

November 2012

Reisebericht 9. bis 17.11.

Kurz nach 3 Uhr an diesem Morgen klingelt der Wecker, das Gepäck steht schon bereit. Dusche, Frühstück, Reste in den Koffer, zuklappen, Abschied von Gudrun - nicht einfach, nach diesem doch so anderen Jahr. Fahrzeit: 1 Stunde nach Echterdingen, beim Einchecken wieder die üblichen Diskussionen wegen dem Gepäck - 3 Gepäckstücke, also 150 €, weil nur 1 erlaubt? Hab bei www.fluege.de gebucht, denen 2 Mails deswegen geschickt, automatische Rückantwort, das war es aber...Übergepäck, mindestens 10 Tage davor, 6x versucht, Germanwings zu erreichen, immer Besetzzeichen am Telefon...nur Lufthansa hat mir gesagt, ich solle das am Airport erledigen. Zum Bezahlen gegenüber, die Dame sagt, das sei ja ein SN Brussels-Flug, es gilt die längste Flugstrecke, also Rückerstattung von 75 €! Mal schauen, was sich auf dem Konto tut (hab dann tatsächlich 75€ bezahlt, 15.12.2012).

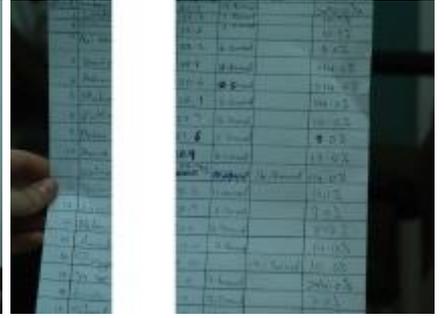
In Brüssel 5 Stunden Aufenthalt, wie langweilig, der Flug superpünktlich, über Freetown/Sierra Leone nach Banjul/Yundum, Landung um 21.40h, in Deutschland ist es bereits 22.40h. Laues Lüftchen beim Aussteigen, Dr. Gaye holt mich ab, und bringt mich ins **Bakotu Hotel**. Alles super. SMS zu Gudrun funktioniert, einfach toll. Die beiden Studentinnen aus Dänemark, Sara und Dagmar, sind im Hotel, ebenso begrüßen mich Anja und Arafang.

Nach zwei Bier wackele ich in mein Zimmer, auspacken, denn gleich am Morgen geht es in die Pakala Klinik zu "unseren" Schützlingen. Bin komplett nassgeschwitzt..., kein Wunder bei 28 Grad und 95% Luftfeuchte?

Samstag, 10.11.

Hilfe, schon wieder der Wecker (Die Deutschen haben die Uhr, die Afrikaner die Zeit), es ist 7.40h, aufstehen, Frühstück, alles zusammenpacken, Abdoulie, der Fahrer von Dr. Alieu Gaye, holt uns pünktlich um 9.15 h ab, wir fahren zur Pakala Clinic, der Wartebereich füllt sich. Insgesamt 25 Personen kommen heute zu den Labormessungen: Körpergewicht, aktueller Blutzucker und Langzeitzucker, danach geht es rüber zu Anja in die "alte" Pakala Clinic, sie macht den Stimmgabeltest, Monofilament und Kalt-/Warmempfinden und händigt das "Fahrgeld" aus, für jeden 200 Dalasi, Arbeit bis 17 h.





Sonntag, 11.11.

Damit es den beiden Mädels aus Dänemark nicht langweilig wird, besuchen wir heute 2 Familien, die von Adama Lowe und Sira Jallow. Gegen 11 Uhr fahren wir mit Abou, unserem Taxidriver, los. Adama kommt mit ihren schlechten Werten nicht aus dem Loch, wir messen mit ihr zusammen 30mmol/l, das deutet wieder darauf hin, dass sie zum Frühstück ihr Mahlzeiteninsulin nicht gespritzt hat. Dann üben wir Mathematik auf einem Blatt Papier. 1 Einheit senkt den Blutzucker um 3 mmol, also $30 \text{ minus } 3 \text{ ist gleich } 27 \text{ minus } 3 \text{ ist gleich}$, usw., bis wir dann bei 6 mmol landen, und das wird dann gespritzt. Wir bleiben so zwei Stunden da, und von Christine, ihrer Patin aus Deutschland, bekommt sie noch einen Brief. Nette Familie, ihre Schwester Awa hat mittlerweile ein Baby.

Dann fahren wir weiter zu Sira nach Labak Oreh. Sie hat von Problemen am Haus berichtet, das eh in einem schlechten Zustand ist. Die heftige Regenzeit hat eine Hauswand einstürzen lassen. Ihre "Diabetesausrüstung" (Spritzen, Teststreifen, Insulin) befindet sich in diesem Plastikbeutel...den wir zunächst mal sortieren. Erneut erklären wir ihr, wie sie spritzen und wie oft sie messen soll, bei vielen ein Schwachpunkt, das macht mich und uns manchmal ratlos!

Gegen 16 Uhr machen wir uns auf den Heimweg. Ibrahim besucht mich noch im Hotel, und als Anja kommt, fahren wir zu Hilde und Sepp ins **Cape Point Hotel** nach Bakau, wir sind zum Abendessen eingeladen.





Montag, 12.11.

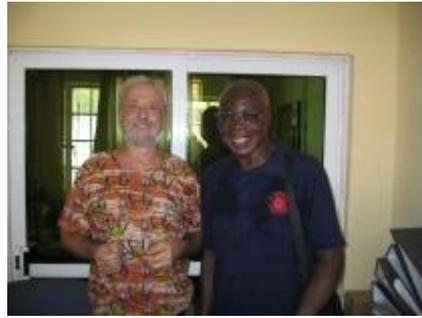
Rastlos geht es weiter. Sara und Dagmar wollen in die Klinik, Interviews mit Patienten stehen auf dem Programm. Dr. Gaye macht eine Führung mit uns durch die Klinik. Und für die, die sich interessieren, was Sara und Dagmar in Gambia machen, sie hatten ihre Masterarbeit im Bereich Diabetes komplettiert.

Beide bleiben den Tag über in der Klinik. Drüben in der alten Pakala Clinic hat Nancy, Aliou's rechte Hand, ihr Büro, mit dem Insulinkühlschrank. Mit dem Insulinkoffer geht es rüber, mit Nancy räum ich den Kühlschrank mit "unserem" Insulin ein. Bei ihr kann ich das Schulgeld für Adama Lowe und Muhammed Willan aus den Jahren 2011 und 2012 bezahlen, dann warte ich auf Salieu John, der den Weltdiabetestag organisiert. Dieser wird, wie jedes Jahr, vom Verein mit 800 € unterstützt.

Ich fahre weiter zu Kwamla Manly-Elliott, der uns bei allen finanziellen Angelegenheiten, die wir z.B. für die Schulpatenschaften haben, mehr als nur unterstützt. Er fährt auch mal in die Schulen, um nach dem "Rechten" zu schauen, das hilft uns wirklich ungemein!!!

Mit ihm gehts zu Muhammed, wir gabeln ihn auf, um das versprochene Fahrrad in Kwamlas Lager abzuholen. Stolz nimmt er es in Empfang, ist er so platt, dass er nicht mal "Danke" sagen kann? Schau mir im Messgerät seine Werte an, ein auf und ab zwischen 4 und 32 (!) mmol. Wir besprechen wieder alles, und beschließen, dass wir telefonieren, täglich 4 bis 6 mal.

Zurück im Hotel, Amadou Barry besucht mich, soll im Rahmen seines Studiums für 10 Tage nach Norwegen. Amie Jobe, die Tochter von Ngoneh, bringt mir mit zwei ihrer Freundinnen das Abendessen ins Hotel, "Chicken Yassa". Um 21.30 lieg ich im Bett, 2 Moskitos ärgern mich bis 23.30, irgendwann mögen sie mich nicht mehr, ich sie auch nicht... - ich nehm ja Malarone.



Dienstag, 13.11.





Weltdiabetestag, 14.11.

Abdullie, der Fahrer von Dr. Gaye, kam pünktlich um 9.30h, um uns abzuholen. Treffpunkt war TK MOTOS junction, auf dem Banjul-Serrekunda-Highway, schräg gegenüber der Banjul Oxygen Factory. Fast alle Diabetiker waren da, eine kleine Musikkapelle, eine Handvoll Toubabs. Gegen 10.30 sind wir gestartet, ca. 60 Personen liefen los. Anja, Arafang, Hilde, Sepp und Hardy (Filmemacher) war ebenfalls da. Auf dem Parallelweg der Hauptstrasse ging es 2 Kilometer zum Gamcell Headquarter. Der Ablauf ist jedes Jahr in etwa gleich, wie üblich gab es einige Reden, und dieses Jahr konnte ich meine Rede halten. Den Abschluss machte Hon. Mrs. Fatim Badjie, die Gesundheitsministerin, sie hatte eine wirklich tolle diabetesbezogene Rede vorbereitet! Für die Unterstützer gab es Urkunden, und gegen 14 Uhr wurde die Versammlung aufgelöst.





14.11., am Nachmittag zu Arafang

Sind dann zum Hotel zurück, Sachen gepackt, wir wollten zu Arafang nach Berending (im Süden). Mit Abou-Taxi zunächst nach Brikama gefahren, und haben dort Arafangs Freundin Ramatouley mit ihrer Tochter Maimuna aufgegebelt, auf dem Markt haben wir noch Getränke, Hühnerschlegel, Gewürze, Butter, Marmelade, Zucker und Kaffee eingekauft fürs Frühstück. Waren gegen 17 Uhr bei Arafang. Er hat einen riesigen Hühnerstall gebaut, der noch nicht fertig ist. Ramatouley, Sara und Dagmar haben das Abendessen vorbereitet, den Garten besichtigt, toll, nach der Regenzeit ist vieles schön grün, aber auch zugewachsen. Viel Kassava, Süßkartoffeln, Zuckerrohr, Gurken und Wassermelonen angebaut, die Orangenbäumchen wachsen, 3 tragen schon Früchte. Der Baum direkt hinter dem Haus ist riesig gewachsen, der bekommt oft das Wasser von der Küche. Sein Hauptproblem ist immer noch das Wasser in der Trockenzeit ab November (bis Ende Juni), Benzin kostet 1,20 € pro Liter.

Chicken mit „Erdnussuppe“ und Reis war superlecker. Bis um 0.30 Uhr sind wir am Feuer gehockt, haben alles durchdiskutiert, und dann gut geschlafen.





15.11.

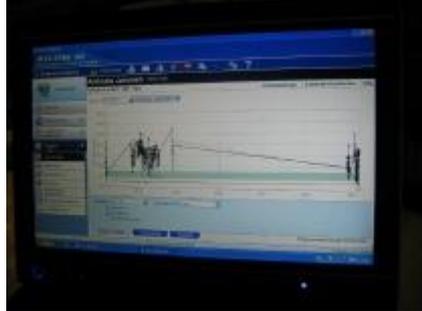
Wir sind dann gegen 13 Uhr wieder zurück gefahren ins Hotel. Samba, ein Holzschnitzer vom nahen Craft Markt kam, seinem Sohn zahlt der Verein deshalb die Schule, weil er einen Spitzenplatz belegt. Ebrima, der Rollstuhlfahrer, bringt mir die Schulquittungen seiner beiden Kinder, die wir ebenfalls unterstützen. Awa, die Rollstuhlfahrerin, ist da und wartet vor dem Hotel, um mir ebenfalls die Dokumente zu bringen. Sie hat wohl jetzt verstanden, um was es geht. Wir wollen helfen, aber auch kontrollieren, ob alles den richtigen Weg läuft...

Wollte dann ins Paradise, was essen gehen, aber Anja ruft an, ihr ältester Bruder in Deutschland ist gestorben. Fahr zu ihr, und wir sitzen lange zusammen.



16.11.

Aufstehen um 7.30 Uhr, Frühstück, organisiere meinen Tag: zu Maimuna Bojang, dann Muhammed und dann Aminata Jammeh. Maimuna's compound ist super, hatte Malaria letzte Woche, deshalb hohe Werte, Werte ausgelesen, sind etwas besser, misst jetzt mit Accu-check active. Hat mir ein Cola besorgt, Maimuna ist echt ok, we talked a lot! Weiter zu Muhammed, seine Werte ausgelesen, macht er jetzt echt super seit seiner Lügerei. Hab 400 Dalasi dagelassen für Fahrradreparaturen. Weiter zu Aminata, haben über ihre Ausbildung gesprochen. Schule geht halbes Jahr, ab Januar dann advanced education, dann fertig. Hilde zwischendurch besucht, hat sich noch ihren Bauch verbrüht! Geht soweit.



17.11., letzter Tag

Aufstehen um 7.30h, sms mit meinem Schatz in Germany, sie wartet schon auf mich...Um 9.30 h kommt Abduley mit Alieu, fahren zur Klinik, heute kommen nochmals 20 Personen zu den Messungen. Die ersten sind schon da, bald alle vergessen Insulin zu spritzen, das sieht man beim Auslesen der Werte, HbA1c größer 14...Salieu John kommt, bringt mir die „richtige“ Einladung für den Welt Diabetesstag und eine BilderCD, zahl 50€ dafür (!, bin ich eigentlich bescheuert?). Der letzte Patient ist Arfang, Messwerte im Accu-check active: keine Uhrzeit/Datum eingestellt, die meisten zwischen 25 und 30mmol/l...Noch rüber zu Anja, die bei allen den Fußcheck macht. Dann fahren Sara und Dagmar, die noch ein paar Interviews gemacht haben, ins Bakotu zurück. Anja will noch kommen, gehen noch Abendessen ins Paradise. Nachdem es gestern und vorgestern etwas kühler war, heute wieder Bruthitze! Koffer packen, 250€ fürs Hotel und den Safe bezahlen. Um 20.30 Uhr kommt Alieu, ab zum Flughafen und heim zu Murrel.





Und ganz ehrlich: ich freu mich schon auf den nächsten Aufenthalt im März/April 2013, und hoffe, dass viele von euch mitfliegen!

Gerne könnt ihr mir mal schreiben, wie ihr die Berichte findet. Zu lang, zu wenig informativ, überladen, gerade recht?