

## **Annapurna Neurological Institute**

- Famulaturbericht von Luise, Nelly und Noah / August 2016 -

Das Annapurna Neurological Institute ist ein kleines Krankenhaus mit 50 Betten in Maithigar, im Süden von Kathmandu. Es ist auf Neurochirurgie und Neurologie spezialisiert und gut ausgestattet, sodass man sich auch als westlicher Student rasch zurechtfindet. Wir waren für 30 Tage dort und können eine Famulatur wärmstens empfehlen. Die Vermittlung durch Nepalmed erfolgte problemlos.

Bereits zur Reisevorbereitung lohnt sich ein Blick in den Lonely Planet, da dieser nach dem Erdbeben von 2015 überarbeitet wurde und so einen aktuellen Überblick über die Situation und Möglichkeiten vor Ort bietet. Für die Impfungen kann ein Besuch in der Tropenmedizin nicht schaden, Tollwut und Typhus sollten obligat sein, Japanische Enzephalitis kann man sich wohl eher sparen. Die meisten Dinge, die sich vergessen lassen (Toilettenartikel, Passfotos, Kopien aller Art, Trekking-Ausrüstung) kann man vor Ort ohne Schwierigkeiten ersetzen, dies gilt aber insbesondere nicht für jedes Medikament. Um eine vollständige Reiseapotheke sollte man sich daher vorher bemühen, im Alltag ist man allen voran dankbar für Sterillium, Perenterol, Tabletten zur Wasseraufbereitung und wirksamen Mückenschutz. Das Visum haben wir über die Botschaft in Berlin erhalten, man kann es sich zwar auch erst am Flughafen in Kathmandu ausstellen lassen, sollte dann aber unter Umständen mit nicht unerheblicher Wartezeit rechnen. Außer der Unterkunft haben wir von Deutschland aus nichts weiter gebucht, alles, was mit Trekking und sonstigen Unternehmungen zu tun hat, lässt sich bequemer direkt vor Ort organisieren.

Der Flug ist lang, der Anflug in das Kathmandutal dafür umso schöner. Auch in erschöpftem Zustand sollte man wachsam bleiben, denn sofort finden sich Leute, die einem Hotels, überteuerte Taxifahrten und das Verstauen des Gepäcks gegen Geld anbieten. Schon hier beginnt also, was für die kommenden Wochen selbstverständlich wird, lächelnd und bestimmt abzulehnen und seines Weges zu gehen. Und selbst wenn man kein Freund des Feilschens ist, wird man nicht drum herum kommen, die Taxifahrer und Händler möglichst in die Nähe ihres halben Preises zu bringen. Für weit entfernte Fahrten lohnt es sich, einen vertrauten Einheimischen nach dem üblichen Tarif zu fragen, obwohl man als Tourist ohnehin immer etwas mehr bezahlen wird. Und natürlich gilt: je häufiger man beim selben Händler kauft, desto niedriger wird der Preis. Geld lässt sich problemlos wechseln (immer darauf achten, sich in Wechselstuben eine Quittung aushändigen zu lassen) und auch ATMs gibt es in der Stadt genügend, allerdings fährt man mit einer Kreditkarte besser als mit der EC-Karte. Nur weil ein Maestro-Symbol vorhanden ist, heißt das noch lange nicht, dass es tatsächlich funktioniert (tatsächlich haben wir während unseres fünfwöchigen Aufenthalts keinen einzigen EC-Karten-fähigen Automaten gefunden). Ähnliches gilt für das warme Wasser in Hostels und Lodges, "hot shower" kann alles von eiskalt bis lauwarm bedeuten.

Wir waren im Zen Bed & Breakfast mitten im Touristenbezirk Thamel untergebracht und können es wärmstens empfehlen. Das Hostel liegt in einer relativ ruhigen Seitenstraße, ist sauber und angenehm ausgestattet. Der Inhaber ist äußerst fair und kulant und hat uns alle Fragen zuverlässig beantwortet. Wir haben vorher einen Pauschalpreis für sieben Wochen ausgehandelt (ca. 8€ pro Einzelzimmer und Nacht), bei Bedarf kümmert er sich außerdem gerne um Bustickets, Touren und Trekking. Und, als kleiner Bonus, befindet sich direkt nebenan das "Cheap Thamel", in dem man nach einem anstrengenden Arbeitstag bei einem leckeren und extrem günstigen Teller Curry entspannen kann, umringt von der freundlichen Familie des Besitzers.

Die Unterbringung bei einer Gastfamilie in Rato Pul ist ebenfalls möglich, dort kann man leicht mit anderen Studenten in Kontakt kommen und hat es etwas ruhiger. Die Zimmer hier sind schön und geräumig, Essen ist im Preis inbegriffen, ebenso WLAN, Laundry Service und die (tatsächlich) warme Dusche. Der Gastvater ist sehr nett und kennt sich hervorragend in Kathmandu und Umgebung aus. Wenn das alles noch nicht überzeugt, sei an dieser Stelle erwähnt, dass das Haus

über eine sehr schöne Dachterasse verfügt und direkt um die Ecke köstliches Obst zu Spottpreisen verkauft wird.

Thamel ist laut und lebhaft, was einen an freien Tagen erfreut und furchtbar anstrengend ist, wenn man gerade von der Arbeit zurückkommt. Sooft man auch dankend abwinkt, es werden einem weiterhin unüberhörbar Riksha- und Taxifahrten, flüsternd diverse Drogen und händeringend Musikinstrumente und Schnitzereien, ach, eigentlich alles mögliche angeboten, was das Herz nicht unbedingt begehrt. Hier hat man Gelegenheit, sich ein wenig Gelassenheit zuzulegen, die berühmte Gastfreundschaft der Nepalesen lässt sich jedoch eher finden, wenn man sich weiter aus Kathmandu entfernt. Die Stadt ist voll, schmutzig und harsch, Bettler und Bedürftige gibt es viele. Deutlich besser angelegt als in Kinderhänden ist das Geld allerdings in entsprechenden Hilfsorganisationen oder lokalen Geschäften, wobei man diesbezüglich Nachforschungen anstellen beziehungsweise auf sein Gefühl achten sollte, ob die Sache wirklich vertrauenswürdig ist. In Thamel lässt es sich dafür hervorragend und günstig essen, exemplarisch seien hier die Pumpnickel Bakery und das New Orleans zum Frühstück, das Yangling Restaurant für Momos, Thentuk, Chowmein, köstliche Lassis und mehr genannt. Wenn man mal Lust auf etwas Abwechslung hat, ist das or2k sehr zu empfehlen. Hier gibt es veganes und vegetarisches Essen, die Besitzer sind Israelis (großartige Falafeln!).

Wir haben alles gut vertragen, lässt man also ein normales Maß an Vorsicht walten, achtet auf das Trinkwasser, schält und wäscht Obst und Gemüse ordentlich, sollte man auch keine größeren Probleme bekommen. Zum Krankenhaus sind wir zu Fuß gegangen, eine Strecke hat dabei 45 Minuten gedauert, die Fahrt mit dem Bus wäre natürlich ebenso möglich gewesen, allerdings ist das Busfahren in Nepal eher anstrengend. Der Verkehr ist durchaus gefährlich, auch hier gilt es, wachsam zu sein und sich an den Einheimischen zu orientieren.

Die Arbeit im Krankenhaus war natürlich eine andere, als wir sie aus Deutschland gewohnt waren. Die Tage beginnen mit der Frühbesprechung, während der die Pflege Auskunft über die Belegung, Entlassungen und Zugänge gibt und die Interns Fälle anhand von Röntgen-, CT- oder MRT-Bildern vorstellen. Ab und an finden größere Vorträge statt. All dies geschieht in einem Englisch, das für das ungeübte Ohr nicht immer gut zu verstehen ist, nach einer gewissen Zeit wird man sich aber daran gewöhnen. Danach beginnen die rounds, eine Visite durch alle Stockwerke und Abteilungen des Krankenhauses, in einer Gruppe von fast 20 Ärzten, Studenten und Schwestern. Hier wird hauptsächlich Nepali gesprochen, man kann aber immer und ohne Bedenken Fragen stellen, die Akten der Patienten studieren oder die Bildgebung bemühen. Ebenfalls auf Nepali laufen natürlich die Gespräche in der Ambulanz bzw. dem OPD (outpatient department). Hier lernt man deshalb schnell, die gängigen Beschwerden der Patienten (Migräne, Epilepsie, Radikulopathien, Arthrose, Depression) allein an Mimik, Gestik und Tonfall zu erkennen. Tatsächlich war die Famulatur für uns eine fantastische Möglichkeit den "ärztlichen Blick" zu schulen. Auch die Beurteilung von CT- und MRT-Bildern wird spätestens hier Fortschritte machen. Körperliche Untersuchungen werden eher spärlich durchgeführt. Nach der Mittagspause geht es in das OT (operation theatre), sicherlich der Teil der Famulatur, der einem die größte Teilhabe ermöglicht. Neben zahlreichen Eingriffen an Wirbelsäule und Bandscheiben finden routinemäßig Tumorentfernung, Blutungsausräumung, Clipping von Aneurysmata und vieles mehr statt, so zum Beispiel auch ein Eingriff zur Deep-Brain-Stimulation bei einer Parkinson-Patientin. Als Student darf man assistieren und dem Geschehen aus nächster Nähe beiwohnen. Der Chefarzt erklärt gerne und viel und ruft immer wieder begeistert die Studenten an den Tisch, damit sie auch einen Blick auf das Rückenmark oder den freigelegten Tumor werfen können. Die Atmosphäre im OP, wie auch im restlichen Krankenhaus ist insgesamt eine positive, freundliche, lockere. Wir waren immer willkommen und es ergaben sich viele interessante Gespräche über Politik, das Gesundheitssystem sowie deutsche und nepalesische Eigenheiten. Besonders angenehm ist die offene Hierarchie, der Chefarzt des Krankenhauses begleitet fast alle Visiten und lädt Gaststudenten herzlich zu sich nach Hause ein, unter der Bedingung, dass sie mit ihm und seiner Familie ein paar Gerichte aus ihrer Heimat zubereiten. Abgesehen davon ist er ein charismatischer und hochengagierter Mensch, der nicht nur gerne aus allen möglichen Materialien OP-Accessoires bastelt, sondern auch große Pläne für sein Krankenhaus und die Krankenversorgung Nepals im Allgemeinen hat. Es war eine bereichernde Erfahrung, ihm bei seiner Arbeit zuzuschauen und immer ein großes Vergnügen,

seinen Geschichten zu lauschen. Die anderen Ärzte waren ebenfalls warm und gastlich, auch wenn der eine oder andere abenteuerliche Meinungen zu deutscher Flüchtlingspolitik und den Lebensumständen in Europa vorzubringen hatte. Gut unterhalten war man auf jeden Fall und wenn man mal doch nichts mit sich anzufangen wusste, konnte man sich für ein paar Cent einen leckeren milk tea kaufen und auf der Dachterasse des Krankenhauses die fantastische Aussicht genießen, während um einen herum buntes Treiben herrschte.

Da das Krankenhaus für nepalesische Verhältnisse exzellent ausgestattet ist, erfolgen die meisten Maßnahmen nach nahezu westlichem Standard. Natürlich fällt einem das ein oder andere auf, was in Deutschland anders gelöst wird, sei es nun die Hygiene oder das Gesundheitssystem betreffend, und man sieht mitunter schwere Infektionen und Verläufe, die man in dieser Form nicht gewohnt ist. Auch sind in Nepal viele Krankheitsbilder, die man in Europa selten zu Gesicht bekommt, (Tuberkulose, Neurocysticercosis...) alltäglich. Gearbeitet wird auch am Sonntag, wobei es kein Problem ist, für Ausflüge oder Ähnliches um ein paar freie Tage zu bitten. Der Gesamteindruck ist insgesamt ein sehr positiver. Angenehm ist es sicherlich, wenn man als ausländischer Student nicht ganz allein ist, da man im Betrieb trotz allem immer etwas außen vor bleiben wird und es außerdem natürlich schön ist, das Übermaß an neuen Eindrücken mit jemandem zu teilen, dem es genauso geht wie einem selbst.

An Ausflugsmöglichkeiten im Kathmandutal mangelt es nicht, Patan und Bhaktapur sollte man sich nicht entgehen lassen. In Kathmandu selbst können wir den Garden of Dreams, das Jazz Upstairs und das House of Music, Swayambhunath mit dem Natural History Museum und die Boudhanath-Stupa empfehlen. Wenn man den Durbar Square sehen will, sollte man bedenken, dass er vom Erdbeben fast völlig zerstört wurde und der Eintritt sehr teuer ist. Rund um Kathmandu gibt es viele weitere lohnenswerte Tagestouren oder -wanderungen. Das Wetter war zum Ende der Regenzeit überraschend gut, wenn es regnete, dann meistens am späten Nachmittag oder nachts, dafür in solchen Mengen, dass viele Straßen komplett unter Wasser standen.

Trekking-Permits, Flug- oder Bustickets, Guides und alles Weitere lässt sich in Kathmandu oder Pokhara ohne größere Schwierigkeiten buchen. Wir haben uns für einen kurzen Trek in der Annapurna-Region entschieden, den man selbstständig durchführen konnten, aber auch den Aufstieg zum Everest Base Camp kann man bei guter Vorbereitung auf eigene Faust unternehmen (Einige Dinge seien hierzu angemerkt: Da der Aufstieg zum EBC sicherlich die beliebteste Route im Himalaya ist, empfiehlt sich dieser eher in der Nebensaison. Wenn man nicht allzu viel Zeit hat, sollte man bis nach Lukla fliegen und von dort aus loslaufen. Als Alternative zum EBC sei hier noch Gokyo genannt, die Route ist recht ähnlich, allerdings weniger überfüllt und vom Gokyo Lake aus hat man wundervolle Aussichten).

Mit dem Bus fuhren wir in abenteuerlicher Manier nach Pokhara, eine Stadt, die an einem wunderschönen, großen See gelegen, im Vergleich zu Kathmandu unglaublich friedlich und besonders in der Nebensaison recht leer ist. Schon von dort aus kann man bei guter Sicht die weißen Gipfel der Annapurna-Kette erspähen. Unser Trek, über Ghorepani zum Poon Hill und dann nach Ghandruk, war sicherlich der Höhepunkt der Reise. Der Vorteil an diesem Trek ist, dass man ihn alleine und relativ entspannt bestreiten kann, die Wege sind hervorragend gekennzeichnet und die Gasthäuser auf dem Weg bieten ordentliche Betten und nahrhaftes Dal Bhat mit reichlich Nachschlag. Die Landschaft ist malerisch und die Menschen, die man trifft, sind herzlich, einzig die Blutegel sind ein kaum zu vermeidendes Ärgernis.

Auch, aber nicht nur wegen dieser Erfahrungen in der überwältigenden Natur Nepals, war es eine Zeit, die sich nachhaltig gelohnt hat. Das Lebensgefühl während unseres Aufenthaltes war ein ungebundenes, leichtes. Nepal ist ein Land, in dem man länger bleiben möchte, mit Orten, an die man sich häufig zurückwünschen wird. Und es bietet genug, um immer wiederzukommen.



