

„Physiotherapeuten ohne Grenzen“

Eine slowenische Studentin gründet ein internationales Projekt zur Selbsthilfe

Lana Ritlop möchte in ihrem Leben Spuren hinterlassen. Viele Menschen möchten das, aber die 24-jährige Slowenin aus Murska Sobota hat viel dafür getan. „Mit den Eltern bin ich als Schülerin in den Ferien zum Beispiel nach Ägypten und Tunesien gereist. Dort habe ich sehr gruselige Erfahrungen gemacht,“ erzählt sie, „weil das, was wir in der Schule über antike Geschichte und Sehenswürdigkeiten wie die Pyramiden gelernt haben, mit dem katastrophalen Leben vieler Menschen dort überhaupt nicht zusammenpasst.“ So habe sie schon als Kind darüber nachgedacht, wie sie helfen könne: „Ich hatte keine Lust, mir in Hotels die Sonne auf den Rücken brennen zu lassen und dabei zuzusehen, in welcher elender Situation die Menschen leben mussten.“ Nach dem Abschluss der Mittelschule für Gesundheitswesen in Murska Sobota fasste sie dann den Entschluss, Physiotherapie zu studieren und zukünftig das Reisen mit der praktischen Hilfe für Menschen zu verbinden. „Wir müssen verstehen, dass Gesundheit in Entwicklungsländern eine sehr wichtige Rolle spielt. Vor allem eine gesunde Körperfunktion. Die meisten Dinge, wie in der Landwirtschaft, werden nicht von Maschinen, sondern immer noch von Hand erledigt. Und dabei spielt Physiotherapie eine sehr wichtige Rolle.“

In ihrem ersten Studiensemester an der privaten Universität Alma Mater Europaea in Maribor reiste sie 2018 über die slowenische Agentur „Travel as volunteer“ erstmals für vier Wochen nach Gambia, nur mit Basiswissen in Erster Hilfe und Physiotherapie. „Ich habe dort in einem Krankenhaus sofort gelernt, mit wie wenig ich schon viel helfen kann, über Improvisation, Empathie, einen respektvollen und ehrlichen Umgang miteinander. Es war von Beginn an ein Geben und Nehmen.“ Dies brachte die junge Studentin auf die Idee, ein Projekt zu starten, um für ihr Engagement eine Zukunftsperspektive aufzubauen. „Das ganze Jahr 2019 habe ich dann mit der Arbeit daran verbracht“, berichtet sie stolz, „und Gottseidank habe ich nicht aufgegeben.“ Vier Jahre nach dem Start ist das Projekt Teil der Organisation der Studentenvereinigung der Alma Mater Europaea. So konnte Ritlop Zeit und Geld für eine eigene Administration sparen. Ihrem Projekt gab sie den Namen: „Physiotherapeuten ohne Grenzen“.

2020 organisierte und leitete sie dann ein Projekt für fünf Studentinnen der Alma Mater in Gambia, in dem Krankenhaus, in dem sie 2018 ihre Arbeit angefangen hatte. 2021 waren schon zwei Gruppen im Einsatz, eine drei Wochen in Gambia, die andere drei Wochen in Ghana. In Afrika waren 14 Studentinnen dabei. Gleichzeitig arbeiteten aber auch schon gut 100 Studentinnen des Projekts in slowenischen Einrichtungen für Rehabilitation.

Eva Menhart gehört seit 2021 zum Team. Die 22-jährige Physiotherapie-Studentin ist begeistert von der Arbeit: „Es ist einfach toll zu erleben, dass ich mit meinem Einsatz sehr viel helfen kann und dabei selbst viel lerne. Zum Beispiel richtet man sich in Gambia und Ghana kaum nach der Zeit. Kaum jemand hat eine Uhr. Aber die Menschlichkeit steht im Vordergrund, der Respekt, gegenseitige Wertschätzung.“ Das erlebe sie auch in der knappen Freizeit, die hauptsächlich mit den Kolleginnen und Kollegen aus den Krankenhäusern verbracht werde.

Bei der Arbeit geht es zunächst um grundlegende Anleitungen zur Physiotherapie. Ritlop und Menhart sind dabei ein eingespieltes Team. „Wir fokussieren uns auf manuelle Physiotherapie, weil man dazu nur praktisches Wissen und physische Fähigkeiten und keine teuren Geräte braucht.“ Lana Ritlop konzentriert sich dazu zum Beispiel in ihrer Ausbildung und Praxis auf die neurologische Rehabilitation durch verschiedene Techniken, auch die alternative Technik „Cranio Sacral Therapie“, eine „Anregung des freien Durchflusses des Liquors vom Gehirn in den Rückenmarkskanal“, und Eva Menhart auf die „Stärkung von systemischen Strukturen des Körpers, zum Beispiel im Zusammenspiel von Skelett und Muskulatur“.

Über 300 Menschen in Gambia und über 100 in Ghana wurde bisher geholfen, nicht nur physiotherapeutisch. Lana Ritlop: „Viele Patienten kommen in die Krankenhäuser, weil sie gehört haben, dass da Europäer mit weißen Kitteln sind. Sie halten uns für Ärzte und erwarten Heilung.“ Menhart ergänzt: „Patienten müssen normalerweise für alle Behandlungen im Krankenhaus selbst zahlen, denn es gibt keine Krankenversicherung. Aber Lana hat es geschafft, dass unsere Hilfe den

Patienten kostenlos angeboten wird, weil wir über Lanas Projekt den Krankenhäusern als Ausgleich technische Geräte und finanzielle Mittel zur Verfügung stellen.“ Dafür Sponsoren zu finden, sei aber nicht leicht. „Wir sind für jeden Euro dankbar“ berichtet Ritlop, „aber 2021 haben wir uns riesig über 2500 Euro von der Generali-Versicherung gefreut. Das war die größte Einzelspende, die wir jemals bekommen haben.“

Mit insgesamt 4000 Euro wurden dann in Ghana ein Ultraschallgerät und zwei Doppler-Ultraschallgeräte zur Messung der Blutflussgeschwindigkeit, und Sauerstoffflaschen für die Beatmung gekauft. Außerdem wurden erforderliche Röntgenuntersuchungen vor Operationen finanziert. Ritlop: „Eine Mutter hatte ein Baby mit großen Atemproblemen. Wir haben dann für eine gründliche Untersuchung und richtige Behandlung bezahlt. Tage später kam die Mutter freudestrahlend zu uns, ihr Baby lacht und strampelte.“ Menhart ergänzt glücklich: „Dies hat uns umgerechnet etwa 50 Euro gekostet, dafür hätte man in Slowenien ein besseres T-Shirt kaufen können, hier hat es wahrscheinlich ein junges Leben gerettet.“ Für Ritlop gehören vor allem ihre Teilnahme an der Geburt von Zwillingen durch einen Kaiserschnitt und Kenntnis der noch immer praktizierten brutalen Beschneidung von Mädchen zu den bleibenden Erfahrungen ihrer Projekte in Afrika.

Ihre Erlebnisse motivieren Ritlop, Menhart und andere Studentinnen, immer weiterzumachen, trotz der ungewohnten, harten Arbeitsbedingungen, und der finanziellen Kosten. Das sind derzeit etwa 1800 je Person; davon können ungefähr 800 Euro später durch ein Stipendium der Republik Slowenien erstattet werden.

Wer bei den Projekten mitmachen möchte, muss zunächst an einer Präsentation teilnehmen. „Alle sollen verstehen, dass es nicht um Freizeit, sondern um einen Arbeitseinsatz geht, daran muss man ernsthaft interessiert sein“, erklärt auch Eva Menhart. Lana Ritlop entscheidet nach einer Bewerbung, wer an dem Projekt teilnimmt. 2022 waren im März bereits drei Studentinnen in Gambia, im August werden fünf nach Ghana und vier nach Indien reisen. Und zum ersten Mal gibt es auch ein Projekt in Palästina. Lana Ritlop wurde dazu vom slowenischen Institut „Voluntariat“ zu dem Projekt „Humus und Marmelade“ eingeladen. Es bietet ihr Möglichkeit, „Teil einer Gesellschaft zu sein, die unter Besatzung und Kriegskonflikten leidet. Auf diese Weise bekomme ich einen echten Einblick in das Leben von Menschen, die sich in allen Lebenslagen zurechtfinden müssen, einschließlich der Organisation medizinischer Hilfe. Und es ist unser erstes Projekt, dass durch die EU finanziert wird.“ Denn für ihre längerfristigen Ziele braucht die ehrgeizige junge Studentin selbst noch viel Unterstützung: „Wir möchten für unsere physiotherapeutische Arbeit eine Struktur entwickeln, die Vorbild für Initiativen auch in anderen Bereichen sein könnte, in denen Menschen dann geholfen wird, sich ohne große materielle Mittel selbst helfen zu können.“

Unterstützt wird Ritlop dabei mittlerweile „von einem Team mit Eva Menhart und den Professoren Sebastijan Kristovič und Ludvik Toplak von der Alma Mater Europaea, die beide immer ansprechbar sind und große Hilfe bei der Logistik, mit medizinischer Ausrüstung und beim Networking leisten.“ Toplak, der 80-jährige Gründer und Vize-Präsident der Universität, ist von dem Engagement seiner jungen Studentinnen begeistert: „Wir schätzen die Initiative von Lana Ritlop sehr und unterstützen ihr Engagement von Beginn an, die junge Generation für humanitäre Projekte, für die Hilfe für benachteiligte Menschen hier in Slowenien und weltweit zu begeistern.“

Lana Ritlop hat schon Spuren hinterlassen und bereitet weitere vor. Für sie ist „am Ende das Wichtigste, einander so viel Gutes wie möglich zu tun, zu wissen, wie man Danke und Entschuldigung sagt, und so viel Zeit wie möglich mit denen zu verbringen, die uns lieben, sich keine Gedanken über materielle Dinge zu machen und was andere über uns denken.“

Rebeka Murko, Jugendzentrum CID Ptuj;

Redaktionelle Betreuung: Gerald Hühner

Fotos: Gerald Hühner (2) und Damjana Hliš



Eva Menhart (l.) und Lana Ritlop (2.vl.) im Gespräch mit der Autorin Rebeka Murko (Mitte) und weiteren Schülerinnen in der Bibliothek der OŠ Videm pri Ptuj/Slowenien; Fotos: Gerald Hühner



Nach dem Gespräch vor dem Eingang zur Schule in Videm pri Ptuj:

Lana Ritlop (r.), Eva Menhart (2.v.r.), die Autorin Rebeka Murko (3.v.l.), die weiteren Projekt-Schülerinnen Sara Vidovič (1.v.l.) und Hana Jeromel (2.v.l.) und ausnahmsweise auch mal Projektleiter Gerald Hühner und seine Frau Monica Hühner (4. und 3.v.r.); Foto: Damjana Hliš