



श्री शेलरी ड्रुगद्रा निम्न माध्यमिक विद्यालय
SHREE SHELRI DRUGDRA LOWER SECONDARY SCHOOL
श्री शेलरी ड्रुगद्रा निम्न माध्यमिक विद्यालय



Lettre d'information Juillet 2018

Michel Dussaulx, Tobias Rischer, Adelheid Dönges



Chères amies et amis de l'école de Saldang,

Cette photo a été prise en automne 2017 à l'école de Saldang lors du *Upper Dolpo Dental Camp*. En coopération avec l'association *Lo-Manthang* qui s'occupe de l'école voisine de Namdo, Joanne Richardson, dentiste australienne, a visité plusieurs écoles au Haut-Dolpo, dont notre école. La dentition des enfants a été contrôlée, brosses à dent et dentifrices distribués et les écoliers ont reçus des conseils pour savoir comment soigner leurs dents et éviter l'apparition de caries. Cela a du être leur première rencontre de leur vie avec un dentiste, les enfants étaient quelque peu tendus, ce qui est normal. Les résultats des contrôles étaient partagés: la moitié avait une bonne dentition, tandis que l'autre moitié avait en partie une très mauvaise dentition, liée vraisemblablement à la consommation – nouvelle pour cette région- de sucreries, venant de Chine. Les parents eux mêmes ne sont que peu conscients de ces problèmes, d'où l'importance de ces actions préventives aux infirmières, élèves, enseignants et parents.

L'accès à la santé est sûrement le point le plus important tout de suite après l'éducation scolaire, pour améliorer les conditions de vie au Haut Dolpo, thème que nous avons choisi pour cette nouvelle lettre d'information. Il ne nous était pas facile d'écrire sur ce sujet, vu le manque d'études sur la situation sanitaire. Les informations données dans cette lettre viennent en partie de nos

expériences et contacts propres lors de nos voyages mais aussi de rapports médicaux d'infirmières locales et à de quelques rares textes glanés sur ce sujet.

Quand une personne était malade, il y a peu de temps encore, on allait voir le guérisseur local appelé *Amchi* en tibétain, qui pratique la médecine traditionnelle tibétaine, ou bien consulter un lama au monastère voisin, qui proposait des prières et cérémonies religieuses (*puja*). La médecine tibétaine traditionnelle est basée au niveau du diagnostique sur le contrôle du pouls, l'inspection de la langue et l'examen visuel et olfactif des urines, et au niveau pharmacopée sur des préparations de plantes médicinales et d'autres substances comme par exemple de la poudre de roches broyées provenant de Lhasa. Les *Amchis* sont souvent des personnes cultivées et influentes, elles continuent de propager cette connaissance, mais restent ouvertes à la médecine occidentale quand leurs remèdes propres ne peuvent aller plus loin. Il y a notamment dans la région de Saldang / Namdo une bonne coopération entre l'*Amchi* Labrang Dhondrup et l'infirmière.

Amchi Labrang Dhondrup de Saldang



La médecine occidentale est très peu présente au Dolpo. Il y a bien un petit hôpital dans la capitale du District à Dunai, par contre dans les villages on rencontre parfois quelques *health posts*, petits dispensaires locaux avec une présence médicale incertaine. Comme c'est le cas pour la plupart des enseignants gouvernementaux, il est difficile de motiver le personnel médical à venir dans cette région lointaine et de culture différente de celle du Népal, même les enseignants issus du Dolpo quittent cette région inhospitalière l'hiver pour aller à Kathmandu.

Grace à l'initiative et au financement de l'association suisse *Lo-Manthang*, à *One Heart World-Wide* et aussi à *Dolpo Tulku Foundation* nous pouvons nous réjouir d'avoir la présence d'infirmières depuis maintenant 3 ans environ, qui couvrent les localités de Namdo, Saldang et Karang. Le fait que ces infirmières soient originaires du Dolpo est très important car elles en connaissent la langue et la culture propre et particulière à cette région, elles sont en outre motivées pour aider leurs semblables, leur famille. Elles sont en outre issues des écoles locales!

Elles s'investissent en premier lieu pour les femmes enceintes et leur accouchement, suivant le concept *Newtwork of safety* défini par *One Heart World-Wide* dans le but de diminuer la mortalité des nourrissons et des mères à la naissance, qui est au Haut Dolpo encore très importante.



Kesang Lhamo, infirmière

Dans les cas extrêmes, il n'y a que hélicoptère qui peut rendre service, mais le faire venir coûte non seulement très cher, mais il faut pouvoir l'appeler, chose qui n'est pas encore possible car il n'y a pas de réseau téléphonique au Dolpo, à l'exception de Dunai. La seule solution serait d'avoir un téléphone satellite, ce qu'ont en général les groupes de trekkers, groupes qui restent rares au Dolpo. Un enseignant de Komang est décédé il y a quelques années, pas de téléphone dans le secteur. Les malades sont en général transportés à dos d'homme ou de cheval jusqu'au petit altiport de Dunai. Il faut compter quelques jours, environ 5 ou 6. J'ai vu moi-même une vieille femme transportée dans une corbeille à dos d'homme sur des chemins étroits.

Les points importants des postes de santé sont les suivants:

- Education, sensibilisation et conseils dans le domaine de l'hygiène et de l'alimentation pour les enfants et adultes
- Soins médicaux aux blessés et malades, suivi des personnes revenant de séjour à l'hôpital, distribution de médicaments.

- Examens réguliers des enfants, entre autres contrôle des parasites, signes de sous alimentation ou tuberculose...
- Examen des femmes enceintes, assistance à l'accouchement et suivi, conseils aux mères (allaitement, hygiène, alimentation)

Petite statistique sur les cas médicaux concernant Saldang en 2015 :

Gastrites et diarrhées	98	Blessures	22
Refroidissements/Grippe	65	Inflammation de la vessie	11
Douleurs articulaires	65	Planning familial	25
Allergies et problèmes respiratoires	38	Suivi des femmes enceintes	12
Problèmes oculaires et auditifs	30	Assistance à l'accouchement	3
Maux de dents	26	Suivis après accouchement	9

Le fait de cuisiner à feux ouverts occasionne beaucoup d'irritations oculaires, pulmonaires ainsi que des brûlures, ces cas sont en régression, les habitants construisant maintenant de petits fourneaux. Les yeux et la peau sont agressés à ces altitudes par le haut rayonnement UV, auquel s'ajoute le vent, la poussière, l'hiver froid, les conditions dures du travail agricole, sans oublier le manque de vaccination, et en partie le manque d'hygiène et la sous alimentation.

Dorje Dolma dans son livre *Yak girl* (en anglais) nous peint la dure réalité de son enfance passée à Saldang et Karang, une vie marquée par le décès de frères et sœurs morts en bas âge, d'une amie d'enfance qui s'est empoisonnée en mangeant des baies toxiques, de jeunes tantes mortes de la tuberculose...



Le Health Post de Saldang

Un des points clés réside dans l'accompagnement de la maternité pour réduire le nombre de cas mortels de femme ou de bébé. Comme le relate une infirmière dans son rapport, il est difficile d'aider à l'accouchement (dans le tableau 3 cas sur peut-être 60 naissances environ), la tradition veut que la femme qui accouche se retire seule dans la pièce la plus sombre de sa maison, et ne doit en aucun cas recevoir une visite, pour ne pas laisser entrer les esprits mauvais qui pourraient apporter le malheur...L'accompagnement après la naissance est mieux accepté, et aide à réduire le taux de mortalité, secondé par le planning familial.

La situation sanitaire s'améliore au Dolpo, même si ce n'est que lentement. Les autorités travaillent avec les ONG pour améliorer la prévention, les soins, l'accès aux médicaments et vaccins, mais la situation éloignée du Haut Dolpo et le manque total d'infrastructure rendent cette évolution difficile.

Ce que nous pouvons faire au niveau de l'association de l'école est d'assurer que les écoliers reçoivent des cours d'hygiène et de santé, et d'atteindre par ce biais leurs familles. Nos enseignants aident de façon pratique les infirmières et les soutiennent dans leur travail quotidien.

Notre but est de pouvoir apporter notre pierre à l'amélioration des conditions de vie des habitants du Dolpo, en tout particulier celle des enfants, et leur donner une chance dans leur futur de mieux vivre. Nous nous réjouissons de chaque pas accompli dans cette voie et nous vous remercions de votre aide.

Bien cordialement,

Tobias, Michel et Adelheid
<http://saldang-school.org/>

version française: Michel



Nous remercions l'association Schulverein Lo-Manthang pour la mise à disposition de certaines photos concernant les contrôles dentaires.