

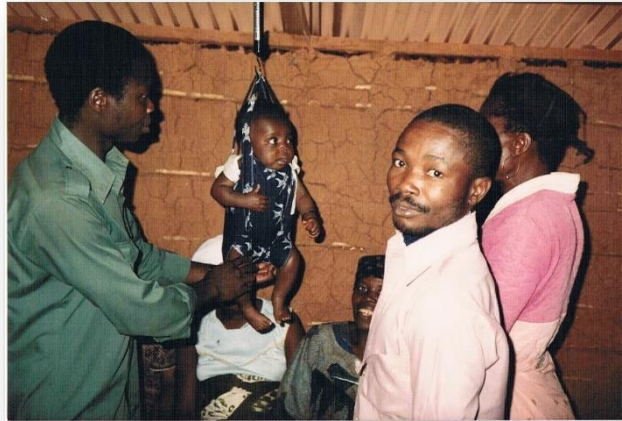
### 23. Preventie, een moeilijk begrip

Als eind 1984 de opleiding voor blotevoetendokters en vroedvrouwen is afgerond, is het tijd om hen in te werken in hun nieuwe taak. De dorpsapotheek is voor dorpelingen het meest concrete onderdeel van het project, maar vanaf nu ligt de nadruk vooral op preventie van ziekte. Een fenomeen, waarvan de meeste dorpelingen nog maar weinig notie heeft: als je ziek bent, neem je een medicijn, meer kun je niet doen. Het voorkómen van ziekte vergt een heel andere benadering. Daarvoor is kennis en vooral hun eigen inzet nodig.

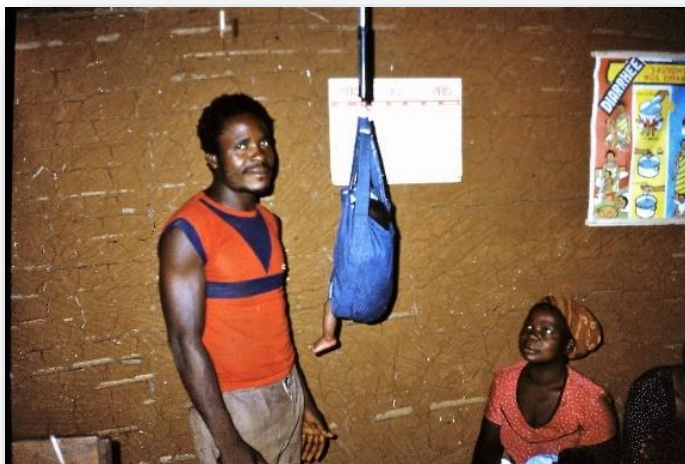
Eén van hun preventieve taken, is het zelfstandig uitvoeren van het consultatiebureau (CB) voor baby's en kleuters, in de zelf gebouwde case de santé in hun dorp. De eerste stap is het tijdig op de hoogte brengen van alle moeders (vaders zie je zelden bij die sessies), wanneer er weer een CB is.

Tijdens deze maandelijkse bijeenkomst, worden alle baby's en kleuters gewogen. Als een kindje niet goed groeit of als er andere gezondheidsproblemen zijn, krijgt de moeder adviezen over voeding en verzorging van hun kind. Alle gegevens worden keurig genoteerd in het carnet, een klein schriftje voor elk kind, dat aan de moeder wordt meegegeven. Dat gaat niet altijd goed, want bij gebrek aan vloeipapier voor het draaien van een shagje van de zelf gekweekte tabak, scheurt papa nog weleens een bladzijde met gegevens uit het carnet van zoon- of dochterlief.

Voor ieder dorp naai ik een kleurrijke, katoenen zak, die aan een weeghaak (een onderdeel van de dorpsapotheek) aan een dakspant kan worden opgehangen. Voor de grotere kinderen maak ik een eenvoudig maar handig meetlint van plastic (instructie verkregen van de Wereldgezondheidsorganisatie), dat om het bovenarmpje van de kleuter wordt gelegd. Via kleurvakjes op het lint kan worden afgelezen of het kind goed gevoed, of juist (dreigend) ondervoed is, want de omvang van het armpje is daarvoor een goede graadmeter. Als dat laatste het geval is, krijgt de moeder adviezen over verbetering van de voeding. Omdat alle moeders meekijken en luisteren, en niet zoals in NL het consult achter gesloten deuren wordt gegeven, krijgen alle moeders steeds opnieuw de adviezen over goede voeding voor kinderen te horen.



*Best eng, hangen in zo'n weegzak!*



*Trotse agent de santé, moeder kijkt gespannen toe*

We zien in veel dorpen zowel goed gevoede, als ondervoede kinderen. Naast te weinig eiwitrijk voedsel (bv. alleen maniok, dat weinig goede voedingsstoffen bevat) in combinatie met wat inlandse spinazie, zijn ingewandswormen een belangrijke oorzaak van ondervoeding. Doordat de dorpsbevolking hun behoeften vaak achter de bosjes doen, verspreiden de wormeitjes zich tijdens de overvloedige regenbuien over de aarde door het dorp. Kinderen krijgen deze aarde aan hun handjes, rapen fruit van de besmette grond



en krijgen zo de eitjes binnen. Ook is er vaak geen schoon drinkwater. Deze eitjes groeien in de darmen uit tot volwassen wormen, die niet alleen het bekende gezwollen buikje veroorzaken, maar die ook de voor het kind noodzakelijke voedingsstoffen 'mee eten'. Het is een vicieuze cirkel.

Als een baby diarree heeft, hetgeen vaak voorkomt, met gevaar voor uitdroging, adviseert de agent ORS (Oral Rehydration Salts) te geven. Niet als kant-en-klare zakjes zoals we die in NL kennen, want dat is nergens te krijgen noch te betalen, maar met plaatselijk aanwezige middelen. Want bier is in alle uithoeken van Kameroen te vinden. Zo'n bierfles van 0,7 liter wordt gevuld met gekookt water, waarin twee kroonkurken gevuld met zout en zeven suikerklontjes worden opgelost (als ik de dosering goed heb onthouden...). Maar het geven van ORS of het uitdelen van antiwormmiddelen, is het paard

*De zes meter is bereikt...*

achter de wagen spannen, als de verspreiding van wormeitjes niet wordt tegen gegaan.

Uit de brief van 4 juni 1985:

*'Van het geld dat ik hier en daar gekregen heb tijdens mijn verlof in Nederland, heb ik inmiddels wat spulletjes gekocht voor de gezondheidscentra zoals affiches, met de behandeling met ORS tegen diarree daarop vermeld. Centimeters en schriften voor de vroedvrouwen, om daarmee de zwangerschapscontroles uit te voeren. Verder wil ik hen een soort 'verlosdoos' geven, als mijn experiment*



*Dan nu de volgende fase: de betonnen plaat voorbereiden...*



*Nu de cementlaag in de bekisting aanbrengen...*

*daarmee goed verloopt, waarin een schaar, scheermesjes (voor het doorsnijden van de navelstreng), handschoenen, gaasjes, alcohol etc. zodat de bevallingen wat hygiënischer kunnen verlopen. Verder is er geld bestemd voor het zogenaamde 'plee-programma'. Zo ga ik op het moment de dorpen in met een eenvoudig meettuig, om de diepte te meten van de gaten die daarvoor moeten worden gegraven: de latrines. Zodra deze zes meter diep is, geef ik een zak cement en betonijzer cadeau om er een betonplaat op te maken met een gat erin. Zo'n betonplaat is heel wat hygiënischer dan houten*

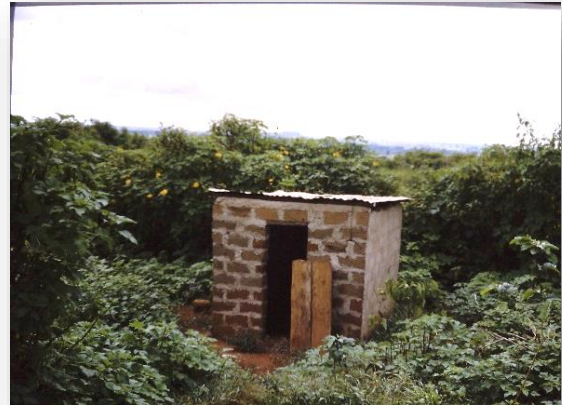


...en als afwerking een laagje puur cement, ter egalisatie

ambassade voor aan willen vragen, maar een collega was mij net voor, en na hem werden er voor dergelijke projecten helaas geen gelden meer beschikbaar gesteld. Zo moet ik helaas heel wat dorpelingen teleurstellen'.

En dat allemaal in de strijd tegen de wormen, diarree en daarmee een belangrijke oorzaak van ondervoeding bij vooral kinderen.

stammetjes, die voorheen wel werden gebruikt bij de schaars aanwezige latrines. Dat gratis materiaal blijkt een grote stimulans te zijn om te gaan graven, hetgeen een enorm werk is. Volgens deskundigen is een diepte van zes meter voldoende om nooit 'vol' te raken: de natuur, in de vorm van bacteriën die de ontlasting omzetten, doet in de diepte zijn werk. Ik had er een subsidie bij de Nederlandse



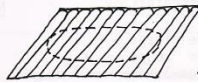
Het eindresultaat mag er wezen!

## PLAN D'UNE LATRINE - W.C.

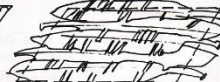
Avec 1 sac de ciment, 1 barre fer à béton, 4 lattes de 4 x 8 x 150 cm.



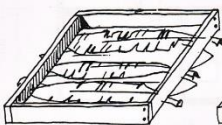
Creusez un trou de 80 cm de diamètre et de 6 m de profondeur. Plus un trou de 90 x 90 et de 5 cm de profondeur.



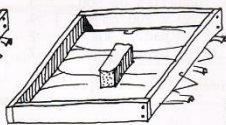
Placez les bambous de raphia.



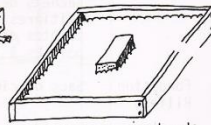
Posez les feuilles de bananier au-dessus.



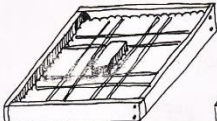
Faites un coffrage ! des lattes de 4 x 8 x 150 cm.



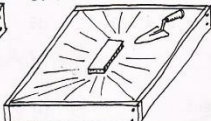
Posez une brique de terre au milieu de coffrage. Tournez le béton avec 1 sac de ciment, 2 brou. de gravier et 3 brou. de sable.



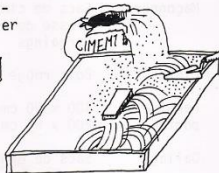
Versez une couche de béton de 2 cm d'épaisseur.



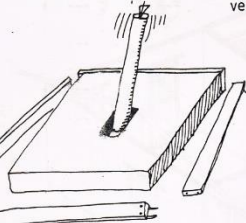
Posez 8 barres fer à béton de 6 mm.



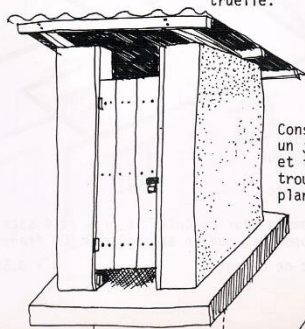
Versez le restant du béton avec une pente vers le milieu.



Saupoudrez le tout avec du ciment pur et lissez avec la truelle.



Arrosez la surface pendant 1 semaine et enlevez les lattes et la brique. Nettoyez de temps en temps avec du crésil ou du pétrole.



Construisez un joli abri et fermez le trou avec une planche.

Ria Verbeek  
©Terug naar Batouri  
September 2020

Constructietekening van Jan, de bouwkundige