



# Himalayan Projects vzw

Leiselestraat 138, B-8200 Sint-Michiels - 050385704 - 0488380277  
himalayanprojects@gmail.com - www.himalayanprojects.org



Verslag Eline Deboosere, tandarts-vrijwilligster in najaar 2012 in onze medische post: Shanti Medical Group, Chitre, Ghara VDC ward n°2, Myagdi district, Nepal

1.

## Himalayan projects

### 1. Ontvangst

\* aankomst Kathmandu: - goed onthaal

- We werden opgewacht door Passang, die voor ons verkeer zorgde naar ons hotel en ons een kleine rondleiding gaf in Kathmandu.

+ daarnaast regelde hij ook ons verkeer naar Pokhara.

- Verbleef in Buddha hotel was ook goed geregeld.

\* aankomst Pokhara: - goed onthaal

- verblijf bij Paul was uitstekend

+ daarnaast kregen we een rondleiding in Pokhara en werd onze trekking geregeld, wat top was.

\* aankomst Chitre: - goed onthaal

- 1ste dagen kregen we een rondleiding en introductie in het dorp.

- Wat zeer top en handig was, was dat Paul zelf aanwezig was.

- logement: uitstekend,

vriendelijke en toffe gastvrouwen

## 2. Voorbereidingen

\* dental camp: goed

- ⊕ → affiches werden in verschillende dorpen opgehangen waardoor er bekendheid was.
- ⊖ → affiches misschien iets meer op voorhand laten uithangen + iemand aanspreken die in het dorp zelf reclame kan maken.

\* tandartsen praktijk: goed

- ⊕ → steel was in orde en functioneerde
  - basismateriaal was aanwezig
- ⊖ → boormisselace is nodig
  - eventueel hechting materiaal voor extracties
  - matrixhouders en -banden voor vullingen

## 3. Dental camp

\* Nuclcop

- 1ste + 3de week meer patiënten dan de 2de week meers festival.
- gemiddeld 4 à 5 patiënten / dag.
- voornamelijk patiënten van Pholate / Swanta
  - ± 20 à 30 van Chitre / paar van Sikha, Ghora, Gharamoli, Ghorepani
- periode van 3 weken kan ingekort worden tot 2 weken.

## \* Mondhygiëne

- ouderen voornamelijk parodontitis (tandvleesproblemen) en wortelresten aanwezig, minder cariësen.  
→ mondhygiëne is beter dan die van de jongeren
- jongeren voornamelijk cariësen, abscessen en zeer veel wortelresten.

De toestand van de melktanden is dramatisch! Vaak zijn er infecties aanwezig waardoor de definitieve tanden aangetast kunnen worden.

Daarnaast verstoren de wortelresten de normale groei van de permanente tanden.

→ mondhygiëne is slecht en in combinatie met ongezonde voeding, resulteert dit in zeer slechte mondsituaties.

## \* Cijfers

- behandelingen:  
103 patiënten

1. tandextracties: 120

2. vullingen: 34

3. reiniging: 22

4. controle — in medisch kabinet: 5

— schoolbezoek: 11 Chitree  
25 Pholate

→ uit deze cijfers kan men concluderen dat de patiënten enkel komen als ze pijn hebben of hebben gehad. De routine om op controle te komen en aan preventie te doen is quasi onbestaand.

#### 4. Toekomstplannen

##### \* Preventie inbouwen in de scholen:

- er kunnen tandenborstels aan de kinderen op school uitgedeeld worden.

Ze kunnen die daar dan laten zodat ze elke morgen op school hun tanden kunnen poetsen samen met de juf / leraar.

Op deze manier kunnen de juf / leraar de poetsinstructies bijsturen.

- een les omtrent gezonde en ongezonde voeding.

- een les omtrent tanden, mondhygiëne en poetsinstructies.

##### \* Jaarlijkse controle van het gebit:

- check up van de kinderen op school of ze kunnen per klas naar het medisch kabinet komen. (Er wordt dan opnieuw een brief meegegeven naar de ouders.)

→ deze controle kan uitgevoerd worden door een vrijwillige tandarts of door Ganga.

## 5. Persoonlijke ervaring.

Nepal is een prachtig land met zoals zijn bevolking. Dit werd mij al snel duidelijk bij onze aankomst en tijdens de trekking in het Annapurna gebied.

De Himalaya is een plaats van rust. Zo was ook het gevoel om als tandarts in het kleine Chitre te werken. De vergelijking met België was drukte en snelheid primeert, maar kalme en rust de kernwoorden in Chitre. Geen afspreken, maar elke dag wachten in de zon op de 1ste patiënt. De mensen vertelden over het dental camp in hun dorp en zagen de officies. Op die manier was er elke dag wel werk. De voornaamste behandeling was het verwijderen van tanden. Vullingen en reinigingen kwamen gelukkig af en toe aan de orde.

Het tandartsenkabinet was uitgerust met het basismateriaal. Het enige waar het af en toe op wachten was, was de elektriciteit. Maar dat hoefde er allemaal bij.

Ganga, de lokale verpleegster, was een zeer handige hulp. Ze was mijn persoonlijke tolk en assistente, waarvoor ik haar dankbaar ben. Op het einde kon ik mijn kennis overdragen aan haar. Ik leerde haar meer over de technieken om tanden te verwijderen, hoe je ze moet vullen en nog veel meer.

Aus mijn bezoek aan de scholen kon ik concluderen dat er op preventief vlak nog veel werk aan de winkel is. Preventie zal dus iets zijn waar er in de toekomst aan gewerkt zal moeten worden.

Door ons verblijf in de lokale guesthouse leerden we veel  
bij over de nepalese keuken, cultuur en rituelen.

Ik heb veel geleerd uit mijn werk in Nepal en vindt het  
een prachtige ervaring. Hoe de mensen daar omgaan  
met het leven, de rust en eenvoudige zaken is iets wat ik  
meer zal ~~lezen~~ nemen naar België.

Groetjes, Elime