

Nyhetsbrev från Tuki Nepal Society.

December 2013



Namaste och God Jul alla faddrar och sponsorer!

Här kommer ett späckat Nyhetsbrev med information om såväl vårt arbete med att utveckla sjuk- och hälsovården i området i och kring Jyamrung, en presentation av några av våra fadderbarn, om hur svenska volontärer hittade sjuka personer som får vård av Tuki Nepals sjukvård och lite om några av våra andra projekt.

Det har precis varit val i Nepal – det första på 5 år. Ännu är utgången inte helt klar men det blir helt säkert en stor förändring i parlamentet. Just nu verkar det mesta vara kaotiskt men förhoppningsvis klarnar det snart och vi hoppas på en fortsatt fredlig utveckling i landet.

Vill du ge bort ett fadderskap eller en gåva till något av våra projekt i julklapp så finns det helt nya kort om vår verksamhet. Tryckta på återvunnet papper under schyssta förhållanden i Nepal. Alla ni som är faddrar och sponsorer och som vi har en postadress till får ett sådant här kort tillsammans med nyhetsbrevet och det går att beställa fler.

Vi vill också redan nu berätta om att Tuki Nepals årsmöte kommer att bli lördagen den 29 mars kl 15 i Växjö. Men mer information om detta kommer i nästa nyhetsbrev slutet av januari – början på februari. Men boka in 29 mars i almanackan redan nu. 2013 var vi 65 personer på årsmötet – kan vi slå det 2014?

Sammandrag av rapporten från Healthcamp 1

I förra nyhetsbrevet berättade vi kort om den Healthcamp som ett team av svenska volontärer från Tuki Nepal genomförde i slutet av september till början av oktober i år. Två läkare, en sjuksköterska, en barnmorska och en sjukgymnast undersökte tillsammans runt 550 bybor. Teamet vandrade mellan några byar i området norr om vår fadderby Jyamrung och genomförde 2 st Healthcamps i byarna Balche och Geira som är ungefär i samma storlek som Jyamrung. Ett tredje Healthcamp genomfördes i Jyamrung. Ett Healthcamp kan närmast liknas vid en mobil vårdcentral under mycket enkla förhållanden. Den första genomfördes i två tält, den andra i byn Geiras skollokaler och campen i Jyamrung höll förstås till i sjukstugan och genomfördes tillsammans med personalen där.

De slutsatser vi kan dra av arbetet som gjordes är att människorna i området är ganska friska. Många kom och besökte våra mobila vårdcentraler. En del var sjuka, andra ville bli uppkollade och en del var bara nyfikna. Vi kan nog säga att vi genomfört runt 550 hälsokontroller och hittade några personer som vi remitterat vidare till sjukhus för ytterligare behandling och i något fall även operation. Vi fann också flera områden att jobba vidare med genom Tuki Nepals försorg.

Många av våra patienter hade problem i rörelseapparaten – ont i ryggen, ont i knäna, ont i muskler och leder. Inget att förvåna sig över i ett land där hårt fysiskt arbete börjar redan vid tidig ålder och håller på hela livet. Dessa patienter tog vår sjukgymnast Maria Stjärnqvist hand om och från hennes mottagningar hördes ofta skratt då byborna definitivt inte har någon erfarenhet av sjukgymnastik men verkade uppleva den som rolig och intressant. Marias reflektion är att hon inte kan göra så mycket för dessa, främst kvinnor, som har haft sina problem under mycket lång tid. Däremot tror Maria att man skulle kunna göra någon typ av förebyggande program för de yngre byborna som ännu inte fått kroniska problem. Någon sorts förebyggande sjukgymnastik som skulle genomföras tillsammans med en utbildning i hur människan rörelseorgan fungerar – något man är ganska omedveten om.



Hela teamet med väntande patienter

Något vi var förvånade över var att vi hittade så få personer med mag- och tarmbesvär. Vi hade förväntat oss mer av detta. Men många klagade över ont i magen och kallade det gastrit. Kanske var det gastrit men vårt team som inte hade tillgång till någon lab-utrustning kan givetvis ha missat kroniska tillstånd av mag- och tarm besvär som amöbor och parasiter. Alltså ett område att arbeta vidare med då sjukvårdsteamet egentligen tycket att det var för mycket gastrit.

Vi träffade på få infektioner, endast 12% av patienterna hade någon form av akut infektion. Årstiden kan ha bidragit till detta då vi vid tidigare resor ofta träffat på infekterade människor under vinterperioden och tyfoidfieber perioden var i stort sett över.

Karin Lennartz som är barnmorska fick ta hand om alla kvinnobesvär då inga gravida kvinnor kom till våra mottagningar. Karin hittade ytterligare områden att jobba vidare med. Hon upptäckte att de flesta av kvinnorna inte har någon större koll på hur kvinnokroppen fungerar och att tex mensbesvär inte är något farligt, om dock besvärligt och att det finns olika typer av flytningar, varav alla inte är av ondo. Klåda i underlivet är också något att jobba vidare med – är det ”bara” svampinfektion eller är orsaken allvarligare. Många kvinnor har sina män utomlands i flera år i taget och använder därför preventivmedel ganska sporadiskt när mannen kommer hem på besök – något som inte alltid fungerar. Att undersöka vad typ av könssjukdomar männen tar med sig hem från andra länder är också viktigt att ta reda på. Karin hittade också en del framfall även om det inte var så vanligt som hon hade förväntat sig. Att jobba vidare med att dessa problem som drabbar kvinnor som föder många barn och jobbar hårt skulle förenkla livet för många.

De båda läkarna Åke Åkesson och Per Dahl tror att kontinuerliga hälsokontroller för barn vore ett bra sätt att tidigt upptäcka sjukdomar och andra hälsoproblem - något som nästa sjukvårdsteam som ska åka iväg i februari – mars kommer att ta tag i.

Ett försök att starta någon form av enkel Barnvårdscentral tillsammans med sjukstugans personal. Dessutom tycker Åke och Per att medicinanvändningen var för hög, framför allt antibiotikan som man lätt får tag i. Att arbeta vidare med sjukstugans personal kring detta problem är något väldigt viktigt för att inte hjälpa de multiresistenta bakterierna på vägen.

Sjuksköterskan Helen Holmberg fann att många kvinnor ute på den nepalesiska landsbygden dricker alldeles för lite vatten. Med besvär som yrsel, huvudvärk och urinvägsinfektioner som följd. Enkelt att åtgärda och får snabb effekt om man kan få kvinnorna att dricka mer vatten.

Slutligen hittade vårdteamet tyvärr tecken på att den nepalesiska befolkningen börjar få besvär som beror på ett ökat intag av socker och en begynnande fastfood användning. Några patienter med typ 2 diabetes och barn med dåliga tänder konstaterades och är tecken på detta.

Nästa team av volontär sjukvårdsutbildade personer från Tuki Nepal kommer att fortsätta arbetet med att förbättra hälsoläget i och omkring vår fadderby Jyamrung vid sin resa i slutet av februari 2014. Tuki Nepal hoppas kunna fortsätta detta arbete även efter denna resa med att bl a hitta svenskar med vårdutbildning som skulle kunna tänka sig att stanna en tid i Jyamrung för att arbeta tillsammans med personalen där. Målsättningen är att sjukstugan i Jyamrung ska vara den bästa i Nepal!

Hela rapporten finns att läsa på www.tukinepal.org under fliken Sjukstugan/ Healthtrek och camp

//Ewa Söderberg, projektledare för Healthcampprojektet



Reparation av kylskåpet, som behövs för att kunna lagra vaccinet på ett säkert sätt

Tandläkarservice i Jyamrung

Får man ont i en tand i Jyamrung måste man ta sig till Kathmandu för att göra något åt det – om man har råd vill säga. De flesta väljer att låta en smed dra ut tanden med tång utan bedövning. De allra flesta av Jyamrungs bybor hade aldrig varit hos en tandläkare förrän i oktober 2013. Då kom de båda nepalesiska tandläkarna Ajay Shakya och Anupam Srivastav till byn för att delta i det Healthcamp som Tuki Nepal anordnade.

Under de två dagarna undersökte tandläkarna 187 patienter och konstaterade att många bybor har problem med tänderna i form av tandvärk, blödande tandkött, karies, tandröta och andra problem relaterade till dåliga tänder. 47 tänder drogs ut vid Healthcampen trots att flera av dessa mycket väl kunnat räddas om byborna hade haft kontinuerlig tillgång till tandläkare och pengar att betala för tandläkarservice. Tandläkarna försökte övertala några av patienterna att åka till tandläkare i Kathmandu för att få bättre vård än vad som kunde erbjudas vid Healthcampen. Några av dessa var Tuki Nepal beredda att sponsra men samtliga valde att få sin onda tand utdragen med bedövning hos dr Ajay och dr Anupam. Två patienter fick diagnosen ”sjukliga förändringar i munhålan”, något som kan vara förstadiet till cancer och dessa två patienter hoppas vi kunna få till tandläkare i Kathmandu.

Flera ungdomar som undersöktes har felställningar på sina tänder men kostnaderna för att rätta till sådana problem räknas som ren lyx och ingen i Jyamrung kommer att ha råd att göra detta. Alla skolbarnen i skolan undersöktes av tandläkarna och fick en lektion i hur man ska sköta sin tänder och äta för att dessa ska må bra. Ungefär en fjärdedel av barnen hade aldrig borstat sina tänder medan många gjorde detta varje dag. Tandläkarna kunde se spår av hur kosten förändrats i byn med barn som började få svarta tänder. Det är sockret som funnit sin väg ut till byarna på Nepalslandsbygd.

Tuki Nepal som bekostade tandläkarcampen i Jyamrung har diskuterat vidare med de båda tandläkarna och beslutat att fortsätta sponsra tandläkarservice i byn med minst ett tandläkarbesök i byn per år – helst 2. Nästa besök kommer att genomföras samtidigt som Tuki Nepals sjukvårdsgrupp genomför sitt andra Healthcamp i början av mars 2014. Då kommer de båda tandläkarna att ha med batteridrivna borrar och därmed kunna laga en del tänder som inte behöver dras ut – framför allt gäller detta de yngre byborna.

Tandläkarnas målsättning med projekt ”Oral Health Camp in Jyamrung” är att skapa en kontinuerlig tandläkarservice i byn med främst inriktning på skolbarnen. Tuki Nepal kommer att även i fortsättningen finansiera tandläkarservicen med hjälp av vår sjukfond.

//Ewa Söderberg



En av eleverna undersöks -hoppas det såg bra ut.



Tandläkarmottagningen i Jyamrung. En ”aning” primitivare än vad vi är vana vid i Sverige, men klart mycket bättre än att få gå till smeden.

Ett klart lyft kommer det att bli när de får möjlighet att laga sina tänder på nästa Healthcamp.

Detta tillsammans med att alla barn lär sig borsta tänderna, kommer säkert att förhindra mycket lidande i framtiden.

Det här är våra fadderbarn!

Hos Tuki Nepal får man inget personligt fadderbarn när man blir fadder. Detta är väl genomtänkt då vår erfarenhet är att personliga fadderbarn som man förväntas hålla kontakt med på ett eller annat sätt ofta blir fel. Fel för barnet och fel för faddern. Barnet som har ett ansikte på sin fadder och kanske får brev från denne då och då eller rentav ett besök, har högt ställda förväntningar på sin fadder. Vi får inte glömma att i deras ögon är vi rika – oavsett hur mycket vi har i plånboken hemma i Sverige. Om det händer något i familjen är det lätt att skicka ett brev och be om mer pengar och när det är dags att avsluta grundskolan blir det naturligt att fråga om faddern kan hjälpa till med högre utbildning – något som är dyrt i Nepal. Får man i dessa lägen ett nej blir besvikelsen stor och barnen kan förstås inte förstå att de flesta av oss faddrar inte har obegränsat med pengar. För faddern kan det ofta kännas jobbigt med brev och frågor om mer pengar till olika, säkert bra ändamål, men ändå något man inte vill ge sig på. Att vara fadder är det man valt att bidra med.

Därför har Tuki Nepal valt att sponsra de barn som behöver sponsring på ett kollektivt sätt. Lärarna och skolkommittén väljer ut de barn som behöver sponsras och de pengar som Tuki Nepals faddrar betalar in skickas till vår systerorganisation Tukee Nepal Samaj som ser till att skolan får dem och alla barn får gå i skolan. Varje år får vi så en rapport om vilka barn vi sponsrar och hur det har gått för dem.

Men för att ni faddrar ska få en uppfattning om vilka våra fadderbarn är brukar någon från Tuki Nepal intervjuva några barn vid de tillfällen vi besöker byn. Du hittar några av fadderbarnen på vår webbsida www.tukinepal.org under rubriken Skolorna/ fadderbarnen. Och här kommer en liten presentation av några av de barn som sponsras genom Tuki Nepals faddrar. Det är mest flickor som är våra fadderbarn – det är nämligen flickornas skolgång som prioriteras sist hos en familj med många barn – men en pojke har vi fått med.

Dessa fadderbarn går alla i skolan i Jyamrung. Men vi har fadderbarn i ytterligare 11 skolor i området.

Bibak Khakal är 10 år och går i klass 4. Han tycker bäst om ämnet nepali. Bibak tycker om att gå i skolan men har inga speciella planer eller drömmar för framtiden. Hans mor har lämnat familjen, något som händer då och då i Nepal och ofta har samband med arrangerade äktenskap där kvinnan inte har någon talan. Men Bibaks faster bor också tillsammans med honom och hans pappa.



Bibak

Bhagawati Itahi är 12 år och går i klass 6. Hennes familj består av 6 personer, förutom henne själv mor och far, en yngre syster och två yngre bröder. En onkel bor också i familjen. Bhagawati tycker också bäst om nepali men gillar också det nya ämnet business. Hon vill bli lärare och kanske undervisa i Jyamrung i framtiden. Bhagawati gillar dhal bhat (traditionell maträtt som äts varje dag) och läser mycket läxor.



Bhagawati

Shanti Timalisina är 15 år och går i klass 7. Hon tycker bäst om ämnet science och vill bli sjuksköterska. Shanti bor med sin mor och far, två yngre systrar och en yngre bror. Hon har en buffel och getter hemma och det är hennes jobb att se till att de har mat.



Shanti

Sapana Dabadi är 13 år och går i klass 8. Det är den sista klassen man kan gå i Jyamrung, men Sapana vill fortsätta till klass 9 och 10. Om hon får göra det måste hon gå till skolan i grannbyn Jyamrung Durbar, som ligger högst upp på berget, runt 900 höjdmeter uppåt. Sapanas favoritämne är polulation (handlar om djur, växter och människor). Hon har högtflygande planer och vill bli doktor. Men då måste hon först gå klass 9 och 10, sedan Plus2 (gymnasiet) och sen prova in på läkarutbildningen som tar 5 år. Sapanas familj är stor. Mor och far, 2 äldre bröder, en yngre syster och en yngre bror. Hon har en katt hemma som hon tycker mycket om.



Sapana



Manisha Dhakal är 7 år och går i klass 2. Hon tycker bäst om nepali och tycker engelska är svårt. Hon bor med sin mor, far och en äldre och en yngre bror. Manisha arbetar hårt i skolan och skulle vilja bli sjuksköterska. Därför läser hon läxorna noga varje kväll efter det att hon skött sina sysslor – se till att djuren har mat, hjälpa till att laga dhal bat och städa gården. Jag frågar alla flickorna om vad de gör när de inte går i skolan eller utför sina sysslor hemma. Alla ser förvånat på mig och säger efter att ha tänkt efter att de läser läxor. Här finns inte ordet fritid!

(Intervjuerna är gjorda i början av oktober i Jyamrungs skola.)

Manisha

Höstens ”Power Trekk” till Jyamrung

Som alla ni som följer vårt Nyhetsbrev redan vet så var den senaste resan till Nepal en sk ”Health trekk” där svensk sjukvårdspersonal vandrade i Ganesh Himal och genomförde ett antal ”health camps” eller hälsoundersökningar på vägen och framme i Jyamrung.

Men det var också en ”Power trekk” med syfte att följa upp och utveckla projektet ”El i Jyamrung” som drivs av Tingsrydsföretaget Holtab i samarbete med oss i Tuki Sweden. Samuel Svensson, CSR-ansvarig på företaget, och undertecknad deltog under hela resan. Vi hade förmånen att vara ”ordningsvakter” under gruppens Health camps, vilket betydde att vi försökte organisera köer och annat praktiskt runtom undersökningarna. Ett intensivt jobb, men som gav oss många tillfällen till närbkontakt och samtal med byborna i alla de byar vi stannade i.

I Jyamrung började vårt egentliga arbete. Framme i byn mötte vi ett välskött och fungerande elnät och kraftverk. Samuel upptäckte snabbt några områden där det behövdes underhåll och mindre reparationer. Allra viktigast var att reparera vattenledningen till kraftverket. Röret hade krossats av ett ras under monsunen och operatörerna hade lagat det provisoriskt med tyg och gummislangar. När läckan blev för stor var operatören tvungen att gå dit och laga läckan även om det var mitt i natten! En svår promenad i mörker med de branter som finns på vägen!

Vi undersökte också möjligheten av ett allmänt eluttag vid kraftstationen, för att ge byborna möjlighet att komma dit och använda elverktyg på dagtid då elen inte används till belysning. Då skulle alla som behöver kunna såga, borra, slipa, hyvla etc kunna komma och göra det enkelt och utan extra kostnad. Samuel hade med sig supermodern sk mjukstartare för att få det hela att fungera och vi hoppas att kunna installera det vid nästa besök i byn.

Kylskåpet i Sjukstugan var en annan uppgift. Det fungerar fortfarande inte, trots att vi gjort flera försök att lösa problemet. Det är mycket viktigt att ett kylskåp för vaccin fungerar stabilt annars riskerar man att vaccinet blir förstört och det blir också osäkert för byborna vart man vågar vända sig för att säkert få hjälp. Efter rejäla djupdykningar i tekniken konstaterade Samuel att skåpet måste till Kathmandu för analys och reparation. Jag tror att baksätet på en jeep vore det bästa för att det inte ska skaka sönder på den dåliga vägen!!

Tillbaka i Kathmandu träffade vi också två mindre företag inom elområdet. Företag som startats och drivs av unga nepalesiska entreprenörer. Holtab ville sondera lite för att starta upp andra CSR-samarbeten och här mötte vi entusiastiska unga tekniker med både visioner och praktiska lösningar för en bättre framtid för folket i Nepal!

Sammanfattningsvis var denna vår ”Power trekk” både lärorik och inspirerande. Det som nog imponerade mest på mig (som inte är tekniker) var kraftnätoperatörens entusiasm och ansvarstagande för anläggningen. Och så förstås Samuels outröttliga trasslande med detta motsträviga kylskåp! De båda var rätt lika varandra i det att de envisades med att ”inget är omöjligt” och ”ge aldrig upp”. En inställning som lovar gott för framtiden i Jyamrung.

//Dan Söderberg



Healthcampen och sjukfonden räddar liv

Några personer med allvarliga sjukdomar träffade sjukvårdsteamet på. En av dem är den lilla pojken Babu från byn Balche. Babu är 3 och ett halvt år och är född med gomspalt. Doktor Åke fick en chock när han trodde han skulle kika in i en infekterad hals och upptäckte att pojken inte hade någon vägg alls mellan munhåla och näsa. Pojken kunde förstås inte äta ordentligt då varje tugga riskerade att hamna fel och gå rakt ner i lungorna. Som spädbarn hade hans läpp sytts ihop men sedan hade förmodligen inte föräldrarna haft mer pengar och den viktiga operationen som skulle slutit hans gom på insidan fick vara. I Nepal måste man betala först och få vård sedan!



Babu opererades på ett sjukhus i Kathmandu för några veckor sedan och mår bra. Vårt nästa sjukvårdsteam kommer att följa upp pojken i hans hem i Balche.

En annan liten pojke i byn Sadobatho fick diagnosen epilepsi av våra läkare och skickades också vidare för vidare undersökning och medicinering.

En ung man i byn Geira med elefantfot (kraftigt förstörad fot och ben förmodligen på grund av en brännskada i barndomen) kommer också att skickas till sjukhus för vidare utredning för att se om något kan göras för att förbättra hans tillstånd.

Dessa och ytterligare några av våra patienter har fått eller kommer att få vård tack vare Tuki Nepals sjukfond som finns för att kunna hjälpa bybor som själva inte har råd att söka läkare eller sjukhusvård.
Tack alla ni som bidrar till sjukfonden!

Information om nyhetsbrev

Tuki Nepal ger ut 5 – 6 nyhetsbrev varje år. De flesta får sina nyhetsbrev via mail men några har valt att få dem med post. Men det Nyhetsbrev som går ut strax före jul skickas med post till alla medlemmar och sponsorer som lämnat sin postadress. Detta gör vi för att kunna skicka med ett inbetalningskort och för att kolla upp att alla får sina Nyhetsbrev.

Använd inbetalningskortet som en påminnelse om att det är dags att förnya ditt fadderskap/medlemskap om du ännu inte gjort detta.

Ni som får nyhetsbrev via mail – om ni inte får detta nyhetsbrev till er mail inom några dagar kan det bero på att ni bytt mailadress utan att vi fått reda på det. Skicka i så fall er nya mailadress till info@tukinepal.org.

Ni som alltid får Nyhetsbrev via brev – vill ni ha det digitalt istället, skicka er mailadress till info@tukinepal.org.

Så här blir du fadder, sponsor eller medlem i Tuki Nepal:

Fadderskap skolbarn:	800:-/ år eller 70:-/ månad
Fadderskap sjukstugan:	1200:-/ år eller 100:-/ månad
Medlemskap:	150:-/ år för enskild, 200:-/ år för familj

Företagssponsor till sjukstugan: valfritt belopp som betalas regelbundet under en längre tid
Betala till bankgiro: 5698-1673 - glöm inte att skriva dina kontaktuppgifter så att vi kan skicka nyhetsbrev

Angeles fond har särskilt bankgiro: 5747-4447 (pengarna går till att betala högre utbildning för flickor)

Alla pengar som kommer in till Tuki Nepal som fadderavgifter, sponsorbidrag eller gåvor går direkt till våra projekt i Nepal. Medlemsavgifterna bekostar vår lilla administration