

REGEN FÜR DIE WELT

Die „Aktion Regen“ stärkt Frauenrechte in Ländern des Globalen Südens durch Aufklärung über Geburtenkontrolle und Gesundheit.

Von Nadine Haumann,
Mitglied des Amnesty-Netzwerks
Frauenrechte

Gerade auf dem Gebiet von Frauengesundheit und Mutterschutz fehlt vielerorts sehr viel Aufklärungsarbeit. Weltweit sterben täglich 830 Frauen an den Folgen von Komplikationen in der Schwangerschaft oder bei der Geburt, 99 Prozent davon in Entwicklungsländern. Erheblich dafür verantwortlich sind Teenager-Schwangerschaften und zu viele Geburten in zu kurzen Abständen. Vielen ist nicht bewusst, dass der Körper nach einer Geburt dringend Erholung braucht, oder dass Stillen keine Verhütung ist.

WICHTIGE AUFKLÄRUNGSARBEIT in diesem Bereich leistet seit über 25 Jahren die Aktion Regen unter der Leitung von Frau Dr.ⁱⁿ Maria Hengstberger. Besonders wichtig für diese Arbeit sind verschiedene Tools, die das Wissen auch für Menschen, die weniger Bildung erfahren haben, gut begreifbar machen. Die von ihr und den ehrenamtlichen Ärztinnen der Aktion Regen ausgebildeten Rain Worker erklären den Gebrauch vor Ort, begegnen so den Menschen auf Augenhöhe und verbreiten das Wissen. Die Tools sind die wichtigsten Aufklärungsbehelfe zu den Themen Familienplanung, Mutter-Kind-Gesundheit, FGM (weibliche Genitalverstümmelung) und reproduktive Gesundheit. Sie sind selbsterklärend und wissenschaftlich korrekt, und erlauben so

effektive Aufklärung und Wissensvermittlung. Nun hat Dr.ⁱⁿ Hengstberger ein neues Tool vorgestellt, das der bereits erfolgreich verwendeten Mothers Health Card ähnelt, und Frauen wie auch Männer über die Wichtigkeit einer Pause zwischen Geburten aufklärt.

Dieser Mutterschutzbutton kann als Amulett oder Button zum Anstecken getragen werden, um seine wichtige Botschaft stets vor Augen zu halten. In einer Studie der Mayo-Clinic im Jahr 2011 wurde aufgezeigt, dass es wichtig für die Gesundheit der Mutter ist, zwischen Geburt und erneuter Schwangerschaft eine Pause von mindestens 18 Monaten einzuhalten, um erheblich zur Senkung von Komplikationen bei Schwangerschaft und Geburt beizutragen und die Müttersterblichkeit zu verringern. Auch den Männern soll mit Hilfe des Buttons bewusst gemacht werden, dass es ebenso für sie schwerwiegende Folgen hat, wenn sie bei der nächsten Schwangerschaft oder Entbindung ihre Frau verlieren.

Um auf dieses fundamentale Wissen aufmerksam zu machen, hat die Aktion Regen nun das Jahr der Mütter ausgerufen. Aus diesem Anlass habe ich für das Amnesty Netzwerk Frauenrechte das folgende Gespräch mit Dr.ⁱⁿ Hengstberger geführt.

Anschauliche Hilfsmittel zu Aufklärung und Geburtenkontrolle



Die wichtigsten Tools



< Little Mom



Anti-FGM-Tool

Zum Einstieg: Was hat Dich bewegt, in die Entwicklungshilfe zu gehen? Was hat Dich bewegt, diese Arbeit zu machen?

Der Auslöser war eigentlich eine Emotion. Ich hatte mir als Gynäkologin einen Namen gemacht mit einem ungewöhnlichen Projekt, nämlich blinde Frauen zur Brustkrebsvorsorge auszubilden. Das Projekt war sehr erfolgreich, und der Karl-Heinz Böhm hat davon in der Zeitung gelesen, also hat er mich gefragt, ob ich einmal nach Äthiopien kommen würde, um einen Health Worker in Gynäkologie auszubilden. Ich habe dort gesehen, dass die Frauen ein Kind nach dem anderen bekommen haben, Kondome oder andere Verhütungsmittel gab es nicht, also habe ich versucht, zumindest den Zyklus der Frau zu erklären. Und weil ich gesehen habe, dass eigentlich alle Menschen dort, sogar die kleinen Kinder, Ketten tragen, habe ich beschlossen, eine Perlenkette zu entwerfen, die den weiblichen Zyklus veranschaulicht. Diese Geburtenkontrollkette ist zur einfachen Verständlichkeit entwickelt worden. Die gelben Perlen erinnern an Wüste, also unfruchtbar, die blauen an Wasser, also fruchtbar, und dann eben rot für die Monatsblutung. Jeden Tag wird ein kleiner Gummiring auf die nächste Perle weiter geschoben, so dass die Frau nachvollziehen kann, wo im Zyklus sie sich gerade befindet.

Welchen Schwierigkeiten begegnen Frauen in den sogenannten Entwicklungsländern, gerade wenn es um ihre reproduktiven Rechte und ihre Gesundheit geht?

Es ist eine uralte kulturelle Frage, dass die Frauen fast nichts zu reden haben, dass der Mann das Sagen hat und dass man vor allem auch viele Kinder zu haben hat. Das war auch einmal absolut berechtigt und zum Überleben wichtig, weil eben auch sehr viele Menschen und Kinder gestorben sind. Das Problem hat eigentlich begonnen, als die NGOs aufgetaucht sind, und plötzlich gab es einen Brunnen und bessere Versorgung und eben bessere Chancen zu



Dr.ⁱⁿ Maria Hengstberger im Gespräch mit Müttern

© Aktion Regen

überleben, und dann bleiben bei einer Familie halt nicht drei Kinder übrig, sondern acht. Ich bin nicht dafür, dass man in Gegenden, wo es wenig Überlebenschancen gibt, Familienplanung macht, das wäre kontraproduktiv. Aber es muss ein Gleichgewicht geben. Und daher finde ich, sollten viel mehr NGOs auch über Familienplanung aufklären und erklären, warum es sinnvoll und notwendig wäre.

Das heißt, es besteht auch sehr wenig Wissen über den weiblichen Zyklus und die fruchtbaren Tage?

Ganz wenig oder gar keines. Nicht nur, dass die Frauen kein Mitspracherecht haben, sie werden einfach schwanger, es passiert eben. Daher ist die Aufklärung überall wichtig, auch in Indien, Sibirien, Brasilien, aber auch in Afrika, wo wir bereits über 400 Rain Worker ausgebildet haben. Und dieser Beruf des Rain Workers ist ja nicht über Nacht entstanden. Wir haben gemerkt, wir brauchen diese Brückenbauer*innen, die die Sprache des Volks auch mit der Seele sprechen.

Es müssen also die Frauenrechte gestärkt werden?

Ja sicher! Mit der Aufklärung fängt es an, aber man muss die Frauen auch über ihre Rechte aufklären und diese stärken, aber in einer Weise, die ihnen Vorteile bringt.

Wie ist die Rolle der Männer? Interessieren sie sich für die Gesundheit der Frauen? Wie stark müssen sie motiviert werden, um Initiative zu ergreifen?

Männer kann man sicher integrieren. Aber man müsste schon vermehrt hier bei uns in den NGOs afrikanische Männer für Männer einsetzen. Das machen in Österreich leider sehr we-



Ein Rainworker erklärt die Verwendung der Babyketten.

nige NGOs, aber genau deswegen habe ich einen Mann aus Mali im Team, der genau diese Punkte anspricht. Das kann ich als Frau nicht. Er ist selbst der Sohn einer zehnköpfigen Familie. Er hat studiert, aber hier in Österreich keine Arbeit bekommen, auch nicht bei NGOs. Also habe ich ihm eine Chance gegeben, und er öffnet jetzt die Türen zu den Männern in vielen afrikanischen Ländern, nicht nur in Mali. Wenn ich eine Idee habe, berät er mich, wie sie für afrikanische Männer umzusetzen wäre. Es ist bei unserer Rain Worker-Ausbildung ganz wichtig, dass etwa gleich viele Männer und Frauen ausgebildet werden. Frauen setzen sich besonders für Frauen ein und Männer für Männer.

Wie können denn gerade Frauen in westlichen Ländern Frauenrechte in Entwicklungsländern stärken, wie können sie die Frauen unterstützen? Ich finde immer, das kann heikel sein, denn es soll ja nicht so aussehen, dass „wir“ uns hinstellen und sagen „Ich, die weiße Frau, rette jetzt die Frauen in Afrika“, sondern das muss auf Augenhöhe passieren.

Ja, das muss auf Augenhöhe passieren! Wir promoten unser Wissen durch Vorträge von Frau zu Frau. Ich kann z. B. als Frauenärztin über alle Probleme nicht nur als Ärztin reden, sondern auch als Betroffene, und so machen das auch unsere Ärztinnen vor Ort. Die Frauen sind vor allem dankbar für das Verständnis, und durch unsere Tools bekommen sie erstmals wirklich greifbare Hilfe. Wenn man ein Modell

einer Gebärmutter mit den Eileitern und der Scheide sieht, kann man sich auch wirklich etwas darunter vorstellen. Zweitens müssen wir auch das Gefühl weitergeben: Ich weiß, was es heißt, Mutter zu sein. Ich bin selbst Mutter und Großmutter, und das können wir den Frauen vermitteln. Da kann man sich die Hand reichen. Ich weiß, wie man bei Problemen helfen kann, und das gebe ich gerne weiter. Die Vorträge von Frau zu Frau, die ich als Gynäkologin unter dem Motto „Biete Wissen gegen Spende“ gehalten habe, waren immer gut besucht.

Wie hast Du eigentlich begonnen, die Tools zu entwickeln? Woher kommen die Ideen für diese Tools?

Als ich diese Arbeit begonnen habe, war ich ja schon über zehn Jahre Gynäkologin. Also habe ich mir überlegt, was hätte ich gerne, wenn ich eine Frau wäre, die keine Ahnung hat. Das habe ich ja auch immer wieder in der Praxis erlebt, dass eine Frau zu mir gekommen ist, die sich gar nicht ausgekannt hat. Also dachte ich, am besten ich erkläre alles mit Behelfen, die mein Gegenüber versteht. Wichtig ist mir das Verständnis, aber noch wichtiger ist die Möglichkeit der Wiederholung. Wenn ich ein Tool habe, habe ich Wissen in eine Form gebracht, die wiederholbar ist. Ich kann also die Babykette weitergeben, und sie wird wieder weitergegeben, und so wird sie nicht nur verbreitet, sondern ihre Erklärung auch immer wiederholt, und so gelangt das Wissen ins Unterbewusstsein, und da möchte ich es gerne hinhaben!

Man kann Menschen, die kulturell ganz anders aufgewachsen sind und zu unserem Wissen keinen Zugang haben nicht mit unseren Methoden Wissen vermitteln, sie müssen von sich aus spüren, dass das angebotene Wissen für sie hilfreich sein kann. Ich will nicht nur Wissen vermitteln, sondern dass lebenswichtiges Wissen im Unterbewusstsein meiner Mitmenschen verankert wird.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist: Wer lehrt, der lernt. Ich habe unsere Rain Worker beobachtet, wenn sie die Babykette erklären. Ihr Zyklusbe-



wusstsein ist manifest und nachhaltig. So ähnlich, hoffe ich, wird es mit dem Mutterschutz-Tool. Wenn ich immer wieder Frauen sehe, die das Amulett tragen, und Männer, die den Button tragen, dann geht das Bild ins Unterbewusstsein über und mir wird deutlich, ich muss mich schützen.

Der Mutterschutzbutton ist ja eigentlich eine vereinfachte Version der Mutterschutzuhr. Warum also der Button bzw. das Amulett?

Ich kann mich noch erinnern als Kind, da hatte meine Großmutter eine Brosche mit drei spielenden Kindern, die hat sie immer getragen. Und wenn sie sie mal nicht getragen hat, war mein Großvater der erste, der gesagt hat „Wo hast Du denn Deine Brosche?“ Auf dieselbe Art hoffe ich, dass es ins Unterbewusstsein geht, wenn ein Button oder Amulett von einer Frau getragen wird. Für sie ist es wichtig, sich nach der Geburt zu schützen, um zu vermeiden, dass sie gleich wieder schwanger wird. Aber auch der Mann muss sich seiner Verantwortung bewusst sein und entsprechende Maßnahmen ergreifen. Wenn er also an seiner Frau das Amulett sieht, hat er ständig vor Augen, wie er sich zum Wohle der Gesundheit seiner Frau – seiner ganzen Familie – verhalten muss. Als kleines Extra habe ich das Amulett für die Frauen auf der Rückseite mit einem kleinen Spiegel versehen, als zusätzlichen Anreiz, das Amulett zu tragen. Jede Frau ist eitel und einen Spiegel immer bei sich zu haben ist in jedem Fall ein Geschenk.

Warum ist es so wichtig, eine Pause zwischen zwei Geburten einzulegen? Was sind die gesundheitlichen Folgen für eine Frau, wenn sie ein Kind nach dem anderen bekommt?

Gerade in Entwicklungsländern, wo so viel Leid auf die Frauen zukommt, wo sie gefährdet sind durch Malaria, Typhus, Infektionen, ist eine Erholungspause besonders wichtig. Oft leidet die Frau bereits an Vitaminmangel, ist unterernährt, und schon geringere Komplikationen während der Geburt können so gefährlich

oder sogar lebensbedrohend sein. Die größten Komplikationen sind dabei Blutungen, z.B. die vorzeitige Plazentalösung. Wenn man die Menschen auf Risiko und Komplikationen aufmerksam macht, verstehen sie auch, warum wir dringend zu einem größeren Abstand zwischen den Geburten raten. Keiner würde bei Rot über die Straße gehen, wenn er weiß, dass die Gefahr groß ist, überfahren zu werden. Deswegen ist mein Credo: Wissen vermitteln heißt Freiheit weitergeben.

Wie sehen Deine Ziele für die Zukunft aus? Welche Entwicklungen wünschst Du Dir, wie sehen die weiteren Pläne aus?

Ich hatte von Anfang meiner Tätigkeit als Entwicklungshelferin an zwei Ziele. Das eine Ziel war die Wissensvermittlung. Und das zweite Ziel war, NGOs untereinander zu vernetzen. Bei meinem Einsatz in Äthiopien wurde ich zu einer nur wenige Kilometer entfernten NGO als Gast gebracht, die sich untereinander kaum gekannt haben. Nur durch eine liebe Freundin habe ich Kontakt bekommen, aber die eine NGO hat von der anderen NGO nichts gewusst. Und das habe ich in allen Ländern immer wieder erleben müssen!

Daher ist mein zweitgrößtes Ziel, vielleicht durch die Verbreitung unserer Tools mithilfe unserer Rain Worker eine NGO-Vernetzung aufzubauen. Organisationen haben keine Hände. Menschen haben Hände, die sie sich reichen können. Rain Worker sind Networker. In dem Sinne wie sie unsere Tools verbreiten, werden unsere Ausbildungszentren immer mehr zu Clouds-Projekten. Daher danke ich Dir auch für die Wahl des Titels für mein Interview. Wir suchen für den Ausbau dieses Clouds-Projektes noch ehrenamtliche Manager*innen, vielleicht von Amnesty International, die uns helfen, neue Kontakte zu internationalen NGOs aufzubauen und die so mithelfen, dass mehr Menschen zu unseren Rain Tools und Motivationsmethoden Zugang haben.

Ich danke Frau Dr.ⁱⁿ Hengstberger ganz herzlich für das Gespräch. Für weitere Informationen und wenn Sie die Aktion Regen unterstützen möchten, besuchen Sie www.aktionregen.at