

Nepalese vrouwen verlost van hun verzakking

Voorjaarskamp 2014

Onderweg en aankomst

Op 28 maart 2014 ben ik samen met Annelies en Sonja (praktijkondersteuner en doktersassistente Huisartsenpraktijk Deil) afgereisd naar Nepal. Voor mij werd dit de 2e keer, in 2007 ben ik ook het veld in geweest. Voor Annelies en Sonja is dit hun 1e ervaring met Nepal.

We kwamen na een lange reis via Abu Dhabi zaterdagavond de 29e aan, waar we warm werden onthaald door dokter Annemarie (tevens coordinator) en Wilma (ook al meerdere malen mee geweest op kamp) en vielen gelijk met ons neus in de boter, want Annemarie was jarig en dat werd natuurlijk meteen gevierd in GAIA. Ook worden we direct met Nepal geconfronteerd: totale power-cut voor de rest van de avond. 't Is weer even omschakelen.

Zondag 30 maart alweer vroeg op pad naar RHEST voor kennismaking en de kisten uit te zoeken en in te richten. Een groot team leuke Nepalese meiden die zich voorstellen en er veel zin in hebben. 's Middags nog een poging gedaan om wat van Kathmandu met Annelies en Sonja te kunnen zien. We denken alleen dat de taxidriviers in Kathmandu door al de herrie toch al flink wat gehoorschade hebben gekregen, want in plaats van de Bodnath warden we bij de Swayambhothnath afgezet en Durbar Square hebben we pas na lang rijden bereikt, via een enorme omweg met file van auto's en mensen die naar een paarden polo wedstrijd keken. Voor het verkeer geldt, als je in Kathmandu bent geweest ben je blij dat je het weer mag verlaten.

Het veldwerk in Dhadingdistrict

Maandag 31 maart om 7.15 uur in de auto's naar het Dhadingdistrict.

Dit is een moeilijk te bereiken deel in Nepal waar we elke dag een ander dorpje hebben opgezocht, via erg hobbelige wegen, met primitieve slaappleatsen, maar door de enorme hoogteverschillen van het Himalayagebergte, een werkplek met een geweldig uitzicht. Sommige vrouwen die ons veldklinikum kwamen bezoeken moesten soms een hele dag lopen door het gebergte.

Op **dinsdag 01 april** beginnen we na een moeilijke tocht naar Salyankot (auto meteen al vast) in een klein gebouw, net buiten de health post, waar de doktersassistentes buiten aan het werk moeten. Dat viel toch enigszins wat tegen om zo te beginnen. Gelukkig werd dat de andere dagen anders en de houding werd meteen al "laat je vooral niet gek maken " bistare, bistare". Tegen 4en arriveert een verhitte Marijke die meteen in een ontmoeting met de 11FCHVs valt, die als beloning een paraplu krijgen. Marijke loopt 4 dagen met ons mee om te ervaren wat het veldwerk inhoudt. Nou, dat heeft ze geweten. Eind van de dag rijden we naar Fulkharka, waar we door veel geregeld van Uma en Sanubaba een eigen slaapplekje krijgen met z'n zessen. Moet je wel even door de hurktoilet, maar dan ben je er. Ik boezem nog wat angst in bij de anderen, doordat ik dacht dat er een rat aan m'n haren aan t knagen was. Waarschijnlijk heeft niet iedereen die nacht zo goed geslapen als Annemarie.

Woensdag 02 april werken we in een gezondheidscentrum, waarbij we 4 mooie werkplaatsen weten te maken en dus ook voor de doktersassistentes een goede medicijn uitdeeltkamer. Ook Marijke gaat samen met Annemarie aan de gang "om het veldwerk goed te ervaren, is het belangrijk om het ook gewoon te doen". Als kinder-haematoloog is het gynaecologisch onderzoek natuurlijk wel heel erg lang geleden, waarschijnlijk in

de opleiding voor t laatst, maar knap hoe snel ze dit oppikt en dus zelf pessaria aan het plaatsen is.

Samenwerking onderling met de meiden en dokter Rajasee gaat al heel snel heel goed. Iedereen is goed op elkaar ingespeeld. Healthworker Anita die we die dag moeten inwerken is echter steeds de hort op. Wanneer we haar daar op aanspreken, blijkt dat ze wel heel veel familie heeft; "Ja, die ken ik, dat is m'n grote, zus, ja die ken ik, dat is m'n klein zus, ja die ken ik, dat is m'n nicht," Zo ging dat nog wel even door.

Ook een mooi moment had dokter Wilma. Er kwam een mevrouw waarvan de buurvrouw in een eerder jaar bij ons in het kamp was geweest en een ringpessarium had gekregen. Wilma ontdekte dus bij haar mevrouw een wel heel bijzondere ring : ze had een baby-armbandje ingebracht. Goed bedacht, alleen niet zo goed voor de vaginale wanden. Gelukkig kreeg ze hier een "echt" pessarium voor.

Donderdag 03 april na een lange autorit van ruim 1 ½ uur komen we aan in Mulpani. Het werd weer even improviseren, want we gingen werken in de school die ivm vakantie leeg is en we hebben beduidend minder werkplekken dan gister. Maar improviseren is ondertussen "onze middle name" geworden. Al snel stonden de schoolbanken als onderzoekstafels en met hamer, spijkers, gordijnen waren er weer goede kamers ingericht. Eind van de dag rijden we naar Budhathum. Lang wachten hoe Uma het dit keer heeft bedacht met de slaapplekken. Dit komt omdat het Nepalese voetbalteam ook in het dorp is en ook zo'n heel elftal moet ergens worden ondergebracht. De verpleegkundigen komen uiteindelijk in de bibliotheek en wij mogen in 2 kleine kamertjes van het restaurant verblijven (om een indruk te krijgen, dat is ongeveer net zo groot als mijn schuur waar ik mijn fietsen heb thuis en ik woon in een gewoon rijtjeshuis). In ieder geval liggen we op een houten bed met poten, dus van ratten geen last gehad. En de eigenaar is oh zo trots dat hij ons te slapen heeft gehad.

Vrijdag 04 april: 's Ochtends vroeg gewekt door de haan en het gebruikelijke geblaf van de honden.

Die dag is 't niet lang rijden, want we werken in de Health post van Budhathum, een mooie plek (relatief gezien, natuurlijk), met mooie voorlichtingsplaten op doek. Ieder een eigen kamer om te werken. We hebben hier heel hard kunnen werken, 115 vrouwen gezien die dag. Mijn 1^e patient was een vrouw met alleen maar onregelmatig bloedverlies afgelopen 2 maanden. Ze bleek zwanger, maar wilde dit niet. Toch een enorme impact voor deze vrouw met al meerdere kinderen. Ze kreeg meteen goede gesprekken met de Health post medewerkers. Dat was goed om te zien.

Eind van de dag wilden de chauffeurs al vroeg weg, omdat het geregend had de dag ervoor en het leek nu even een goede weg om eindelijk eens richting Baseri te kunnen,. Het hoogste punt van dit district, waar gezien als er andere weersomstandigheden zijn de weg te slibberig wordt en dus niet altijd bereikbaar is voor t kamp. Het werd een lange rit, met toch ook regelmatig vastzitten van de auto. Het laatste stuk hebben we gelopen. Uiteindelijk bereikt, met een nog mooier uitzicht dan dat we al hadden de afgelopen dagen. Het leek weliswaar op een mini-hotelletje met een mooi met gekleurde kranten versierde kamer. Mijn kamer bleek echter vol vliegen op het plafond te zitten en zoals Wilma zei "dit ruikt als een ranzig oude mannetjeskamer (en zei kan t weten als specialist ouderengeneeskunde)", dus in plaats van een 1-persoonkamer verhuisd naar een 4-persoonskamer met afgeknipte flessen voor de deur, die we konden gebruiken 's nachts als "toilet" om onze behoeften in op te vangen.

Zaterdag 05 april: Wakker geworden met zo'n geweldig uitzicht en dat nog wel op mijn verjaardag. Ondanks het gemis van het gezin dat aan de andere kant van de wereld nog diep in slaap is, een geweldig moment dat door een Hollands en Nepalees

verjaardagslied en cadeaus al snel veel emoties opriep bij iedereen, voordat de werkdag nog moest beginnen. Het bleek maar weer dat onze band met elkaar ondertussen ook steeds hechter werd.

Het werd een nieuwe school als werkplek, met nieuwsgierige kinderen aan ramen hangend om een glimp op te kunnen vangen van wat we daar nu deden in dat dorp. We hebben er vooral veel nieuwe vrouwen gezien en ik had 1 van de weinige follow up vrouwen met een mooi verhaal dat ze d'r ring had schoongemaakt, te drogen had gelegd, en vervolgens er een kraai mee vandoor was gegaan. Ze was er overigens heel tevreden over.

Het weer werd in de loop van de middag slechter en de chauffeurs manen ons tot spoed, want als het gaat regenen kunnen we niet meer naar beneden over deze zeer slechte wegen. In het verleden is de tocht naar Baseri al een aantal keren mislukt...

Toch nog 100 vrouwen gezien.

Vroeg inpakken en over de slechte hobbelige wegen een lange rit naar Salyantar.

's Avonds een groot feest, waar ik door dr Rajasee, Uma en Sanubana wordt ingepakt in een echte Sari, de meiden m'n kamer hebben versierd met ballonnen boven t bed en Sapana een eigen cake van laagjes pannenkoekjes met suiker heeft gemaakt en een kaarsje erop. Een biertje erbij, het werd een vrolijke boel en zo hebben we gedronken op de 1^e goede week.

Zondag 06 april: dr Rajasee en Marijke gaan terug naar Kathmandu. Wij starten onze enige "holiday" dag met yoga om 7.00 uur gegeven door Sanubaba. Fris en fruitig van lichaam en geest wandelen we door Salyantar. Drinken en praten zomaar wat met de lokale bevolking. Dokter Wilma benadert een vrouw met zware mand vol met bladeren en gaat deze zelf dragen op haar nek. Ongelofelijk zwaar! Sonja laat zich in een minikledingzaakje een mooie Nepalese outfit aanmeten. Al met al een geslaagde rustdag. Het is ook wel een voordeel dat we komende dagen in Salyantar blijven slapen, dan hoeven we niet met onze spullen te zeulen.

Eind van de dag arriveren dr Pratikshya Thapa en dr Manor Din Shaiyed, om ons deze week te kunnen versterken.

Maandag 07 april: Na de holiday naar Arkinchok vandaag. Helaas was het een Nepalese holiday, een heilig offerfeest, dus even ontwennen dat we niet de 100 vrouwen vandaag halen, 60 vrouwen gezien. Rond 15.15 uur maar besloten te stoppen en een kleine groep van ons gaat lopend naar beneden. Het werd echter enorm noodweer met onweer en hagelbuien, dus gelukkig pikten de chauffeurs ons net op tijd onderweg op. Daarna heel veel regen. Sonja heeft haar pakje opgehaald. Zeer mooi geworden en Wilma heeft er ook maar 1 laten maken. Ook in de nacht blijft het noodweer met forse hagel en wind.

Gevolg: geen water en elektriciteit de komende dagen.

Dinsdag 08 april:

Vandaag wandelend naar het werk, want we zitten in Salyantar zelf, in een wel heel mooie Health Post, kleine polikliniek setting met ook een paar bed mogelijkheden. Aanvankelijk is er onenigheid met de Health Post Chief in Charge docter, hij zou niet op de hoogte zijn van onze komst (hele dorp hangt vol met posters en zelfs bij de ingang van deze HP, tsja, wat zal ik zeggen). Uiteindelijk draait hij na uitvoerige gesprekken met Uma bij en kunnen we eindelijk aan de gang. Ook vandaag werd er nog feest gevierd, dus een wat rustigere dag. Annemarie gaat met Dr Manor werken, die tot enige ergernis van haar wel regelmatig op de foto met patiënten wil. Maar ja, zo zegt hij, dat hij niet alleen gynaecoloog is, maar ook acteur, fotomodel voor Yamaha motoren, vrijwilliger op de Philipijnen, t kan niet op. Je moet blijkbaar ook andere werkzaamheden hebben om

de kost te verdienen en je gezin te kunnen onderhouden. In de loop van de dagen wordt hij wel steeds enthousiaster en gaat steeds meer onze werkwijze volgen.

Woensdag 09 april: Vroeg op om te starten met yoga van Sanubaba. Dan rijden we een eind met de auto's, langs de rivier, naar Tripureshwor vandaag. Ten opzichte van gisteren een geweldig warm ontvangst door de coördinator van de Health Post, die zelfs vermeldt dat ze de dag ervoor hebben schoongemaakt. Dit hebben we nog niet eerder meegemaakt. Het team werkt goed met elkaar, ik merk dat ik vooral aan het coachen ben, de verpleegkundigen doen ook goed werk als opleiders van de lokale Health Workers, dit gaat heel goed. Eind van de dag neem ik een keer de examens af. Weer 2 troste meiden zijn opgeleid. We hebben daarna nog heerlijk 2 uur gewandeld met Sonja, Annelies, Wilma, Annemarie, Uma, Sanubaba en dr Pari. Waar we onderweg een voor Uma bekende vrouw tegenkomen die in het dorp woont, haar zoon is kinderarts, waar we niet verder komen voordat we eerst Papaja uit eigen boom hebben gegeten, die vervolgens door de Nepalse vrouwen ook als gezichtsmasker wordt gebruikt. Met oranje gezichten lopen ze verder en mogen vooral niet lachen, anders werkt t masker niet.

Donderdag 10 april: Lange rit over de rivier om helemaal aan de andere kant van de berg tegenover Tripureshwor uit te komen in Jyamrung. Vandaag met dr Manor 's ochtends gewerkt. Is nu helemaal ingewerkt, hoeft nog maar 1 keer met een Nepalese vrouw op de foto. Dit is dan ook wel een hele goeie voor de foto, want mw heeft een flink mes op zak, dus we moeten haar goed behandelen. We wisselen om de beurt van patiënt. Aangezien het echt druk is, 's middags maar een extra spreekkamer in de school ingericht en onafhankelijk van elkaar verder gegaan.

Dit was een leuke laatste werkdag, veel vrouwen gezien, het teamwork is top.

Rond 18.30 uur komen we in Dhadingbesi aan, waar een heerlijke kamer met eindelijk een heerlijk warme douche ons staat te wachten. Momo's gegeten en evaluatie. Laatste hand aan de formulieren die we met z'n allen in de computer invoeren.

Dr Manor vraagt me er nog even bij terwijl hij geïnterviewd wordt door de lokale Dhading radio en weet precies te vertellen waar het werkelijk om draait. Hij heeft gezegd dat WFWF zeer goed werk verricht en zich inzet voor prolapses, dat hij meestal gewend is om dit als gynaecoloog te behandelen met een operatie, maar heeft gemerkt dat met pessaria dit ook goed te behandelen valt. Hij heeft er veel van geleerd.

Het werk voor nu is voorbij, maar de problematiek helaas nog niet.

Vrijdag 11 april: Terug naar Kathmandu. We nemen afscheid van iedereen voor vertrek.

Helemaal ontwennen over de drukke wegen, de uitlaatgassen, het getoeter en het enorme stof. Dan toch maar liever die keiige, steile wegen in het mooi groene, terrasvormige Dhadingdistrict.

Slot

We hebben ruim 800 vrouwen kunnen behandelen en 30 lokale gezondheidswerkers kunnen opleiden.

Ik heb twee weken intensief kunnen bekijken hoe een andere cultuur leeft en leuke contacten gehad met deze vriendelijke vrouwen. De dankbaarheid van hen over de behandeling, het werken met zo'n geweldig Nepalees team, waarvan ik merkte dat ze zelf steeds meer ervaring hebben gekregen en ondertussen zelfstandig kunnen werken, dit alles heeft me enorm veel voldoening gegeven en was een geweldige ervaring, waar ik erg trots op ben!

Nettie Schaafsma, huisarts