

Famulaturbericht Gambia

Daria Rudzka - Alicia Lange - Annika Dost - Kristin Förster

Februar-März 2026

1. Vorbereitung, Kontakt und Information



Wir sind durch die Vorlesungen von Prof. Khoury auf die Famulatur in Gambia aufmerksam geworden. Der anschließende Kontakt mit der Organisation verlief hervorragend:

Wir haben Wolfgang angeschrieben, welcher sich als super freundlich und hilfsbereit erwies. Er war jederzeit über WhatsApp erreichbar, sodass keine unserer Fragen unbeantwortet blieb.

Ein organisierter Infoabend bot uns eine gemütliche Gelegenheit, dem anwesenden Vorstand des Projektes Fragen zu stellen und wertvolles Insider-Wissen von ehemaligen Famulanten zu erhalten. Zudem wurde auch für die Verpflegung gesorgt.

2. Einreise und Gesundheitsvorsorge

Für den Flug erwies sich Brussels Airlines als die beste Fluggesellschaft, da es sich um einen Direktflug handelte. Die Verpflegung war inklusive und die Buchung verlief unkompliziert, wobei ein frühes Buchen finanziell günstiger ist.

Bezüglich der Gesundheitsvorsorge haben wir uns auf Basis von Empfehlungen eines Reisemediziners impfen lassen. Aufgrund der Nähe zum Senegal war insbesondere die Gelbfieberimpfung sehr wichtig. Die Malaria-Prophylaxe haben wir super vertragen. Eine Kostenerstattung für die gesundheitlichen Vorsorgemaßnahmen ist nach dem Einreichen bei der Krankenkasse möglich. Für den persönlichen Schutz sollten eine eigene Reiseapotheke sowie Highrisk-Handschuhe mitgebracht werden, wobei täglich ein Paar ausreichend ist.

3. Spenden und Materialorganisation



Die Spenden stammten aus privaten Praxen sowie von Firmen wie Voco, Henry Schein und Coltene. Wenn man selbst Materialien zukaufen möchte, sollte man dies am besten vorab mit Wolfgang absprechen, da Inventurlisten geplant sind. Mundschutz und Handschuhe in der Größe S sind vor Ort ausreichend vorhanden, dringend benötigt werden jedoch größere Handschuhe ab der Größe M. Ebenfalls stets benötigt werden scharfe Hebel sowie diverse Spüllösungen, wobei man sich bezüglich letzterer vorab Informationen zur Einreise einholen sollte. Insgesamt führten wir zwei Koffer pro Person mit, wovon einer als reiner Spendenkoffer diente.

4. Ankunft und Unterkunft

Die Einreise und Ankunft gestalteten sich etwas chaotisch, da Lamin leider verhindert war und uns nicht abholen konnte. Die Abholung erfolgte stattdessen durch das Team des Health Centers, welche wir jedoch am Flughafen zunächst nicht erkannt haben. Für die Zukunft ist es ratsam, vor dem Abflug den Kontakt mit Lamin und Kebba zu organisieren (wichtig: an Kebba nur Sprachmemos schicken, da er nicht lesen und schreiben kann).

Die Zimmer vor Ort sind mit Moskitonetzen ausgestattet; es ist jedoch besser, Flickzeug mitzubringen, anstatt Platz im Koffer für ein eigenes Netz zu verschwenden. Das Bettzeug inklusive der Kissen ist vorhanden und sehr bequem. Handtücher müssen jedoch definitiv selbst mitgebracht werden. Da es regelmäßige Stromausfälle gibt, sollte man unbedingt eine Powerbank einpacken. Zum Entspannen lädt der sehr schöne Garten ein, der jederzeit genutzt werden kann. Aufgrund des Hahns vom Nachbargrundstück und anderer nächtlicher bzw. morgendlicher Geräusche sind Ohropax dringend zu empfehlen.

5. Verpflegung



Zum Frühstück gibt es jeden Tag frisches Baguette.

Unter der Woche wurden wir von Sally, der besten Köchin, mit sehr leckerem Essen versorgt. Nach vorheriger Absprache bereitet sie auch vegetarische Varianten zu.

Für den Aufenthalt ist es empfehlenswert, Cold-Tea-Beutel oder Sirup mitzubringen, da vor Ort nur stilles Wasser zur Verfügung steht, welches unterschiedliche Chlor-Geschmacksintensitäten aufweist.

Zudem sollte man sich Aufschnitt für das Brot mitbringen (z. B. Nutella oder Brotaufschnittgläser von Dm, und davon nicht zu wenig). Sehr beliebt sind auch vegane oder vegetarische Gummibärchen, da diese

Halal und somit gut mit den Einheimischen teilbar sind. Falls man Müsli mitbringt, sollte man wegen der Ameisen auf eine gute Aufbewahrung (ggf. eine feste Dose) achten. Auch Kaffeepulver sollte eingepackt werden.

6. Das Team vor Ort und das Health Center



Das Team des Health Centers ist wie eine zweite Familie: neugierig, herzlich, interessiert, beschützend, immer gut gelaunt und mit einem offenen Ohr für diverse Probleme. Man fühlt sich dort extrem gut aufgehoben und begleitet. Während des Austauschs lernt man viele wichtige Begriffe auf Mandinka, und auch das Team freut sich sehr, neue deutsche Wörter zu lernen.

Unsere häufigsten Bezugspersonen waren:

- **Kebba („Kebba for president“)**: Er ist sehr fürsorglich, beschützend und sehr darauf bedacht, dass es uns immer gut geht. Man merkt, dass ihm das sehr viel bedeutet (echtes „Princess treatment“).

- **Ebrahim (Ibii):** Der Dentist vor Ort ist sehr hilfsbereit, immer gut gelaunt und sehr humorvoll. Man kann unheimlich viel von ihm lernen, aber auch er freut sich darüber, neues Wissen aufzunehmen.
- **Lamin:** Als Head-Nurse und Organizer ist er sehr verantwortungsbewusst und immer sehr busy, aber stets darum bemüht, Zeit für gemeinsame Unternehmungen zu finden.
- **Yaksi:** Das „Yaksi-Taxi“ war immer verfügbar, um uns von A nach B zu bringen; er ist zudem sehr humorvoll und ein echter Stimmungsmacher.

7. Klinikalltag und Behandlungen



Der Arbeitstag beginnt um 8:30 Uhr mit dem „Health talk“. Hierfür sollte man sich vorab ein paar Themen überlegen, die man vortragen kann (z. B. Kariesentstehung, Mundhygiene, Kontrolltermine oder Kinderzahnpflege). Feierabend ist je nach Tag gegen 14 Uhr. Montags und donnerstags dauert es länger, da Donnerstags der „Denture Day“ (Prothesentag) ist.

Das Behandlungsspektrum umfasst vor allem Extraktionen, aber auch Füllungen sind möglich. Der Alltag erfordert Improvisation, da es keine richtige Trockenlegung und keine Absaugung gibt. Vor Ort sind zwar Kasacks vorhanden, allerdings eher in größeren Größen (vor allem die Hosen); eigene Schuhe müssen unbedingt eingepackt werden. Die Zusammenarbeit mit Ibrahim, Sophie und Mary war super. Sie geben viele Tipps, lassen einem aber auch viel Raum, um Behandlungen selbstständig durchzuführen. Sobald man nicht weiterkommt, sind sie sofort zur Stelle und springen ein – man ist niemals alleine.

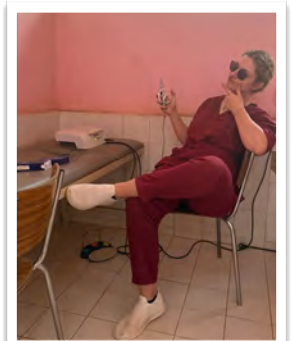
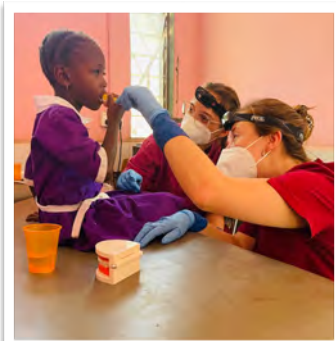


8. Outreach-Einsätze

Marakissa-Kindergarten



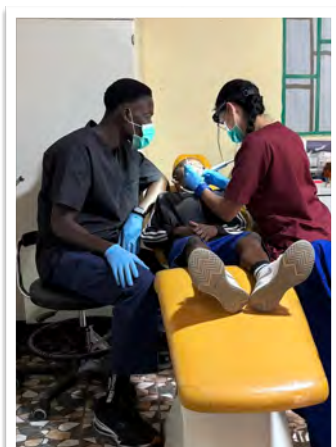
Für diesen Einsatz wurde ein mobiler Motor genutzt, und das benötigte Material musste vorab im Center eingepackt werden. Die Kinder waren anfangs etwas ängstlich aber auch das hat sich meistens nach ein wenig Zeit gelegt und es war auch immer eine Lehrerin zur Übersetzung anwesend. Aufgrund der fehlenden Trockenlegung waren Behandlungen sehr schwierig, aber dank GIZ-Materialien möglich. Wir haben eher versucht, Extraktionen zu vermeiden und stattdessen mit Calciumhydroxid zu füllen (hierfür wäre ein improvisierter Püster hilfreich).



Schule von Uwe

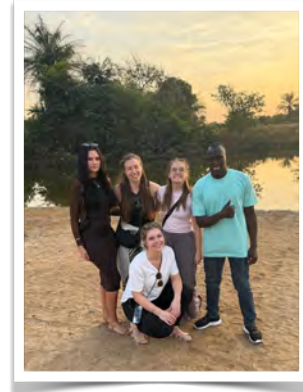
Hier sind zwei Behandlungsstühle sowie viele Materialien bereits vorhanden, die Instrumente müssen jedoch mitgebracht werden. Vor Ort wurden wir von Kady, der Schulkrankenschwester, super lieb und hilfsbereit unterstützt.

Wichtig ist, dass für die Behandlungen eine Einverständniserklärung der Eltern vorliegen muss. Zudem sollte man überlegen, einen Dentisten mitzunehmen, falls man Hilfe bei den Extraktionen benötigt. Bezüglich der Abholung muss immer Rücksprache mit dem Fahrer von Uwe gehalten werden.



9. Freizeit, Kultur und Soziales

Auch die Freizeit kam nicht zu kurz. Wir haben viele tolle Ausflüge unternommen, darunter eine Safari im Senegal, Besuche im Monkey Park, auf dem Wood Market und am Crocodile Pool, Strandtage, ein Ausflug zur Pelican Island, eine Kanufahrt, der Besuch im Hotel von Wolfgang und das Karneval-Festival. Abends haben wir zusammen mitgebrachte Kartenspiele gespielt, Movie Nights und Grillabende veranstaltet und ein gemeinsames Dinner mit dem Professor erlebt.



10. Fazit, Reflexion und Verbesserungsvorschläge

Persönliche Reflexion: Es war eine positive und extrem prägende Zeit, aus der wir viele Erinnerungen mitnehmen. Uns ist dadurch noch einmal bewusst geworden, dass unser gewohntes Gesundheitssystem nicht selbstverständlich ist. Kurz gesagt: Es war wunderschön und wir würden jederzeit Wiederkommen!

Was wir gerne vorher gewusst hätten: Es wird vom Team zwar nicht erwartet, aber sie freuen sich riesig darüber, wenn man sie am Strand oder bei Ausflügen mal zum Essen einlädt.

Verbesserungsvorschläge für die Zukunft:

- **Flughafentransfer:** Die Abholung am Flughafen könnte vereinfacht werden, beispielsweise durch Erkennungsschilder („Remis-Schilder“) oder einheitliche T-Shirts für das Abholteam.
- **Zimmerausstattung:** Ein Infoblatt auf den Zimmern mit Details zu Arbeitsmöglichkeiten und den Kontaktdaten von Schule und Kindergarten wäre hilfreich. Zudem könnten auch in den anderen beiden Zimmern Deckenventilatoren installiert werden. Für mehr Ordnung wären Stauraum mit Schranktüren sowie Ablagemöglichkeiten (z. B. ein Regal) im Badezimmer wünschenswert.
- **Einsatzorganisation:** Für die Einsätze im Kindergarten und in der Schule wären vorgefertigte „To-Go-Taschen“ mit Materiallisten eine große Erleichterung.
- **Wäsche:** Da die Waschmaschine nicht immer funktionsfähig ist, wäre es schön, wenn es alternative Waschmöglichkeiten (wie z. B. eine Waschwanne) gäbe.