode.

Tansania Die hügelige Kleinstadt Mahenge ist noch von morgendlichem Nebel bedeckt, durch das saftige Grün der Bäume weht eine feuchte Brise. Auf der Geburtsstation im Distrikthospital herrscht bereits reger Betrieb. Soeben hat eine junge Frau einen kleinen Jungen zur Welt gebracht. Doch der Geburtsschrei bleibt aus. Pflegefachfrau und Hebamme Leticia Mwamlambo realisiert sofort, dass etwas mit der Atmung des Babys nicht stimmt und

die Situation sehr kritisch ist. Nun muss es schnell gehen, denn bei Neugeborenen entscheidet jede Minute über Leben und Tod. Mithilfe eines Beatmungsgeräts, das SolidarMed vor kurzem beschaffte, gelingt es ihr, die Atmung des Kindes anzuregen und zu stabilisieren.

«In dieser Situation hätte ich noch vor einigen Wochen wenig machen können, weil wir keine Ausrüstung zur



Tansania

Einwohner:innen:	63,6 Mio.
Neugeborenensterblichkeit*:	20 (Schweiz: 3)
Geburtenrate:	4,7 pro Frau

*Todesfälle < 28 Tage je 1'000 Lebendgeburten

Verfügung hatten», kommentiert die 36-Jährige. Seit über zehn Jahren kümmert sie sich um Mütter und ihre Neugeborenen. Es sei ein anspruchsvoller Job, sagt sie, denn vielerorts fehlt es an medizinischer Infrastruktur und ausreichend geschultem Personal.

Ein sicherer Start ins Leben

Dank SolidarMed hat sich die Situation am Mahenge-Spital bereits stark verbessert: Das Distriktspital ist eines von drei Spitätern in der ländlichen Region Morogoro, deren Abteilungen für Neugeborene mit der Unterstützung von SolidarMed ausgebaut werden.

«Das Schlimmste ist, wenn man weiss, was zu tun wäre, aber die Ausrüstung dazu nicht hat. Das ist traurig und frustrierend.»

Leticia Mwamlambo,
Pflegefachfrau und Hebamme
im Distriktspital Mahenge

Dadurch konnten in Mahenge bereits medizinische Geräte, wie das erwähnte Beatmungsgerät, beschafft werden – der Ausbau der Abteilung ist noch im Bau. Zuvor fehlte die notwendige Infrastruktur, um insbesondere Frühgeborene und Neugeborene mit niedrigem Geburtsgewicht versorgen zu können. Doch nicht nur medizinische Geräte sind entscheidend, auch Wissen ist essenziell. Deshalb werden die Fachpersonen an den Spitätern in der Versorgung von untergewichtigen Frühgeborenen geschult. So sollen sich die Überlebenschancen von jährlich 12'000 Neugeborenen im Einzugsgebiet der drei Gesundheitseinrichtungen merklich verbessern.

Das ist dringend nötig, denn die Sterblichkeit bei Neugeborenen in Tansania ist mit 20 Todesfällen auf 1'000 Lebendgeburten erschreckend hoch. Zum Ver-

gleich: In der Schweiz liegt diese bei 3. In ländlichen und schwer zugänglichen Gebieten Tansanias liegt die Rate noch höher. Obschon die Regierung das Engagement zur Senkung der Sterblichkeitsrate in ihrer aktuellen Gesundheitsstrategie bekräftigt, ist das Land noch weit davon entfernt, das UNO-Nachhaltigkeitsziel von maximal 12 Todesfällen auf 1'000 Lebendgeburten bis ins Jahr 2030 zu erreichen. Die mangelhafte medizinische Versorgung von Früh- und Neugeborenen in den ersten Stunden nach der Geburt ist ein wichtiger Grund dafür: Das Risiko, an Atemnot, Unterkühlung oder anderen Komplikationen zu sterben, ist in dieser Zeit besonders hoch. Die Fachkräfte in den Gesundheitseinrichtungen müssen deshalb bei Bedarf schnell reagieren können.

Kontinuierlicher Haut-zu-Haut-Kontakt

Eine einfache, aber lebensrettende Methode gegen Unterkühlung und Infektionen bei untergewichtigen und kranken Neugeborenen ist die sogenannte Känguru-Methode. SolidarMed konnte dank dieser anerkannten Methode bereits in einem vergleichbaren Kontext positive Ergebnisse erzielen und dessen Wirksamkeit im Pilot-



▲ Die Hebamme Lilly Rwabutembo ist seit zehn Jahren am Regionalspital in Morogoro tätig. ob

projekt am Lugala-Spital deutlich aufzeigen (siehe Kasten «Ausbau eines bewährten Konzepts»).

Vor einigen Monaten wurde auch am Referenzspital der Regionshauptstadt Morogoro eine Frühgeborenen-Station fertiggestellt. Die dort stationierten Frauen haben ihre Babys sehr früh geboren und können dank der spezialisierten Abteilung nach der Geburt



▲ Mariam Ongala* beim wöchentlichen Treffen auf der Abteilung für Früh- und Neugeborene im Regionalspital in Morogoro. ob



▲ Nasra Kilombas* Sohn Samwel* hat sich dank der Lichttherapie am Mahenge-Spital schnell von seiner Gelbsucht erholt. ob

noch einige Tage im Spital verbringen. Um die Privatsphäre der Patientinnen zu gewährleisten, ist die Frühgeborenen-Station vom restlichen Teil der Geburtenstation getrennt – im grosszügigen Raum herrscht eine ruhige Atmosphäre.

Die Hebamme und Pflegefachfrau Lilly Rwabutembo betreut und begleitet die Frauen und gibt ihnen ihr Wissen weiter: «Viele der Mütter hier hatten Komplikationen während der Geburt. Sie haben Angst, etwas falsch zu machen, und brauchen Unterstützung, damit sie sich im Umgang mit ihrem untergewichtigen Neugeborenen

sicher fühlen», erzählt die Hebamme. Während sie spricht, kleidet sie ein

«Auch ich dachte früher, dass ein Frühgeborenes mit möglichst vielen Tüchern zugedeckt und so warm gehalten werden muss.»

**Mariam Ongala*,
Mutter eines frühgeborenen Mädchens**

wenige Tage altes Baby ein, das sie zuvor gebadet hat. Sie erklärt den Müttern auch die Grundsätze der

Känguru-Methode. Idealerweise trägt die Mutter – oder eine andere Betreuungsperson – das Frühgeborene während mindestens acht Stunden am Tag direkt auf der Haut – und das während mehreren Wochen. Das stellt für viele Frauen eine Herausforderung dar, weiss die Hebamme: «Viele Mütter praktizieren die Känguru-Methode zuhause nicht gleich konsequent», sagt sie. Umso wichtiger seien die wöchentlichen Nachkontrollen nach der Entlassung aus dem Spital. Die Mütter kommen hierzu jeden Freitag zurück auf die Station und lassen das Gewicht und den Gesundheitszustand ihres Babys kontrollieren.

Eine dieser Frauen ist Mariam Ongala*. Ihre Tochter kam im sechsten Schwangerschaftsmonat mit gerade mal 600 Gramm zur Welt und musste einige Tage auf der Intensivstation versorgt werden. Es ist ihr einziges Kind – zuvor erlitt sie fünf Fehlgeburten. «Sie ist unser Geschenk. Deshalb haben wir ihr den Namen Zawadi gegeben», sagt sie und streicht dem kleinen Mädchen sanft die Stirn. Zawadi bedeutet Geschenk auf Swahili. Mariams Hingabe zeigt sich auch bei der Känguru-Methode, die sie mit grosser Ausdauer anwendet. «Mein Umfeld reagierte zuerst erstaunt, weil sie es nicht verstanden haben», erinnert sie sich. «Auch ich dachte früher, dass ein Frühgeborenes mit möglichst vielen Tüchern zugedeckt und so warm

Ausbau eines bewährten Konzepts

Im Jahr 2018 startete SolidarMed ein Pilotprojekt zur Verbesserung der Gesundheit von Neugeborenen im Lugala-Spital im Distrikt Malinyi. Im Juli 2019 eröffnete das Spital eine Abteilung für Frühgeborene und eine Intensivstation für schwer kranke Neugeborene. Im Zentrum steht die «Känguru-Methode», bei der die Mutter ihr Neugeborenes für mehrere Stunden täglich direkt auf der Haut trägt. Der Körperkontakt hilft dem Baby, die eigene Körpertemperatur zu regulieren, und stärkt dessen Widerstandsfähigkeit gegen Infektionen und Krankheiten. Die Methode ist einfach und kostengünstig – ein wichtiges Kriterium in einem Land, in dem fast jede siebte Person in Armut lebt und es an medizinischer Infrastruktur für Neugeborene fehlt. SolidarMed zeigte im Pilotprojekt eindrucksvolle Verbesserungen auf: Die Überlebenschance von Neugeborenen in den kritischen ersten Tagen stieg von anfangs 76 auf 91 Prozent an.

gehalten werden muss». Dann lernte sie, dass sich das Einwickeln stattdessen negativ auswirkt, weil die Babys ihre Körpertemperatur durch die dicken Schichten nicht mehr regulieren können. Mariams Durchhaltewille im Anwenden der Känguru-Methode zahlt sich nun aus: Beim Gesundheitscheck schneidet die zwölf Wochen alte Zawadi gut ab und die Waage zeigt bereits 2,6 Kilogramm an. «Ich freue mich über jedes Gramm», sagt Mariam gerührt.

Station bald betriebsbereit

Im über 250 km entfernten Mahenge neigt sich der Arbeitstag von Leticia Mwamlambo langsam dem Ende zu. Sie ist heute länger geblieben, um den neugeborenen Jungen mit den Atemproblemen zu überwachen: «Sein Zustand ist nun stabil. Ich konnte ihn eben vom Beatmungsgerät nehmen»,

erzählt sie strahlend. Während sie spricht, betritt sie ein anderes Zimmer, aus dem ein blauer Schimmer hervordringt. Auf einem erhöhten Tisch liegt ein Neugeborenes unter einem blaugrünen Licht. «Der kleine Samwel* kam zu früh zur Welt und hat eine starke Gelbsucht entwickelt», sagt die Hebamme, während sie das Baby untersucht. Er kann dank der neuen Lampe effektiv behandelt werden. Zuvor habe sie den Müttern lediglich raten können, mehrmals am Tag mit ihren Babys an die Sonne zu gehen – was keine ideale Lösung sei.

Der voranschreitende Anbau im Distrikthospital lässt bereits erahnen, wie die Station für Frühgeborene und untergewichtige Neugeborene schon bald aussehen wird. Durch die Erweiterung soll in Zukunft genügend Platz vorhanden sein, damit Mütter die

Känguru-Methode unter fachlicher Anleitung lernen und anwenden und die Neugeborenen ideal versorgt werden können. «Der Raum wird sich schnell füllen», ist sich Leticia sicher und fügt hinzu: «Ich erhoffe mir, dass wir viele Leben retten können». ■ ss

**Name zum Schutz der Person geändert.*

Vielleicht ist Ihnen Zawadi bereits am Bahnhof begegnet?

Die Kleine ist eines der Gesichter unserer neuen Kampagne: Gesundheit braucht Teamarbeit. Werden Sie Teil des Teams Gesundheit:

 solidarmed.ch/team-gesundheit



Drei Fragen an Federica Laurenti



▲ Federica Laurenti ist seit April 2022 als Projektleiterin für SolidarMed in Tansania tätig. rs

Das Projekt «A Good Start» geht über die Zusammenarbeit mit Spitälern hinaus. Wieso?

Wenn wir die Neugeborenensterblichkeit senken möchten, müssen wir an

verschiedenen Ebenen ansetzen. SolidarMed sensibilisiert die Bevölkerung über die Risiken von Hausgeburten und die Vorteile der Känguru-Methode. Denn leider suchen schwangere Frauen oder Mütter mit kranken Neugeborenen das Spital oftmals zu spät auf. Dafür sind einerseits die grossen Distanzen oder finanzielle Gründe verantwortlich. Andererseits werden die Frauen von den Gesundheitsposten teilweise zu spät an ein spezialisiertes Spital verwiesen. Auch hier besteht also Aufklärungsbedarf.

Was heisst das für den weiteren Verlauf des Projekts?

Wir werden in den kommenden Monaten die Aufklärungsarbeit in den Gesundheitsposten intensivieren. Ausserdem arbeiten wir weiter daran, die Akzeptanz für die Känguru-Methode in der Bevölkerung zu stärken. Nur

wenn die Vorteile der Methode bekannt sind, wird diese konsequent umgesetzt. Die bereits erzielten Erfolge helfen bei der Verbreitung unserer Botschaft.

Wie haben die Mitarbeitenden an den Spitälern auf das Projekt reagiert?

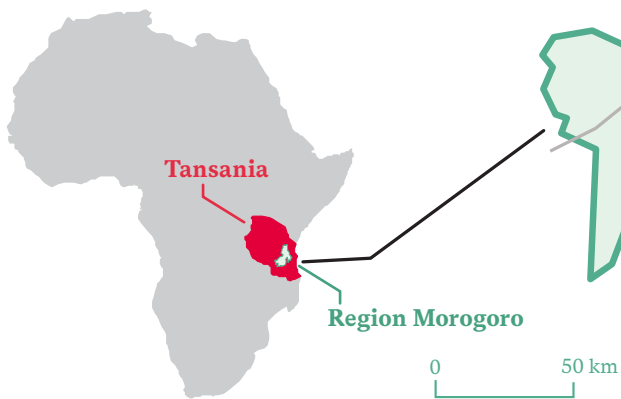
Ich nehme deutlich wahr, dass sich die verbesserte Infrastruktur sowie der gestärkte Erfahrungsaustausch positiv auf die Arbeitsmotivation auswirken. Die Teams haben einen tollen Teamgeist. Das freut mich sehr. Denn schlussendlich ist es das Engagement jedes:r Einzelnen und die Zusammenarbeit im Team, was den grossen Unterschied macht – ganz besonders in einem schwierigen Arbeitsumfeld mit limitierten Ressourcen. ■ ss

Daten ermöglichen optimale Prävention

Tansania In einem dreijährigen Projekt trägt SolidarMed dazu bei, die Neugeborenensterblichkeit in der Region Morogoro mit über 3,2 Millionen Einwohner:innen zu senken, indem die Versorgung von untergewichtigen oder kranken Neugeborenen entscheidend verbessert wird. Dank des Projekts werden alle drei Projekt-Spitäler über eine spezialisierte Abteilung verfügen, um gefährdete Frühgeborene und untergewichtige oder kranke Neugeborene zu behandeln.

Eine begleitende Studie misst die Aktivitäten an den drei Spitälern hinsichtlich ihrer Qualität und Kosteneffizienz. Hierzu werden die Gesundheitsdaten von insgesamt 340 Neugeborenen während ihres Spitalaufenthalts und den darauffolgenden 28 Tagen erhoben. Es handelt sich dabei um Neugeborene, deren Überlebenschancen aufgrund einer Frühgeburt, geringem Geburtsgewicht (<2500 g), Geburtskomplikationen oder einer Infektion gefährdet sind. Die Studienergebnisse liefern wertvolle Erkenntnisse, um Empfehlungen für weitere Massnahmen auszusprechen und festgestellte Schwachstellen zu beheben. ■ ss

Einzugsgebiet der Studie:



- ### Massnahmen
- ▶ Bau einer Neugeborenen-Abteilung für Frühgeborene
 - ▶ Beschaffung fehlender Geräte (z. B. Beatmungsmaschinen)
 - ▶ Schulung von Personal zur Neonatalversorgung und Intensivpflege
 - ▶ Sensibilisierung der Bevölkerung mit Neugeborenen



Todesfälle bei Neugeborenen in Tansania: 20 auf 1'000 Lebendgeburten (Schweiz: 3)
 UN-Nachhaltigkeitsziel bis 2030: Die Sterblichkeit bei Neugeborenen auf höchstens 12 je 1'000 Lebendgeburten zu senken.



Datenerhebung

Zusammen mit dem Ifakara Health Institute werden Gesundheitsdaten systematisch erhoben, um die Qualität und den Fortschritt der Aktivitäten zu überwachen und hinsichtlich ihrer Kosteneffizienz zu bewerten.

In der Gesundheitseinrichtung: Während des Spitalaufenthalts werden regelmässige Kontrollen zum Gesundheitszustand der Neugeborenen erfasst (z. B. Gewichtszunahme).

Nach Entlassung aus dem Spital: Der Gesundheitszustand der Neugeborenen wird nach dem Austritt aus dem Spital weiterhin regelmässig untersucht und festgehalten. Zudem werden die Betreuungspersonen dazu befragt, wie sie die Behandlung im Spital sowie die Anwendung der Känguru-Methode erleben und mit welchen Herausforderungen sie konfrontiert sind.

Regionalspital Morogoro

Anzahl Lebendgeburten 2021*:

5'941

davon Frühgeburten:

10% (594)

Gesundheitszentrum Kibaoni

Anzahl Lebendgeburten 2021*:

4'407

davon Frühgeburten:

15% (671)

Distriktspital Mahenge

Anzahl Lebendgeburten 2021*:

959

davon Frühgeburten:

10% (96)

* Zahlen stammen aus der Baseline-Studie im Jahr 2021.



▲ Die Mütter besuchen das Spital nach Austritt weiterhin wöchentlich für einen Gesundheitscheck. *ob*



▲ Die beiden SolidarMed-Mitarbeiterinnen Federica Laurenti (r.) und Mary Yagalla (l.) tauschen sich über die erhobenen Daten aus. *ob*

« Um die Wirkung unserer Aktivitäten zu messen, müssen wir den Gesundheitszustand der Neugeborenen auch nach ihrem Austritt aus dem Spital kennen. Deshalb geht unsere Datenerhebung über die Dauer des Spitalaufenthalts hinaus. »

Federica Laurenti,
Projektleiterin «A Good Start»

Indikatoren

nach
werden die
ndung der
d.



Ergebnisse

Aus den Erkenntnissen wird ein optimales Paket an Massnahmen zur Verhinderung von Todesfällen bei Neugeborenen abgeleitet.



Wissenstransfer und Politikdialog

Die Forschungsergebnisse und Handlungsempfehlungen werden in Arbeitsgruppen und an wissenschaftlichen Konferenzen präsentiert und mit dem Gesundheitsministerium geteilt, um die Massnahmen mittelfristig auf weitere Gesundheitseinrichtungen auszudehnen.

Tausende Leben verändern?



▲ Catherine Nachalwe will ihre Mitmenschen über den Erhalt der Natur und den Klimawandel aufklären. zvg

Catherine Nachalwe aus Sambia wuchs in armen Verhältnissen auf. Dank der Wohltätigkeitsorganisation «Our Moon Education» und einem Praktikum bei SolidarMed hat sie neue Perspektiven erhalten. Im September begann die 19-Jährige ein Universitätsstudium in den USA mit dem Ziel, die Entwicklungen in ihrem Heimatland mitzuprägen.

Da ist ein Leuchten in ihren Augen. Ein zufriedener Blick auf ihren bisherigen Lebensweg. Eine ambitionierte Vision der Zukunft – ihrer eigenen, aber auch jener vieler anderer. In einem Gespräch mit SolidarMed blickt Catherine Nachalwe aus Sambia auf ihre Vergangenheit und ihre Erfahrungen zurück, die sie dank *Our Moon Education* und SolidarMed

machen konnte. *Our Moon Education* ist eine Wohltätigkeitsorganisation für die Ausbildung junger, kluger Menschen in Sambia (siehe Kasten). Dank einem Zwischenjahr bei dieser Organisation und einem anschließenden Praktikum bei SolidarMed in Sambia erhielt Catherine die Chance auf ein Bachelor-Studium an der Duke-Universität in North Carolina,

USA. Sie hat viele Steine beiseiteschieben müssen, um so weit zu kommen.

Ein Wendepunkt im Leben

Spulen wir 19 Jahre zurück: Catherine Nachalwe kommt in Lusaka, der Hauptstadt Sambias, zur Welt. Sie wächst mit zwei älteren Schwestern und einem älteren Bruder in armen Verhältnissen auf. Mit fünf Jahren

stirbt ihr Vater. «Für meine Mutter war es sehr schwierig, für alle Kinder zu sorgen und uns eine gute Bildung zu ermöglichen», erzählt Catherine. Deshalb besucht sie eine der sogenannten Gemeindeschulen. Es sind Gratisschulen für arme und benachteiligte Kinder, die von der lokalen Bevölkerung gegründet und betrieben werden und über wenig Ressourcen verfügen.

Die begabte Schülerin hätte mit ihren starken Leistungen einen Platz an einer der besten Sekundarschulen des Landes erhalten, der sogenannten David-Kaunda-Sekundarschule. Da ihre Mutter jedoch das Geld für die Schulgebühren nicht aufbringen kann, besucht Catherine stattdessen die Sekundarschule St. Francis and Clare. 2021 schliesst sie diese als eine der Jahrgangsbesten ab. Ein Schulkamerad rät ihr aufgrund ihrer hervorragenden Noten, sich auf ein Zwischenjahr bei *Our Moon Education* zu bewerben. Das

«Arzt oder Ärztin ist in Sambia die angesehenste Berufsgattung.»

Catherine Nachalwe,
ehemalige Praktikantin
bei SolidarMed Sambia

macht sie – mit Erfolg. Catherine nimmt am Programm teil und lernt, offen, kooperativ und wissbegierig zu sein. «Das Zwischenjahr war ein Wendepunkt in meinem Leben», erzählt Catherine rückblickend. Die Organisation habe nicht nur ihre Fähigkeiten gefördert, sondern ihr auch die Tür zur Universität geöffnet.

Ein Praktikum bei SolidarMed

Damit die Absolvent:innen des Programms vor Studienbeginn ihre Kompetenzen weiterentwickeln und sich gleichzeitig für die Gesellschaft engagieren, arbeitet *Our Moon Education* mit lokalen Organisationen

zusammen, die Praktika anbieten. So erhält Catherine im ersten Halbjahr 2023 die Möglichkeit, ein Praktikum beim SolidarMed-Büro in Sambia zu absolvieren. Eingesetzt wird sie

«SolidarMed ist eine wundervolle Organisation. Auch ich möchte einmal bedürftigen Menschen helfen.»

Catherine Nachalwe,
ehemalige Praktikantin
bei SolidarMed Sambia

vielseitig: Sie erstellt Fragebögen und sammelt wissenschaftliche Daten, sie hilft bei der Landschaftsplanung und bei der Mitgestaltung von Gärten und prüft, wie ein umweltfreundlicheres und nachhaltigeres Arbeiten in den von SolidarMed initiierten Kompetenzzentren für die klinische medizinische Ausbildung möglich ist. Von ihrem Praktikumsort hält sie viel: «SolidarMed ist eine wundervolle Organisation. Sie verbessert die Gesundheitssituation sehr vieler Menschen», sagt sie. Dies während des Praktikums täglich zu erfahren, habe sie beeindruckt und inspiriert. «Auch ich möchte einmal meinen Mitmenschen und insbesondere Bedürftigen helfen.»

«Ich spüre eine Verantwortung.»

Lange Zeit habe Catherine sogar selbst Ärztin werden wollen. «Arzt oder Ärztin ist in Sambia die angesehenste Berufsgattung», erklärt sie. Wer in der Schule gute Noten schreibt, wird in der Regel Medizin studieren. Doch mittlerweile hat Catherine andere, ähnlich hohe Ambitionen: «Nach dem Studium in den USA möchte ich nach Sambia zurückkehren und mit dem Ministerium für Grüne Wirtschaft und Umwelt gegen Waldrodung ankämpfen», sagt sie. Sie wolle die Menschen über den Erhalt der Natur und den Klimawandel aufklären. Ihr angestreb-

ter Masterabschluss solle ihr dabei helfen, ihre Heimatgemeinde und ihr Heimatland Sambia weiterzuentwickeln. Denn: «Die zukünftigen Generationen liegen mir am Herzen. Ich spüre eine Verantwortung.» Die Wurzel ihrer Begeisterung für die Umwelt ist dabei medizinischer Natur. «Als Kind litt ich an Asthma», erzählt sie. «Meine Grossmutter braute jeweils Tränke aus Blättern und Wurzeln zusammen, um mein Asthma zu lindern. Ich begann Bäume zu lieben, weil sie mich schützten.»

Catherine ist eine von über 20 Millionen Menschen in Sambia. Doch sie hat Grosses vor. Vielleicht wird die Vision von *Our Moon Education* wahr: Vielleicht ist Catherine wirklich eine, die tausende Leben verändern kann. ■ *rm*

Was ist «Our Moon Education»?

Our Moon Education ist eine Wohltätigkeitsorganisation in Sambia, die sich der Vision verschrieben hat, «mit einem Leben das Leben tausender zu verändern» (auf Englisch: «We change one life to change a thousand»). Durch Bildung und Beratung fördert *Our Moon Education* junge, kluge Menschen in Sambia, die finanziell benachteiligt sind. So sollen sie sich und ihre Familien aus der Armut befreien, zu verantwortungsvollen Führungskräften heranwachsen und ihrem Land zu einem positiven sozialen Wandel verhelfen. Als Vorbilder inspirieren Absolvent:innen ausserdem zukünftige Generationen, ebenfalls für die Zukunft ihres Landes einzustehen.

Dringende Renovation nach Wasserschaden

Mosambik Am Gesundheitszentrum Metoro werden jedes Jahr mehrere Tausend kleinere oder grössere Operationen durchgeführt. Ausserdem kommen pro Jahr ungefähr 9'000 Kinder zur Welt, rund 200 davon per Kaiserschnitt. Es ist die grösste Gesundheitseinrichtung des Distrikts Ancuabe mit einer Bevölkerung von ca. 200'000 Einwohner:innen, andere Spitäler sind mindestens eine Stunde Reisezeit entfernt. Möglich geworden sind die sicheren Geburten und Operationen durch den Bau eines Operationssaales und einer Geburtenstation vor neun Jahren, finanziert von SolidarMed. Doch überdurchschnittliche Regenfälle, starke Winde sowie teilweise mangelhafte Bausubstanz hatten das Dach undicht gemacht. Nach starken Regenfällen konnten daher jeweils ein paar Tage lang keine Operationen durchgeführt werden. Auch nahmen Decken, Wände, Türen und Elektronik zunehmend Schaden, sodass ein sicherer Betrieb nicht mehr gewährleistet war. In Absprache mit den lokalen Gesundheitsbehörden und dem Personal des

Gesundheitszentrums beauftragte SolidarMed daher eine lokale Baufirma mit der Renovation des Daches und dem Ersatz der beschädigten Infrastruktur. Die Fertigstellung der Bauarbeiten können bis Ende Jahr erwartet werden und ab dann sind Operationsaal und Geburtenstation wieder voll funktionsfähig. ■ bw



Ausgewogen ernährt dank frischem Gemüse

Südafrika Seit Juni letztes Jahr wird beim Gemeinschaftszentrum in Gonubie Farmers Hall in der Nähe von East London Gemüse angebaut. Freiwillige aus den umliegenden Siedlungen pflanzen Setzlinge, giessen sie mit Regenwasser, verteilen Kompost, jäten Unkraut und ernten Peperoni, Spinat oder Tomaten. Das Gemüse wird in der Küche des Gemeinschaftszentrums verarbeitet, wo täglich bis zu 161 Kinder und Jugendliche eine Mahlzeit erhalten. Mit verhältnismässig wenig Aufwand sind die Mahlzeiten dadurch ausgewogener und gesünder, wie Zuko Hendrick erklärt. Er ist Projektverantwortlicher bei Jika Uluntu, der lokalen Partnerorganisation von SolidarMed, welche das Gemeinschaftszentrum betreibt.

Der Garten dient zudem als Unterrichtsort – aber nicht nur für die Kinder. «Aufgrund der hohen Arbeitslosigkeit sehen wir grosses Potential darin, wenn die Familien zuhause vermehrt Gemüse, Früchte oder Beeren anbauen», sagt Zuko Hendrick. Die meisten von ihnen betreiben zwar bereits Landwirtschaft, fokussieren aber auf Vieh- oder Hühnerzucht und bauen bisher kaum Gemüse an. Ein Grund dafür ist der schwierige Zugang zu Frischwasser in den informellen Siedlungen. Jika Uluntu wird die Familien deshalb in wassersparender Permakultur schulen und sie in der nachhaltigen Bewirtschaftung der Gärten unterstützen. Sie werden dadurch neue Fähigkeiten lernen, weniger Geld für Essen ausgeben müssen und die Gesundheit der ganzen Familie verbessern. ■ bw



▲ Der Garten beim Gemeinschaftszentrum von Jika Uluntu sorgt für frisches Gemüse und dient als Unterrichtsort. zvg



Die mobile Praxis rollt nun auch in Tansania

Tansania Für die Bevölkerung aus den abgelegenen Dörfern im Malinyi-Distrikt ist die Gesundheitsversorgung meist unerreichbar. Die grössten Hürden sind der weite Weg und die mangelnden finanziellen Mittel für den Transport zum nächsten Gesundheitszentrum. Die Mehrheit der Menschen betreibt Landwirtschaft, doch die Erträge reichen oft kaum aus, um die eigene Familie zu ernähren. Unter der Armut und dem fehlenden Zugang zur Vermeidung, Früherkennung und Behandlung von Krankheiten leidet die Gesundheit der ganzen Bevölkerung.

SolidarMed unterstützt deshalb die Gesundheitsbehörde des Distrikts dabei, medizinische Grundversorgung in diesen Gebieten zugänglich zu machen. Eine mobile Praxis fährt seit Ende September dieses Jahres in die besonders abgelegenen Dörfer. Solche speziell umgebauten, geländegängigen Fahrzeuge sind bereits in den Bergen Lesothos im Einsatz und haben sich dort bewährt. Die mobile Praxis in Tansania, die von der Polarlysstiftung finanziert wurde, ist ebenfalls mit den notwendigsten Geräten und Medikamenten ausgerüstet. Sie bietet unter anderem Dienstleistungen für Schwangere, Mütter mit Neugeborenen und Kleinkindern, sowie Diagnose und Behandlung für Patient:innen mit HIV/Aids, Tuberkulose und nicht-übertragbaren Krankheiten an. Davon profitieren rund 25'000 Erwachsene, nochmals so viele Jugendliche und 18'000 Kinder und Neugeborene. ■ pm

Erfahren Sie mehr darüber im Video (Englisch) mit Projektmanagerin Frida Akyoo auf dieser Seite:



Tansania



Distrikt Malinyi



▲ Ende September nahm das Team die von der Polarlysstiftung finanzierte mobile Praxis im Malinyi-Distrikt in Empfang. zvg



▲ Für die Bevölkerung aus den abgelegenen Dörfern im Malinyi-Distrikt macht die mobile Praxis einen grossen Unterschied. zvg



▲ Der umgebaute Geländewagen ist mit den notwendigsten Geräten und Medikamenten ausgestattet. zvg



▲ Yara Sago* mit ihrer Enkelin Ana* im Chiúre-Spital in Mosambik. Dank des Triage-Systems wurde Anas Malaria-Erkrankung rasch diagnostiziert und sie erhielt Medikamente. rf

*Name von der Redaktion geändert

« Kinder mit einem Notfall prioritär zu behandeln, zahlt sich aus. Die Sterblichkeitsrate ist seit Projektbeginn 2021 deutlich gesunken, sodass wir das Triage-System auf weitere Spitäler ausweiten. »

Thomas Vandamme, Programmverantwortlicher Mosambik

Gemeinsam gegen Diabetes

Diabetes ist eine der häufigsten nicht-übertragbaren Krankheiten weltweit. In Simbabwe und Lesotho arbeitet SolidarMed mit der Stiftung «World Diabetes Foundation» zusammen, um Menschen in ländlichen Regionen Zugang zu Prävention, Diagnose und Behandlung der Krankheit zu verschaffen.

Die Blutzuckerkrankheit Diabetes führt jedes Jahr zu rund zwei Millionen Todesfällen, die meisten davon in Ländern mit niedrigem bis mittlerem Einkommen. Gerade in ländlichen Regionen des südlichen Afrikas sind Spitäler und Gesundheitszentren bisher kaum auf die Behandlung solcher nicht-übertragbaren Krankheiten ausgerichtet – es fehlt weitgehend an medizinischer Versorgung und Prävention. Beispielsweise zeigt eine Untersuchung von SolidarMed in Simbabwe aus dem Jahr 2022, dass vielen ländlichen Gesundheitseinrichtungen grundlegende Ausrüstung fehlt, etwa zur Bestimmung des Blutzuckers oder der Nierenfunktion. Solche Geräte sind essenziell, um eine Diabetes-Erkrankung zu erkennen und ihren Schweregrad zu bestimmen. Zudem mangelt es an geschultem Personal für solche Stoffwechselerkrankungen und die Menschen kennen die negativen Auswirkungen ihrer einseitigen Ernährung kaum.

In Simbabwe und Lesotho weitet SolidarMed deshalb seine Aktivitäten auf nicht-übertragbare Krankheiten wie Diabetes aus. Menschen sollen für eine gesunde, abwechslungsreiche Ernährung sensibilisiert werden und an Diabetes erkrankte Menschen besser diagnostiziert und behandelt werden können. Dieses Engagement umfasst viele unterschiedliche Massnahmen, wie Mikkel Pape Dysted weiss. Er ist Programm-Manager bei der Stiftung «World Diabetes Foundation», welche die Diabetes-Projekte von SolidarMed mitfinanziert. «Einerseits braucht es Schulungen und Material, damit die Gesundheitseinrichtungen die medizinischen Dienstleistungen überhaupt anbieten können», erklärt er. «Andererseits braucht es auch eine verbesserte Administration.» Das umfasse unter anderem das Erstellen von Behandlungsrichtlinien, die Digitalisierung der Dossiers von Patient:innen und das Festlegen von internen Abläufen.

All diese Massnahmen müssen lokal angepasst sein. In Lesotho setzt SolidarMed zusammen mit der Stiftung «World Diabetes Foundation» und vielen weiteren Partnern auf sogenannte Dorfgesundheitsberatende. Sie sind das Bindeglied zwischen Gesundheitseinrichtungen und Dorfgemein-



▲ Zur verbesserten Diabetes-Versorgung gehören auch Aufklärung und kostenlose Blutzuckertests wie hier in Bikita, Simbabwe. *lr*

schaften und damit das Rückgrat des dortigen Gesundheitssystems. Neben HIV und Schwangerschaftsvorsorge sollen sie künftig auch Erkrankungen wie Diabetes abdecken. In Simbabwe liegt der Fokus der Aktivitäten auf den ländlichen Gesundheitseinrichtungen: Das Gesundheitspersonal wird auf Diabetes-Patient:innen geschult und die notwendige Infrastruktur wird aufgebaut. Zusätzlich werden auch hier Dorfgesundheitsberatende für Fragen rund ums Thema Diabetes sensibilisiert.

Mit SolidarMed und «World Diabetes Foundation» haben sich zwei ideale Partner gefunden: SolidarMed kennt die gesundheitlichen Herausforderungen in Lesotho und Simbabwe seit Jahrzehnten und ist bemüht, die neuen Massnahmen in die bestehenden Gesundheitssysteme einzubetten. Die Stiftung «World Diabetes Foundation» bringt weltweite Expertise für Prävention, Diagnose und Therapie von Diabetes mit und stellt die notwendigen finanziellen Mittel zur Verfügung. Beide Partner arbeiten eng mit den lokalen Gesundheitsbehörden zusammen. «Wir hoffen, dass wir dadurch die Diabetes-Versorgung langfristig auf nationaler Ebene verbessern können», sagt Mikkel Pape Dysted. Bei einem Besuch in Simbabwe dieses Jahr habe er einmal mehr gesehen, wie gross der unmittelbare Bedarf dazu sei. ■ *bw*

Bekanntes Gesicht entdeckt?

Du Hoffnung

Du Soforthilfe

Du Herzschlag

Ihre Spende in guten Händen.

SOLIDAR MED

Du bist alles für das Team Gesundheit.

Haben Sie das Baby Zawadi aus unserem Schwerpunktartikel bereits am Bahnhof oder online auf einer Newsseite entdeckt? Die Kleine ist eines der Gesichter unserer neuen Bekanntheitskampagne namens «Gesundheit braucht Teamwork». Nur dank dem Zusammenspiel von Ärzt:innen, Pflegepersonal, Mechaniker:innen und Reinigungspersonal sowie den Patient:innen und ihren Angehörigen kann die Gesundheit

nachhaltig verbessert werden. Und nur durch Ihre Spenden kann SolidarMed die lokalen Partner dabei unterstützen. Danke, dass Sie Teil des Teams Gesundheit sind. ■ pm



solidarmed.ch/team-gesundheit

Einblick ins Team Gesundheit – nehmen Sie am Webinar teil!

Am Dienstag, **5. Dezember um 13 Uhr** werden **Karolin Pfeiffer**, SolidarMed-Programmverantwortliche, und **Federica Laurenti**, Projektleiterin «A Good Start», Sie in einem Webinar mit nach **Tansania** nehmen. Die beiden werden Ihnen einen Einblick in das Projekt zur Verbesserung der Überlebenschance und Gesundheit von Neu- und Frühgeborenen geben. Es besteht zudem die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Wir würden uns freuen, wenn Sie dabei wären. Melden Sie sich gleich jetzt unter dem nachfolgenden Link an. ■ pm



solidarmed.ch/webinar-tansania

Ihre Spende wirkt.



SolidarMed

Obergrundstrasse 97 | CH-6005 Luzern

kontakt@solidarmed.ch | +41 41 310 66 60 | solidarmed.ch



Postkonto: 60-1433-9 | IBAN: CH09 0900 0000 6000 1433 9 | BIC: POFICHBEXXX

Bekanntes Gesicht entdeckt?



Du bist alles für das Team Gesundheit.

Haben Sie das Baby Zawadi aus unserem Schwerpunktartikel bereits am Bahnhof oder online auf einer Newsseite entdeckt? Die Kleine ist eines der Gesichter unserer neuen Bekanntheitskampagne namens «Gesundheit braucht Teamwork». Nur dank dem Zusammenspiel von Ärzt:innen, Pflegepersonal, Mechaniker:innen und Reinigungspersonal sowie den Patient:innen und ihren Angehörigen kann die Gesundheit nach-

haltig verbessert werden. Und nur durch Ihre Spenden kann SolidarMed die lokalen Partner dabei unterstützen. Danke, dass Sie Teil des Teams Gesundheit sind. ■ pm



solidarmed.ch/team-gesundheit

Einblick ins Team Gesundheit – nehmen Sie am Webinar teil!

Am Dienstag, **5. Dezember um 13 Uhr** werden **Karolin Pfeiffer**, SolidarMed-Programmverantwortliche, und **Federica Laurenti**, Projektleiterin «A Good Start», Sie in einem Webinar mit nach **Tansania** nehmen. Die beiden werden Ihnen einen Einblick in das Projekt zur Verbesserung der Überlebenschance und Gesundheit

von Neu- und Frühgeborenen geben. Es besteht zudem die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Wir würden uns freuen, wenn Sie dabei wären. Melden Sie sich gleich jetzt unter dem nachfolgenden Link an. ■ pm



solidarmed.ch/webinar-tansania

Ihre Spende wirkt.



SolidarMed

Obergrundstrasse 97 | CH-6005 Luzern

kontakt@solidarmed.ch | +41 41 310 66 60 | solidarmed.ch

Postkonto: 60-1433-9 | IBAN: CH09 0900 0000 6000 1433 9

BIC: POFICHBEXXX

