

## Naturheilkundliches Projekt (Mednat)

Eine Gruppe von Naturheilkundigen hat es sich seit 2003 zur Aufgabe gemacht, die einheimischen Arzneipflanzen zu erforschen, zu verarbeiten und anzuwenden. In Folge des mit Schwierigkeiten kämpfenden staatlichen Gesundheitssystems sind die westlichen Medikamente für die Bevölkerung abgelegener Dörfer nicht verfügbar oder zu teuer. Die Einsatzmöglichkeit pflanzlicher Heilmittel wäre ein Schritt auf dem Weg zu mehr Selbsthilfe und Unabhängigkeit. Der Verein „Tabanka“ bietet qualifizierte Weiterbildung in Naturheilkunde vor Ort, gibt technische Hilfe in der Verarbeitung der Heilpflanzen (z.B. Finanzierung von Solartrocknern), gewährleistet durch regelmäßige Supervision ein den örtlichen Gegebenheiten angepasstes Qualitätsmanagement und unterstützt die Vermittlung naturheilkundlichen Wissens in der Bevölkerung mittels Radiosendungen, Songs und Büchern.



In den vergangenen Jahren wurden in partnerschaftlicher Zusammenarbeit 2 naturheilkundliche Apotheken errichtet, ein Heilpflanzen-garten angelegt, Seminare über die Anwendung einheimischer Heilpflanzen abgehalten, Unterrichtsmaterial für Schulen erstellt und Unterricht und Aufklärungsarbeit in den Dörfern geleistet.

Bei auftretenden Fragen zu Wirkung oder Behandlung Heilpflanzen im Land wird inzwischen diese Gruppe als Ansprechpartner angesehen.

Guinea-Bissau ist, obwohl es im Norden von der Dürre des Sahelgürtels beeinflusst wird, dennoch ein grünes Land mit einer reichhaltigen Vegetation und tropischen Urwäldern im Süden.

In Guinea-Bissau sind 218 Heilpflanzen registriert, wobei je nach Wirkstoffgehalt Blätter, Rinden oder Wurzeln verarbeitet werden. Vor allem Bäume und Sträucher spielen eine große Rolle, so wie z.B. die Früchte des Affenbrotbaumes (Baobab), die zur Durchfallbehandlung eingesetzt werden, oder der afrikanische Mahagonibaum (Bissilom), dessen Rinde bei fieberhaften Erkrankungen und auch bei Malaria verwendet wird. Der Baum beantwortet jede Verletzung seiner Rinde mit einer Wucherung, so dass man die Häufigkeit der Verwendung sehr gut an seinem Stamm ablesen kann.

Die Blätter des Moringabaumes, des aus Indien stammenden „Wunderbaumes“, haben sowohl medizinische als auch die Ernährung verbessernde Eigenschaften und sind, was ihre Zusammensetzung angeht, ein Powerpaket an Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen.



*Baobab*



*Bissilom*



*Moringa*

*mehr Infos → PP Moringa  
→ PP árvores e arbustos  
e o seu valor medicinal*

## Aufgaben der Mednat-Gruppe

- **Produktion pflanzlicher Heilmittel**

Die Naturmedizingruppe stellt aus den einheimischen Heilpflanzen gemäß pharmazeutischen Richtlinien und genau ausgearbeiteten Rezepten Heilpflanzensirupe, Tinkturen, Cremes und Teemischungen her.

Vor allem die Sirupmischungen sind sehr begehrt und effektiv. Seit Jahren sind die am häufigsten nachgefragten Mittel die Sirupe gegen Hepatitis und Typhuserkrankung.

Im Laufe der Jahre hat die Gruppe ein großes Vertrauen bei der Bevölkerung gewonnen, und viele Kranke besuchen die von den erfahrensten Gruppenmitgliedern abgehaltenen Sprechstunden oder die gut sortierte, gruppeneigene Apotheke. Trotz der immer wieder auftretenden Materialengpässe (z.B. Fehlen von Arzneifläschchen, aber auch von hochprozentigem Alkohol oder Zucker) wird versucht, eine Regelmäßigkeit aufrechtzuerhalten. Da die Beschaffung der Grundstoffe wegen der Abholzung der Wälder zunehmend schwieriger wird und die Wege weiter werden, ist schon vor mehr als 10 Jahren ein Heilpflanzengarten zur Arbeitserleichterung der Gruppe angelegt worden. Die benötigten Wurzeln müssen allerdings noch immer in den Wäldern gesucht



werden, wobei das sorgfältige Ausgraben bei dem Klima eine schweißtriefende Schwerstarbeit darstellt! Das Material wird unter strengsten, die Pflanzen schonenden Vorgaben der Natur entnommen. Zusätzlich werden von der Mednat-Gruppe Bäume zur späteren Wiederaufforstung in einer Baumschule angezogen.

- **Weiterverbreitung des pflanzenheilkundlichen Wissens**

- **Verbreitung des Wissens in öffentlichen Einrichtungen**

Ein Poster mit Abbildungen und Indikationen der am häufigsten von der Mednat-Gruppe verwendeten Heilpflanzen wurde erstellt (angelehnt an die Vorlage der NGO „anamed“) und in öffentlichen und medizinischen Einrichtungen sichtbar gemacht.

**mehr Info → Poster**

- **Verbreitung des Wissens auf den Dörfern**

Da in der Bevölkerung ein Großteil des pflanzenheilkundlichen Wissens durch die Fixierung auf die westliche Medizin mit ihren bunten Pillen und Injektionen verloren gegangen ist, haben wir in den letzten Jahren versucht, einen Teil dieses Wissens der Bevölkerung wieder zugänglich zu machen.

Mit Hilfe von TABANKA e.V. erstellte die Gruppe das Buch „Medicina natural nas tabankas“, ein Buch über die naturheilkundliche Behandlung der in den Dörfern am häufigsten vorkommenden Krankheiten. Ein besonders großer Wert wurde auf genaue Dosierungsangaben gelegt. Durch die Darstellung in Pictogrammen ist das Buch auch für des Lesens Unkundige (Analphabeten) verständlich.



Unkundige (Analphabeten)

**mehr Info → Bücher**

- **Verbreitung des Wissens in Schulen mit Betonung auf der Pflanze Moringa**

Durch ein Symposium und einen Schulwettbewerb in 20 Umweltschulen über den Wert der eiweißreichen Pflanze Moringa, die auch unter den schwierigen klimatischen Bedingungen Guiné-Bissaus sehr ausdauernd ist (im Englischen heißt sie „never die“), und die sehr effektiv zur Behandlung von Unterernährung eingesetzt werden kann, ist Moringa nun zu einem wiederentdeckten und in den Familien verwendeten Nahrungsmittel geworden.



Mit Hilfe von Baumpatenschaften sind ca. 400 Moringabäume zur Ernährungsverbesserung in den Dörfern angepflanzt worden.

Weiterhin sind Schulgärten mit unter anderem dieser Pflanze angelegt worden, was zu einer besseren Gemüse- und Vitaminversorgung der Schulmahlzeiten geführt und darüber wiederum positive Rückwirkungen auf die Ernährung der Familien gezeigt hat.



Da man Botschaften über Musik sehr gut verbreiten kann, produzierte eine lokale Band extra für unsere Zwecke einen Rap-song, der alle Qualitäten der Pflanze aufzählt und häufig im Radio gesendet wurde und immer noch gesendet wird.

→ *siehe Moringasong*

### Schullektüren

Über das Arbeiten mit kleinen Schullektüren soll den Schülern der Wert der Heilpflanzen, bzw. ihre Anwendung im Krankheitsfall nahegebracht werden.



In dem Büchlein „Cuidado com a febre“ wird anhand einer Geschichte dargestellt, wie man fieberhafte Erkrankungen in der Familie mit natürlichen Maßnahmen behandeln kann und wo deren Grenzen sind.

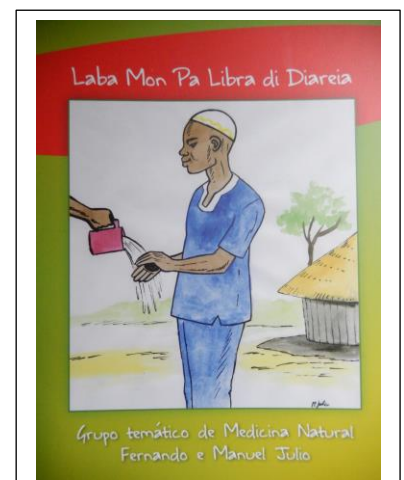
→ *siehe Bücher*

„Laba mon“, ist ein Comic, von 2 guiniensischen Künstlern gezeichnet und in der Umgangssprache Portugiesisch-Creol geschrieben, über den Wert des Händewaschens mit Wasser und Seife. Allein durch diese einfache Maßnahme des

Händewaschens nach der Toilette und vor dem Essen (es wird mit den Händen gegessen) lässt sich die Zahl der Kinder, die in ihren ersten 5 Lebensjahren an Durchfallserkrankungen sterben, halbieren, und die Zahl derer, die an Atemwegsinfekten sterben, um ein Viertel reduzieren (weltweit sterben jedes Jahr! 1,5 Mill. Kinder an Durchfallserkrankungen und 2 Mill. an Atemwegsinfekten).

Für interessierte Schulen hatten wir 20 000, davon 5000 Exemplare mit Farbstiften und Spitzern finanziert, mit dem zugrundeliegenden Gedanken, dass die Kinder durch das zusätzliche Ausmalen den Unterrichtsstoff noch besser verinnerlichen würden.

→ *siehe Bücher*



Und dann kam die Ebola-Epidemie in den Nachbarländern!

Die ersten Erkrankungsfälle waren im Dezember 2013 im Nachbarland Guinea aufgetreten. Als wir im Mai 2014 in Westafrika waren, liefen zwar noch Videos zur

Vermeidung der Krankheit an den Flughäfen, aber das Schlimmste schien überwunden. Und dann explodierte die Krankheit förmlich im darauffolgenden Sommer.

***Nach offiziellen Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wurden im Verlauf dieser Epidemie rund 28.000 Erkrankungs- und mehr als 11.000 Todesfälle identifiziert, wobei diese Fallzahlen, auf Meldungen der Gesundheitsbehörden der betroffenen Länder (vor allem Guinea, Liberia, Sierra Leone) beruhen, die aufgrund unzureichender statistischer Erfassung nicht gesichert sind, so dass die WHO von einer deutlich höheren Dunkelziffer ausgeht.***



In Guinea-Bissau gab es keine an Ebola Erkrankten, aber die Menschen waren voller Angst, die Krankheit auch zu bekommen, da die Grenzen zu den Nachbarländern, darunter auch zu Guinea offen waren, und die Menschen es gewohnt sind, über die grüne Grenze von einem Land in das andere zu reisen. So ähnlich wie auch jetzt zu Zeiten der Coronapandemie wurden damals Hygienemaßnahmen ergriffen, wie z.B. für jede Familie der Bau des Tippy-Tap Handwaschgestell, und Abstandsregeln propagiert.

→ *siehe PP construção dum Tippy-Tap*

So schlimm es war, aber unser Büchlein hatte plötzlich eine noch größere Wertigkeit erlangt und der Gesundheitsunterricht in vielen Grundschulen wurde damit unterstützt.

Eine Gruppe junger Musiker produzierte einen eingängigen „Ohrwurm“ über den Wert des Händewaschens für uns.

→ *siehe Laba mon Song*

➤ **Verbreitung des Wissens für die Bevölkerung über Radiosendungen**

Die Mednat-Gruppe hat eine Reihe von Radiosendungen über den Wert der Pflanzenheilkunde und die Anwendbarkeit einzelner Heilpflanzen aufgenommen. Die Aufnahmen werden wöchentlich von dem Radiosender „Radio sol mansi“ (in Deutsch: Morgendämmerung), einem Sender, der eine landesweite Reichweite hat, übertragen. Die Zuhörer sind begeistert, vor allem von den vielen praktischen Tipps, die sie zu Hause umsetzen können. Nach jeder Sendung rufen viele an, um einen medizinischen Rat für ihr Problem zu bekommen, oder um nochmals nachzufragen, weil sie die gehörte Information in der Schnelle nicht speichern konnten.



➤ **Weitergabe des Wissens an andere interessierte Gruppen**

Die Mednat Gruppe gibt anderen interessierten Gruppen auf Anfrage ein- bis mehrtägige Seminare, z.B. Seminarleitern anderer Gruppen, die das neu erworbene Wissen als Multiplikatoren an die Basis weitergeben wollen, Schülern von Krankenpflegeschulen, usw. Es ist eine Gruppe, die ihr Wissen gerne teilt und weitergeben will.