

# Gesundheit ist der Anfang

Das SRK verbessert die Gesundheitsversorgung  
in vernachlässigten Regionen



**Croix-Rouge suisse  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Croce Rossa Svizzera**





## Medizin mit breiter Wirkung

Eine Virusinfektion, eine Lungenentzündung, ein schwerer Durchfall: Solch alltägliche Krankheiten werden rasch zur tödlichen Gefahr, wenn eine geeignete Behandlung fehlt.

Für Millionen Menschen ist dies bittere Realität. Sie leben in abgelegenen Gebieten armer Länder, in Dörfern ohne sauberes Trinkwasser, ohne Gesundheitszentrum, ohne Moskitonetze oder Antibiotika. Oft fehlt auch das Wissen, wie man sich vor Krankheiten schützen kann. Geburten sind für Mutter und Kind hoch riskant, Komplikationen haben oft tödliche Folgen.

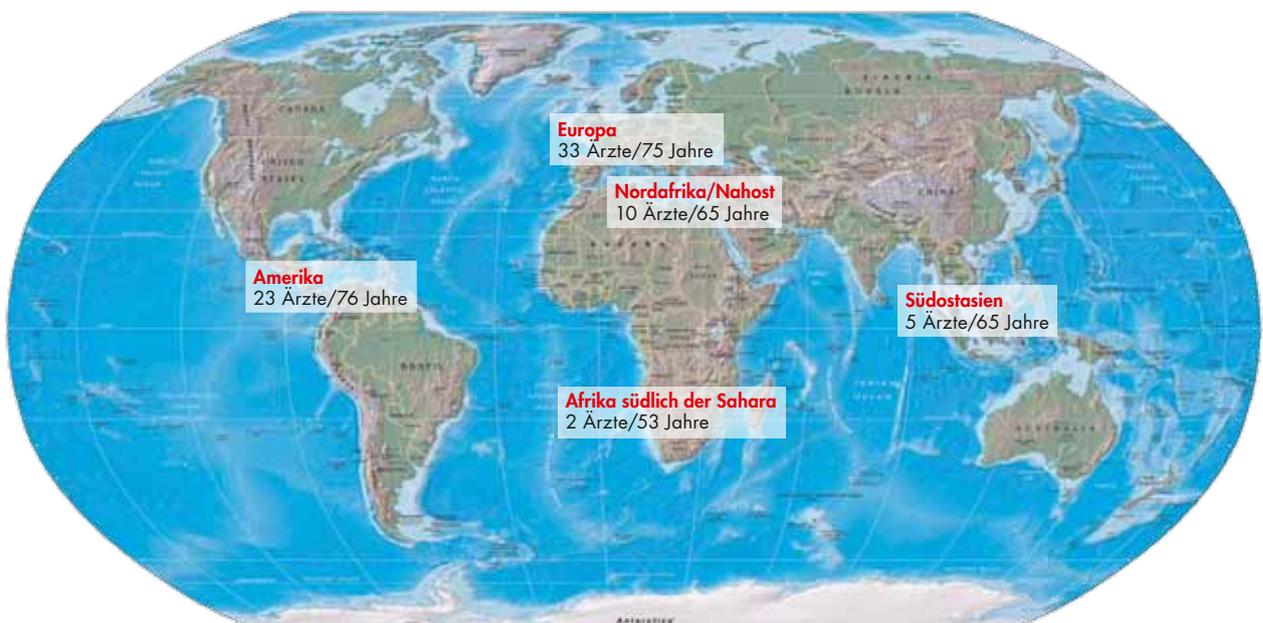
Unter solchen Voraussetzungen ist es von Glück und Zufall abhängig, ob ein Kind fünf Jahre alt wird. Das Leben ist ein harter Kampf gegen widrige Umstände. Um dies zu ändern braucht es keine Spitzenmedizin. Denn die meisten Krankheiten, die in armen Ländern zu frühzeitigem Tod oder schwerem Leiden führen, können mit einfachen Mitteln bekämpft werden.

Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) engagiert sich deshalb in benachteiligten Regionen bei der Verbesserung der Gesundheitsversorgung und setzt sich dafür ein, dass möglichst alle Zugang zu medizinischen Dienstleistungen haben. Es fördert den Bau und die Einrichtung von Gesundheitsstationen, schult freiwillige Helfer/innen, bildet Fachleute aus und unterstützt benachteiligte Menschen dabei, ihre Rechte einzufordern und wahrzunehmen.

Ein zentrales Anliegen ist die Prävention – damit möglichst viele Menschen sich vor Krankheiten schützen können.

### **Lebenserwartung und Ärztedichte nach Weltregionen**

Wieviele Ärzte es pro 10000 Einwohner gibt und wie hoch die Lebenserwartung in den verschiedenen Weltgegenden ist.



Quelle: UNAIDS (Dezember 2009)

---

## Die wichtigsten Risikofaktoren

---

Einige zentrale Risiken sind für einen Grossteil der vorzeitigen Todesfälle und schweren körperlichen Leiden in armen Ländern verantwortlich.

### Schwangerschaft und Geburt – das weibliche Risiko

---

Schwangerschaft und Geburt gehören zu den gesundheitlichen Grossrisiken im Leben einer Frau. Bis vor einigen Jahrzehnten galt dies auch bei uns. Doch durch Fortschritte in der vor- und nachgeburtlichen Betreuung sowie die fast flächendeckende medizinische Begleitung von Geburten hat sich die Situation dramatisch verbessert.

In vernachlässigten Regionen ist dies noch nicht der Fall. Schlechte hygienische Verhältnisse, Mangel an Fachwissen, fehlende Schwangerschaftskontrollen und Transportmöglich-



Schwangerschaftskontrolle durch eine vom SRK geschulte Hebamme in Paraguay.

keiten haben zur Folge, dass noch immer jedes Jahr rund 600000 Frauen während der Schwangerschaft, bei der Geburt oder kurz danach sterben. Auch die Säuglingssterblichkeit ist viel zu hoch. Durch zu frühe und zu viele Geburten in zu kurzen Abständen vervielfachen sich die Risiken im Leben einer Frau.

### Durchfall – grosse Gefahr für Kleinkinder

---

Wo sauberes Wasser fehlt, leidet die Hygiene – und damit die Gesundheit. Durchfall-Erkrankungen sind vor allem für Kleinkinder äusserst gefährlich. Sie entziehen dem Körper innert kurzer Zeit viel Flüssigkeit und führen zu totaler Entkräftung. Ein harmloser Durchfall, der unter günstigen Voraussetzungen nach ein paar Tagen abklingt, wird zur tödlichen Gefahr. Auch Erwachsene, die aufgrund von Armut und schlechter Ernährung kaum über körperlichen Reserven verfügen, sind gefährdet.

### Lungenentzündung – auch in den Tropen verbreitet

---

Atemwegerkrankungen fordern jedes Jahr zwei Millionen Kinderleben. Leicht wird aus einem unbehandelten Husten eine Lungenentzündung, die ohne medizinische Behandlung zum Tod führen kann. Schwierige Lebensbedingungen in Unterkünften, die kaum Schutz vor Hitze, Wind und Wetter bieten, erschweren oder verunmöglichen die Genesung.

## Infektionskrankheiten – Schutz ist die beste Medizin

Malaria, Dengue-Fieber und Tuberkulose sind die gefürchtetsten Infektionskrankheiten. In tropischen Gebieten schnellen die Todesraten während der Regenzeit in die Höhe. Denn feuchte Hitze begünstigt die Verbreitung von Mücken, die Krankheitserreger übertragen. Auch hier sind die meisten Opfer Kleinkinder und werdende Mütter, deren Immunsysteme geschwächt sind. Durch Moskitonetze über den Schlafstätten und die Zerstörung von Mücken-Brutstätten können Malaria und Dengue-Fieber eingedämmt werden.

Tuberkulose nimmt wieder zu – nicht zuletzt, weil viele Menschen mit dem Aids-Virus infiziert sind, der das Immunsystem schwächt. Einmal ausgebrochen, ist sie hoch ansteckend und verläuft ohne Behandlung tödlich.



Der Rotkreuz-Mitarbeiter erklärt der jungen Mutter in Togo, wie sie sich und die Kinder mit dem Moskitonetz vor Malaria schützen kann.

## Aids – Tabus erschweren die Prävention

Die Immunschwächekrankheit Aids hat seit den 80er-Jahren 25 Millionen Todesopfer gefordert. Weltweit sind 33 Millionen Menschen mit dem HI-Virus infiziert, zwei Drittel davon in Afrika. Die Prävention der sexuell übertragbaren Krankheit wird immer wieder von gesellschaftlichen Tabus behindert. Trotzdem zeigen die jahrelangen Bemühungen allmählich Wirkung. In vielen Ländern sind die Ansteckungsraten rückläufig.

Auch bei der Behandlung gibt es Fortschritte. Aids-Therapien werden seit einigen Jahren auch in armen Ländern angeboten, wenn auch noch nicht flächendeckend. HIV-Infizierte erhalten dadurch eine neue Lebensperspektive.

## Ernährung – Mangel mit weitreichenden Folgen

Wo Menschen arm sind, ist meist auch die Ernährung ungenügend. Wer einseitig ernährt ist oder gar Hunger leidet, ist anfällig für Krankheiten. Chronisch mangelernährte Kinder entwickeln sich körperlich und geistig nicht altersgemäss. Durch Änderungen im Speiseplan, wie die Zugabe vitamin- oder proteinhaltiger Lebensmittel, kann sich das Potenzial einer Gesellschaft deutlich verbessern. Ernährungsgewohnheiten sind aber Teil der kulturellen Identität und es bedarf intensiver Aufklärung, um in diesem Bereich Veränderungen zu bewirken.

*Tara, 30-jährig, Nepal*

*Seit zwei Jahren gehöre ich zum Gesundheitskomitee unseres Dorfes. Wir treffen uns regelmässig mit dem Ziel, die Gesundheit der Dorfbewohner zu verbessern. Besonders bei der Hygiene haben wir viel erreicht: Heute hat fast jedes Haus eine eigene Latrine. Bevor uns das Rote Kreuz unterstützt und beraten hat, war dies sehr unüblich. Doch in Kursen habe ich gelernt, wie wichtig Sauberkeit für die Gesundheit ist. Das SRK hat uns den Zement gegeben, um die Latrinen selber zu bauen. Strohmatte und Holz steuerten wir selber bei. Auch beim Verlegen von Wasserleitungen, die das saubere Quellwasser bis ins Dorf bringen, unterstützte uns das SRK. Ich bin froh und dankbar dafür, denn jetzt sind unsere Kinder viel seltener krank.*

## Augenleiden – viele erblinden aus Armut

Augenleiden sind in armen Ländern weit verbreitet. Neunzig Prozent aller blinden Menschen leben in unterversorgten Regionen. Jeder zweite Blinde leidet am heilbaren grauen Star. Ursachen der Leiden sind auch hier die mangelnde Hygiene und vitaminarme Ernährung. Zudem fehlen die Medikamente, um Augenentzündungen rechtzeitig zu behandeln.

### Woran Kinder unter fünf Jahren sterben

Ursache	Afrika südlich der Sahara	Südostasien	Nahost/Nordafrika	Amerika
Lungenentzündungen	21 %	19%	21%	12%
Durchfall	16%	18%	17%	12%
Malaria	18%	1%	0%	0%
HIV/Aids	6%	1%	3%	1%
Geburtsfolgen	26%	44%	43%	44%
Anderes	13%	17%	19%	21%
<b>Todesfälle pro Jahr</b>	<b>4,4 Mio.</b>	<b>3,07 Mio.</b>	<b>1,4 Mio.</b>	<b>0,44 Mio.</b>



Der vom SRK errichtete Brunnen hilft den Familien dieses Dorf in Nepal gesünder zu leben.

## Es braucht nicht viel – aber das braucht es

Damit Menschen in vernachlässigten Regionen die Chance haben, gesund zu leben, braucht es minimale Voraussetzungen:

- Sauberes Wasser in ausreichender Menge sowie Latrinen
- Genügend und vielfältige Nahrung (z. Bsp. dank Gemüsegärten, Kleinvieh, etc.)
- Wissen über die Zusammenhänge von Gesundheit, Hygiene und Ernährung
- Hilfsmittel, um sich vor Krankheiten zu schützen (z. Bsp. Moskitonetze, Impfkampagnen)
- Möglichkeit zu vor- und nachgeburtlichen Kontrollen sowie Säuglingspflege
- Eine Gesundheitseinrichtung in nützlicher Distanz, die über die wichtigsten Medikamente verfügt und von einer Fachperson betreut wird
- Erschwingliche Transportmöglichkeiten, um bei Notfällen ein Spital zu erreichen.

## Traditionelles Wissen – ein wertvolles Potenzial

Medizinisches Wissen hat es schon immer gegeben. In allen Gesellschaften existieren überlieferte Kenntnisse von Heilmitteln und -methoden. Fast jedes Dorf hat eine traditionelle Hebamme, die bei Geburten wertvolle Unterstützung leistet. Auch Heiler/innen, je nach Weltgegend Schamanen oder Marabus, etc. genannt, sind wichtige Ansprechpersonen bei gesundheitlichen Problemen.

Idealerweise kann traditionelles Wissen durch moderne Schulmedizin ergänzt werden. Meist haben Heiler/innen direkteren Einfluss auf die Bevölkerung als Aussensehende, und sie genießen deren Respekt und Wertschätzung. Sie können zu wichtigen Botschaftern bei der Verbesserung der Gesundheit werden – sofern traditionelles und modernes Wissen nicht gegeneinander ausgespielt werden.

## Das Engagement des SRK

Die Verbesserung der Gesundheit ist die Kernkompetenz des SRK. In rund 20 Ländern engagiert es sich bei Auf- und Ausbau der medizinischen Grundversorgung in abgelegenen Regionen. Dort sind die Menschen in besonderem Masse auf Unterstützung angewiesen, um ihr Recht auf Gesundheit einzufordern.

Das Rote Kreuz orientiert sich stets an den Bedürfnissen der Bevölkerung, es stärkt und unterstützt sie bei der Umsetzung ihrer Anliegen. Ein wichtiges Element ist die Ausbildung von Freiwilligen, damit sie die Bevölkerung über die Zusammenhänge von Hygiene, ausgewogener Ernährung und Gesundheit aufklären können.

### Afrika: Gesundheitszentren und Aufklärung

Im **Süden Sudans** ist die Infrastruktur nach Jahrzehnten des Bürgerkrieges weitgehend zerstört. Die meisten Dörfer haben kein sauberes Trinkwasser und keinerlei Zugang zu medizinischer Versorgung. Jedes fünfte Kind stirbt, bevor es fünfjährig ist. Im besonders vernachlässigten Distrikt Mayendit unterstützt das SRK die Bevölkerung und die lokalen Behörden beim Wiederaufbau der medizinischen Grundversorgung und der Sanierung von Brunnen. Es baut fünf Gesundheitsposten für ein Einzugsgebiet von 50'000 Menschen. Traditionelle Hebammen werden weitergebildet. Neues Pflegepersonal wird geschult und mit Medikamenten ausgerüstet. Zur Bekämpfung der Malaria gibt das Rote Kreuz Moskitonetze an Familien ab.

In **Togo, Ghana, Mali** und **Sudan** unterstützen vom SRK geschulte Freiwillige Familien bei der Schwangerschaftsbetreuung und der Prävention von Krankheiten. Durch den Bau von Brunnen und die Abgabe von Saatgut werden in Nord-Mali die chronische Mangelernährung und die Wassernot bekämpft. In Togo transportiert ein vom Roten Kreuz betriebenes Motorrad-Taxi schwangere Frauen bei Notfällen ins Spital. Mütterclubs bewähren sich als Foren für Wissensaustausch und Selbsthilfe.



Eine betagte Sudanerin beim Gesundheitsposten des Roten Kreuzes.

*Mariam, 24-jährig, Togo*

*Vor drei Monaten habe ich Zwillinge geboren. Es ist ein grosses Glück, dass sie gesund sind und auch ich die Geburt gut überstanden habe. Schon während der Schwangerschaft ging ich auf Empfehlung einer Rotkreuz-Freiwilligen in die Kontrolle, so erfuhr ich auch, dass es gleich zwei Kinder waren. Als dann die Wehen einsetzten, rief die Mitarbeiterin des Gesundheitspostens per Mobiltelefon das Mofa-Taxi des Roten Kreuzes, das für Spitaltransporte bereit steht. So konnte ich in Sicherheit gebären und alles ging gut. Bei meinen früheren Geburten stand mir jeweils zuhause die traditionelle Dorf-Hebamme bei. Doch bei Zwillingen wäre das viel zu riskant gewesen.*

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Bekämpfung der Armutblindheit. In Togo, Ghana und Mali werden jedes Jahr zehntausende Augentests durchgeführt. Vom Roten Kreuz geschulte Fachleute passen Brillen an und führen Operationen des grauen Stars durch.

In **Swasiland** leistet das SRK Pionierarbeit bei der Aids-Therapie. Es hat drei Kliniken aufgebaut und das medizinische Personal für die speziellen Bedürfnisse Aidskranker geschult. Auch hier wurden hunderte Rotkreuz-Freiwillige rekrutiert, die bei der Prävention und der Hauspflege wertvolle Dienste leisten.

### **Asien: Erschwingliche Gesundheitsdienste für alle**

In **Kambodscha** haben mangelnde Qualität und Korruption das Vertrauen ins öffentliche Gesundheitswesen untergraben. Ein Grossteil der Bevölkerung sucht im Krankheitsfall Naturheiler auf. Frauen gebären meist zuhause, ohne medizinische Begleitung. Um das Angebot zu verbessern, unterstützt das SRK die Regierung in mehreren Distrikten bei der gesamten Gesundheitsversorgung – von der Prävention bis zur Behandlung in den Spitälern. Bereits ist es gelungen, deutlich mehr Frauen zu Spitalgeburten zu motivieren.



Diese kambodschanische Mutter hat ihr Baby im Spital geboren.

Auch finanzielle Gründe hindern kranke Menschen daran, medizinische Hilfe zu beanspruchen. Die Transporte ins Spital sind teuer, auch Medikamente oder Dienstleistungen müssen bezahlt werden. Oft sind arme Familien gezwungen, einen Teil des Viehs oder des Landes zu verkaufen, damit sie sich eine

Behandlung leisten können. Das SRK hat deshalb in **Laos** und **Kambodscha** Fonds eingerichtet, aus denen die Gesundheitskosten der Ärmsten gedeckt werden. Seither suchen mehr kranke Menschen rechtzeitig Hilfe. Weil die Gewissheit besteht, dass ihre Rechnungen bezahlt werden, hat sich zudem ihr Status verbessert und sie werden nicht mehr als «Patienten zweiter Klasse» behandelt.

In **Tibet, Nepal** und **Bangladesch** schult das SRK Gesundheitspersonal und bildet Rotkreuzfreiwillige aus, die in den Dörfern über Hygiene, gesunde Ernährung, HIV/Aids und Schwangerschaftsrisiken informieren. Ein wichtiges Ziel ist es, Durchfallerkrankungen einzudämmen, die für Kleinkinder oft tödlich verlaufen. Dazu werden auch Brunnen und Wasserleitungen gebaut sowie Latrinen zur Verbesserung der Hygiene. In Bangladesch unterstützt das SRK die erste Aids-Therapie-Klinik im Land. Zudem bekämpft das SRK in Nepal und Tibet die Armutsblindheit durch Aufklärung, medizinische Behandlung und die Ausbildung von Fachleuten. Allein in Nepal gewinnen jährlich rund 10000 Menschen dank einer Katarakt-Operation des Roten Kreuzes das Augenlicht zurück.

## Lateinamerika: Stärkung der Frauen in entlegenen Dörfern

In **Honduras** ist Verhütung noch immer ein Tabu. Frauen haben meist in kurzen Abständen zahlreiche Kinder. Weil der nächste Gesundheitsposten weit entfernt liegt, gebären im vernachlässigten Süden des Landes rund 70 Prozent zuhause, ohne medizinische Hilfe. Um die Mütter- und Säuglingssterblichkeit zu senken schult das Rote Kreuz Gesundheitshelferinnen. Sie erkennen Komplikationen frühzeitig, helfen beim Transport ins Spital oder stehen den Frauen bei der Geburt bei. Das Rote Kreuz verbessert zudem die medizinische Versorgung, indem es neun Gesundheitsposten saniert und ausrustet. In den Dörfern werden Freiwillige geschult, die über ausgewogene Ernährung, Hygiene, HIV/Aids und Malaria informieren.



© Luis Vera, SRK

Auch in **El Salvador, Ecuador, Bolivien** und **Paraguay** stärken die SRK-Programme das Selbsthilfepotenzial der ländlichen Bevölkerung und verbessern vor allem die Prävention. Dabei werden die Gemeinschaften aktiv in die Gesundheitsarbeit einbezogen. In Ecuador konnten traditionelle Hebammen und Heiler/innen ihr wertvolles Wissen mit Aspekten der Schulmedizin ergänzen. Im Tiefland Boliviens ist die Unterernährung von Kleinkindern markant zurückgegangen, weil die Familien in Ernährungsfragen geschult wurden und Massnahmen zur Verbesserung ergriffen.

Einen besonderen Fokus legt das SRK in Südamerika auf die Prävention von Aids und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten, wobei es speziell auch Jugendliche anspricht. Zudem unterstützt es die staatlichen Institutionen bei der Bekämpfung von Tuberkulose.

Hebammen unterstützen eine Frau in Ecuador kurz vor der Geburt.

## Osteuropa und Zentralasien: Heimpflege und Selbsthilfe in den Dörfern

Im medizinisch unterversorgten Nordosten **Rumäniens** und in **Moldawien** setzt sich das SRK für die verarmte Bevölkerung ein. Schwerpunkt ist der Aufbau von Selbsthilfegruppen von Frauen und Jugendlichen. Sie werden durch vom SRK geschulte Gemeindeschwestern zu wichtigen Gesundheitsthemen wie Ernährung, Familienplanung, Alkoholismus oder Gewalt ausgebildet. Die Frauen werden auch in der Heimpflege geschult und betreuen vor allem alleinstehende und betagte Personen. Für die rumänischen und moldawische Jugendlichen gibt es jeden Sommer ein gemeinsames Lager zu einem bestimmten Gesundheits- oder Sozialthema.

In **Weissrussland**, wo die gesellschaftliche Situation ähnlich ist, unterstützt das SRK den Ausbau der Haus- und Krankenpflege des nationalen Roten Kreuzes.

In **Kirgistan** unterstützt das SRK die Regierung beim Aufbau von Gesundheitskomitees im ländlichen Raum. Diese klären in den Dörfern über wichtige Gesundheitsthemen auf wie Mangelernährung, Familienplanung, Alkoholismus oder HIV und Aids.



Eine Rotkreuzmitarbeiterin auf Hausbesuch bei einer betagten Frau in Weissrussland.

## Weitere Informationsquellen

---

### Weltgesundheitsorganisation WHO, Genf

Tel. 022 791 21 11  
E-Mail: [info@who.int](mailto:info@who.int)  
[www.who.int](http://www.who.int)

### Internationale Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmondgesellschaften, Genf

Tel. 022 730 42 22  
E-Mail : [secretariat@ifrc.org](mailto:secretariat@ifrc.org)  
[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

### Schweizerisches Rotes Kreuz

Internationale Zusammenarbeit  
Rainmattstrasse 10  
CH-3011 Bern  
Telefon 031 387 71 11  
Fax 031 387 73 73  
[iz@redcross.ch](mailto:iz@redcross.ch)  
[www.redcross.ch](http://www.redcross.ch)  
PC 30-4200-3

1. August 2010

