

✉ S. Monz, M. Witzel

Private Hilfsaktion „Projekt Yolanda“: NADA- und Körpertherapie-gestützte Trauma-Ambulanz auf den Philippinen

Am 7. November 2013 erreichte der Taifun „Haiyan/Yolanda“ mit minutenlangen Windböen von mehr als 200 Stundenkilometern die philippinischen Inseln Samar und Leyte. Es war einer der stärksten Stürme in der Geschichte der Wetteraufzeichnung. Bilder von Tod und Zerstörung gingen in den folgenden Tagen um die Welt.

Seit 2011 arbeiten mein Partner, Dipl. Psychologe und Psychotherapeut Matthias Witzel, und ich zusammen mit PECOJON, einer philippinischen NGO, die sich zum Ziel gesetzt hat, unabhängigen Journalisten und ihren Familien zu helfen. [1] Unsere Unterstützung geschieht in Gestalt einer Stress- und Trauma-Ambulanz, deren therapeutisches Angebot psychotherapeutische Traumatherapie, Körperarbeit, Akupunktur, Homöopathie und Phytotherapie umfasst. Als unabhängige Journalisten kommen unsere Patienten aus allen Altersgruppen und sozialen Klassen der philippinischen Gesellschaft, und sie verkörpern eine Population, die durch die herrschenden politischen Verhältnisse großen Repressionen ausgesetzt ist. Aus europäischer Sicht kann man diese Verhältnisse am ehesten mit unseren Vorstellungen von Ländern wie Mexiko und anderen mittel- und südamerikanischen Ländern vergleichen: Oligarchen an der Macht, zahlreiche Bürgerkriege, die von der Weltgemeinschaft im Großen und Ganzen ignoriert werden, und regelmäßige Morde an unabhängigen Journalisten, die in einer Kultur der Straflosigkeit geschehen. In einer von der britischen Zeitung „The Guardian“ im Januar 2014 veröffentlichten Statistik rangieren die Philippinen an weltweit zweiter Stelle der gefährlichsten Orte für Journalisten – nur im Irak fielen 2013 noch mehr Journalisten politisch motivierter Gewalt zum Opfer.

Journalisten gegenüber hochtraumatisierenden Ereignissen besonders exponiert

Auf den Philippinen sind unabhängige Journalisten jedoch nicht nur direkter Gewalt und Einschüchterung vonseiten der

Machthaber ausgesetzt, sondern werden auch immer wieder im Rahmen ihrer Berichterstattung aus nächster Nähe mit hochtraumatisierenden Situationen konfrontiert – seien es bewaffnete Konflikte zwischen Militärs und Rebellengruppen, terroristische Bombenattacken oder Natur- und andere Katastrophen mit meistens unzähligen Todesopfern.

Oft sind die Berichterstatter in einem Land, in dem es keinen flächendeckend organisierten Rettungsdienst gibt, auch als Ersthelfer tätig. Darüber hinaus sind sie bei den meisten Katastrophen, über die sie berichten, nicht zuletzt selbst direkt oder indirekt Betroffene und mit dem Verlust von Verwandten, Freunden oder der Bedrohung der eigenen Existenz konfrontiert.

Kurzfristige Organisation mithilfe privater Spenden

Als wir am 12. November eine dringliche Anfrage von den Philippinen erhielten, unsere Trauma-Ambulanz für die Überlebenden des Taifuns in der nahezu dem Erdboden gleichgemachten Stadt Tacloban zur Verfügung zu stellen, war es für uns selbstverständlich, dieser Bitte nachzukommen. Da die gesamte Organisation äußerst kurzfristig auf die Beine gestellt werden musste, erfolgte die Finanzierung der Flüge privat; Logistik und Zubehör konnten mithilfe zahlreicher Spenden aus dem Kreis von Freunden, Kollegen und Familie bestritten werden.

In den folgenden Wochen waren wir, um unser Therapieangebot möglichst genau auf die Bedürfnisse der dortigen Patienten zuschneiden zu können, in ständigem Kontakt mit Helfern vor Ort, die uns detailliert über die Lage unterrichteten. Anders als bei Einsätzen in der Vergangenheit konnten wir daher nicht nur komplementärmedizinische, sondern auch schul- und notfallmedizinische Ausrüstung für die Behandlung der Taifunopfer erwerben.



Abb. 1: Die Autoren vor dem Banner der Journalisten-Selbsthilfeorganisation PECOJON



Abb. 2: Hoffnung: Regenbogen über der zerstörten Stadt Tacloban



Abb. 3: NADA-Akupunktur in der Ambulanz



Abb. 4: Gruppenfoto mit den Patienten vom 1. Weihnachtsfeiertag 2013

Fünf Trauma-Ambulanztage für Betroffene und ihre Familien sowie für berichtserstattende Journalisten und Ersthelfer in Tacloban und Cebu

Am 20. Dezember brachen wir von Frankfurt auf und erreichten am Morgen des Heiligabend die Stadt Tacloban. Zwischen Heiligabend und Silvester 2013 führten wir fünf Trauma-Ambulanzen mit täglich sechs bis acht Stunden Einzel- und Gruppenbehandlungen für insgesamt ca. 200 Personen durch; vier Termine davon in Tacloban für Betroffene und ihre Familien sowie einen Termin in Cebu für dortige Journalisten und Ersthelfer, die in den Tagen nach der Katastrophe in Tacloban vor Ort waren.

Die am häufigsten geschilderten Beschwerden waren Muskel-, Nacken- und Rückenschmerzen, Schlafstörungen, chronische Kopfschmerzen, schwere Depressionen, Angst- und Panikattacken, Flashbacks und/oder Alpträume von den erlebten Geschehnissen, Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, psychische Dissoziation mit Unfähigkeit, die eigenen Gefühle wahrzunehmen, Gelenkschmerzen, Atemprobleme, Zwangsstörungen, Magen- und Verdauungsbeschwerden. Unsere diesjährigen Patienten zeigten ein größeres Ausmaß und qualitativ viel stärker ausgeprägte Symptome als diejenigen in den Jahren zuvor (2011 und 2012).

2011 bis 2013: zwei Jahre voller Katastrophen und traumatisierender Ereignisse

Im Zeitraum von Ende 2011 bis Ende 2013 waren alle unsere diesjährigen Patienten privat wie auch im Rahmen ihrer freiberuflichen Tätigkeit von drei oder mehr der folgenden Katastrophen betroffen: von Taifun Sendong/Washi (2011) mit nachfolgend katastrophalen Springfluten und Erdbeben, die auf Mindanao ganze Stadtteile unter sich begruben; Taifun Pablo (2012); der Kollision zweier großer Fähren im Hafen von Cebu mit Hunderten Todesopfern (August 2013); dem Rebellenangriff auf die Stadt Zamboanga (noch immer leben dort Hunderte Flüchtlinge in Zelten, deren Häuser von den Rebellen mit Feuer und Bomben zerstört wurden – einige unserer Patienten überlebten nur mit Glück einen Granatenangriff auf ein Team vom Roten Kreuz); dem schweren Erdbeben auf der Insel Bohol mit einer Stärke von 7.9 (Oktober 2013), sowie dem Super-Taifun Yolanda/Haiyan.

Journalisten als Helfer und Opfer gleichermaßen: bedrückende Einzelschicksale

Speziell nach diesem Taifun reisten viele Journalisten in die betroffenen Gebiete, um dort zu helfen und unabhängig über die

Situation vor Ort zu berichten, da man eine groß angelegte Vertuschungsaktion durch die Regierung befürchtete, was dann auch tatsächlich eintrat: In den ersten Tagen nach der Katastrophe wurde deren Ausmaß durch die offiziellen philippinischen Kanäle systematisch verharmlost, was zu einem schwerwiegenden Zeitverlust beim Anlaufen der internationalen Hilfe führte und nochmals unzählige Opfer forderte, die nicht rechtzeitig aus den Trümmerfeldern geborgen werden konnten. In Tacloban lebende Journalisten hingegen wurden direkt Opfer der flächendeckenden Verwüstung; sie verloren alles – von Wohnungen, Arbeitsstellen und Ausrüstung bis hin zu Freunden und Familienangehörigen. Ein Patient war der einzige Überlebende aus den Reihen des regionalen Fernsehsenders, für den er arbeitete; ein anderer hatte zwei Kinder beerdigen müssen, während seine Ehefrau und ein weiteres Kind noch als vermisst galten.

NADA-gestütztes Therapiekonzept: positive Rückmeldungen

In der Stress- und Trauma-Ambulanz erhielten alle Patienten eine Behandlung mit psychotherapeutischen Traumainterventionstechniken, integrativer Körperarbeit, NADA-Akupunktur sowie die homöopathische Rezeptur PC 305z nach Peter Chappell für die Behandlung der psychischen und physischen Folgeerscheinungen nach überlebten Naturkatastrophen. Dieses Medikament wurde auch den Helfern verabreicht und von uns selbst eingenommen, um die sehr belastenden Eindrücke des täglichen Lebens, oder besser Über-Lebens, in einer zerstörten Stadt besser verarbeiten zu können. In Tacloban meldeten sich zahlreiche Patienten voller Dankbarkeit in den Tagen nach ihrer Behandlung und berichteten über eine maßgebliche Besserung ihrer Beschwerden. Die besten Ergebnisse sahen wir bei Schmerzproblemen (Kopf-, Glieder- und Gelenkschmerzen), welche größtenteils bereits unmittelbar nach der Behandlung verschwunden waren. Auch Schlafstörungen und Magenprobleme besserten sich bereits nach der ersten Akupunktursitzung. Eine Patientin erzählte, dass sie unabhängig von den jüngsten traumatischen Ereignissen seit einem Unfall vor zwölf Jahren unter einer Phobie gelitten habe, mit dem Motorrad zu fahren – nach der NADA-Sitzung ging sie nach Hause und fuhr zum ersten Mal wieder Motorrad. Zwei Patienten, die der Akupunktur anfangs etwas ängstlich gegenüberstanden, kamen am Folgetag wieder, nachdem sie von ihren Freunden und Kollegen über deren Behandlungserfolge erfahren hatten, mit der Bitte, eine NADA-Behandlung zu erhalten.

Verbesserung von Schlafqualität, Nervosität, Anspannung und depressiven Symptomen bei schwerst traumatisierten Patienten

Stark psychisch traumatisierte Patienten (besonders solche, die viele Freunde und Familienangehörige verloren hatten), nahmen über mehrere Tage hinweg an unserem Therapieangebot teil. Hier konnten wir eine Verbesserung des psychovegetativen Status dahingehend beobachten, dass sich ihre anfangs stark eingeschränkte soziale Interaktionsfähigkeit merklich verbesserte – sie konnten sich besser konzentrieren, auf Unterhaltungen einlassen, auch zum ersten Mal seit Langem wieder lächeln. Auch berichteten sie über eine Verbesserung ihrer Schlafqualität und einen subjektiv wie objektiv deutlichen Rückgang von Nervosität, Anspannung und depressiven Symptomen. In Cebu hatten wir leider nur einen Ambulanztag zur Verfügung, sodass wir keine direkten Verlaufskontrollen erheben konnten; allerdings waren zahlreiche der teilnehmenden Journalisten von ihrem Therapieerfolg so begeistert, dass sie ihre Kolleginnen und Kollegen aus Funk und Fernsehen mobilisierten, um über unsere Tätigkeit zu berichten. So konnten wir im Anschluss an die Ambulanz noch einige Interviews geben ...

Fünf weitere Jahre Aufbauarbeit werden notwendig sein

Gemäß Schätzungen der internationalen Hilfsorganisationen wird es noch fünf Jahre dauern, bis die vom Taifun verwüsteten Städte auf Leyte, Samar und zahllosen kleineren Inseln wieder aufgebaut sind. Wir werden unsere Aktivitäten auf den Philippinen somit auch im Jahr 2014 fortsetzen. Unser von tiefstem Herzen empfundener Dank gilt allen, die mit ihrer Unterstützung unseren Einsatz an Weihnachten erst möglich gemacht haben, auch im Namen unserer philippinischen Patientinnen und Patienten. Ganz besonders möchten wir an dieser Stelle danken: Mitgliedern der DÄGfA, der DZA-Redaktion, der NADA-Austria, von PECOJON Deutschland, von PECOJON Philippines, vom Weltfriedensdienst WFD e. V.; dem Hilfswerk der katholischen Kirche MISEREOR, den Schülerinnen, Schülern, Eltern und LehrerInnen der Lindbachschule Lützellinden, der Firma SANA concept, dem Verein für Pilzkunde Zug und Umgebung in der Schweiz, der Hahnemann-Apotheke Amsterdam sowie dem Team von TR Teamsportreisen in Kleinostheim.

Literatur

1. Mehr über das Projekt „Yolanda“: www.matthias-witzel.com