

MAMMAKARZINOM
Highlights vom ESMO
Breast Cancer 2022

VIN
AGO-Studie zu
Lokaltherapie vs. Chirurgie

SERIE STILLEN
Ukraine: Stillen unter
Extrembedingungen

Candidose, bakterielle Vaginose Infektionen

GYN-AKTIV

WWW.GYN-AKTIV.AT

FACHMAGAZIN FÜR GYNÄKOLOGIE UND GEBURTSHILFE

In Kooperation mit der

OEGGG

3/22



MedMedia
Verlag und
Mediaservice GmbH

PODIUM

Goldenes Ehrenzeichen des Landes Niederösterreich

„Aktion Regen“-Gründerin Prof. Dr. Maria Hengstberger ausgezeichnet

Alles begann mit einer Reise nach Äthiopien: 1989 war Maria Hengstberger von der „Institution Menschen für Menschen“ von Karlheinz Böhm eingeladen worden, in Äthiopien Healthworker in Gynäkologie und Geburtshilfe auszubilden. Dabei stellte sie rasch fest, was am dringendsten benötigt wurde, nämlich Wissen über Familienplanung.

Redaktion: em. o. Univ.-Prof. Dr. Sepp Leodolter

„**Aktion Regen**“: Zurück in Wien, gründete Hengstberger den „Verein für Entwicklungszusammenarbeit: Aktion Regen“, dessen Ziel es ist, Wissen über sexuelle und reproduktive Gesundheit einfach und verständlich zu verbreiten: Das Wort Regen steht dabei für das Wasser, das an die Wurzeln kommen muss, um die großen Probleme der Bevölkerungsexplosion zu bewältigen. Durch verständliche Wissensvermittlung soll den Menschen die Möglichkeit gegeben werden, ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

„**Big Five Teaching Tools**“ für enttabuisierte Aufklärung:

- **Zyklus-Tool „Babykette“**

(Abb.): Die Babykette visualisiert den weiblichen Zyklus und dient als Orientierung über die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage. Sie besteht aus 30 tropfenförmigen Perlen: Ist die Perle rot, beginnt der Zyklus, gelbe Perlen stehen für die Wüste, wo nichts wachsen kann, blaue Perlen sind die Regentropfentage, also die fruchtbarsten Tage im Zyklus.

- **Mutterschutz-Tool:** Voraussetzung für eine gesunde Mutterschaft ist die Kenntnis über eine medizinisch dringend notwendige Erholungsphase zwischen



Dr. Maria Hengstberger
Gründerin und
Präsidentin der „Aktion Regen“

den Geburten. Leicht verständlich werden die Phasen einer gesunden Mutterschaft, also Schwangerschaft, Geburt, Stillphase mit Empfängnischutz und Phase ohne sicheren Schutz vor der nächsten Schwangerschaft aufgezeigt.

- **Familienplanung-Tool:** Dieses Tool zeigt die Grundbedürfnisse eines jeden Menschen anhand eines rot-blauen Handschuhs auf: Liebe, Gesundheit, Schutz/Sicherheit/Friede, Nahrung und Wasser sowie Bildung

- **„Little Mom“-Tool:** Ein Gebärmuttermodell aus Stoff erleichtert die Aufklärungsarbeit, es erklärt und enttabuisiert die Anatomie des weiblichen Körpers und dessen Funktionen.

- **Klitoris-Tool:** Weltweit sind etwa 200 Millionen Frauen genital verstümmelt. Jährlich kommen 3 Millionen Mädchen hinzu; vor allem nimmt die Beschneidung der Klitoris, die sog. Klitoridektomie, als sog. „milde“ Form der Beschneidung zu. Dies ist aber weder eine „milde“ noch eine humanere Variante von FGM, was anhand eines anatomischen Modells sichtbar und „be-greifbar“ gemacht wird.

Spenden-Konto:

Erste Bank,
IBAN: AT30 2011 1000
0372 5200,
BIC: GIBAATWW

www.aktionregen.at

Die **Big Five Teaching Tools** sind das Herzstück des ganzheitlichen Bildungsprogrammes „Knowledge as a Chance“. Hengstberger entwickelte es mit ihrem Team, um Angestellte von lokalen Organisationen zu „**Rain Workern**“ auszubilden. Danach verbreiten sie das Wissen in ihren Communitys.

Positives Denken als Credo: Die „Aktion Regen“ steht für 33 Jahre praxisorientierte Wissensvermittlung. Es wurden bisher über 800 Rain Worker in 10 afrikanischen Projektländern ausgebildet, für den Erfolg stehen 600.000 aufgeklärte und sensibilisierte Menschen seit 2009. Zugang zu Wissen bedeutet nicht zuletzt Befreiung aus der Armutsfalle.

Hengstbergers großes Credo: „Womit du dich wirklich beschäftigst, das schaffst du.“ Diese Überzeugung



Zyklus-Tool „Babykette“ der „Aktion Regen“ erklärt den weiblichen Zyklus zur Unterstützung der natürlichen Verhütung

verhalf ihr auch bei der Lösung der Frage, woher die finanziellen Mittel kommen sollten, um ihre NGO aufzubauen; mittlerweile gibt es über 1.000 Dauerspender:innen. Jetzt mit 80 Jahren fühlt sich Hengstberger nicht mehr ganz so fit, um in Afrika vor Ort tätig sein zu können. Doch das bremst sie nicht in ihrem Ideenfluss: „Ich möchte mit dem Konzept der Rain

Worker an Politiker:innen und große Unternehmen andocken. Wenn große Unternehmen in Afrika investieren, können sie ein oder zwei Rain Worker aufnehmen, die die Belegschaft in Gesundheitsfragen beraten, ähnlich wie Betriebsärzt:innen bei uns. Ein Rain Worker kostet nicht viel, 30 oder 40 Euro im Monat, und es wäre eine Win-win-Situation für alle Beteiligten.“ ■