



## Famulatur in Darsilami (Gambia)

### Ich fliege nach Darsilami – was muss ich beachten?

*Leitfaden zur Vorbereitung auf die Famulatur im REMIS Health Centre  
in Darsilami für Zahnmedizinstudierende höherer Semester sowie für  
Zahnärztinnen und Zahnärzte ab Seite 3.*





## Inhaltsverzeichnis

<u>1. Kurzüberblick.....</u>	<u>- 1 -</u>
<u>2. Reisedauer und Planung.....</u>	<u>- 1 -</u>
<u>3. Vorbereitung vor der Abreise.....</u>	<u>- 2 -</u>
Reisepass und Visum .....	- 2 -
Impfungen und Gesundheit .....	- 2 -
Versicherungen.....	- 2 -
Dokumente .....	- 2 -
<u>4. Anreise nach Gambia.....</u>	<u>- 2 -</u>
Hinweis zur Einreise .....	- 2 -
<u>5. Wohnen und Leben vor Ort.....</u>	<u>- 3 -</u>
<u>6. Persönliche Packliste .....</u>	<u>- 3 -</u>
<u>7. Leben in Gambia.....</u>	<u>- 4 -</u>
<u>8. Freizeit und Erlebnisse.....</u>	<u>- 4 -</u>
<u>9. Materialien für die Zahnklinik und medizinische Spenden .....</u>	<u>- 5 -</u>
<u>10. Arbeit vor Ort, die wirklich zählt.....</u>	<u>- 6 -</u>
<u>11. Fachliche Hinweise, die den Alltag verbessern .....</u>	<u>- 8 -</u>
<u>12. Darsilami ich komme! .....</u>	<u>- 10 -</u>
<u>13. Rückfragen .....</u>	<u>- 10 -</u>



**Du hast dich für eine Famulatur in Darsilami entschieden oder spielst mit dem Gedanken? Dieser Leitfaden gibt dir einen Überblick über alles Wichtige rund um Vorbereitung und Anreise.**



## Meine Famulatur in Darsilami

### 1. Kurzüberblick

Darsilami ist ein kleines Dorf in Westafrika, in dem das REMIS Health Centre eine zentrale Rolle in der medizinischen und zahnmedizinischen Versorgung der Bevölkerung spielt. Während Deiner Famulatur vor Ort hast Du die Möglichkeit, praktische Erfahrungen zu sammeln, Verantwortung zu übernehmen und gleichzeitig Teil eines engagierten internationalen Teams zu sein.

### 2. Reisedauer und Planung

- Empfohlen wird eine Dauer von mindestens drei Wochen, besser vier Wochen. Kürzere Aufenthalte sind für das Team vor Ort organisatorisch sehr aufwendig und erschweren eine sinnvolle Einarbeitung.
- Wenn eine Förderung über den Zahnärztlichen Austauschdienst (ZAD) beantragt werden möchte, sind nach den aktuellen Informationen mindestens 28 Tage Aufenthalt vor Ort erforderlich. Es wird empfohlen, sich mindestens zwei Monate vor der geplanten Reise direkt beim ZAD zu melden, da die verfügbaren Fördermittel begrenzt sind und variieren können.
- Die Famulatur ist grundsätzlich ganzjährig möglich. Sowohl während der Trockenzeit als auch in der Regenzeit (normalerweise von Juni bis September) können Aufenthalte geplant werden. Beide Zeiträume haben ihre Besonderheiten, bieten jedoch gleichermaßen wertvolle fachliche und persönliche Erfahrungen vor Ort.
- Es besteht keine Verpflichtung, Spenden zu sammeln. Die Mitarbeit und das Engagement vor Ort sind bereits eine große Unterstützung für das Projekt.
- Falls durch freiwillig gesammelte Spenden zusätzliches Gepäck anfällt, kann bei vielen Fluggesellschaften vorab ein zusätzlicher Koffer für etwa 60 Euro gebucht werden. Diese Kosten werden vom Verein gegen Vorlage der entsprechenden Rechnung erstattet.



### 3. Vorbereitung vor der Abreise

Eine gute Vorbereitung ist entscheidend für einen gelungenen Aufenthalt.

#### Reisepass und Visum

- Der Reisepass muss bei Einreise noch mindestens sechs Monate gültig sein. Ob ein Visum benötigt wird, hängt von der jeweiligen Staatsangehörigkeit ab. Mit einem gültigen deutschen Reisepass ist ein Aufenthalt von 28 Tagen mit dem Touristenvisum möglich.

#### Impfungen und Gesundheit

- Eine Beratung bei einem Tropenmediziner oder reisemedizinischen Zentrum wird empfohlen, die aktuellen Impfeempfehlungen orientieren sich an den Vorgaben des Robert Koch-Instituts (RKI). Je nach individueller Situation können unter anderem Impfungen gegen Hepatitis A und B, Tetanus, Diphtherie, Polio, Typhus sowie ggf. Tollwut sinnvoll sein. Bei geplanten Ausflügen in den Senegal ist eine Gelbfieberimpfung erforderlich. Zusätzlich sollte eine Beratung zur Malariaprophylaxe erfolgen

#### Versicherungen

- Eine Auslandsrankenversicherung inklusive Rücktransport wird dringend empfohlen.

#### Dokumente

- Wichtige Unterlagen (Reisepass, Impfpass, Versicherungsnachweise) sollten zusätzlich digital gespeichert werden. Bei einer Einreise in den Senegal muss der Impfpass im Original vorliegen.
- Zu beachten: Aktuelle Informationen sind beim Auswärtigen Amt abzurufen.

### 4. Anreise nach Gambia

- Die Anreise erfolgt in der Regel per Flugzeug zum internationalen Flughafen Banjul (BJL), dem einzigen großen internationalen Flughafen in Gambia.
- Direktflüge aus Deutschland gibt es normalerweise nicht. Die meisten Verbindungen haben mindestens einen Zwischenstopp, z.B. Casablanca, Brüssel, Barcelona oder andere europäische Drehkreuze. Beliebte Airlines auf dieser Strecke sind unter anderem Brussels Airlines, Royal Air Maroc oder Lufthansa.
- Nach der Landung am Flughafen Banjul erfolgt die Weiterfahrt nach Darsilami mit Kebba, dem Fahrer und Mitarbeiter des REMIS Health Centre. Kebba holt die Ankommenenden zuverlässig zu jeder Tages- und Nachtzeit ab und ist für viele das erste vertraute Gesicht vor Ort. Für einen reibungsfreien Ablauf sollten die Flugzeiten vorab an Lamin weitergegeben werden.

#### Hinweis zur Einreise

- Bei der Einreise sowie bei der Ausreise fällt am Flughafen Banjul eine Gebühr von ca. 20 Euro bzw. 1200 Dalasi an, die vor Ort in bar zu bezahlen ist. Aktuelle



Information sind beim Auswärtigen Amt zu entnehmen. Als Reisezweck sollte „Urlaub“ angegeben werden, weil es ein Touristenvisum ist.

## 5. Wohnen und Leben vor Ort

### Unterkunft

- Die Unterbringung erfolgt entweder direkt im REMIS Health Centre oder im nahegelegenen Kindergarten Marakissa. Die Unterkunft ist einfach, funktional und gemeinschaftlich organisiert, bietet jedoch alles, was für den Alltag während der Familienaufnahme erforderlich ist. Durch das Zusammenleben entsteht schnell ein gutes Gemeinschaftsgefühl unter den Teilnehmenden.
- Die Unterkünfte bestehen aus einfachen Doppelzimmern mit Gemeinschaftsbädern. Zusätzlich steht eine Küche inklusive Kühlschrank sowie ein Garten zur Verfügung, die häufig als gemeinsamer Aufenthaltsort genutzt werden.
- Waschmöglichkeiten sind vorhanden, jedoch getrennt organisiert. Die Waschmaschine im Health Centre wird für die Wäsche der Patientinnen und Patienten genutzt. Private Wäsche kann im Kindergarten Marakissa gewaschen werden.

### Verpflegung

- Die Verpflegung besteht überwiegend aus einfacher gambischer Küche. In der Regel wird mittags warm gekocht, meist Reis mit Gemüse sowie gelegentlich Fleisch oder Fisch. Zum Frühstück gibt es täglich frisches Brot. Bevorzugte Brotaufstriche oder Snacks sollten selbst mitgebracht werden, da diese vor Ort oft teuer oder nur eingeschränkt in lokalen Geschäften erhältlich sind.
- Allergien sowie vegetarische oder vegane Ernährungsweisen müssen vor der Anreise mitgeteilt werden, damit sich die Köchin entsprechend darauf einstellen kann.

## 6. Persönliche Packliste

Die folgende Packliste enthält empfohlene persönliche Ausrüstung für den Arbeitsalltag sowie für den Aufenthalt in Gambia. Sie basiert auf den Erfahrungen früherer Gruppen und den Hinweisen aus den Vorbereitungstreffen.

### ***Gesundheit und Reiseapotheke***

- Sonnenschutz
- Insektenspray
- Persönliche Reiseapotheke
- Malariaprophylaxe (nach ärztlicher Beratung)
- Paracetamol, Tanacomp, Vomex, ggf. Probiotika

### ***Persönlicher Schutz***

- FFP2-Masken
- Face Shield
- Stirnlampe mit USB-Anschluss (ca. 600 Lux empfohlen)
- High-Risk-Handschuhe
- Einmalhandschuhe



### **Kleidung**

- Bequeme Arbeitskleidung für den Klinikalltag
- Kleidung, die Schultern und Knie bedeckt
- Feste, geschlossene Schuhe für Klinik und Alltag
- Kasacks und Arbeitshose sind in begrenzter Anzahl und unterschiedlichen Größen vorhanden und können vor Ort genutzt werden.

## **7. Leben in Gambia**

- Gambia ist überwiegend muslimisch geprägt. Ein respektvoller Umgang mit Kultur, Religion und lokalen Gepflogenheiten ist selbstverständlich und prägt den Alltag ebenso wie die Arbeit im Health Centre. Englisch ist Amtssprache und wird im medizinischen Umfeld regelmäßig verwendet.
- Findet Dein Aufenthalt während des Ramadans statt, der je nach Jahr meist in den späten Winter oder ins Frühjahr fällt, kann sich der Tagesablauf teilweise verändern.
- Der Alltag verläuft insgesamt ruhiger als in Deutschland. Abläufe benötigen häufig mehr Zeit, spontane Änderungen sind keine Seltenheit. Flexibilität, Geduld und Offenheit erleichtern das Zusammenleben und die Zusammenarbeit erheblich.

## **8. Freizeit und Erlebnisse**

- Neben der Arbeit bleibt Zeit, Land, Menschen und Kultur kennenzulernen. Viele Erlebnisse entstehen spontan im Team und tragen wesentlich zu einem positiven Gemeinschaftsgefühl bei.

Mögliche Aktivitäten sind unter anderem:

- 1) Gemeinsame Ausflüge im Team
- 2) Besuche im Monkey Park
- 3) Kachikally Crocodile Pool
- 4) Bootstouren auf dem Gambia-Fluss
- 5) Aufenthalte an den Stränden
- 6) Safari-Ausflug in den Senegal



## 9. Materialien für die Zahnklinik und medizinische Spenden

Ein Teil der benötigten Materialien ist im REMIS Health Centre vorhanden. Einige Verbrauchsmaterialien werden jedoch regelmäßig knapp. Falls im Gepäck Platz ist und eine vorherige Abstimmung erfolgt, ist das Mitbringen zusätzlicher Materialien sehr willkommen.

### Häufig benötigte Verbrauchsmaterialien

- Einmalhandschuhe
- Masken (FFP2 sowie OP-Masken)
- Hände- sowie Flächendesinfektion
- Handseife
- Desinfektionstücher

### Apotheke

- Analgetika
- Antibiotika

### Chirurgischer Bereich

- Lokalanästhetika (bevorzugt für Zylinderampullen, alternativ Mehrdosenflaschen)
- Spritzen sowie Kanülen
- Tupfer
- Nahtmaterial
- Skalpelle

### Füllungstherapie

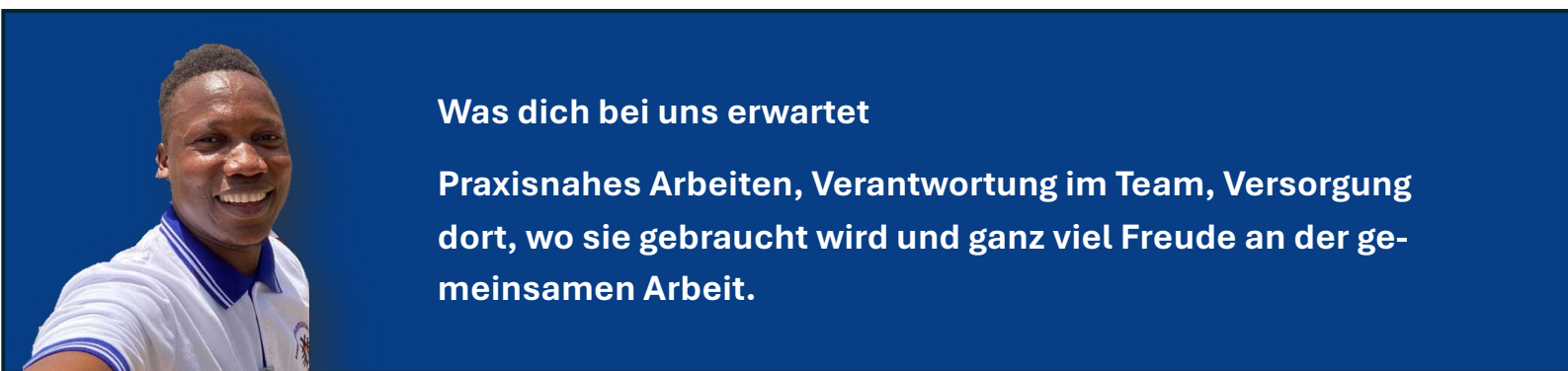
- Komposit sowie Glasionomerzement
- Adhäsivsystem (am besten mindestens selbststehend, idealerweise Universaladhäsive)
- 37%ige Phosphorsäure (für Total-Etch-Technik/Etch and Rinse-Technik)
- Garrison Ring sowie Tofflemire Matrizensysteme inklusive passende Matrizen
- Keile sowie Finierstreifen
- Frasaco-Streifen/AZ-Streifen/Polyester-Streifen
- Watterollen sowie Schaumstoffpellets
- Polierer, Diamanten sowie Rosenbohrer



## Weitere dentale Materialien

- Polymerisationslampe
- Glycin-Pulver (Pulver für Pulverstrahlgeräte)
- Spiritus
- Zahnbürsten und Zahnpasta

Das Mitbringen größerer oder wertvollerer Materialien sollte immer vorab mit dem Projektteam abgestimmt werden, um Doppelungen zu vermeiden und den tatsächlichen Bedarf zu berücksichtigen.



### Was dich bei uns erwartet

**Praxisnahes Arbeiten, Verantwortung im Team, Versorgung dort, wo sie gebraucht wird und ganz viel Freude an der gemeinsamen Arbeit.**

## 10. Arbeit vor Ort, die wirklich zählt

Die Arbeit im REMIS Health Centre findet in der Regel montags bis freitags statt. Der Arbeitstag beginnt meist mit einem kurzen Teamstart oder Health Talk und geht anschließend in die Patientenbehandlung über. Eine Mitarbeit in der Krankenstation ist ebenso erwünscht.

Die Teilnehmenden arbeiten eng mit den lokalen Dentisten zusammen und werden frühzeitig praktisch eingebunden. Ziel ist ein gegenseitiger Wissensaustausch sowie eine nachhaltige Verbesserung der Versorgung vor Ort.

Neben der Arbeit im Health Centre finden Behandlungen auch im Kindergarten Marakissa sowie in der nahegelegenen Schule statt. Dort stehen mobile Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung, sodass die zahnmedizinische Versorgung direkt zu den Kindern gebracht werden kann. Die Arbeit vor Ort ist häufiger weniger standardisiert als in Deutschland und erfordert ein hohes Maß an Kreativität, Flexibilität und Anpassungsfähigkeit an die lokalen Gegebenheiten.



## Schwerpunkte der zahnmedizinischen Arbeit

- Zahnextraktionen
- Abszessbehandlungen
- Zunehmend konservierende Zahnerhaltung durch Füllungstherapie
- Kinderzahnheilkunde in Schulen und Kindergärten

Der sogenannte Health Talk ist ein fester Bestandteil des Konzepts. Prävention, Aufklärung und Wissensvermittlung an Patientinnen und Patienten sowie an das lokale Team sind ausdrücklich erwünscht.

## Verbindliche Grundsätze

- Hygiene hat oberste Priorität und muss aktiv eingefordert und mitgetragen werden.
- Instrumente sind täglich zu sterilisieren.
- Handschuhe müssen regelmäßig gewechselt werden.
- Für jede Behandlung sind neue Kanülen zu verwenden.
- Ordnung im Dentalraum, im Container und im Lager ist aktiv zu pflegen.
- Ein klares Ordnungssystem ist notwendig, damit vorhandene Materialien und Spenden genutzt werden können.

## Organisation und Dokumentation

- Zu Beginn und zum Ende jedes Aufenthalts ist eine Inventur im zahnmedizinischen Bereich sowie im Medikamentenlager durchzuführen.
- Die Inventurlisten sind per E-Mail an den Vorstand, Wolfgang Dahl und Gundula Höttermann, zu senden.
- Hinweise auf Unzugänglichkeiten, verlorene oder entwendete Materialien sowie auf akute Probleme sind unverzüglich an Wolfgang Dahl oder an Lamin weiterzugeben.

## Kinderzahnheilkunde und rechtliche Aspekte

- Vor Zahnextraktionen bei Kindern muss eine schriftliche Einwilligung der Eltern vorliegen.
- Die Einwilligung ist zu dokumentieren und zu kontrollieren.
- Behandlungslisten in Schulen, im Kindergarten Marakissa und in weiteren Einrichtungen müssen geführt und fortlaufend aktualisiert werden.

## Umgang mit Medikamenten

- Medikamente sind bewusst und zurückhaltend zu verordnen.



- Unnötige Antibiotikagaben sind zu vermeiden.
- Schmerzmittel sollen niedrig dosiert werden.
- Besonders bei Kindern ist auf korrekte Dosierung und Aufklärung zu achten.
- Patientinnen und Patienten müssen über Einnahme und Wirkung informiert werden.

Die Arbeit in Darsilami erfordert Eigenverantwortung, Aufmerksamkeit und Teamfähigkeit. Gleichzeitig bietet sie die Möglichkeit, sehr viel praktische Erfahrung zu sammeln und einen nachhaltigen Beitrag zur medizinischen Versorgung vor Ort zu leisten.

### **11. Fachliche Hinweise, die den Alltag verbessern**

Die folgenden Hinweise stammen direkt aus dem Feedback des zahnmedizinischen Teams und aus gemeinsamen Meetings vor Ort. Sie haben sich im Arbeitsalltag als besonders relevant erwiesen und tragen wesentlich zu einer sicheren, effizienten und nachhaltigen Patientenversorgung bei:

#### **Anästhesie und Behandlungsabläufe**

- Es sollen keine großen „Reihenbetäubungen“ durchgeführt werden. Statt drei bis fünf Patientinnen oder Patienten gleichzeitig zu betäuben, wird empfohlen, maximal zwei bis drei Personen nacheinander zu anästhesieren, da ansonsten die Wirkung der Anästhesie nachlassen kann und schmerzhaftes Wartezeiten entstehen.
- Techniken der Leitungs- und Infiltrationsanästhesie sollen aktiv besprochen, reflektiert und verbessert werden. Eine regelmäßige Auffrischung der theoretischen Grundlagen sowie deren Umsetzung in die Praxis ist ausdrücklich erwünscht.

#### **Umgang mit Medikamenten**

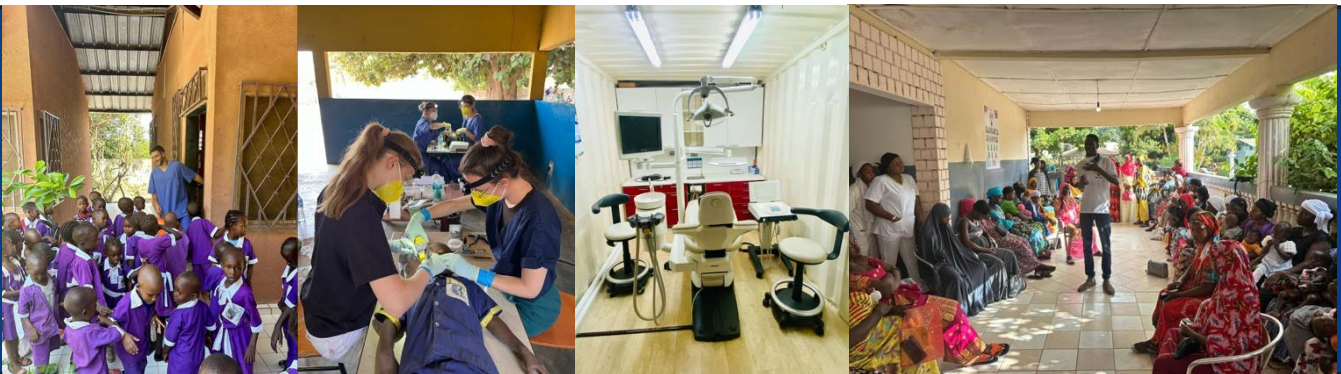
- Eine systematische und bewusste Medikamentengabe ist zwingend erforderlich. Zu hohe Dosierungen von Schmerzmitteln sowie eine zu häufige Verordnung von Antibiotika stellen ein wiederkehrendes Problem dar, insbesondere im Hinblick auf begrenzte Bestände und die Gefahr von Antibiotikaresistenzen.
- Bei Kindern ist besondere Sorgfalt geboten. Dosierungen müssen korrekt erklärt und angepasst werden. Die unkommentierte Ausgabe ganzer Blister ist zu vermeiden.
- Für die Lokalanästhesie bei Kindern wird, wenn möglich, eine Konzentration von 1:200.000 empfohlen. Die Verwendung von 1:100.000 sollte nach Möglichkeit vermieden werden.

## Fortbildung und Wissensweitergabe

- Das sachgerechte Nähen von Wunden soll stärker in den Behandlungsalltag integriert werden. Dazu gehört sowohl die Entscheidung, wann eine Naht erforderlich ist, als auch die korrekte Durchführung.
- Das Erkennen und der sachgerechte Umgang mit Mund-Antrum-Verbindungen (MAV/OAC) stellen einen wichtigen Fortbildungsbedarf dar. Alveolen sollen routinemäßig überprüft und bestehende Verbindungen erkannt und versorgt werden.
- Zur Förderung der Zahnerhaltung wird die Vermittlung von Techniken der direkten und indirekten Überkappung empfohlen. Kalziumhydroxid ist bereits als Spende verfügbar und kann gezielt eingesetzt werden, um unnötige Extraktionen zu reduzieren.

## Röntgen

- Ein Röntgengerät ist im REMIS Health Centre installiert. Studierende mit entsprechender Qualifikation sind ausdrücklich aufgefordert, ihr Wissen an das lokale Team weiterzugeben.
- Die jeweils erste Gruppe eines Aufenthaltszeitraums wird gebeten, den aktuellen Stand der Röntgengeräte zu überprüfen und anschließend rückzumelden, ob Materialien, Wartung oder sonstige Maßnahmen für die Funktionsfähigkeit erforderlich sind.





## 12. Darsilami ich komme!

Darsilami ist nicht nur ein Ort zum Arbeiten. Es ist ein Ort, an dem fachliche, persönliche und menschliche Entwicklung möglich wird. Der hohe praktische Anteil ermöglicht einen schnellen Kompetenzzuwachs. Eigenverantwortliches Arbeiten, der bewusste Umgang mit begrenzten Ressourcen sowie die Weitergabe von Wissen an das lokale Team sind zentrale Bestandteile der Famulatur. Viele Teilnehmende berichten, dass sie mit Erfahrungen zurückkehren, die über die reine klinische Routine hinausgehen.

## 13. Rückfragen

Melde dich bei Rückfragen gerne unter:

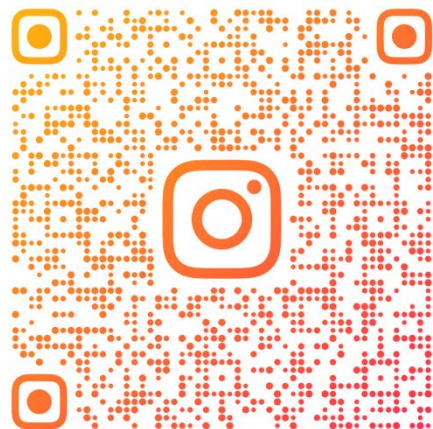
Wolfgang Dahl  
info@remis-darsilami.com  
+49 172 2919217

Prof. Dr. Fouad Khoury  
prof.khoury@t-online.de  
+49 1725353005

### **Bleib auf dem Laufenden:**

Folge uns auf Instagram @remishealthcentre  
und besuche unsere Website

[www.remis-darsilami.com](http://www.remis-darsilami.com)



**@REMISHEALTHCENTRE**