

# November 2010

## Reisebericht 11. bis 18.11.

Wie schon in den letzten Jahren, wollten wir über den Weltdiabetestag wieder nach Gambia reisen. Diesmal hatte sich meine Frau Gudrun den Termin frei gehalten, und so ging es dann in der Nacht vom 10. auf den 11. November los.

Klar, das mit dem Flug nach Gambia geht fast nicht ohne eine Hürde. Um 21 Uhr kam ein Anruf, dass der Flug um 7 Uhr nach Brüssel gestrichen sei, und wir schon um 6 Uhr in Stuttgart abfliegen sollten, zunächst nach Frankfurt, und von dort nach Brüssel.

## 12.11./13.11.

Wir sind pünktlich gelandet, gegen 18.00 Uhr, Dr. Gaye haben wir für einige Minuten auf dem Flughafen sprechen können, denn er war auf dem Weg zu einer Konferenz des IDF, und musste nach China reisen.

Gleich am Freitag (12.11.) und am Samstag (13.11.) waren Gudrun und ich in der Pakala-Klinik beschäftigt, um mit allen uns bekannten Personen die Labormessungen durchzuführen. Fast alle kamen, und von 27 Personen wurde der Langzeitzuckerwert gemessen, aus den Blutzuckermessgeräten die Werte ausgedruckt, da, wo möglich, ein Stimmgabeltest durchgeführt, und, wenn die Zeit es zuließ, die Diabetes-Alltagsprobleme diskutiert.

Hier mal ein Großteil der Langzeitzuckermessweltergebnisse (für die "Kenner" unter den Betrachtern), allerdings ohne die zugehörigen Namen.

8,7%, 5,5%, 12,9%, 11,7%, 10,5%, >14%, >14%, 12,7%, 11,7%, 6,8%, 11,9%, 6,6%, >14%, >14%, 9,%, 11,3%, 11,7%, >14%, 8,8%, 6,6%, 11,8%, 7,9%, 11,4%, 12,4%, >14%



## 14.11.

Am Sonntag (14.11.) war dann Weltdiabetestag, und wie die Jahre davor, hatte die "Gambian Diabetes Association" wieder einige Events geplant. Diesmal sollte der Marsch durch die Hauptstadt

gehen.

Start sollte um 10 Uhr sein, aber wie es so ist, wurde es 11.15 Uhr, bis alle da waren, und die letzten Vorbereitungen abgeschlossen waren.

(Fast) alle uns bekannten Diabetiker waren da und sind mitgelaufen.

Auf das Fernsehteam mussten wir am längsten warten, und in Begleitung einer Trommelgruppe ging es dann los zum "Arch 22", mitten auf der Hauptstrasse.

Auf dem Platz daneben war die Tribüne aufgebaut, und es gab Redebeiträge, u.a. von Salieu John, dem Organisator der Gambian Diabetes Association, und dem Bürgermeister von Banjul.

Für Essen und Trinken war gesorgt.

Diabetes-Projekt The Gambia e.V. hat diesen Tag wieder finanziell unterstützt.

Schauen sie sich die Bilder an:





Hier war mal ein Video zu sehen von unserem Marsch durch Banjul





**Die Gruppe am ARCH 22**

**obere Reihe:**

Adama Jatta, Sister Fatou, Lamin Dibba, Sheriff Sanyang, Maimuna Bojang, Ngoneh Mboob, Amadou Barry, Ya Sira Njie, Amie Colley, Amie Jobe

**mittlere Reihe:**

Ebrima Mendy, Medina Jarju, Muhammed Willan, Zainab Jabang, Rilwan Lowe, Adama Lowe

**unten:**

Lamin Badjie, Roland Schindler, Anja Rollamn

**15.11.**

Am Montag haben wir in Abstimmung mit Dr. Gaye Amie Jobe und Lamin Dibba auf ICT umgestellt. Durch die Schulung der neuen Pens und Langzeit-/und Mahlzeiteninsulin haben wir uns dafür den ganzen Tag Zeit genommen.





16./17.11.

Gudrun, Anja und ich haben uns entschlossen, Arafang im Süden von Gambia zu besuchen. Arafang war einer der Securitys im Bakotu Hotel, und wird sich nun komplett auf seine Landwirtschaft konzentrieren. Der Brunnen funktioniert, die Tauchpumpe läuft, die Wassertanks sind aufgebaut, sein Haus steht, die Bananen wachsen, seine Honigproduktion holpert noch, und auf seinem Feld ums Haus zerstören die Kühe und Ziegen die angepflanzten Gemüse und Stauden. Deshalb haben sich Gudrun und ich entschlossen, ihn mit unseren privaten Mitteln einen Zaun zu kaufen.

Am Dienstag war dann noch **Tobaski**, und wir sind noch ins Dorf zum "Einkehren".

Klicken sie sich durch die Bilder und bewundern ihn, denn er ist ganz auf sich allein gestellt!





## 18.11., Amie Colley

Natürlich haben wir Amie Colley, unsere Schneiderin, die wir im Februar 2009 mit Nähmaschinen ausgestattet haben, in Abuko besucht. Wir hatten jede Menge von den tollen gambianischen Taschen bei ihr bestellt. Bei den Labormessungen war sie ebenfalls mit dabei, und sie kommt am besten mit der intensivierten Insulin-Therapie klar, ihr Langzeitzuckerwert ist nun 40 mmol/mol (5,7%).

Die Geschichte von Amie Colley können sie demnächst im Kapitel "Was wir noch tun" nachlesen.



## 19.11.

Am Freitag haben wir die Zeit genutzt, um die Familie von Zainab Jabang in Brikama zu besuchen. Zainab ist im Jahr 2000 geboren, eine der Jüngsten mit Typ1-Diabetes, und immer noch auf sehr schlechten Blutzucker-Durchschnittswerten. Wir haben uns sehr intensiv mit der Mutter, dem Vater und der Großmutter und natürlich mit ihr selbst unterhalten über den Diabetes unterhalten, wir hoffen, mit den Werten wird es etwas besser!

Schon in Brikama, wollten wir die Familie Manneh zu besuchen. Lamin Manneh ist der linke Unterfuß wegen Diabetes amputiert worden, und zusammen mit Susanne Bitzer aus der Gambiagruppe in Haigerloch haben wir ihn mit einem Blutzuckermessgerät und Teststreifen versorgt, denn wahrscheinlich sollte er Insulin spritzen. Seinem Sohn Lamin haben wir schon vorher im Bakotu-Hotel den Umgang mit dem Messgerät erklärt.





20.11.

Der vorletzte Tag war angebrochen.

Vormittags ein Besuch im Royal Victoria Teaching Hospital beim Pflegedienstleiter der Med. Klinik Ousman Jammeh, ein weiterer Besuch bei der Podologin Anja Rollmann, die in der "alten" Klinik von Dr. Gaye ihre Fuß- und Wundambulanz prächtig meistert, viel Zeit blieb nicht, denn Sister King (Eliza) hatte auf Wunsch von Dr. Gaye und uns nochmals 11 Betroffene zu einem abschließenden Schulungsworkshop in die Klinik von Dr. Gaye eingeladen.

Es kamen dann auch alle, nicht immer zur vereinbarten Zeit, ab 15 Uhr waren alle da, und wir konnten starten. Die wichtigsten Inhalte des Schulungsprogramms wurden besprochen und wiederholt, vor allem auf die konventionelle Insulin-Therapie (CT) und die intensivierete Insulin-Therapie (ICT) ist Gudrun als Diabetes-Assistentin und ich eingegangen. Das Motto: "je öfter wiederholen, umso mehr wird umgesetzt" haben wir beherzigt, und unser aller Idee war, für das Halten und die Verbesserung des Langzeitzuckerwertes Preise auszusetzen. Wir werden über die Ergebnisse ab Ende März 2011 berichten!

Mit in Gambia gekauften Plastikboxen hat Gudrun noch das im Kühlschrank der Klinik gelagerte Insulin gut sortiert, und Sister King hat zwei von der Fa. Omron gesponserte Blutdruckmessgeräte überreicht bekommen!





21.11.

Der letzte Tag war angebrochen, und wir haben uns ein paar Stunden der in der heissen Sonne am Atlantik verwöhnen lassen. Wenn nun der Leser/-in meint, wir hätten nur gearbeitet, dann stimmt dies nicht ganz.

Auf dem Holzschnitzermarkt in der Nähe des Hotels haben wir unsere gekauften Figuren abgeholt, und die grüne Meerkatze, die uns regelmäßig am Hotelzimmer besucht hat, bekam noch eine letzte Banane, um 18 Uhr gings dann zum Flughafen, Abflugtermin 20.50 Uhr, aber, wie so manches Mal, haben wir die Nacht auf dem Flughafen verbringen müssen, denn unser Flieger blieb zunächst in Dakar mit einem Reifenschaden hängen. Um 5 Uhr morgens hob er zum Heimflug ab...

