

Erfahrungsbericht zu einem PJ Tertiär Chirurgie im CHU Grenoble (ERASMUS+ SMS), Université Grenoble-Alpes

Grenoble ist eine mittelgroße Stadt (160.000 Einwohner) in den französischen Westalpen und liegt umrahmt von drei großen Gebirgen auf einer angenehmen Höhe von gut 200 m über n.N.. Allein aus seiner geografischen Lage ergeben sich bereits die Vorzüge die ein Aufenthalt in Grenoble mit sich bringt. Bergsport wie Ski- und Snowboardfahren im Winter sowie Klettern und Wandern im Sommer bestimmen das Alltagsleben in Grenoble, wobei das Stadtleben selbst durch die niedrige Lage wenig eingeschränkt wird. Gleiches gilt auch für die Einwohner dort, die sehr aktiv und Outdoor-orientiert sind. Ebenso findet sich der Ausdruck der Aktivitäten auch durch eine Vielzahl chirurgisch-orthopädischer Krankheitsbilder im Universitätskrankenhaus (CHU). Darüber hinaus ist das CHU Grenoble ein Krankenhaus der Maximalversorgung (auch LPA NRW gelistet) und in einigen Fachdisziplinen frankreichweit angesehen. Die Ausbildung dort erfolgt im Rahmen von Stages, also Praktika die Vormittags im Krankenhaus stattfinden, und ggf. theoretischen Kursen am Nachmittag.

Vorbereitung:

Die Vorbereitung gestaltete sich insgesamt recht einfach und übersichtlich. Abgesehen von den Dokumenten die vom ZIB Med benötigt werden waren

- Application Form (siehe hier: <https://secteur-sante.univ-grenoble-alpes.fr/medecine/relations-internationales/>)
- Transcript of Records nötig.

Ich bin damals im Rahmen des Studienprogramm SMS dorthin gegangen, weil die Gastuniversität nur SMS Verträge akzeptiert hat. Wir haben daraufhin gemeinsam erwirkt, dass in Zukunft auch die Praktikumsförderung akzeptiert wird und diese ist für das PJ sehr anzuraten. In meinem absolvierte ich dort mein letztes Tertiär des PJs, sodass ich am Ende meine freien Tage als Urlaub genommen habe. Das kann problematisch werden, da für die Studienförderung SMS mindestens 90 Tage abgeleistet werden müssen. Somit rate ich jedem an im ZIB Med nach SMT (Traineeship) zu fragen, was im Nebeneffekt auch eine höhere Fördersumme mit sich bringt.

Wichtig: Die Universität dort gibt „feste“ Startzeiten an, die meistens am Anfang des Monats liegen. Wenn man irgendwie kann, sollte man sich an diese Termine halten und dies mit Urlaubstagen etc. ermöglichen. Falls euer Tertiär mitten im Monat losgehen sollte und der Beginn nicht mit Fehltagen zu realisieren ist, nicht verzagen, aber von Beginn an mit dem ZIB Med sprechen und darauf hinweisen, dass dieses verfrüht und explizit mit Frau Aline Paillard (der dortigen Koordinatorin) abgeklärt wird.

Im Verlauf der Bewerbung mussten zwei Online Formulare ausgefüllt werden, was problemlos von statten ging. Leider ist an dieser Stelle bereits darauf hinzuweisen, dass die dortige Koordinatorin allein alle Erasmusangelegenheiten regelt und dauerhaft Überarbeitet ist. Deswegen sollte man nicht zu früh mit definitiven Zusagen und schnellen Antworten auf Emails rechnen. Das ist mitunter nervig, allerdings ist die Dame (Aline Paillard) sehr, sehr nett und dann vor Ort bemüht und bereit euren Aufenthalt auch nach euren Vorstellungen zu organisieren. Ich habe beispielsweise am 19. Dezember meine Zusage für den 8. Januar bekommen und alles hat problemlos funktioniert (also immer locker bleiben)...

Für den ersten Tag werden einige Unterlagen benötigt und sollten deswegen unbedingt mitgebracht werden:

- eine Kopie der Geburtsurkunde

- Immatrikulationsbescheinigung oder Kopie des Studentenausweises
- Impfpass mit allen EU gängigen Impfungen incl. Hep B Titer
- eine Kopie der europäischen Krankenversichertenkarte oder einem schriftlichen Nachweis bei Privatversicherten
- Röntgen Thorax und Tuberkulin Hauttest – kann auch vor Ort beim Betriebsarzt gemacht werden

Nach dem netten Empfang muss man dann vor Ort noch eine „Berufshaftpflichtversicherung“ für Studenten abschließen, die 16-19 Euro kostet. Ohne einen entsprechenden Nachweis darf man nicht mit den Stages anfangen. Auch ich hatte bereits eine Berufshaftpflichtversicherung, die sicherlich auch dort gegolten hätte, doch lohnt sich der Aufwand nicht zu versuchen diese dort einzureichen (sehr kompliziert). Ein weiteres schlagendes Argument ist, dass diese geforderte Versicherung auch meist für die Wohnungen oder Studentenresidenzen erforderlich ist.

Sprachlich habe ich mich nicht explizit vorbereitet, da ich gute Kenntnisse aus der Schule hatte. Ich habe mir das Buch Französisch für Mediziner gekauft, was mir in der Klinik echt gute Dienste geleistet hat, da es gut in die Kitteltasche passt und mich auch gut auf die Aufgaben vorbereitet hat.

Französisch für Mediziner

Gebrauchsanweisung mit Wörterbuch für Auslandsaufenthalt und Klinikalltag
2. Auflage

Balzer, Felix (Autor); Duttlinger, Alina (Autor); Haisch, Lea (Autor)

Erscheinungsdatum: 06/2011

Der Auslandsaufenthalt:

Mein PJ Terial lag perfekt in der Wintersaison, da das Terial von Januar bis April ging. In meinem Acceptance Letter stand alles für den Ablauf des ersten Tages erklärt und ich hatte einen Termin zur Ankunft im Universitätsleben. Für mich ging es dabei mit dem Besuch des Betriebsarztes los wo ich oben genannte Unterlagen vorlegen musste. Ich hatte kein Röntgen Thorax und Tuberkulin Test dabei, was allerdings nicht weiter schlimm war, da es



Abbildung 1 Erster Blick vom Krankenhausvorplatz auf die Belledonne

vor Ort ohne Probleme nachgeholt werden konnte. Mit dem dokumentierten OK des Betriebsarztes wurden wir schließlich sehr persönlich in einer Gruppe von 6 Studenten von Frau Paillard empfangen. Dort hat sie dann Details zu den Kursen, dem Studentenausweis und der benötigten Haftpflichtversicherung erläutert. Der Start ist dort gut organisiert und problemlos.



Wohnen

Ich habe mir im Vorfeld eine WG mit zwei Französischen über das Internet organisiert. Das ist unter sprachlichen und kulturellen Gesichtspunkten nur wärmstens zu empfehlen, da man wesentlich tiefer eintaucht. Ich denke ich hatte dazu noch enormes Glück, dass ich dort mit Menschen gelebt habe zu denen sich eine gute Freundschaft entwickelt hat und wir das Alltagsleben dort wirklich geteilt haben. Meine Mitbewohnerinnen haben auch bereits gearbeitet, sodass wir morgens zusammen aufgestanden sind und eigentlich jeden Abend gemeinsam nach französischer Genussart das Abendessen zelebriert haben. Zum Finden von WG eignen sich besonders zwei große Plattformen:

- www.leboncoin.fr
- <https://www.lacartedescolocs.fr>

Von der Lage kann man in beiden Postleitzahlen Bereichen Suchen: 38000 und 38100. Nah am Krankenhaus und auch nett zum Wohnen ist auch La Tronche. Viertel innerhalb von Grenoble sind zu empfehlen: L'île verte, Championnet, Capuche, Chavant und rund um den Parc Paul Mistral.

Viele meiner Freunde dort haben in den Residenzen der Universität gewohnt die wirklich sehr günstig sind, aber leider mitunter auch in miserablen Zustand. Medizinstudenten werden gerne in „Residence La Tronche“ untergebracht, was das schlechteste Wohnheim in Grenoble ist (Dusche und Toilette auf dem Gang, heruntergekommen). Am besten in Schuss und in guter Lage zum Krankenhaus liegt „Residence Quest“, die aber dann auch nicht mehr wirklich nah zur eigentlichen Stadt liegt. Die Preise liegen für die Wohnheime zwischen 140 und 300 Euro. Ich habe für mein Zimmer in der privaten sehr modernen und schönen

Wohnung 390 Euro im Monat gezahlt. Das ist sicherlich wesentlich mehr, dafür hatte man allerdings ein „echtes“ französisches Leben.



Abbildung 2 Caserne de Bonne im Viertel Championnet

Mobilität

Die Stadt ist von der Fläche recht groß, sodass der Campus und das Krankenhaus je nach Wohnort auch schon einmal weiter entfernt sein können. Die Straßenbahn ist zuverlässig und sehr günstig für unter 25 jährige (15 Euro; über 26 dann 53 Euro). Noch angenehmer ist jedoch das Fahrrad zu benutzen. Dies kann dort auch sehr günstig gemietet werden. Das Metrovelo von der Metropole angeboten kostet um die 10-15 Euro im Monat. Ich habe mir dort auf dem Gebrauchtmarkt ein Rad gekauft. Mit Rad und Bahn ist in der Stadt alles gut kurzweilig erreichbar.

Für die Bergfreunde fahren auch Ski Busse in die Skigebiete. Diese fahren jedoch nur recht selten und sind nicht immer sehr günstig. Ich hatte den Luxus mit einem eigenen Auto dorthin gereist zu sein, was die Schneeaktivitäten erheblich vereinfacht.

Der Krankenhausalltag

Insgesamt will ich vorweg sagen, dass wirklich alle Mitarbeiter des Krankenhauses und auch alle Ärzte und Studenten ausgesprochen nett und aufgeschlossen waren. Die Studenten sind dort völlig normaler Bestandteil des Klinikalltags, da alle Studenten ab dem 3. Jahr ihre Praktika jeweils für 3 Monate in einer Abteilung absolvieren. Wenn man so will machen die Studenten dort 3 Jahre „halbtags“ PJ. Somit sind alle Mitarbeiter, aber auch die Patienten, daran gewöhnt, dass sie von Studenten behandelt werden, da schon früh wesentliche Kompetenzen an die Studenten abgegeben werden. Da die Studenten immer drei Monate in

einer Abteilung sind, gibt es oft nette Gruppen und Gemeinschaften von denjenigen die in der Praktikumsgruppe sind. Diese sind in der Regel aus den verschiedensten Jahren (3-6) und durchmischen sich gut.

Auch als PJler hat man dort den „normalen“ ERASMUS Status, dh. man macht die Praktika einfach mit den anderen Studenten mit (jedoch immer nur für 4 Wochen). Weiterhin gehört zum ERASMUS Status: „Alles kann nichts muss“. Jeder hat Verständnis für sprachliche oder auch fachliche Barrieren.

Meine Stages

1. Chirurgie de la main – Handchirurgie

Meine erste Stage war die Handchirurgie, ein Aushängeschild des CHU Grenoble. Ich war wenig vorbereitet auf das was mich erwartete. Angefangen habe ich in der Sprechstunde, in die bereits operierte Patienten zur Nachsorge kamen. Das war gut zu Beginn um in das Vokabular und die Thematik hereinzufinden. Dort konnte man viele Hände untersuchen und erste Einträge in die Krankenakte versuchen. Am Ende der ersten Woche habe ich dann einen französischen Studenten im OP ersetzt. Dort wurde ich erstmal überrascht: die Studenten übernehmen hier die Arbeit der OP Schwester. Das heißt man ist der erste der sich einwäscht, den Patient Desinfiziert, den OP Tisch deckt, den Arm lagert und mit am Tisch instrumentiert. Das hat mich zu Beginn etwas überfordert, zumal es immer kleine aber feine technische Unterschiede (z.B. Handschuhanziehtechnik) gibt, und man keine Erfahrung darin mitbringt. Die Ärzte und Assistenten dort haben mir aber alles in Ruhe erklärt und am Ende des Tages (der dann auch von 8-17 Uhr durchgängig) ging es schon ganz gut. Man ist also wirklich nah dran, lernt nützliche Dinge und darf am Ende auch zunähen oder mal Metall entfernen. Der dritte Bereich in der Handchirurgie ist die Notaufnahme. Das ist besonders spannend, da es viele Patienten mit Schnittwunden oder anderen Verletzungen gibt. Dort ist man in der Regel immer mit einem französischen Student zusammen. Sehr zu empfehlen.

Chirurgie Cardiaque – Herzchirurgie

Die Herzchirurgie ist gegenüber der Handchirurgie recht entspannt aber dennoch spannend. Auf der Station schreibt man EKGs, geht mit auf Visite oder arbeitet Krankengeschichten in einem Erfassungsprogramm auf. Die Lehre war im Großen und Ganzen gut und die Tage waren auch in der Regel recht kurz (bis max. 12:00 h). Man kann sich dann immer Wochenweise in den OP einteilen lassen, wo man allerdings eher observiert und weniger aktiv ist. Die OPs sind eindrucksvoll und die Leute nett und immer motiviert einem Fragen zu beantworten. Eine Kommilitonin durfte sogar mit nach Brest fliegen um ein Herz für eine Transplantation abzuholen und dabei zu assistieren. Der Chef der Abteilung erwartet einmal in der Stage einen kurzen Fallbericht zu einem Krankheitsbild auf französisch (klingt schlimmer als es ist.). Zu empfehlen.

Urgences – Notaufnahme

Den letzten Monat habe ich in der Notaufnahme verbracht. Dort werden jeweils nur drei Tage Anwesenheit, dann aber von 8-18 Uhr erwartet. Die Tage sind lang, aber oft wirklich aufregend und lehrreich. Wenn man mal nur 2 Tage macht, ist das auch nicht weiter schlimm.

In der Notaufnahme gibt es drei Abteilungen: Kurz, Mittel und Heiß. In der Abteilung „kurz“ hat man hauptsächlich mit chirurgisch orthopädischen Problemen zu tun und kommt daher

dem Chirurgie PJ am nächsten. Man kann jedoch in alle Abteilungen rotieren und sich alles angucken.

In einer Abteilung ist man in der Regel mit ein bis zwei weiteren französischen Studenten eingeteilt und kann erstmal entspannt zusammen Patienten angucken. Dort ist es so, dass immer zunächst ein Student den Patienten sieht und ihn dann dem Assistenten oder dem Oberarzt vorstellt. Wenn der Arzt mit den Ideen etc. einverstanden ist, übernimmt der Student sofern möglich die weitere Betreuung. Das heißt die Untersuchungen etc. werden angemeldet oder Schnittwunden, Nasenbluten etc. direkt versorgt. Das bedeutet man kommt recht viel zum Nähen und kann wirklich Verantwortung übernehmen. Durch die Skiunfälle hat man viel mit Untersuchungen von Knien und Füßen zu tun.

Die Stage ist sehr zu empfehlen, da man extrem viel mitnimmt. Damit das gut geht sind gute französisch Kenntnisse hilfreich!

Insgesamt war ich sehr zufrieden mit der Wahl der Praktika. Zu erwähnen ist weiter, dass man keinerlei Blutabnahmen macht oder Zugänge legt, da dies Aufgabe der Krankenpflege ist. Zusammenfassend denke ich, ist es nicht übertrieben zu sagen, dass man viel lernen kann ohne „nervige“ PJler Arbeit erledigen zu müssen.

Grenoble und drumherum

Grenoble ist wirklich eine sehr lebenswerte Stadt. Es ist eine kleine, dafür aber sehr durch einen hohen Studentenanteil lebendige Stadt, mit einer großen kulturellen Begeisterung. Die Menschen leben mit den Bergen und das Leben wird oft vom Rhythmus der Berge bestimmt. Somit ist der klassische „Grenoblois“ ein gebildeter, sportlicher Typus mit Interesse an Kunst und Musik. Es gibt erstaunlich viele öffentliche und kostenlose Kulturangebote mit Musik über Sport und Kunst. In fast allen Einrichtungen gibt es spezielle und meist sehr erschwingliche Studententtarife.

Viele Bewohner von Grenoble sind sehr umweltbewusst. Aus diesem Gedanken ist ein tolles Projekt entstanden: „L'elefan“. Der L'elefan ist ein Supermarkt mit nachhaltigen Produkten aus der Region der von einem Verein betrieben wird und auf der Mitarbeit der Mitglieder basiert. Damit erreicht der Verein zum einen das Überleben der lokalen Kleinbauern und Käseherstellen zu unterstützen und zum anderen gute, ökologische möglichst einwandfreie Produkte zu einem sehr fairen Preis anzubieten. Wenn man dort einkaufen will, muss man Mitglied werden, was auch bedeutet, dass man mindestens 3 h im Monat im Geschäft mitarbeiten muss. Das macht nicht nur Spaß, sondern ist auch ein guter Treffpunkt um nette Leute kennenzulernen! (<https://lelefan.org>)

Die Stadt, durchzogen von der Isère, wird von drei großen Massiven umrahmt. Die Chartreuse, der Vercors und die Chaîne de Belledonne bieten im Winter sowie Sommer großes Freizeitpotenzial. So kann man zu Fuß oder mit dem Rad von der Stadt aus direkt Wanderungen dorthin starten.

Highlights in jedem Fall: Die Bastille, Annecy, Chartreuse, St Bernard de Touvet

Snowboard, Skifahren und Klettern

Im Umkreis von 40 km um Grenoble finden sich zahlreiche Skigebiete, die viel zu bieten haben. Beliebt und mit das größte Skigebiet ist *Les7Laux* was in 40 Autominuten aus der Innenstadt zu erreichen ist (gute Freeride Möglichkeiten). Auch *Chamrousse* ist ein großes Gebiet und von Grenoble aus in ähnlicher Zeit zu erreichen. Alle Gebiete bieten wirklich erschwingliche Tarife für Studenten an, was heutzutage nicht selbstverständlich ist! Mit der

Carte Glisse von der Universität gibt es nochmal ordentlich Rabatt, sodass ein Skitag inklusive Skibus schon für 13 Euro zu haben ist. Also Ski- und Snowboard nicht vergessen!

Die Bedingungen für Skitouren sind exzellent im Raum um Grenoble und es gibt unbegrenzte Möglichkeiten. Wenn man Guides, Karten und Infos braucht, gibt es im Zentrum das „Maison de la Montagne“ wo man Topos und Karten ausleihen kann. Gute Lawinenkurse bietet die Staatsorganisation *ANENA* an. Leider gab es in diesem Jahr einen tödlichen Unfall eines deutschen ERASMUS Studenten in einer Lawine. Das war für uns alle eine sehr schwere Zeit und ich erwähne es hier, um noch einmal auf die Gefahren des alpinen Geländes hinzuweisen, die niemals auf die leichte Schulter zu nehmen sind!

Zum Klettern gibt es einige gute Hallen, eine sogar von der Uni, die 40 Euro im Semester kostet. Ansonsten gibt es wirklich tolle gut gesicherte Gebiete, die mit dem Fahrrad oder der Bahn erreichbar sind. Ein wahres Klettereldorado!



Abbildung 3 Les7Laux an einem Powdertag mit Blick Richtung Grenoble

Also – Bewerbung fertig machen und los geht's! Ride safe!

Bei weiteren Fragen habe ich meinen Kontakt beim ZIB Med hinterlegt. (PK)