

Aktuelles April bis Nov. 2020

April 2020

Nachdem wir am 22. März Gambia verlassen mussten, sind auch dort Schulen und viele weiteren Institutionen geschlossen worden. Versammlungsverbote, geschlossene Grenzen zum Senegal, keine Touristen mehr, das ist für die Menschen dort und das Land bitter. Entsprechend wird von Isatou Jallow und Ousman Ceesay auch die Diabetesarbeit reduziert, auf eine Telefonseelsorge.

Und wir arbeiten mit Roche zusammen, und hoffen, dass die am 18. März geplante Lieferung der Teststreifen bald stattfindet. Wir bekommen seit Mitte April immer wieder eine Nachricht einer/eines Betroffenen, dass sie nicht mehr messen können. Das ist bitter, weil es eh schon schwierig ist, die Typ1er von Blutzuckermessungen zu überzeugen. Das Gudrun Medical Laboratory von Eliman Jobe kann noch etwas aushelfen, aber seine Vorräte neigen sich dem Ende zu.

Dennoch, wir versuchen halt, einigen Familien zu helfen. Der größte Wunsch der Jallow's in Labakoreh ist es, eine Mauer um das Grundstück zu bauen. Wir haben uns dazu entschlossen, ihnen finanziell unter die Arme zu greifen.

Was sie brauchen, ist Sand und Zement. Ein Sack Zement kostet dort fast doppelt so viel wie hier in Deutschland. Und sie sollen das in Eigenleistung machen - ohne Handwerker, und so Geld sparen.

Hier ein paar Bilder:



Und nicht zu vergessen: am 23. April hat der Ramadan begonnen, er wird 29 Tage dauern und endet mit dem Zuckerfest am 22. Mai. Happy Eid-al Fitr - was bedeutet: Fest des Fastenbrechens.

Ramadan heißt, dass während des Tageslichts nichts gegessen und getrunken wird (die Zeiten des Sonnenaufgangs und -untergangs sind jeweils genau festgelegt). Das ist vor allem für die Diabetiker wichtig, die Mischinsulin am Morgen spritzen müssen. Denn im Mischinsulin ist das Insulin fürs Essen mit drin - kann also nicht funktionieren!?

Interessanterweise hat eine Person in unserer Chatgruppe eine Ausarbeitung des IDF gepostet: der Diabetes Typ1 gehöre nicht zu den chronischen Erkrankungen?! Da mussten wir darauf reagieren - denn dazu gibt es auch in Deutschland bei der DDG was zu lesen - nämlich das Gegenteil.

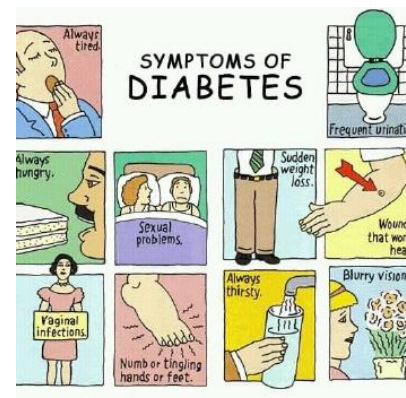
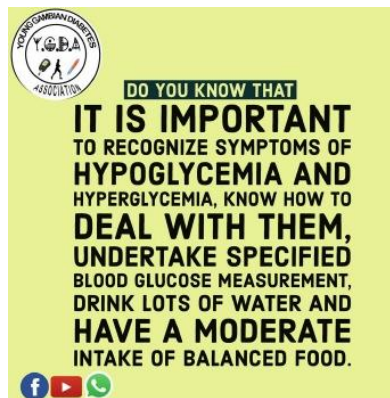
Und Amie Colley ist mit ihrer Familie in ihr neu gebautes Haus gezogen. Auch da hatten wir helfen können. Den Ärger gab es danach, als die Nachbarn sich beschwert hatten, dass die oberirdische Stromleitung über ihr Grundstück gezogen war. Nun sind die Colleys wieder ohne Stromversorgung.

Mai 2020

Immer wieder haben wir mit Isatou und Ousman darüber gesprochen, dass sie uns über ihre Arbeit einen Bericht zukommen lassen (müssen). Immerhin, der erste Bericht ist nun fertig (Januar bis Mai 2020), enthält aber noch nicht alle für uns wichtigen Ereignisse.

[Hier können sie ihn lesen.](#)

Im Chat ist grad immer viel los. Einige der Betroffenen posten immer wieder unterschiedliche Tipps bei Diabetes Typ1. Wir hoffen, dass alles gelesen und umgesetzt wird...



Hilferuf Teststreifen

Nach wie vor hat Roche immer noch das Problem, dass es absolut schwierig ist, die Teststreifenlieferung nach Gambia zu bringen. Versprochen war ein Flug und die Ankunft am 2. Juni. Kurz davor kam die Nachricht, dass dieser Flug gestrichen worden ist. Mittlerweile haben wir Etliche, die nicht mehr messen können!! Stellvertretend der Hilferuf von Isatou Jallow - gerichtet an die Regierung von Gambia - ist leider im Sande verlaufen.



Die Mauer bei den Jallows

Die Mauer um das Grundstück der Jallows wächst und wächst. Zwei Seiten waren fertig, mit einer Höhe von 1,70m. Das war so von uns nicht vorgegeben. Die sollten die komplette Mauer so bauen, dass alle vier Seiten stehen mit einer Höhe von xyz. Um dann mit eigenem Geld weiterbauen zu können...



Juni 2020

Mauer Jallow Mitte Juni

Und so sieht die Mauer der Jallows nun aus – zwei Seiten sind fertig - bei der Höhe hüpfen bestimmt keine Kühe mehr darüber...aber die beiden offenen Seiten?



Workshop bei Ousman

Ob sich die Coronalage in Gambia entspannt, ist uns nicht ganz klar.

Trotzdem, Isatou und Ousman haben einen Workshop in Ousman's Haus organisiert, am 18. Juni. Teilnehmer waren diesmal (vorne von links) Aji Yassin Ceesay, Sainabou Cham, Sirra Jallow, Ramatoulie Jallow, hinten (von links) Jahou Cham, Isatou Jallow und Ousman Ceesay.

Hauptthema war: lernen voneinander und sich mit den Problemen des Alltags auseinandersetzen, und das Leben in Zeiten von Corona. Super - weiter so!

Ousman Ceesay hat ein tollen YouTube-Film über Corona und Diabetes Typ1 hochgeladen.



Die Regenzeit beginnt in Gambia

In diesem Jahr hat die Regenzeit recht früh gestartet. Musa Sanneh, er wohnt in Gunjur, hat gleich an diesem Tag (16. Juni) ein Bild geschickt. Vom Haus hat es einige Corrigates (Wellblechtafeln, mit denen sind die meisten Häuser gedeckt) bei einem Gewittersturm abgerissen.

Aber es kam noch schlimmer: am 26. Juni hatte ein Sturm bald das ganze Haus abgedeckt, nebst der Stromzuleitung. Wir (und Helga Bank) haben geholfen, bis in die Samstagnacht (27. Juni) war fast alles wieder repariert.



Die gute Nachricht vom 22. Juni

Und dann kam am 16. Juni endlich die Nachricht, dass die Lieferung der Teststreifen organisiert ist (Ende Mai hatte unser Verein eine zweite Bestellung aufgegeben):

Please note that the flight will leave as planned.

BRU-BJL, SN215, 22JUN20, 15:50+0, 20:15+0

Could you please let me know who will pick the goods? Please send me the phone number to ensure a smooth handover?

Weil es ein Frachtflugzeug war, konnten die Lieferung erst am 23. Juni am Flughafen abgeholt werden. Wir haben natürlich mit Dr. Gaye darüber gesprochen, wie alles ablaufen

soll. Es konnten ja nicht 50 Typ1er gleich am nächsten Tag in die Pakala! So einigermaßen hat alles geklappt, in den nächsten Tagen kamen an die 30 der Diabetiker, um sich endlich versorgen zu können. Weitere kommen dann die Woche drauf - einige hatten ja noch ein paar Teststreifen - weil sie nur 1x/Tag gemessen hatten...



Optik Pfeiffer, Stetten akM

An unser Gambiaprojekt denken - toll. Optik Pfeiffer, 72510 Stetten, hat uns eine gebrauchte analoge Refraktometereinheit überlassen. Wir hatten davor abgeklärt, ob die in der Kanifing Augenklinik (Serrekunda) überhaupt gebraucht wird. Was für eine Frage! Vor etwa einem Jahr hatten wir dort von Haddy Sohna 15 unserer Schützlinge untersuchen lassen. Die zugehörigen Geräte wurden extra verpackt und stehen nun an einem geschützten Ort. Das Grundgerät steht im Lager in Stetten, wird noch in eine Folie eingewickelt und wartet auf den Transport im Februar 2021.





August/Sept. 2020

Es gibt aufgrund der Coronasituation nicht viel zu berichten. Isatou Jallow und Ousman Ceesay machen fleißig Telefonseelsorge. Stellvertretend für viele Anrufe von den beiden zwei Karteikarten und das Statement von ihnen.

Aktuell haben wir angefangen, am Transport des Insulins in die Pakala Klinik zu arbeiten, da wir unseren Besuch im November nicht machen werden. Die Gründe sind hinlänglich bekannt.

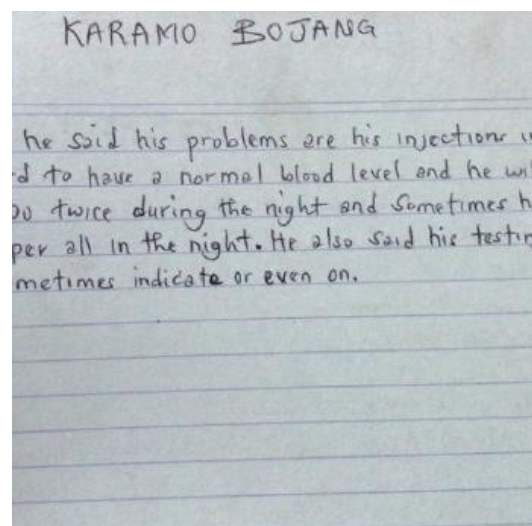
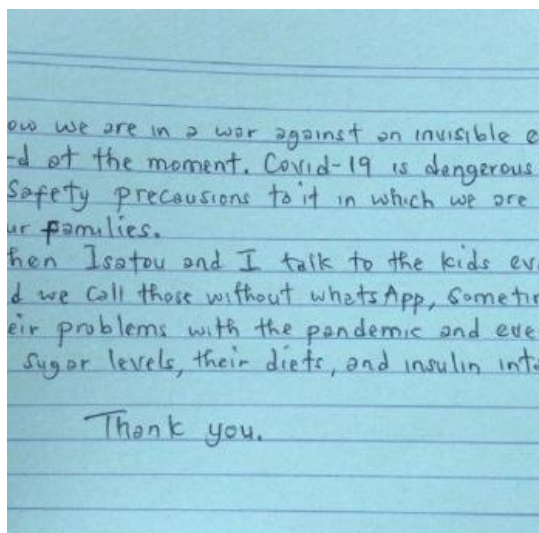
Das Insulin in Gambia/Pakala Klinik geht langsam dem Ende zu. Wir werden uns mit dem Projekt "Insulin zum Leben" zusammentun und die nächsten Tage mit freundlicher Unterstützung von Dr. Georg Bouché, dem Honorarkonsul für Gambia, das Insulin dorthin bringen zu lassen. Er hat sich bereit erklärt, das zu übernehmen. besten Dank an dieser Stelle, lieber Georg!!

Denn seit ein paar Tagen ist es wieder möglich, als "Tourist" nach Gambia zu fliegen. Aktuell muss ein negativer Coronatest vorliegen (nicht älter als 72 Stunden), und dann ist eine Quarantäne aufgehoben (bisher 14 Tage).

Stand 9. September 2020 haben wir dort 3196 Coronafälle, aber die Zahl steigt weiter an.

Gestern, am 9. September, haben wir eine "Aktion" über unsere 45köpfige WhatsApp-Gruppe gestartet. Sie sollen regelmäßig ihren Nüchternzucker messen, und, bei höheren Werten, darüber nachdenken, was am Abend beim Abendessen und mit dem Mahlzeiteninsulin besser gemacht werden kann, und den Wert auch berichten, in die Gruppe. Immerhin haben sich bis 11h mittlerweile 15 mitgeteilt!

Hier Bilder von vielen mitgeteilten Werten:



erif Sanyang
 uful Village / Contact 378934
 25.7.1997 Y.O.D: 2005
 inlin ⇒ Basal Insulin - Lantus
 Meal Time Insulin - Novorapid
 ⇒ 19th May, 2018 ⇒ 11.2% (Noreen
 +BA)c is too high need more insulin.
 19; H+168; W+54; FAs 55/75
 BA1c: 11.0%
 : His problem is always going into low b
 during the day time while at night he e
 levels (hyper). Sometime he's fasting
 range or low levels.

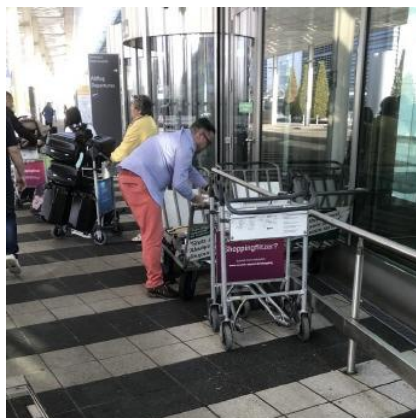


16. September 2020

Nach unserem Beschluss, den Novemberbesuch in Gambia ausfallen zu lassen, mussten wir nach einer Lösung suchen, wie das Insulin nach Gambia kommt. Letztendlich haben wir in Dr. Georg Bouché, dem Honorarkonsul für Gambia aus Stuttgart, einen supertollen Mithelfer gefunden. Er hat sich bereit erklärt, das Insulin nach Gambia zu "fliegen". Mit der Organisation "Insulin zum Leben" von Heidrun Schmidt-Schmiedebach haben wir uns zusammengetan. Sie hat seit Monaten versucht, Insulin über eine Spedition dorthin schicken zu lassen, bisher vergeblich.

Ein bißchen Organisationsarbeit im Vorfeld war notwendig.

Georg hatte den Hinflug für den 16. September mit Lufthansa/SN Brussels von München aus gebucht. Für Roland also sehr früh raus den Federn, ab nach Stuttgart den Georg abholen, und dann nach München. Sein Start mit dem Flieger war um 11.20h. Alles hat reibungslos geklappt. Nach der Ankunft in Gambia um 19.25h mussten alle fast 2 Stunden auf die Koffer warten! Dann konnte Dr. Alieu Gaye das Insulin in Empfang nehmen.



Danke nochmals, lieber Georg, nun musst du noch deine Heimreise organisieren....(die war auch nicht einfach: nach dem Empfang der vier Insulingepäckstücke hat die geplante Übernachtung zunächst nicht geklappt, denn die Person, wo er hinwollte, war nicht erreichbar. Er hat dann doch jemand gefunden. Am Freitagmorgen dann mit der

ersten Fährverbindung über den Gambiariver, von dort zur Grenze an den Senegal. Dort hat ihn ein Freund abgeholt, ab nach Dakar, am Abend angekommen. Am Sonntag der Heimflug nach München, und das mit unserem im März zurückgelassenen Koffer im Gepäck!! Am Abend des Sonntags war er wohlbehalten wieder daheim. Danke nochmals für alles!!!!

Oktober

Etwas weiter oben habe ich von der Aktion "Werte posten in WhatsApp" geschrieben. "Eigentlich" hatten wir gedacht, etliche verlieren bald die Motivation....denkste!!! Bis zum heutigen Tag kommen von denen, die das angefangen haben, immer noch Nüchternwerte, Blutzuckerwerte vor dem Mittagessen, vor dem Abendessen, und auch manchmal zur Schlafenszeit. Zeitdifferenz zwischen Deutschland und Gambia ist immer noch zwei Stunden, und ab und zu, wenn dort zu Abend gegessen wird, schlafen wir schon seelig, weil es bei uns schon Mitternacht ist.

Der allererste Wert kam am 9. September, heute waren es wieder 7 Mitteilungen.

Wir haben den Eindruck, dass durch diese Aktion die Werte bei denen, die sie teilen, besser geworden sind!

Es wird spannend zu sehen, wie sich der Langzeitzuckerwert dadurch ändert - verglichen mit denen, die sich daran nicht beteiligen. Geplant ist die HbA1c-Messung für Ende November.

Die Reagenzien und das neue Gerät von Siemens sind schon unterwegs - Danke auch dir nochmals, lieber Torsten, für dein Engagement!!

Isatou Jallow und Ousman Ceesay sind weiter fleißig am Arbeiten, bis vor ein paar Tagen haben sie versucht, über ihr Diabetes-Beratungstelefon zu helfen. Am letzten Sonntag (11. Oktober) haben sie wieder mit Familienbesuchen begonnen (siehe die Bilderreihe), hoffentlich achten sie auf sich - wegen Covid19!

Am Dienstag, den 13. Oktober, gab es (leider) nochmals einen so heftigen Gewitterregen, dass es Überschwemmungen gab. Von Janduwa Sibideh (er wohnt in der North Bank, bei Kerewan) haben wir die Mitteilung bekommen, dass nicht nur das Dach, sondern das ganze Haus Schaden genommen hat. Da werden wir sicher helfen.





November

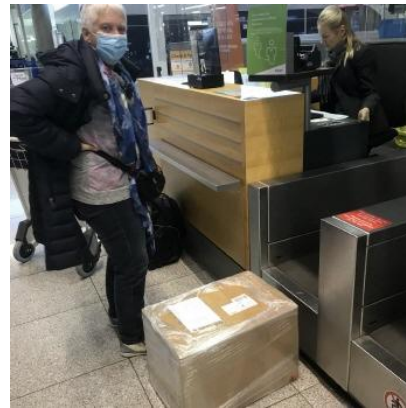
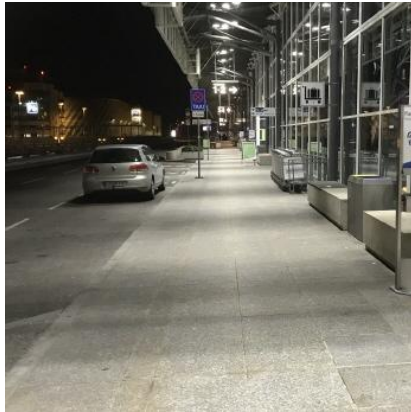
Am 8. November war es soweit. Isatou Jallow ist mit ihren zwei Brüdern nach Kerrcherno gefahren, und hat unsere Hausaufbauspende abgegeben. Die Familie war überglücklich. Verbunden hat Isatou den Besuch gleich mit der Kontrolle des Blutzuckermessgerätes und der Insulinpens.

Sheik Omar wohnt im gleichen Ort, und sie hat ihn und seine Familie ebenfalls besucht.



Am 9. November ist Brigitte in ihre zweite Heimat geflogen, nach Gambia. Im Vorfeld hatten wir sie gebeten, weiteres Insulin für die Pakala-Klinik mitzunehmen. Sie war sofort dazu bereit. Roland hat sie in aller Frühe zum Flughafen nach Stuttgart gefahren. 1 Koffer von unserem Verein, ein weiteres Gepäckstück von "Insulin zum Leben", beide mussten als Übergepäck bezahlt werden. Am Flughafen war nichts los - das hatten wir erwartet. Eine handvoll Fluggäste im Terminal, auf den Kurzparkplätzen vor dem Terminal hatten wir freie Parkplatzwahl...

Dr. Gaye hat am Abend auf dem Flughafen Yundum alles in Empfang genommen.



Für den Transport vorbereitet

Am 14. September hatten wir etliche Kartons nach Ostfildern zum Verladen in einen Container für Gambia gebracht. Bakary, der Verantwortliche, musste dort lange auf das Ausladen warten. Fast zwei Monate ist ein Container mittlerweile unterwegs, davon lag das Schiff wiederum 14 Tage vor dem Hafen in Gambia vor Anker. Unter anderem war ein DCA Vantage dabei, samt den zugehörigen Reagenzien, Einmalstechhilfen, Teststreifen für die Blutzuckermessung und Tupfer. Alles kam gut an!

Mit Dr. Gaye hatten wir besprochen, dass die Messungen, wegen Corona, nicht in seiner Klinik stattfinden sollten. Es ist immer ein Auftrieb dort.....

Die halbjährlichen Messungen werden nun im "Gudrun Medical Lab" in Sinchu Alagie stattfinden.



Weltdiabetestag, 14. November

Es ist das erste Mal seit 2007, dass keine Aktivitäten organisiert worden sind. In Zeiten, wo wir ständig mit dem Coronavirus kämpfen, eine sehr vernünftige Entscheidung.

Die HbA1c-Messungen

Nachdem alles vor Ort bei Eliman im Labor war, wurden Isatou und Ousman beauftragt, die Organisation der Gruppen vorzubereiten. Geplant waren 6 Gruppen je 6 bis 8 Personen. Alle mussten informiert werden, wo dieses Labor zu finden ist. Sinchu Alagie liegt an der Costal Road (eher in der Nähe des Flughafens), in Richtung Brusubi. Für manch eine/einer aus der Familie, ein langer Anreiseweg.

Zum Beispiel für Tida Fofana: sie kommt von der North Bank, aus Darsilami. Zunächst mit dem Buschtaxi zur Fähre, übersetzen, Buschtaxi Richtung Flughafen, nochmals umsteigen, zum Labor, und am Nachmittag wieder zurück. Sie war fast 14 Stunden unterwegs!

Die Messtage sollten jeweils an den nächsten drei Freitagen und Samstagen stattfinden. Die beiden haben das sehr gut vorbereitet. Gestartet wurde am Freitag, den 20. November.

Auch Eliman war natürlich gefordert, denn er musste dafür sorgen, dass alles vor Ort war und funktionieren musste.

Toll: am Freitag kamen 7 Typler, am Samstag 8. Allerdings von Corona-Maske und Abstandhalten keine Spur...

Die Ergebnisse waren nicht unerfreulich, wenigstens haben sich die HbA1c-Werte nicht verschlechtert! Ida konnte ihren >14%-Werte immerhin jetzt auf 10,5% verbessern - ein Fortschritt, hoffentlich wegen der Aktion "Blutzuckerwerte in der WhatsApp-Gruppe posten..."



Am Samstag ging es dann weiter...

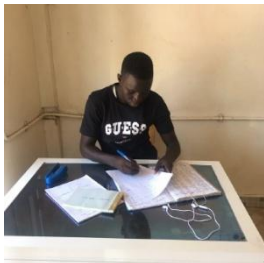




Die letzten Messungen fanden statt am 4./5. Dezember. Insgesamt, ein paar wenige Nachzügler kamen in der Woche danach, wurden 53 Langzeitzuckermessungen gemacht. Der (unwissenschaftliche) Durchschnitt wurde errechnet: 10,2% (ca. 250mg/dl). Damit lag er wenigstens nicht schlechter als im März (10,4%). Wir haben in den letzten Jahren festgestellt, dass sich nach der Regenzeit bei einigen Typ1ern der Wert eher verschlechtert hat. Unsere Aktion, dass Blutzuckerwerte in unserer WhatsApp-Gruppe (45 Personen) gepostet werden, setzt sich fort. In der Ergebnisliste stellen wir fest, dass sich "Poster" weniger verschlechtern, 10 davon eher gleich geblieben sind, aber bei 5 Personen der HbA1c-Werte sich erheblich verbessert hat.

Deshalb machen wir damit weiter!

Hier noch ein paar Eindrücke von den Labormessungen am 4./5. Dezember:



Hat ein Leser bis hierher gelesen? Gerne könnt ihr mal eine Rückinformation geben: schindler@diabetes-projekt-gambia.de