



Fundację SASA założyła grupa studentów medycyny Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, pragnących poprawić dostęp do podstawowej opieki medycznej dla pacjentów na całym świecie. Nazwa Fundacji "sasa" wywodzi się z języka suahili, co oznacza „teraz”. Pragniemy w ten sposób podkreślić, że nasi wolontariusze nie chcą czekać na ukończenie studiów medycznych i otrzymanie dyplomu aby nieść pomoc potrzebującym, ale pragną zacząć działać już teraz!

TanSASAnia jest jednym z projektów Fundacji, którego myślą przewodnią jest pomoc w Szpitalu Św. Józefa w Moshi, w Tanzanii. Dzięki niemu wielu wolontariuszy ma możliwość wyjazdu do Afryki, gdzie mogą zdobywać nowe doświadczenia oraz pomóc lokalnemu personelowi. Dodatkowym, niezwykle ważnym filarem projektu jest również wysyłka kontenera wypełnionego sprzętem medycznym do szpitala Św. Józefa oraz dostarczenie na miejsce drobniejszego sprzętu w bagażach wolontariuszy. W tym roku aż 8 studentów Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego: Agata, Aleksandra, Filip, Grzegorz, Marta, Martyna oraz dwie Zuzanny postanowiło dołączyć do tej inicjatywy. Połączyli siły i wspólnie w trakcie roku akademickiego ciężko przygotowywali się do tego przedsięwzięcia.



Bardzo ważną częścią projektu były warsztaty naukowo-kulturowe, łącznie pięć spotkań. Prowadzone one były przez lekarzy specjalistów danych dziedzin z Klinik naszego Uniwersytetu oraz wolontariuszki Fundacji, które miały już okazję wyjechać do Afryki. Podczas warsztatów pediatrycznych omówione zostały kwestie niedożywienia dzieci, diagnostyki zakażenia HIV, chorób wskaźnikowych AIDS oraz prowadzenia antybiotykoterapii przy ograniczonym dostępie do leków. Warsztaty z położnictwa prowadzone przez doświadczoną położną pozwoliły studentom przećwiczyć przy pomocy fantomów odbieranie zarówno porodu fizjologicznego, jak i wymagającego zastosowania manewrów ręcznych. Warsztaty z szycia chirurgicznego polegały na praktycznej nauce zakładania szwów. Warsztaty z chorób zakaźnych przybliżyły wolontariuszom symptomatologię i diagnostykę m.in. takich chorób jak malaria, dur brzuszny, cholera. Poruszone zostały również

kwestie szczepień przed wyjazdem do krajów tropikalnych. Podczas warsztatów kulturowych wolontariusze mieli okazję posłuchać o zwyczajach, tradycjach i obyczajowości panującej w Tanzanii. Znacznie ułatwiły one nawiązywanie współpracy z lekarzami oraz kontakt z pacjentami Szpitala Św. Józefa.

Niezwykle cennymi, motywującymi przed wyjazdem wydarzeniami były spotkania z władzami Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego – Panem Rektorem Mirosławem Wielgosiem, Panią Rektor Barbarą Górnicką i Panią Dziekan Agnieszką Cudnoch-Jędrzejewską. Co więcej promocja Fundacji SASA w trakcie trwania 14th Warsaw International Medical Congress okazała się dużym sukcesem.

Studenci uczestniczący w projekcie TanSASAnia wraz z Fundacją zorganizowali również zbiórkę internetową, dzięki której zgromadzili fundusze na zakup podstawowego sprzętu medycznego dla noworodków w Szpitalu w Moshi oraz realizowanie szczepień ochronnych.

Po prawie roku przygotowań, z walizkami wypełnionymi podstawowym sprzętem medycznym przeznaczonym dla lokalnej społeczności wolontariusze dotarli bezpiecznie do Moshi i zaczęli zaznajamiać się z miejscem, w którym spędzili kolejny miesiąc.

Szpital Św. Józefa został założony przez siostry zakonne, które na co dzień można spotkać przy pracy na oddziałach. Warto podkreślić fakt, że służba zdrowia w Tanzanii jest płatna. Szpital wychodzi naprzeciw biedniejszym mieszkańcom, umożliwiając im bezpłatny dostęp do podstawowej opieki medycznej. Składa się on z dwóch części. Frontowa, na którą składa się przychodnia, laboratorium, mała sala obserwacyjna i dwa pokoje radiologiczne. Łącznikiem jest część chirurgiczna – sala operacyjna oraz pokoje przygotowawcze dla personelu. I w końcu zwieńczenie, czyli czteropiętrowy budynek z czterema oddziałami: położniczym, żeńskim, męskim i pediatrycznym.



Dzięki wsparciu Fundacji SASA i zaangażowaniu wolontariuszy, Szpital otrzymuje dużą ilość sprzętu medycznego umożliwiającego niesienie pomocy najuboższym.

Sprzęt, który udało się zmieścić w bagażach wolontariuszy, nie tylko miał podnieść standardy tamtejszej opieki medycznej, ale miał także posłużyć pacjentom, których zwyczajnie nie stać na pokrycie kosztów leczenia. Przekazanie sprzętu było zatem wyjątkową chwilą. Na ręce jednej z sióstr zakonnych, dyrektor Szpitala dr. Urbani Lyiomo, Fundacja przekazała stetoskopy, laryngoskop dziecięcy, maski i wąsy tlenowe, pulsoksymetry, plastry, płyny do dezynfekcji, rękawiczki, maski i czepki chirurgiczne, odzież medyczną, bandaże, opatrunki.

Na pierwszym piętrze budynku Szpitala znajduje się Oddział męski, który przystosowany jest tak, aby pomieścić około 40 pacjentów. Podzielony jest na trzy części – zachowawczą, chirurgiczno-urazową oraz intensywną opiekę medyczną. Pierwsze dwie stanowią większość oddziałowej przestrzeni, natomiast trzecia część składa się jedynie z dwóch łóżek oddzielonych parawanem. Głównymi schorzeniami, z którymi można się spotkać na oddziale są infekcje układu oddechowego, cukrzyca, AIDS oraz wszelkie urazy, nabyte zazwyczaj w wypadkach komunikacyjnych. Niesprawne

pojazdy i nieprzestrzeganie zasad ruchu drogowego stanowi bardzo duże niebezpieczeństwo dla mieszkańców Moshi. Opiekując się pacjentami bardzo szybko można zauważyć deficyty w podstawowym wyposażeniu. Widoczny jest brak ciśnieniomierzy, pulsoksymetrów, płynów infuzyjnych a nawet rękawiczek. Bardzo pozytywnym aspektem hospitalizacji obserwowanym w Szpitalu Św. Józefa jest praktycznie ciągła obecność rodziny chorego, której pomoc w opiece jest nieoceniona. Dzięki otrzymanemu wsparciu pacjenci zachowują pogodę ducha i stoicki wręcz spokój.



Wśród tanzańskiego społeczeństwa nadal dużym problemem są braki w podstawowej edukacji z zakresu higieny jamy ustnej. Młodzi pacjenci już podczas pierwszych lat życia borykają się z próchnicą, która poza wywoływaniem stanu zapalnego jamy ustnej, prowadzi również do ogólnoustrojowych patologii. Z tego powodu studenci zdecydowali się na przeprowadzenie akcji edukacyjnej w zakresie utrzymywania właściwej higieny jamy ustnej na Oddziale pediatrycznym Szpitala w Moshi. Inicjatywa mogła zostać zrealizowana dzięki sponsorom, którzy ofiarowali pasty do zębów przeznaczone dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym. Do akcji wolontariusze zaprosili także rodziców najmłodszych pacjentów oraz pielęgniarkę z Oddziału pediatrycznego, która przetłumaczyła rodzicom i ich dzieciom treść lekcji na język suahili. W akcji wzięło udział około 20 pacjentów. Każdy z nich dostał swoją pastę do zębów wraz ze szczoteczką. Akcja została podzielona na dwie części: teoretyczną i praktyczną. Pacjenci zostali podzieleni na 5-osobowe grupy tak, aby u każdego z nich wypracować odpowiednią technikę szczotkowania. W tej pierwszej, dwójka naszych wolontariuszy opowiadała o groźnych skutkach złej higieny jamy ustnej oraz zaletach jakie niesie za sobą codzienne mycie zębów. Pacjenci jak i ich rodzice z wielkim zainteresowaniem wysłuchali treść prelekcji. W trakcie części praktycznej wolontariusze razem z dziećmi przystąpili do mycia zębów. Podczas szczotkowania pokazywali oni dokładnie w jaki sposób i w jakim czasie powinna być szczotkowana każda z części jamy ustnej. Dzieci szybko nauczyły się techniki szczotkowania, traktując to po części jako zabawę, dzięki czemu bardzo szybko przyswoili tę naukę. Wolontariusze mają nadzieję, że dzięki tej akcji wzrośnie świadomość na temat niekwestionowanej roli codziennego mycia zębów oraz pomoże ona w kształtowaniu się prawidłowych nawyków wśród pacjentów szpitala w Moshi.





W Szpitalu funkcjonuje również oddział ginekologiczno-położniczy. Oddział zajmuje się głównie opieką nad kobietami ciężarnymi, rodzącymi oraz w okresie połogu. Zadaniem wolontariuszy było uczestniczenie w kontrolowaniu przebiegu ciąży. Brali udział w rutynowej kontroli pacjentek – w tym w mierzeniu ciśnienia tętniczego, analizowaniu wyników badania krwi oraz wpisywania danych w kartę pacjenta. Uczyli się również badania fizykalnego kobiety ciężarnej. W ramach oddziału wydzielona jest sala porodowa z trzema łózkami. Studenci mieli możliwość badania pacjentki rodzącej, asystowania położnikowi w trakcie odbierania porodu oraz obserwowania procedury nacinania krocza i jego zszywania, brali udział w badaniu noworodka. Część grupy obserwowała również procedurę ręcznego wydobycia łożyska, a następnie łożeczkowania. Ważną częścią pracy oddziału była kwalifikacja pacjentek do zabiegu cięcia cesarskiego. Wolontariusze transportowali pacjentki na blok operacyjny, gdzie obserwowali wykonanie znieczulenia oraz samą operację. Koło oddziału ginekologiczno-położniczego funkcjonuje ambulatorium, którego rolą jest szczepienie dzieci. Tam przyszli medycy podawali szczepionki oraz uczyli się schematów szczepień, które jak się okazało nie różnią się wiele od tych używanych w Polsce.



Wolontariusze pracowali również na Oddziale żeńskim, który wzorem innych oddziałów szpitala dzielił się na część zachowawczą, chirurgiczną oraz przedsiónek pełniący trojako funkcję: dyżurki pielęgniarek, miejsca wstępnego badania pacjentki przy przyjęciu oraz sali intensywnego nadzoru nad chorym wymagającym tlenoterapii. W części zachowawczej składającej się z kilkunastu łóżek przebywały głównie pacjentki cierpiące na infekcje dróg oddechowych i układu moczowego, zakażenie HIV, zmiany pogruźlicze czy podejrzenie sepsy. Spory odsetek stanowiły osoby z chorobami cywilizacyjnymi coraz częściej występującymi w Tanzanii, szczególnie cukrzycą i nadciśnieniem tętniczym. Zajmowano się tam także wstępną diagnostyką nowotworów przed skierowaniem do szpitala referencyjnego, który znajduje się w stolicy Tanzanii - Dar es Salaam. Dla większości chorych jest to niestety zbyt daleka i kosztowna podróż. W tej części leczono również

urazy oraz częste powikłania pooperacyjne. W części chirurgicznej przebywały kobiety oczekujące na operację i będące w okresie pooperacyjnym, a czasami też cierpiące na choroby szczególnie zakaźne, wymagające izolacji. Studenci Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego uczestniczyli w codziennych obchodach, dyskutując z lekarzami na temat stanu i planu leczenia każdej pacjentki, sporządzając notatki w historii choroby, przeprowadzając badanie przedmiotowe i wywiad, zwykle z pomocą osoby biegle znającej suahili. To właśnie rozmowa z chorymi była kluczowym elementem obchodu, który z tego względu mógł trwać nawet kilka godzin. Wolontariusze pomagali w podawaniu leków i uczestniczyli w zlecaniu badań dodatkowych: głównie USG, RTG, podstawowej morfologii krwi i badania na obecność wirusa HIV. Malaria w Regionie Kilimandżaro występuje rzadko, jednak nadal może stanowić istotne zagrożenie, dlatego nad każdym łóżkiem szpitalnym wisiała moskitiera, a także rutynowo przeprowadzano szybkie testy na obecność zarodźców we krwi. Na główne problemy składały się ograniczenia finansowe pacjentek, brak dostępu do laboratorium mikrobiologicznego, częste występowanie szczepów lekoopornych bakterii z powodu nadmiernego stosowania antybiotyków, a także niski poziom higieny.



W Szpitalu św. Józefa pacjenci wymagający zabiegu chirurgicznego musieli zostać przetransportowani do osobnego budynku, w którym mieściły się dwie bliźniacze sale operacyjne. Na jednej z sal operacyjnych odbywały się głównie cesarskie cięcia i zabiegi ginekologiczne. Na drugiej sali przeprowadzane są zabiegi z zakresu chirurgii ogólnej, obrzezania, a także operacje ortopedyczne, które były bardziej inwazyjne niż w Polsce z uwagi na brak dostępu do obrazowania radiologicznego w czasie rzeczywistym. Pomimo iż były one bardzo skromnie wyposażone to zawierały najpotrzebniejszy sprzęt do przeprowadzenia zabiegów operacyjnych. Wolontariusze Fundacji SASA pomagali w transporcie pacjentów na blok operacyjny oraz w przygotowaniu ich do zabiegów. Mieli również możliwość uczestniczenia w wielu procedurach. Czasami musieli mierzyć się z nieoczekiwanymi przeciwnościami, takimi jak niewystarczająca liczba chirurgów czy przerwy w dostawie prądu, podczas których posiłkować się trzeba było czasem tylko latarką w telefonie. Doświadczanie takich codziennych trudności pozwoliło wolontariuszom jeszcze



wnikliwiej poznać i przeanalizować najpilniejsze potrzeby szpitala, co niewątpliwie można uznać za kluczowe w kontekście adekwatności niesionej pomocy.

Tuż obok sali operacyjnej prężnie działa Izba Przyjęć, na którą codziennie zgłasza się wielu pacjentów zaniepokojonych stanem swojego zdrowia. Pierwszym etapem dla pacjentów na izbie jest tak zwana "segregacja", wykonywana przez pielęgniarkę. Na podstawie wywiadu i powierzchownej oceny stanu zdrowia pacjenta pielęgniarka podejmuje decyzję albo o przyjęciu do szpitala albo wypuszczeniu pacjenta do domu po udzieleniu doraźnej pomocy. Pacjenci, którzy zostają przyjęci, trafiają na początku do "observation room", gdzie przez całą dobę dyżurują lekarz i pielęgniarka, którzy po wykonaniu odpowiednich badań i uzyskaniu wstępnej diagnozy decydują o dalszym losie pacjenta. To tam również nasi wolontariusze mogli pomóc dyżurującemu lekarzowi wykonywać jego codzienną pracę, zdobywając przy tym nowe umiejętności. Na Izbę Przyjęć w Moshi trafiają pacjenci w każdym wieku, z przeróżnymi dolegliwościami.



Diagnozowanie cięższych przypadków jest bardzo utrudnione z uwagi na ograniczony dostęp nawet do podstawowego sprzętu medycznego, takiego jak pulsoksymetr czy działający ciśnieniomierz. Dla studentów z Warszawy, przyzwyczajonych do oceny pacjentów za pomocą zaawansowanego sprzętu medycznego, było to nie lada wyzwanie! Każdego dnia nasi wolontariusze spotykali się z przeróżnymi problemami pacjentów, które mogli samodzielnie diagnozować i zaopatrywać. Najczęstszymi dolegliwościami na Izbie Przyjęć były: bóle brzucha, które były najczęściej

spowodowane chorobą wrzodową żołądka i dwunastnicy, bóle w klatce piersiowej i trudności w oddychaniu, których powodem było zazwyczaj zapalenie płuc lub atak astmy, a także różnego typu złamania, będące najczęściej efektem wypadków na motocyklach o wdzięcznej nazwie "Boda Boda" - bardzo popularnych tanzańskich środkach transportu. Kilkoro wolontariuszy miało okazję w Moshi po raz pierwszy w życiu gipsować złamane kończyny.

Praca w "observation room", mimo tego, że bywała chaotyczna i nietypowa, dawała dużą satysfakcję wolontariuszom, którzy nie tylko mogli wykazać się wiedzą zdobytą na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym, ale także zdobyć nowe umiejętności i przekonać się jak istotne w procesie diagnozy są skrupulatne badanie podmiotowe i przedmiotowe.



Pobyt w Tanzanii nie składał się tylko z pracy w Szpitalu. Wolontariusze Fundacji SASA starali się również efektywnie wykorzystać czas wolny, aby lepiej poznać kulturę kraju, w którym przebywali. Po wykonaniu codziennych obowiązków mieli czas na eksplorowanie miasteczka i poznanie miejscowej ludności. Wolontariusze odwiedzili również dzieci w pobliskim sierocińcu, z którymi cały dzień się bawili. Dwie wolontariuszki, Marta i Zuzia pod koniec swojego pobytu w Tanzanii, odwiedziły w wiosce niedaleko Moshi rodzinę, która przygarnęła dziewięcioro dzieci z lokalnego sierocińca. Dziewczyny przywoziły dla każdego dziecka pastę do zębów, pluszowego bocianka, zeszyty, kredki i inne akcesoria szkolne. Dzieci nie mogły się doczekać, żeby sięgnąć po papier i puścić wodze fantazji.

Kolejnym sposobem na poznanie tanzańskiej kultury była degustacja lokalnej kuchni. W Moshi znajduje się wiele barów, gdzie można zjeść przepyszne szaszłyki, samosę, czyli trójkątny pierożek smażony na głębokim oleju oraz pilaw - ryż z mięsem i dużą ilością przypraw. Gdy przechodzi się po ulicach Moshi, szczególnie blisko targu, nietrudno zauważyć jaka panuje tam różnorodność. Awokado swoim rozmiarem przypomina mango, a kolory owoców baobabu sprawiają wrażenie, jakby układały się w kolory tęczy. Tanzania, to bardzo różnorodny przyrodniczo kraj. Krajobrazy z afrykańskiej dżungli, zmieniają się w mieniącą się słońcem sawannę. Wolontariusze prawie każdy wolny weekend, spędzali podróżując w pobliżu Moshi, zwiedzając Parki Narodowe i Rezerваты Przyrody. Niektóre obrazy zostaną z nimi do końca.







Dzięki Fundacji SASA studenci Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego mieli możliwość uczenia się przez pomaganie oraz praktycznego wykorzystania i pogłębiania swojej wiedzy zdobytej podczas studiów. Należy podkreślić również fakt, że dzięki nieocenionej pomocy Fundacji Rozwoju Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego wolontariusze otrzymali duże wsparcie finansowe, dzięki któremu mogli częściowo pokryć wydatki związane z tym dość kosztownym wyjazdem.

Serdecznie dziękujemy!

*Aleksandra Chudzyńska*

*Grzegorz Garus*

*Zuzanna Goetz*

*Marta Kiziak*

*Agata Mikulak*

*Filip Pisarek*

*Martyna Rożek*

*Zuzanna Znajdek*

- *wolontariusze Fundacji SASA, projekt TansaSASAnia 2018*



