

## SGGM unterstützt Gesundheitsversorgung im Dolpo (Nepal):

# Wie geht es weiter nach dem grossen Erdbeben?

Im «Forum Alpinum» vom März 2013 habe ich ein erstes Mal über ein Projekt berichtet, das die Gesundheitsversorgung im abgelegenen Distrikt Dolpo (Nepal) verbessern will. Seither konnte sich das Projekt, auch dank Unterstützung durch die SGGM positiv weiter entwickeln. Die schweren Erdbeben im Frühling dieses Jahres haben sich aber auch auf dieses Projekt ausgewirkt.

Dr. med. Hans Marty

Die Pflegefachfrau Yungdrung Magli, die den einfach eingerichteten Sub Health Post in Ringmo zeitweise mit mir betreute, bereitet sich derzeit auf das angestrebte Medizinstudium vor. Sie war zum Zeitpunkt des Bebens in Kathmandu und schrieb mir: «we hardly survived this terrible earthquake». Auch ihre Familie im Dolpo hat das Beben glücklicherweise überlebt.

Inzwischen hat Pasang Dolma Yungdrungs Stelle als «fliegende Pflegefachfrau» in den umliegenden Dörfern Chunubar, Pugmo und Ringmo eingenommen. Sie stammt selber aus dem kleinen Ort Pugmo und hat nach der Schulzeit an der Taprizaschule mit Unterstützung des gleichnamigen Vereins in Kathmandu die dreijährige Ausbildung zur Pflegefachfrau absolviert. Seither arbeitet sie jeweils während den Sommermonaten in der Region, wenn die Bewohner des Dolpo aus den Winterquartieren in ihre hoch gelegenen Dörfer zurückgekehrt sind. Im Wechsel betreut sie die Patienten jeweils in einem der drei Gesundheitsposten, die vom Erdbeben verschont wurden. Pasang Dolma rapportiert uns regelmässig per Mail über ihre Tätigkeit. Ein wesentlicher Teil besteht darin, den Bewohnern der kleinen Dörfer einfache hygienische Massnahmen zur Gesunderhaltung beizubringen. Sie erklärt ihnen, warum das Waschen der Hände, die Körperhygiene oder das regelmässige Reinigen von Kleidern und Häusern wichtig sind und wie man sich vor



Der Kartenausschnitt aus der nepalesischen Karte «Nepamaps: The Land of Bön, Upper Dolpo, Shey Phoksumdo» im Massstab 1:125'000 zeigt die Region um die Taprizaschule, wo auch der Health Post Chunubar ist, mit den Dörfern Pu(n)gmo und Ringmo

häufigen Krankheiten wie Wurmfeststellungen, Scabies und Flohbefall schützen kann.

Pasang Dolma hat uns Aufzeichnungen über rund 400 Patienten (darunter 60 Kinder) übermittelt. Das Durchschnittsalter der erwachsenen Patienten betrug bei beiden Geschlechtern rund 42 Jahre. Die Altersangaben sind allerdings unsicher, weil viele ihr genaues Geburtsdatum nicht kennen.

### Immer noch zentral: Die Familienplanung

Der häufigste Konsultationsgrund bei Frauen war das Family Planning, konkret die dreimonatliche Applikation einer Ampulle Depo Provera zur hormonellen Antikonzeption. Bei dieser Gelegenheit versucht Pasang Dolma die Frauen zu motivieren,



Unsere Pflegefachfrau Pasang Dolma während ihrer Ausbildung in Kathmandu.



*Birthing Room: Der neue Raum für Geburten im Health Post Chunubar, mit Geburtsbett, Kinderwaage, Sterilisiertrommeln. Zur Grundausrüstung gehört auch eine Vacuumsauglocke*

nicht mehr wie früher sieben bis zehn Kinder zur Welt zu bringen.

Weitere häufige Ursachen für eine Konsultation waren Erkrankungen der Atemwege inklusive der chronisch-obstruktiven Pneumopathie (wegen den offenen Feuerstellen), gastrointestinale Probleme wie Gastritis und Diarrhöe sowie Beschwerden des Bewegungsapparates, oft bedingt durch starke Beanspruchung. Ebenfalls nicht selten waren Unfallfolgen, vor allem infizierte Wunden nach Stürzen. Einen wesentlichen Anteil nehmen neu Schwangerschaftsuntersuchungen ein, da Pasang Dolma eine Grundausbildung in geburtshilflichem Ultraschall absolviert hat.

Bei dieser Zusammenstellung der häufigsten Konsultationsgründe ist zu bedenken, dass Pasang Dolma zwar eine pflegerische, aber nicht eine ärztliche Ausbildung hat und ausser dem geburtshilflichen Ultraschall über keine Zusatzuntersuchungen wie Labor oder Röntgen verfügt. Es ist ihr somit nicht möglich, komplexere klinische Probleme wie beispielsweise eine Tuberkulose, Herzinsuffizienz oder ein Nierenleiden zu erfassen. Ich möchte deshalb erreichen, dass sie einen regelmässigen Austausch

mit dem jeweiligen Arzt im Bezirksspital Dunai (zwei Tage Fussmarsch entfernt) aufbauen kann. Dies ist allerdings schwierig, denn nicht immer ist dort ein Arzt vor Ort und die Infrastruktur des Spitals ist in jeder Beziehung ungenügend.

#### **Unsere Unterstützung bei der Therapiewahl**

Bei der Behandlung setzt Pasang Doma zu Recht nicht nur Medikamente ein. So versucht sie beispielsweise eine Hypertonie auch mittels Änderung der Ernährungsgewohnheiten günstig zu beeinflussen. Beim Medikamenteneinsatz kann sie sich auf ein Sortiment abstützen, das möglichst gut den dortigen Anforderungen entspricht und dessen Zusammensetzung sie mit mir abspricht. In Unkenntnis der bei uns immer gravierenderen Resistenzproblematik setzt Pasang Dolma oft Antibiotika in fraglicher Indikation ein, ich versuche, sie für einen gezielteren Einsatz zu sensibilisieren. Die Durchführung der Basisimpfungen wäre eigentlich eine der Aufgaben der staatlichen Health Worker, deren Einsatz aber nach wie vor zu wünschen lässt. Statt dauernd während der Sommermonate in der Region anwesend zu sein, beschränken sie sich auf ge-

legentliche Besuche, ihr Beitrag an der lokalen Grundversorgung entspricht leider nicht den Erwartungen.

Als lokaler Koordinator und Motivator für unser Gesundheitsprojekt fungiert Semduk Lama, der mit Erfolg die Tapriza Schule leitet. Er ist Präsident der «Tapriza Association of Social Help in Dolpo», der nepalesischen Partnerorganisation des Schweizer Tapriza-Vereins. In dieser Eigenschaft überwacht er die Bauarbeiten an den verschiedenen Health Posts, besorgt den Einkauf der Medikamente in Kathmandu und ist Ansprechpartner für organisatorische Fragen. Er orientierte uns als erster, dass die Räumlichkeiten des traditionell-tibetischen Arztes und die Gebäude der Tapriza-Schule beschädigt wurden. Zum Wiederaufbau der beiden Gebäude wird es erhebliche Mittel brauchen.

#### **Massnahmen zur Verbesserung des Gesundheitswesens**

Der Hauptposten in Chunubar wurde zu einer einfachen Gebärdklinik ausgebaut, wobei die NGO «One Heart World-Wide» ([www.oneheart-world-wide.com](http://www.oneheart-world-wide.com)) die Ausstattung mit einem Gebärdbett und den nötigen Instrumenten übernommen hat. Pasang Doma hat bereits fünf Frauen erfolgreich bei der Geburt betreut, leider kam es bei einer weit entfernt wohnenden Frau zu einer Totgeburt. In Pugmo und Ringmo wurden die Gesundheitsstationen ausgebaut und mit einem Grundstock an Medikamenten versehen.

Auf personeller Ebene wird es in Zukunft sicher eine zweite Fachperson für die Gesundheitsversorgung in dieser Region brauchen, um eine grössere Präsenz in den verschiedenen Health Posts zu sicherzustellen. Deshalb unterstützt der Tapriza Verein mit Stipendien vier Absolventen seiner Schule in der Ausbildung zu Gesundheitsfachleuten.

Weiter sollen die Lehrer an der Tapriza Schule eine Grundausbildung in Gesundheitsfragen erhalten, damit sie kleine Probleme korrekt selber behandeln können.

Schliesslich ist eine engere Zusammenarbeit mit der zuständigen Regierungsstelle langfristig unerlässlich, immerhin wird bereits ein Teil von



*Beschädigte Amchiklinik: Die Aussenwand der Amchiklinik für traditionelle tibetische Medizin, direkt neben unserem Health Post in Chunubar gelegen, wurde durch das Erdbeben stark beschädigt (Fotos: Semduk Lama)*

Pasang Dolmas Salär durch die Regierung bezahlt. Ein weiteres Ziel ist die Koordination unserer Bemühungen mit dem Engagement anderer NGO's. Von grösster Bedeutung wäre eine enge Zusammenarbeit mit dem jeweiligen Arzt im Bezirksspital Dunai, leider sind unsere Bemühungen zum Aufbau einer regelmässigen Kooperation bisher erfolglos geblieben.

#### Ein Laborgerät kann die Diagnostik verbessern

Die Anschaffung eines kleinen Laborgeräts zur Bestimmung wichtiger Parameter der Hämatologie und Chemie ist ein weiterer geplanter Schritt zur Verbesserung der Gesundheitsversorgung. Dazu soll Pasang Dolma die Möglichkeit erhalten, mit einem Streifenfest den Urin zu untersuchen

Der Taprizia Verein mit Sitz in Zürich, Schweiz wurde 1997 gegründet und hat zum Ziel, die Dolpo-Region im Nordwesten Nepals und insbesondere die Taprizia Schule finanziell zu unterstützen.

Einen zweiten Schwerpunkt bildet die Verbesserung der lokalen Gesundheitsversorgung. ([www.taprizia.org](http://www.taprizia.org))

und Schwangerschaftstests durchzuführen.

Mit all diesen kleinen Schritten in Prävention, Diagnostik und Therapie hoffen wir zumindest in diesem Teil des Dolpo langfristig zu einer Verbesserung der Gesundheitsversorgung beizutragen.

Wer sich für das Projekt im Dolpo interessiert, findet nähere Angaben auf der Website [www.taprizia.org](http://www.taprizia.org).

Eine finanzielle Unterstützung ist möglich über das folgende Bankkonto: Credit Suisse, 8070 Zürich  
Konto Nr. 298535-91  
IBAN CH81 0483 5029 8535 9100 0  
(Vermerk «Erdbebenhilfe»)

#### Kontakt:

Dr. med. Hans Marty  
Facharzt für Innere Medizin FMH  
Gruebenacher 4, 3303 Jegenstorf  
[h.u.marty@bluewin.ch](mailto:h.u.marty@bluewin.ch)



*Neuer Health Post in Pugmo: Im kleinen Dorf Pugmo, das dank tatkräftiger Mithilfe der Dorfbewohner neu über elektrischen Strom verfügt, wurde ein kleiner Subhealth Post für ambulante Behandlungen in traditioneller Bauweise errichtet*



## Inhalt

- 02 **Inhalt** | Impressum  
Ausgabe 04 – November 2015
- 03 **Philipp Hoigné-Perret** | Editorial
- 04 **SGGM** | Anfragen
  - Vorbelastet ins Mustang-Gebiet?
  - Bewähren sich alternative Medikamente mit ähnlichen Wirkungen?
- 07 **Benjamin Marty, Corinne Eicher** | Schlafstudie auf dem Jungfraujoch
- 10 **Tommy Dätwyler** | Interview mit Anne-Marie Flammersfeld  
Der Kopf gibt vor den Beinen auf
- 15 **Corinna Schön** | «Aus Fehlern lernen....»  
Im Zweifelsfall angeseilt bleiben
- 16 **Spéléo Secours Schweiz** | Ausschreibung Höhlentour für Ärzte
- 17 **Hans Marty** | Gesundheitsversorgung im Dolpo  
Wie weiter nach dem grossen Erdbeben in Nepal?
- 20 **Ausschreibung** | Die SGGM sucht:  
Medizinische Betreuung für SAC-Expeditionsteam
- 21 **SGGM-Symposium** | Neues aus der Wissenschaft  
Programm der Veranstaltung am 7.11.2015 in Bern
- 23 **SGGM** | Termine und Agenda  
Talon für Mitgliedschafts-Anmeldung

Titelseite: Forschungsarbeit auf dem Jungfraujoch:  
Schlafen in grosser Höhe – Text Seite 7  
(Foto: Benjamin Marty)

## Impressum Forum Alpinum

### Herausgeber / Éditeur

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin  
Société suisse de médecin de montagne  
Società Svizzera di Medicina di Montagna

### Präsidium / Présidence

Philipp Hoigné  
Email: praesident@sggm.ch

### Kassier / Caissier

Eric Soehngen  
Email: kassier@sggm.ch

### Beitritts-Anmeldung / Inscription d'entrée

Sekretariat SGGM  
Nadja Fässler, Rotbuchstrasse 49, 8600 Dübendorf  
Email: sekretariat@sggm.ch

### Redaktion / Rédaction

Tommy Dätwyler  
Mobile: +41 79 224 26 39  
Email: redaktion@sggm.ch  
tommy.daetwyler@bluewin.ch

### Layout / Mise en page

Druckform – die Ökodruckerei  
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

### Erscheinen

4 x Jährlich / par an

### Redaktionsschluss Ausgabe 01 – 2016

30. Januar 2016

### Druck / Impression

Druckform – die Ökodruckerei  
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

### Jahrgang

21, Nr. 4, November 2015