

Hintergründe

Gesundheit

Eine gute Gesundheitsversorgung hilft vor allem Kindern und Frauen. Schwangerschaften sind teils ungeplant und können gerade für junge Mütter und ihre Kinder gefährlich sein. Infektionen wie Malaria gefährden das Leben von Kleinkindern.

Das SDG 3 „Gesundheit und Wohlergehen“ der UN-Nachhaltigkeitsziele (Sustainable Development Goals) will erreichen, dass Kinder zukünftig nicht mehr an vermeidbaren Krankheiten sterben. Alle Menschen sollen Zugang zu Impfstoffen, Arzneimitteln und medizinischer Behandlung erhalten. Gesundheitspersonal muss geschult werden und junge Menschen sollen sich über sexuelle und reproduktive Gesundheit informieren können.

Frühkindliche Gesundheit

Millionen von Kindern können aufgrund von Krankheit nicht ihr volles Potenzial entfalten. Gerade im Kleinkindalter wird jedoch die Entwicklung entscheidend geprägt. In Schulungen fördern wir das Wissen von Eltern zur Gesundheit ihrer Kinder. Das Wohlergehen von Mutter und Kind ist eng miteinander verknüpft. Oft haben Schwangere keine Möglichkeit, Vorsorgeuntersuchungen wahrzunehmen oder unter medizinischer Betreuung zu entbinden. Um die Kindersterblichkeit zu senken, setzt Plan International deshalb auf den Ausbau solcher Angebote. Wir stärken die Kapazitäten von Familien und Gesundheitsdiensten und achten darauf, dass die Maßnahmen geschlechtergerecht sind und Männer die Gesundheit ihrer schwangeren Frauen und Kleinkinder unterstützen.

Malaria

In den tropischen Ländern Afrikas und Asiens ist Malaria am meisten verbreitet. Die Erreger werden von weiblichen Stechmücken der Gattung Anopheles

übertragen. Vor allem zu Beginn der Regenzeit steigt das Risiko zu erkranken stark an.

Drei Arten von Malaria:

- **Malaria Tropica:** Sie ist die gefährlichste Form und kommt am häufigsten im südlichen Afrika vor. Unbehandelt führt sie in 30 Prozent der Fälle zum Tod.
- **Malaria Tertiana:** Sie verläuft selten tödlich, führt aber zu starken Beeinträchtigungen des Gesundheitszustandes.
- **Malaria Quartana:** Diese Variante gilt als die mildeste Form der Malaria.

Bei allen drei Formen sind Fieberschübe typisch. Zum Krankheitsbild der Malaria gehören außerdem Kopf- und Gliederschmerzen sowie eine Vergrößerung der Milz. Der beste Schutz vor Malaria ist die Vermeidung von Stichen. Da die übertragenden Mücken vor allem nachts stechen, verteilen wir in den betroffenen Gebieten unserer Partnerländer unter anderem imprägnierte Moskitonetze. Die Vorbeugung von Malaria mit Tabletten ist dagegen nur für einen begrenzten Zeitraum geeignet. Auch ist die Verfügbarkeit von Schnelltests wichtig, um zwischen Malaria und anderen Fiebererkrankungen zu unterscheiden. 2021 wurde erstmals ein Impfstoff für den Einsatz für Kinder von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlen. Ein wichtiger Teil unserer Arbeit ist zudem die Aufklärung über Malaria. Wir schulen Gemeindemitglieder, die mit ihrem neuen Wissen als Gesundheitshelfer:innen in ihren Gemeinden tätig werden. In Simbabwe gibt es Schulclubs, in denen Kinder mehr über die Krankheit lernen und ihr Wissen kreativ weitergeben. Teilweise ist es nötig, Kleingewässer trockenzulegen, um die Vermehrung der Mücken zu stoppen.



Auf den Philippinen legt Gwyn (19) ihr Baby in ein Moskitonetz
Foto: Plan International/Michael Perfecto

Denguefieber

Dengue ist in Südostasien, Pakistan, Afghanistan und Indien, Süd- und Mittelamerika, Teilen des Pazifiks, Afrika und Australien verbreitet. Aufgrund hoher Fallzahlen hatte die Regierung Guatemalas im Jahr 2023 sogar den Notstand ausgerufen. Das Denguefieber ist in manchen Regionen eine der Hauptursachen für Erkrankungen und Todesfälle bei Kindern.

Ausgelöst wird es durch das Denguevirus. Dieses wird durch den Stich einer infizierten Stechmücke der Gattung *Aedes aegypti* (Gelbfiebermücke, auch Ägyptische Tigermücke oder Denguemücke) sowie der *Aedes albopictus* (Asiatische Tigermücke) übertragen. Typische Symptome sind hohes Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, geschwollene Lymphknoten, Hautausschlag, Übelkeit und Erbrechen. Dengue zählt zu den hämorrhagischen Fiebern, was bedeutet, dass betroffene Patient:innen zu Blutungen neigen.

Wie bei Malaria ist die wichtigste Maßnahme zur Vermeidung einer Infektion der Schutz vor Stichen. Die *Aedes*-Mücken sind tagaktiv und stechen von der Morgen- bis zur Abenddämmerung. In Risikogebieten wird empfohlen, helle und lange Kleidung zu tragen, Mückenspray zu verwenden und die Kleidung mit Insektiziden zu imprägnieren. Außerdem gibt es Impfstoffe gegen das Denguefieber. Aufklärung darüber, wie man sich schützen kann, ist unsere wichtigste Aufgabe zur Prävention.

Gelbfieber

Gelbfieber ist in tropischen und subtropischen Gebieten Südamerikas und Afrikas verbreitet und wird ebenfalls durch Stechmücken übertragen. Ausgelöst

wird die Infektionskrankheit durch Viren. Die Symptome sind Fieber, Kopfschmerzen und Übelkeit. In den meisten Fällen verschwinden die Symptome nach einigen Tagen – in etwa 15 Prozent der Fälle kehren sie jedoch verstärkt zurück. Es kommt zu Lebersversagen, was zu einer Gelbfärbung von Augen und Haut führt. Es gibt eine Gelbfieberimpfung, allerdings sind die Ressourcen oft knapp. Neben der Impfung ist eine weitere Präventionsmaßnahme, wie auch bei Denguefieber und Malaria, der Schutz vor Mückenstichen – durch Moskitonetze, lange Kleidung und Mückenschutzmittel.

Tuberkulose

Tuberkulose zählt in vielen Ländern mit unzureichender Gesundheitsversorgung zu den am häufigsten zum Tod führenden Infektionskrankheiten. Oftmals finden sich hier nur begrenzte Möglichkeiten, Gesundheitsdienste aufzusuchen. So bildet sich leicht ein Teufelskreis aus Krankheit und Armut. Es handelt sich um eine bakterielle Infektionskrankheit, die meist die Lunge befällt. Sie ist von Mensch zu Mensch über eine Tröpfcheninfektion übertragbar. Vor allem Menschen, deren Immunsystem durch Erkrankungen, Mangelernährung, schlechte Hygienebedingungen oder unsauberes Wasser geschwächt ist, sind gefährdet.

Früher wurde die Krankheit auch „Schwindsucht“ genannt, da sie im fortgeschrittenen Stadium zu starkem Gewichtsverlust und Schwäche führt. Tuberkulose lässt sich in den meisten Fällen mit Antibiotika behandeln. Wird eine Behandlung mit Antibiotika nicht gewissenhaft zu Ende geführt, können sich jedoch resistente Erreger bilden. Unbehandelt kann Tuberkulose zu Organschäden und schließlich zum Tod führen. Doch die Medikamente stehen in vielen Ländern nur eingeschränkt zur Verfügung. In Ländern mit hohen Infektionszahlen empfiehlt die WHO eine Impfung.

Im nachhaltigen Entwicklungsziel „Gesundheit und Wohlergehen“ haben die Vereinten Nationen festgelegt, Tuberkulose und andere globale Epidemien bis 2030 zu beenden. Um dieses Ziel zu erreichen, arbeiten wir mit dem Global Fund zur Bekämpfung von Aids, Tuberkulose und Malaria zusammen.¹ Plans Arbeit konzentriert sich darauf, das Bewusstsein für die drei wichtigsten Aspekte der Tuberkulosebekämpfung zu schärfen: Prävention durch Verbesserung der Lebensbedingungen, Befolgung der verordneten Behandlung im

¹ The Global Fund: Results Report 2025
<https://www.theglobalfund.org/en/> (abgerufen: 11.09.25)

Krankheitsfall und Bekämpfung des mit der bakteriellen Infektion verbundenen Stigmas. Wir sind beispielsweise in Indien, Liberia und Senegal aktiv und bilden freiwillige Gesundheitshelfer:innen aus, die in den Gemeinden Tests durchführen und Erkrankte unterstützen. Sie verteilen Hygieneprodukte, klären über die Krankheit auf und ermöglichen den Zugang zur Behandlung.

Prävention durch Hygiene und Impfungen

Infektionskrankheiten werden von Mensch zu Mensch übertragen, einige über eine Tröpfcheninfektion. So beispielsweise auch Covid-19 (SARS-CoV-2). Mangelhafte Hygiene- und Präventionsmaßnahmen gegen die Ausbreitung der Erkrankung führten in einigen unserer Partnerländer zu einem starken Anstieg der Infektionszahlen. Wir achteten bei unseren Projektaktivitäten insbesondere darauf, dass Handwaschstationen für Kinder zur Verfügung stehen. Außerdem verteilten wir in vielen Regionen Radios, die für die flächendeckende Sensibilisierung über die notwendigen Hygienemaßnahmen sowie für Homeschooling-Angebote genutzt wurden.

Plan unterstützte zudem staatliche Impfkampagnen in den Projektgebieten, denn Impfungen gehören nachweislich zu den wirksamsten präventiven Maßnahmen, um Krankheiten zu verhindern. Sie haben maßgeblich dazu beigetragen, dass die Kindersterblichkeit reduziert wurde. Wir unterstützen auch staatliche Impfkampagnen gegen Masern, Keuchhusten, Tetanus und Diphtherie. Dabei legen wir unseren Schwerpunkt auf die Aufklärungsarbeit und darauf, einen gerechten Zugang zu Impfstoffen sicherzustellen. Die Impfungen werden nicht von den Plan-Teams, sondern von geschultem medizinischem Personal durchgeführt. Indem wir wichtige Informationen zu den Impfungen bereitstellen, ermöglichen wir es den Menschen, eine informierte Entscheidung darüber zu treffen, ob sie sich impfen lassen möchten oder nicht.

Sexuelle und reproduktive Gesundheit

Sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte beschreiben das uneingeschränkte körperliche und seelische Wohlbefinden in Bezug auf Sexualität und Fortpflanzung. Jugendliche stehen oft vor Hindernissen, bevor sie hochwertige Beratung zur reproduktiven Gesundheit in Anspruch nehmen können. Beispielsweise erschweren häufig Tabus den Zugang zu Informationen über den eigenen Körper und viele junge Menschen sind von der Zustimmung anderer abhängig, um Gesundheitsdienste in Anspruch nehmen zu können.



Immaculée führt in Ruanda offene Gespräche mit Eltern über sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte
Foto: Plan International/Solange Iradukunda

„Nachdem ich selbst an der Schulung zum Thema sexuelle und reproduktive Gesundheit teilgenommen hatte, merkte ich, dass mein Selbstvertrauen zunahm. Heute gehen meine Kinder in einen Jugendclub, um etwas über Sexualität zu lernen.“

Immaculée aus Ruanda

Schwerpunkt unserer Arbeit ist es, mit jungen Menschen zusammenzuarbeiten und gemeinsame Aufklärungsinitiativen zu entwickeln. Zudem unterstützt Plan Jugendorganisationen, die sich für eine bessere sexuelle und reproduktive Gesundheit einsetzen. Wir bieten jungen Menschen umfassende Sexuaufklärung in und außerhalb von Schulen an, um ihr Wissen und ihr Selbstvertrauen zu stärken. Wir klären Jugendliche über die Folgen einer frühen Schwangerschaft auf, fördern Gleichberechtigung und sind unterstützend in der Familienplanung tätig. Plan International arbeitet auch mit Eltern und Betreuer:innen zusammen, um ein sicheres Umfeld für junge Menschen zu schaffen.

Plan setzt sich zudem für die Menstruationsgesundheit ein. Wir stellen Informationen bereit und fördern die Aufklärung und den Dialog, um Tabus zu bekämpfen. In vielen Partnergemeinden erleichtern wir den Zugang zu Menstruationsprodukten und sicheren Toiletten an Schulen.



Im Rahmen des Projekts „Generationen im Dialog“ tauschen sich drei Generationen von Frauen aus El Salvador über ihre unterschiedlichen Erfahrungen mit ihrer Periode aus: Großmutter Paz (80), ihre Tochter Ana (47) und Enkelin Hazel (18)
Foto: Plan International/Esteban Martinez

Ein weiterer Aspekt ist der Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten wie HIV (Humanes Immundefizienz-Virus). Bei einer Infektion wird die Immunabwehr geschwächt, was den Körper anfällig für andere Erkrankungen macht. Aids (Acquired Immunodeficiency Syndrom, dt.: *Erworbenes Immunschwächesyndrom*) ist die Spätfolge einer HIV-Infektion.

Jugendliche haben ein erhöhtes Risiko, sexuell übertragbare Krankheiten wie HIV zu bekommen. Deswegen haben wir Maßnahmen zur Vorbeugung von HIV in viele unserer Gesundheitsprojekte integriert. Wir schaffen zudem Orte, an denen Betroffene sich austauschen können. Um darüber zu

informieren, führen wir Kampagnen und Aufklärungsveranstaltungen durch. Wir tragen auch dazu bei, die Zahl der HIV-Übertragungen von der Mutter auf ihr Kind zu reduzieren. Dafür unterstützen wir das von der WHO empfohlene PMTCT-Programm (Prevention of Mother to Child Transmission, dt.: *Prävention der Mutter-Kind-Übertragung*)², welches infizierten Frauen während der Schwangerschaft eine Therapie und nach der Geburt eine medizinische Betreuung ermöglicht.

Gesundheitsversorgung für alle

Bei der Planung all unserer Projekte zur Verbesserung der Gesundheitssituation berücksichtigen wir die Inklusion von Kindern mit Behinderungen. Wir denken Kinder mit besonderen Bedürfnissen mit und möchten beispielsweise durch inklusive Schutzräume für Kinder mit und ohne Behinderungen Vorurteile und Diskriminierung abbauen.



17 Ziele für nachhaltige Entwicklung

Zur Erreichung dieser Ziele arbeiten wir gemeinsam an einer stabilen Gesundheitsversorgung:



Mehr Informationen: www.plan.de/sdgs



Gibt Kindern eine Chance

² WHO: Mother-to-child transmission of HIV
www.who.int/teams/global-hiv-hepatitis-and-stis-

programmes/hiv/prevention/mother-to-child-transmission-of-hiv
(abgerufen: 12.09.25)