

Osteopathie in Kenia

door Marlies Renkens DO-MRO



Met dank aan Valerie Groeneweg, Jeanne Bleeker, Nav Matharu, Marjolein Moors en Bieke van den Berghe voor hun bijdrage.

Divinity Foundation

"Its simple, but the best things are always simple. To empower through hope, humanity, healing".

In 2011 ging ik naar Nairobi om samen met een groep osteopaten, artsen en lokale gezondheidsmedewerkers deel te nemen aan een medisch project georganiseerd door Divinity Foundation. Dit jaar ging voor het eerst een Nederlands-Vlaams team mee met de expeditie.

Divinity Foundation is een non-profitorganisatie in 2008 opgericht door Nav Matharu, een Britse osteopate met roots in Nairobi.

De stichting biedt onder andere middels medische-, onderwijskundige- en voedselhulpprojecten ondersteuning aan kinderen en vrouwen die dringend hulp nodig hebben. Er wordt minimaal twee maal jaarlijks een medische expeditie georganiseerd van twee weken.

Voorbereiding

Aan het begin van de expeditie werd de dagindeling besproken en werd informatie verstrekt over de werkplekken in de sloppenwijken van Nairobi en op het platteland in Zuidoost-Kenia. Er werd gewerkt in weeshuizen, scholen, medische centra en onder acaciabomen waarbij we een fantastisch uitzicht hadden op de Kilimanjaro.

Verder werd aandacht besteed aan scholing in diagnostiek en behandeling van veel voorkomende aandoeningen, zoals malaria, buiktyfus, ringworm, parasitaire aandoeningen en aids. Ook maatregelen van belang voor de eigen veiligheid kwamen uitgebreid aan bod, zoals het werken met handschoenen, mondkapjes en het gebruik van desinfectiematerialen. Maatschappelijke en culturele aspecten, uitgebreide informatie over het hoe, waarom en gevolg van besnijdenissen waren onderwerpen die belicht werden.

Het expeditieteam werd bijgestaan door lokale gezondheidsmedewerkers die als vertalers ondersteunden bij de communicatie met patiënten.



Bijzondere ervaringen in Kenia op schrift gesteld

Marlies Renkens

Osteopathieopleidingen uit diverse landen ondersteunen met mankracht en donaties de werkzaamheden van Divinity Foundation. "Kun je als osteopaat een zinvolle bijdrage leveren bij medische projecten in Kenia?" "Hoe is de toegankelijkheid voor osteopathische behandeling en is er sprake van continuïteit?" Een greep uit de vragen die me bezighielden voorafgaand aan mijn vertrek naar Kenia.

Graag wil ik mijn ervaringen met jullie delen. Ook komen een aantal collegae aan het woord om een impressie te geven van onze werkzaamheden en de impact die het op ons als mens en als osteopaat gehad heeft.

Clinics

Het team werd onderverdeeld in een aantal subgroepen, waaronder de triage osteopathie, farmacie en kledingdistributie.

Dit jaar was ook een fysiotherapeute/pedicure in ons team, evenals een remedial teacher bij wie de kinderen tekeningen maakten, welke vervolgens met de osteopaten besproken werden. Voor aanvang van de clinics werden op locatie werkplekken gecreëerd.

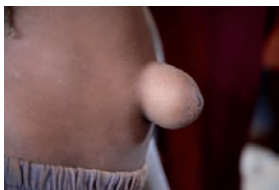
Het eerst kwamen de patiënten bij het triageteam, waar diagnose en behandelplan van de patiënten opgesteld werd. Van

hieruit werden de patiënten doorgestuurd naar de aanwezige disciplines of eventueel doorverwezen naar het ziekenhuis voor nader onderzoek. Bij de farmacie werden geneesmiddelen verstrekt, zoals onder andere antibiotica, ontwormingskurken, pijnstillers, vitaminepreparaten en rehydratiemiddelen. De medicatie werd ter plekke toegediend en vervolgens meegegeven aan de patiënt/ouder. Daarnaast werden wonden schoongemaakt en gedesinfecteerd. Tot slot was er nog een plek waar kleding uitgedeeld werd. Aan het eind van iedere dag werd een uitgebreide briefing gehouden. Deze was van grote waarde voor het uitwisselen van klinische ervaringen met elkaar, maar vooral ook voor de verwerking van alles wat je gezien en gevoeld had.

Klachtenbeelden

Veel voorkomende klachten waren luchtwegproblemen, buiken- en bekkenklachten, hoofdpijn, musculoskeletale problemen, met onderliggend veelal systemische aandoeningen zoals aids, chronische malaria, parasitaire belasting, tuberculose en ondervoeding.

Met behulp van anamnese en sneltesten vormde je zo goed mogelijk een beeld van wat er aan de hand was met de patiënt. Aanvankelijk werd je in het diepe gegooid, met name door de onderliggende systemische/tropische aandoeningen, die voor ons relatief onbekend terrein waren. Veel patiënten hadden een algeheel verminderde vitaliteit, met name de kinderen uit de sloppenwijken. Bij pathologie, zoals malaria en aids, werd regelmatig een vergrote milt en/of lever geconstateerd. Plagiocephalie werd niet of nauwelijks gezien. Voor een patiëntje met een enorme navelbreuk was geen geld beschikbaar voor een operatie. Nav Matharu maakte een constructie van spatels met een zwachtel eromheen en wikkelde die om de buik van het kind om tegendruk aan de breuk te geven. Een tijdelijke, simpele en functionele oplossing voor dit kind.



Navelbreuk

Er waren veel patiënten met droge hoest, waarschijnlijk veroorzaakt door omgevingsfactoren. Een aantal patiënten werden doorverwezen naar het ziekenhuis in verband met verdenking op tuberculose. De clinics waren een gelegenheid bij uitstek om onze vaardigheden in het gebruik van stethoscoop en otoscoop verder te ontwikkelen.

Bij vrouwen en meisjes vonden we vaak klachten in de regio van het kleinbekken. Deze kunnen een gevolg zijn van besnijdenissen, die met name bij Masaï stammen nog op vrij grote schaal toegepast worden. Hierover wordt in het volgende hoofdstuk meer beschreven. Gaandeweg kregen we meer routine in het opstellen van een correcte differentiaaldiagnose, ons klinisch inzicht werd in korte tijd breder.

Female Genital Mutilation (FGM) omvat alle technieken die toegepast worden bij geheel of gedeeltelijke verwijdering van de

vrouwelijke externe geslachtsdelen zonder medische reden. Er zijn verschillende varianten die toegepast worden, van clitoridectomie tot infibulatie, een vorm van verminking waarbij de vaginale opening dusdanig verkleind wordt met hechtingen, dat slechts een kleine opening overblijft voor urine en menstruatiebloed. Een besnijdenis veroorzaakt helse pijnen en kan leiden tot hevige bloedingen, soms met de dood als gevolg. De pijn die meisjes ervaren bij een besnijdenis staat, lichamelijk en psychisch, voor de rest van hun leven in hun geheugen gegrift.

Recidiverende urineweginfecties of genitale infecties, problemen bij zwangerschap en bevalling, hevige pijnen tijdens seksueel contact, infertiliteit en vaak ernstige emotionele problematiek zijn frequent voorkomende gevolgen. Tijdens de voorbereiding op de expeditie hebben we video-opnames van een besnijdenis gezien, in één woord afgrijselijk.

Sociale druk van de gemeenschap en de visie dat het een voorbereiding is op het volwassen worden en op het huwelijk zijn redenen waarom deze mensonwaardige traditie voortgezet wordt. Ook de vrouwen die de besnijdenis uitvoeren vormen een obstakel om deze traditie stop te zetten, omdat ze hun brood ermee verdienen.

Lapal, een van onze vertalers, heeft de actiegroep "STOP FGM" in het leven geroepen.

Door middel van toneelstukjes en voorlichting proberen ze de gemeenschap duidelijk te maken welke impact besnijdenissen hebben op het leven van deze jonge mensen.

De mannelijke leden van de actiegroep geven aan dat ze niet willen trouwen met een vrouw die besneden is, een revolutie wordt op gang gebracht!

"Alone we can do so little; together we can do so much."

Helen Keller



Nav Matharu

Impressies

Valerie Groeneweg DO-MRO

"Het was een nieuwe ervaring voor ons allemaal en we moesten ons voorbereiden op tropische ziektes die onderkend en behandeld moesten worden. Ons doel was gericht op het screenen



van de gezondheidstoestand van de mensen en het geven van een adequate behandeling. We hadden medicatie met ons mee en onze behandeling was gericht op het zodanig stimuleren van de verschillende lichaamssystemen om het immuunsysteem te versterken en het zelfgenezingsproces te stimuleren. Pure osteopathie bij patiënten die in een slechte gezondheidstoestand leven.

We begonnen in de Njeru slums in een opvangtehuis voor dove kinderen. De dag erop zijn we op weg gegaan richting het zuiden van het land. Met z'n allen in de bus, de sfeer was opperbest. De bus was vol geladen met kisten medicatie, ontwormingsmiddelen en behandelbanken. We stopten in het stadje Makindu waar we een dag behandelden en we overnachtten in een sikhistische tempel. We gingen weer verder naar het zuiden en arriveerden in Oloitoktok in Masaï Land en daar klapten we de banken uit onder een boom, aan de voet van de Kilimanjaro. De patiënten kwamen uit het dorp of van het platteland waar ze geiten en koeien bewaakten. De laatste dagen hebben we ons werk voortgezet in weeshuizen in de sloppenwijken van Nairobi. In de Ananda Orphanage werden kinderen met aids behandeld en aan een paar honderd kinderen uit de sloppenwijken werd de enige verse maaltijd van de week uitgedeeld. Het was een prachtige ervaring, we hebben gehuild, gelachen, we zijn rijker thuis gekomen".

Marjolein Moors DO-MRO

"In Makindu werkten we in de open lucht onder een afdak. Al lang stond een zeer jonge moeder (ik schatte haar rond de 17 jaar) met een zwaar gehandicapt kindje van ongeveer drie jaar oud te wachten. Na de triage kwam ze naar ons behandelteam met de vraag haar kind te beoordelen. Het viel direct op dat het meisje erg ondervoed was en dat ze blind was geworden na een infectie aan haar ogen. Volgens haar moeder was ze een normale baby, maar was ze veranderd. Opvallend was hoeveel liefde deze moeder voor haar kind had, ook al wist ze niet wat er precies met haar kindje aan de hand was. Dit in een land waar het lang niet zo vanzelfsprekend is als tienermoeder een zwaar gehandicapt kind op te voeden. Zij koos voor haar kindje en haar dochtertje vond alles best zolang ze maar dicht bij mama was.

Een oogarts ter plaatse had haar ogen beoordeeld en haar doorverwezen naar Nairobi voor een gratis operatie. Haar moeder wist alleen niet hoe ze daar ooit zou komen. Het busgeld alleen al is voor haar een duizelingwekkend bedrag. Divinity Foundation regelde vervoer voor haar. Het meisje en haar moeder werden ontwormd, kregen multivitaminen om tekorten aan te

vullen en zalf voor ringworm op de huid van het meisje. Hierna werd het kind osteopathisch behandeld, vertrouwd, zo dicht mogelijk bij de moeder. Eerst raakte ze volledig in paniek van alle geluiden om haar heen en vreemde handen op haar lijfje. De osteopathische behandeling richtte zich onder andere op haar uitgeputte immuunsysteem en op het craniale systeem. De hele trukendoos werd geopend, maar in de loop van de behandeling werd ze steeds rustiger en ontspande zich volledig. Uren na de behandeling, toen het al donker aan het worden was en wij vertrokken, zaten ze nog samen op een bankje bij de post. Het meisje bij haar moeder op schoot. Voor mij een prachtig voorbeeld dat moederliefde universeel is".

Bieke van den Berghe DO-MRO

"De laatste dag van de expeditie in het weeshuis Childrens Garden in Nairobi vroeg mijn collega Feiko Mollema me te assisteren bij een behandeling. Het kind, een 6 jaar oud jongetje, had een jaar geleden een zwaar ongeluk gehad, aangereden door een brommer. Gelukkig werd hij naar het ziekenhuis gebracht door iemand (niet bekend wie, maar niet de ouders). Tijdens de herstel- en revalidatieperiode kwamen geen ouders of familieleden opdagen in het ziekenhuis, dus werd hij overgebracht naar Childrens Garden. Daar bleek dat hij soms perioden had van compleet zwijgen. Samen begonnen we aan de behandeling, Feiko werkte ter hoogte van het cranium, terwijl ik voelde wat er ter hoogte van de thorax en rechterschouder gebeurde. Binnen 30 seconden sliep het kind. De behandeling richtte zich vooral op het opkrikken van de vitaliteit en het vrijmaken van het cranium. Na de behandeling hebben we het kind even apart op een tafel gelegd zodat het verder kon slapen. Opvallend was dat veel kinderen heel moe waren, hun eerste wens was slapen. Mij raakte het heel erg dat het kind zo iets traumatisch als het ongeluk had meegemaakt en dan ook nog eens in een vreemde wereld gegooid werd. Als verklaring voor het niet opdagen van de ouders, vermoedde de directeur van het weeshuis, was het niet kunnen betalen van de rekening van het ziekenhuis. Dit moet ook hartverscheurend zijn voor de ouders..."

Jeanne Bleeker

"Dit jaar ben ik, ex-leerkracht en remedial teacher en maandelijks werkzaam bij Still Kids, meegeweest met de expeditie in Kenia. Ik ben gespecialiseerd in de zogenaamde klapoefeningen en springtekeningen van Audrey McAllen. Bij deze methode wordt aan de kinderen gevraagd een huis, boom en mens te tekenen. Voordat ze gaan tekenen moeten zij eerst in alle ruimterichtingen klappen en hardop tellen en vervolgens alles herhalen met springen erbij. Door deze activiteiten stuwt het bloed naar de plek van het lichaamsbesef en tekent het kind zichzelf hoe het zich op dat moment voelt.

Uit de tekening zou je onder andere blokkades en scheefstand kunnen waarnemen, maar dit zal getoetst moeten worden met zowel de ouders als de osteopaat.

Ongeveer honderd kinderen hebben in Kenia bij mij getekend. Twee van de honderd tekenden zichzelf enigszins met bruine huidskleur alle anderen als blank. De meeste huizen hadden geen puntaken, maar twee schuine zijden met een lange horizontale lijn daartussen. Voor mij de vraag: "In hoeverre werken de twee hersenhelften goed samen?" De kinderen hebben met plezier getekend en hadden lol in het springen. Ter illustratie wordt hier een voorbeeld beschreven.



Joyce 11 jaar 10 – 10 – 2012 Childrens Garden Orphanage

Een rijke kleurige tekening. Joyce geeft aan dat zij zich bewust is van het feit dat zij over talenten beschikt. Haar tekening laat ook een bepaalde zorgvuldigheid zien. Ook geeft het mij de indruk dat zij nog bezig is om goed op de grond te komen. En enige spanning is wel aanwezig. Zij biedt mogelijkheden om in contact met de buitenwereld te komen en gebruikt haar zintuigen om de wereld om haar heen te verkennen.

Opvallend in de mensfiguren zijn halfcirkelvormige lijnen als scheiding tussen boven- en onderlichaam. Ook de armen maken die halve cirkel zowel naar binnen als naar buiten gericht. De linkerarm houdt iets vast wat meestal erop wijst dat er iets vast zit tussen de schouderbladen en/of nek. Wat geven de rood gemarkeerde plaatsen op de bovenbenen aan?

De osteopaat constateerde een blokkade in de nek aan de linkerzijde die naar beneden doortrok. Er werd aan het middenrif gewerkt en aan het kleinbekken. Na afloop kregen de kinderen nog wat kleurkrijtjes en papier mee”.

Still Kids Centre

Divinity Foundation is momenteel bezig met de laatste voorbereidingen voor een nieuw project in Masai-land in het Zuid-Oosten van Kenia. Drie centra worden gebouwd met als doel vrouwen en kinderen in nood een veilige thuishaven te bieden en met medische voorzieningen te ondersteunen. De organi-

satie is van plan eind dit jaar te starten met de bouw van een rescue- en maternity centre en het Still Kids Centre. De centra komen op een plek met een adembenemend panorama grenzend aan een school, wat heel praktisch is.

Het rescue centre is bedoeld als opvangcentrum voor meisjes die hun dorp ontvluchten uit angst voor de besnijdenis. Ook meisjes die vluchten omdat ze gedwongen worden te trouwen met veel oudere mannen. Deze meisjes worden vaak ernstig misbruikt door hun man en diens oudere vrouwen. Er zijn momenteel geen faciliteiten voor deze meisjes en de mensen zijn dan ook uiterst gelukkig met dit project. “Onze gebeden worden beloond”, zeggen ze. Het rescue centre zal twintig meisjes kunnen herbergen.

In het maternity centre zullen vrouwen uitgebreid geïnformeerd worden over geboorteregeling, hygiëne en voeding. Ook zal er een register bijgehouden worden van geboortes en vaccinaties in de regio. Het maternity centre heeft een capaciteit van 12 bedden voor jonge masai meisjes, die in het centre bijgestaan zullen worden door verloskundigen tijdens het bevallingsproces.

Het Still Kids Centre in Kenia wordt gesponsord door de Nederlandse stichting Still Kids. Divinity Foundation uit zijn dankbaarheid in de naamgeving van het nieuwe project.

Mede dankzij de inzet van René Zweedijk kan dit prachtige initiatief mogelijk gemaakt worden.

In het Still Kids Centre zal aan kinderen onder de leeftijd van 16 jaar eerstelijns medische zorg verleend worden. Er komen faciliteiten voor wondverzorging en voor onderzoek en behandeling van ziektebeelden als malaria, buiktyfus en andere infectieziekten.

Verder zullen er regelmatig cursussen en campagnes georganiseerd worden met als doel het overdragen van kennis aan moeders en kinderen omtrent onderwerpen die betrekking hebben op hun gezondheid. Ook worden de kinderen osteopathisch begeleid. Het plan is dat osteopaten in cycli van twee maanden elkaar opvolgen, zodat continuïteit van behandeling gewaarborgd kan worden. Een bijzonder mooi initiatief en een inspirerende uitdaging!

Ons team was aanwezig bij de inzegening van de grond in Oloitoktok waarop de centra gebouwd gaan worden. Het was een bijzonder mooi moment met een intens gevoel van verbondenheid dat we met elkaar konden delen.

Evaluatie

Het werk in Kenia betekende veel voor mij en ik ben dankbaar dat ik dit mocht beleven.

Je geeft wat je kunt door mensen oprechte aandacht te geven bij het onderzoek en de behandeling van hun klachten. Wat je ervoor terug krijgt is van grote waarde.

Het leven van de mensen in Kenia is heel basaal. Wat wij vaak weer opnieuw moeten leren, te leven in het nu, doen zij vanzelf. Ze hebben een heel ander besef van tijd, hetgeen mij een gevoel van rust en ruimte geeft. In de huidige complexe en snel veranderende wereld voelt dat als een moment van "thuiskomen" bij je innerlijke bron.

We hebben veel gezien, van ernstig zieke mensen in erbarmelijke leefomstandigheden en ook emotioneel vaak zwaar belast, tot vrolijke kinderen met een stralende lach wat je hart deed smelten. Het was bijzonder om te ervaren hoe weinig je nodig hebt om tevreden en dankbaar te zijn.

De samenwerking met Jeanne Bleeker was inspirerend en verhelderend. Met name bij kinderen met emotionele blokkades was het een rijke aanvulling. Door het tekenen werd een opening gecreëerd, kwamen ze los en vertelden, huilden en lachten.

In de kindertekeningen kwamen vaak aspecten naar voren die de osteopaten meer inzicht gaven in het klachtenbeeld van het kind.

De vraag of je met osteopathie bij een medische expeditie als deze een zinvolle bijdrage kunt leveren, kan ik voluit met JA beantwoorden. De kinderen en vrouwen die we gezien hebben waren heel toegankelijk voor onze behandelingen. Het maken van contact met hun lichaamssysteem was vaak eenvoudiger dan bij patiënten in ons eigen land. Ze zitten meer in hun lijf en minder in hun hoofd, waardoor je sneller tot de essentie komt. Medicatie hebben ze nodig, eten en drinken, maar aangeraakt worden evenzeer. En dat je met osteopathie het lichaam op subtiele wijze aanraakt en op die manier de zelfgenezende krachten kunt triggeren, maakt het tot een krachtige en pure vorm van geneeskunst.

Divinity Foundation is een dynamische organisatie, Nav Matharu is de stuwende kracht.. Ze streeft ernaar nog meer expedities per jaar te organiseren. Afgelopen jaar werden drie expedities gehouden en met de bouw van het nieuwe project komt er steeds meer continuïteit in het geheel.

We hadden een fantastisch team, waar ik met veel voldoening en warmte aan terugdenk.

Divinity Foundation was uiterst tevreden en blij met ons en ze verheugen zich nu al op de komst van de volgende Nederlands-Vlaamse groep!

"The best and most beautiful things in the world cannot be seen or even touched. They must be felt with the heart".
Helen Keller

Correspondentie Marlies Renkens DO-MRO
E-mail info@osteopathie-parkstad.com

Nieuwjaarsreceptie Panta Rhei, presentatie Divinity Foundation

Beste collega,

Hierbij willen wij u uitnodigen voor onze nieuwjaarsreceptie van Panta Rhei die in het teken zal staan van werken in Kenia. Deze vindt plaats op zaterdag 12 januari 2013 in Conferentie Centrum Bovendonk te Hoeven en begint om 16.30 uur. Tijdens deze receptie zal de groep osteopaten die naar Kenia zijn geweest vertellen over hun ervaringen aldaar. U kunt hierbij aanwezig zijn onder het genot van een hapje en een drankje.

In mei 2013 gaat een volgende groep osteopaten naar Kenia om daar onder de vlag van Divinity Foundation te werken. Heeft

u interesse in het werk in Kenia, dan bent u van harte welkom op onze nieuwjaarsreceptie.

Meldt u zich vooraf even aan?

Met vriendelijke groet,

René Zweedijk

Goudreinettestraat 1, 4421 LA Kapelle
T+31 (0)113 330133, E-mail info@pantarhei-osteopathie.nl