Famulaturbericht

Wir sind 4 Studentinnen – Larissa, Mareke und Hannah aus Münster und Mariama aus Aachen – und haben den gesamten August 2026 im Remis Health Centre in Gambia verbracht.
Nun sitzen wir am Flughafen in Banjul und lassen die letzten vier Wochen noch einmal Revue passieren. Irgendwie verrückt, wie schnell die Zeit vergangen ist!
Als wir vor vier Wochen vollgepackt am Münsteraner Hauptbahnhof standen, konnten wir uns noch nicht wirklich vorstellen, was uns in Gambia erwarten würde. Im Nachhinein können wir sagen: Es wurde wunderschön und abenteuerlich, manchmal ziemlich chaotisch und definitiv auch herausfordernd, aber vor allem eine Zeit, die wir so schnell nicht vergessen werden.

Anreise und die ersten Tage

Unsere Reise startete in Münster. Von dort ging es zunächst mit dem Zug nach Frankfurt, wo wir unseren Flieger von Royal Air Maroc nahmen. Nach einem Zwischenstopp in Casablanca kamen wir mitten in der Nacht endlich in Banjul an.
Dort warteten schon Kebba ,der während unserer vier Wochen zu unserem Ansprechpartner und Freund für wirklich alle möglichen Belange wurde und Yahya, der Bruder von Lamin, mit einem Schild auf uns. Die Abholung lief also komplett unkompliziert.
Auf dem Weg zu unserer Unterkunft gab es direkt den ersten kleinen Einblick in unseren zukünftigen Alltag: Wir hielten an der Bäckerei, in der das Tapalapa gebacken wird – das Brot, das von nun an jeden Morgen auf unserem Frühstückstisch landen sollte.
Im Remis Health Centre angekommen, wurden wir von Lamin herzlich begrüßt. Nach der langen Reise waren wir allerdings vor allem eines: müde. Also ging es für uns ziemlich schnell ins Bett.
Die ersten Tage konnten wir ganz entspannt in Darsilami ankommen. Uns wurden die Räumlichkeiten gezeigt, wir lernten die Menschen vor Ort kennen und bekamen einen ersten Einblick in die Arbeitsabläufe im Health Centre.

Unser Arbeitsalltag

Unser Tag startete immer mit einem Frühstück. Tapalapa und frische Früchte gab es in Mengen. Unsere Brotaufstriche hatten wir aus Deutschland mitgebracht, da es diese dort nicht gibt. Kleiner Tipp an alle, die nach uns kommen: Nehmt ruhig ein paar Gläser mehr mit und für Kebba am besten den Toscana-Aufstrich, den liebt er!
Um 8:30 Uhr ging es dann mit dem Health Talk los. Dabei werden mit den wartenden Patientinnen und Patienten verschiedene grundlegende medizinische und zahnmedizinische Themen besprochen. Auch wir durften Health Talks vorbereiten und halten.
Ab 9:00 Uhr ging es dann richtig los: Im Container und im zweiten Behandlungsraum standen vor allem Zahnextraktionen, Füllungen und Zahnreinigungen auf dem Programm.
Eingearbeitet wurden wir von unserem Dental Team: Marie, Ebrima und Ousmane. Die drei haben uns von Anfang an super aufgenommen, uns viel gezeigt und jede Menge hilfreiche Tipps gegeben. Dadurch konnten wir unglaublich viel lernen und mit der Zeit immer selbstständiger arbeiten.
Und eine Sache haben wir ziemlich schnell festgestellt: Es gibt scheinbar wirklich keinen Zahn, den die drei nicht aus dem Kiefer bekommen. Wenn wir bei einer Extraktion irgendwann nicht mehr weiterwussten, wussten wir also ziemlich genau, an wen wir uns wenden mussten.
Die Arbeit hat uns viel Spaß gemacht, war aber teilweise auch ziemlich anstrengend. Da wir mitten in der Regenzeit in Gambia waren, gehörten Stromausfälle mehr oder weniger zum Alltag. Und Stromausfall bedeutet im Behandlungsraum eben auch: kein Licht. Zum Glück hatten wir Stirnlampen aus Deutschland dabei. Die haben uns tatsächlich mehr als einmal den Arbeitstag gerettet und gehören definitiv auf unsere Packliste für zukünftige Famulanten!
Auch an das Klima mussten wir uns erst einmal gewöhnen. An besonders heißen Tagen mit sehr hoher Luftfeuchtigkeit dauerte es nicht lange bis man komplett durchgeschwitzt war. Deshalb würden wir auf jeden Fall empfehlen, genügend eigene Arbeitskleidung mitzunehmen. Ein bisschen Kleidung gibt es zwar auch vor Ort, mit eigenen Sachen ist man aber definitiv gut beraten.
Das Gleiche gilt für Handschuhe. Wir hatten sowohl normale als auch stichfeste Handschuhe aus Deutschland dabei, was wir im Nachhinein sehr empfehlen können, da es vor Ort durchaus mal zu Engpässen kommen kann.

Zahnputztraining in Darsilami

Eigentlich hatten wir uns auch darauf gefreut, Schulen und Kindergärten zu besuchen. Daraus wurde im August allerdings nichts, denn während unseres gesamten Aufenthalts und noch bis Anfang September waren Ferien und die Einrichtungen geschlossen.
Ganz darauf verzichten wollten wir aber nicht. Deshalb organisierten wir kurzerhand selbst ein kleines Zahnputztraining mit den Kindern aus Darsilami. Gemeinsam wurde fleißig geputzt und geübt. Für uns auf jeden Fall eine schöne Abwechslung zum normalen Behandlungsalltag.

Feierabend!

Je nachdem, wie viele Patientinnen und Patienten kamen, endete unser Arbeitstag meistens gegen 14 Uhr. Und dann kam ein Teil des Tages, auf den wir uns eigentlich immer freuen konnten: das Mittagessen von Sally.
Unsere liebe Sally kochte jeden Tag typisch gambianische Gerichte für uns und wir wurden wirklich bestens versorgt.
Danach konnten wir unsere Nachmittage komplett frei gestalten. Meistens fiel unsere Entscheidung ziemlich schnell auf den Strand. So verbrachten wir viele Nachmittage am Meer, bevor es abends wieder zurück nach Darsilami ging.
Um unser Abendessen kümmerten wir uns selbst. Manchmal hatten wir auch Gäste da, saßen noch lange zusammen und ließen den Tag ausklingen. Nach kurzer Zeit entwickelte sich so ein richtiger Alltag und Darsilami fühlte sich immer weniger fremd an.

Und am Wochenende? Gambia entdecken!

Die Wochenenden hatten wir frei und gemeinsam mit Kebba erkundeten wir Gambia. Gemeinsam entdeckten wir verschiedene Strände, fuhren für eine Safari in den Senegal, machten eine Bootstour auf dem Gambia River und gingen Kanu fahren. Gleichzeitig lernten wir auch das Leben vor Ort immer besser kennen. Wir verbrachten viel Zeit in Darsilami und lernten das hektische Markttreiben in Brikama kennen, definitiv auch ein Erlebnis für sich.
Dabei lernten wir während unserer vier Wochen unglaublich viele Menschen kennen. Was uns besonders in Erinnerung bleiben wird, ist, wie offen und herzlich wir überall aufgenommen wurden. Egal ob im Health Centre, im Dorf oder unterwegs, wir hatten schnell das Gefühl, nicht einfach nur Gäste zu sein.

Dankeschön!

Ein riesiges Dankeschön an Wolfgang, der diese Erfahrung erst möglich gemacht hat! Er war von Anfang an ein perfekter Ansprechpartner, hat uns mit unserer Planung unterstützt und war jederzeit für uns erreichbar. Man kann wirklich sagen, dass er gemeinsam mit Lamin das Herz dieser Organisation ist. Auch nochmal vielen Dank an Marie, Ebrima und Ousmane für alles, was ihr uns gezeigt habt, an Sally für das leckere Essen, an Lamin für die herzliche Aufnahme und an Kebba, der uns vier Wochen lang begleitet, uns Gambia gezeigt und sich um wirklich jedes noch so kleine Problem gekümmert hat.
Bedanken wollen wir uns auch bei den zahlreichen Firmen, die dieses Projekt mit großzügigen Spenden unterstützt und damit einen wichtigen Beitrag zu unserer Arbeit vor Ort geleistet haben:

Carl Martin
Clinic Dress
Coltene
Hahnenkratt
Henry Schein
HuFriedyGroup
Kuraray
Lege Artis
PlanDent
Tokuyama
Valiprax
Verein für Zahnhygiene
Voco

Wir verlassen Gambia mit unglaublich vielen Erinnerungen, neuen Erfahrungen und ein bisschen Wehmut.
Es waren vier wunderschöne, verrückte, anstrengende und abenteuerliche Wochen. Wir würden es wieder machen!

Spenden

Über Spenden freut sich das dental Team auch immer. Es wird zwar nicht von den Famulanten erwartet Spenden mitzubringen, hilft aber vor Ort, ein einwandfreies Arbeiten zu ermöglichen. Folgende Materialien werden immer benötigt:

- Handschuhe Größe M und L
- Gesichtsmasken
- Anästhetikum und Nadeln
- Desinfektionstücher und Desinfektionsmittel
- Oberflächenanästhetikum für Kinder
- Composit (vor allem in Farben A2/A3)
- Flow, Bonding, Ätzgel
- Zahnbürsten und Zahnpasta









