

# Wissen bringt Freiheit

Der Verein „Aktion Regen“ leistet bereits seit über 25 Jahren Entwicklungshilfe. Von Philip Klepeisz

Anlässlich des 25. Jubiläums der Initiative „Aktion Regen“ letzten Jahres sprach die Ärzte Woche mit Prof. Dr. Maria Hengstberger, der Initiatorin des Vereins. Es geht um Vergangenes und um aktuelle Projekte, in denen sich die großteils ehrenamtlichen Mitstreiter engagieren. Einer der Schwerpunkte bei der Entwicklungshilfe ist die Aufklärung von Frauen und Mädchen in Bezug auf sexuelle Gesundheit und Familienplanung.

Die Geschichte von „Aktion Regen“ begann vor nahezu 26 Jahren in Äthiopien. 1989 betreute Prof. Dr. Maria Hengstberger, als Frauenärztin und Entwicklungshelferin, eine Gesundheitsstation im Namen der Hilfsorganisation „Menschen für Menschen“ vor Ort. Dort kam sie erstmals mit dem Leid afrikanischer Frauen in Kontakt. Aufgrund des geringen Wissens über Verhütungsmethoden beziehungsweise die Möglichkeit solche anzuwenden, kommt es bei den Betroffenen in viel zu kurzen Abständen zu Schwangerschaften. Abgesehen von unzureichendem Wissen über Geschlechtskrankheiten, ist eine zu rasche Abfolge von Schwangerschaften für Mutter und Kind gefährlich. Infolgedessen entwickelte Hengstberger zusammen mit Frauen vor Ort die Geburtenkontrollkette, die eine verständliche Aufklärung ermöglichen soll.

## Der Regen beginnt

Bei ihrer Rückkehr nach Österreich kam Hengstberger zu dem Schluss: „Nach meinem ersten Aufenthalt als Ärztin und Entwicklungshelferin in Äthiopien habe ich erkannt, dass Geldspenden allein den Menschen in den sich entwickelnden Ländern niemals nachhaltige Hilfe ermöglichen können. Nur Wissen gibt den Menschen auf längere Sicht die Möglichkeit, ein selbstbestimmtes Leben zu führen.“ Daraufhin gründete sie mit zwei Gleichgesinnten den Verein „Aktion Regen“. Das Ziel ist die Entwicklungshilfe mit dem Fokus auf die Ausbildung von Menschen vor Ort zu Beratern. Diese Berater sollen dann medizinisches Basiswissen über Familienplanung und sexuelle Gesundheit an ihre Mitmenschen weitergeben.

Es wurden Spendenaktionen gestartet, um die notwendigen finanziellen Ressourcen zu lukrieren. Unter anderem wurde im Zuge von Vorträgen, in denen Praxistipps für Frauen vermittelt wurden, zu freiwilligen Spenden nach dem Motto: „Wenn Sie auch nur einen Tipp mit nach Hause nehmen können, spenden Sie bitte einen Regentropfen.“ aufgerufen. Damit sind kleine regelmäßige Spenden gemeint, die dem Verein zugutekommen (z. B. monatlich 3 €). Dieses Spende-Schema und Patenschaften waren zur damaligen Zeit noch unbekannt, sind aber zum Kalkulieren wichtig, wenn Projekte angegangen werden.



Abb. 1: Ein „Rain Worker“ bei der Arbeit. Die Geburtenkontrollkette wird mittlerweile in 34 Ländern als Lehrbehelf verwendet (blau – fruchtbare Tage, gelb – unfruchtbare Tage, rot – Menstruation). © Rita Newman



Abb. 2: Im Unterricht wird die Mutterschutzuhr den „Rain Workern“ durch Dr. Hanna Terzer vermittelt. © Archiv Aktion Regen



Abb. 4: „Girl's Diaries“ sind leicht verständliche Lernunterlagen, welche die Aufklärung unterstützen. © Rita Newman

## Größere Projekte abgeschlossen

Der Bau einer Klinik im Norden Indiens für die arme Landbevölkerung war das erste Großprojekt von „Aktion Regen“. Im Juni 1995 wurde diese eröffnet und dient der Betreuung von Patienten und als Seminarort für Schulungen der Bevölkerung in reproduktiver Gesundheit und zu

anderen Gesundheitsthemen. Drei weitere Kliniken wurden errichtet. Eine Familienplanungsklinik in Mexiko City (1997) und zwei Gesundheitszentren in Ruanda (1998) und in Managua, Nicaragua (2004).

## Hilfe zur Selbsthilfe

Zurück nach Afrika und zu der Vision der Hilfe zur Selbsthilfe. Die katholische Kirche hat immer noch einen großen Einfluss auf die Bevölkerung in Ostafrika. „Leider stellt die Kirche – zumindest in diesen Ländern – Dogmen über Nächstenliebe, welche die Kirche eigentlich als höchstes Gebot lehrt“, meint Hengstberger. „Aufgrund der schlechten Versorgungssituation besteht ein dringender Bedarf der Familienplanung, doch kümmert das die Kirche wenig, schlimmer noch, sie erstirkt Ansätze zur Lösung im Keim.“ Diese künstlichen Hürden überwindend dienen die Health Worker der „Aktion Regen“ als „Brückenbauer“ zu den Entwicklungsländern. „Es besteht aber das Problem, Inhalte an die Leute heranzubringen. Man legte den Schwerpunkt auf die Ausbildung jun-

ger Mütter. Die jungen Frauen werden im Normalfall nicht aufgeklärt, wenn sie zum ersten Mal ihre Tage haben. Meist wird ihnen von der Mutter oder einer älteren Schwester lediglich mitgeteilt, dass das normal sei und es jeden Monat so sein wird.

Vor Ort ist es größtenteils unbekannt, dass Frauen schon nach sechs Monaten nach einer Geburt wieder schwanger werden können – auch wenn sie noch stillen. Es entspricht der afrikanischen Mentalität geduldig zu warten und gewohnheitsmäßig wartet die stillende Mutter, bis sie

wieder schwanger wird. Aber zu kurze Abstände zwischen den Geburten sind die Ursache für Komplikationen und Blutungen bei der nächsten Geburt, sagt Hengstberger. Die hohe Müttersterblichkeit, besonders in ostafrikanischen Entwicklungsländern, ist auch auf diese Unwissenheit zurückzuführen. Im Durchschnitt stirbt jede 16. Frau bei der Geburt an Komplikationen.

## Wissen wird verbreitet

Daher war „die Nachhaltigkeit der Methode das Um und Auf“. Health Worker wurden vor Ort von österreichischen Ärzten und Pädagogen ehrenamtlich ausgebildet, um anschließend das Wissen über Familienplanung verbreiten zu können. Diese sogenannten Multiplikatoren werden von der Bevölkerung „Rain Worker“ genannt. Zum Beispiel bildet Aktion Regen in Kenia in Zusammenarbeit mit fünf NGOs „Rain Worker“ aus. Die Ausbildung beträgt eine Woche in Theorie und Praxis, gefolgt von einem halben Jahr praktischer Erfahrung unter Supervision. Danach erfolgt ein einwöchiger Refresherkurs mit Prüfung und Zertifikatsausgabe.

„Rain Worker“ bedienen sich verschiedener, leicht verständlicher und handzuhabender, Hilfsmitteln. Die farbigen Perlen der Geburtenkontrollketten helfen den Frauen, ihren Zyklus und somit auch ihre Fruchtbarkeit zu verstehen und im Auge zu behalten. Ein Gummiring hilft dabei, den jeweiligen Tag festzuhalten, während die Farben rot – Menstruation, gelb – unfruchtbare Tage (Sand) und blau – fruchtbare Tage (Wasser) symbolisieren (siehe Abb. 1).

Die Mutterschutzuhr (siehe Abb. 2 und 3) ist ein weiteres Hilfsmittel, das den Frauen in leicht verständlicher Weise die Zeiträume der Schwangerschaft, der sicheren Stillperiode und der dann noch erforderlichen Pause bis zur nächsten Schwangerschaft (mit empfohlenen Verhütungsmethoden) visualisiert. Die Frau selbst hat die Möglichkeit, die Mutterschutzuhr als Kalender zu verwenden, indem sie monatlich – zum Beispiel zur Vollmondzeit – das Gummiband der Karte um eine Kerbe weiterzieht.

Hengstbergers Vision ist Wirklichkeit geworden. Heute kann der Verein auf eine große Anzahl ausgebildeter „Rain Worker“ stolz sein, die die Lehrmethoden und Tools der „Aktion Regen“ in vielen Ländern Afrikas weiterbreiten; ganz nach dem Motto „Wissen vermitteln heißt Freiheit weitergeben“.

Die in Äthiopien entwickelte Geburtenkontrollkette wird mittlerweile in 34 Ländern als Lehrbehelf verwendet. Auch Hengstbergers größtes Anliegen ist Realität geworden: dass junge Menschen bereits in der Schule eine bestmögliche Aufklärung erhalten. Das sogenannte „Girl's Diary“ (siehe Abb. 4) ist ein neu entwickeltes Lernbehelf, der den Mädchen leicht verständlich Wissen über ihren Zyklus vermittelt und ohne großen Aufwand in alle Schulen der Entwicklungsländer versendet werden kann.



Prof. Dr. Maria Hengstberger Gynäkologin und Gründerin von Aktion Regen © Rita Newman

„Die Nachhaltigkeit der Methode ist das Um und Auf.“

Ärzte, die daran interessiert sind, „Rain Worker“ vor Ort auszubilden, mögen sich bitte melden. Weitere Informationen finden Sie unter [www.aktionregen.at](http://www.aktionregen.at)

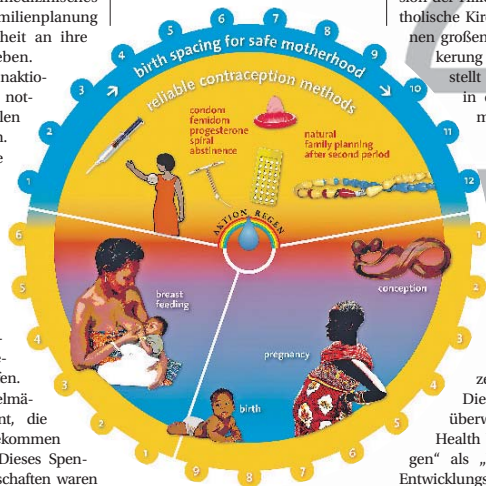


Abb. 3: Durch die Kerben in der Mutterschutzuhr können die Monate einfach mitverfolgt werden. © Archiv Aktion Regen