

Erfahrungsbericht über ein halbes PJ-Tertial Chirurgie im CHU Grenoble (Erasmus +, SMP) Université Grenoble Alpes

Vorbereitung:

Grenoble ist eine mittelgroße Stadt in den französischen Alpen. Daraus ergibt sich ein hoher Freizeitwert, gerade was Winter- und Bergsport angeht. Dies und der Wunsch, meine Französischkenntnisse aufzubessern, haben mich dazu bewegt, Grenoble als Ort für meinen Auslandsaufenthalt auszuwählen.

An Unterlagen wurden neben den vom ZIB Med geforderten noch eine Application Form und ein Transcript of records benötigt. Zudem musste online noch ein Bewerbungsformular ausgefüllt werden. Bei der Ankunft wurden dann noch eine betriebsärztliche Untersuchung (braucht man sowieso fürs PJ) inklusive Röntgen Thorax (macht der Betriebsarzt in Köln nur bei besonderer Indikation, kann aber auch in Frankreich vor Ort gemacht werden.), eine spezielle Versicherung (näheres dazu weiter unten), eine Kopie des Impfausweises und ein Auszug aus dem Geburtsregister. Hierüber wurde man vorab per Email informiert. Wenn ihr schonmal in Frankreich zur Schule oder Uni gegangen seid, benötigt ihr außerdem eure INE Nummer (muss man dann bei der vorherigen Schule oder Uni erfragen). Da in Grenoble eine einzige Person (Frau Aline Paillard) für alle Incomings und Outgoings zuständig ist, hat es sehr lange gedauert, bis die endgültige Bestätigung meines Auslandsaufenthaltes ankam (Nämlich 3 Tage vor Beginn meines PJs. Zu diesem Zeitpunkt war ich schon in Grenoble). Man kann aber davon ausgehen, dass es klappt und zur Not auch Frau Paillard anrufen.

An Impfungen wurden dieselben gefordert, die man auch in Deutschland fürs PJ braucht. Eine Berufshaftpflicht muss man vor Ort auf dem Campus abschließen (nur diese wird dort akzeptiert). Diese kostet für ein ganzes Jahr (einen kürzeren Zeitraum gibt es leider nicht) etwa 30 Euro. Bei derselben Versicherungsgesellschaft (z.B. SMERRA) kann man auch eine private Haftpflichtversicherung abschließen, welche zum Beispiel für die Wohnheime benötigt wird (etwa 35 Euro).

Wichtigster Ansprechpartner ist wie bereits erwähnt Frau Aline Paillard, die euch bei allem was ihr braucht unterstützt und euch immer hilft, wenn ihr mal etwas nicht verstehen solltet.

Email: ri-medecine@univ-grenoble-alpes.fr

Telefon: +33 4 76 63 74 52

Ich hatte schon vor dem Auslandsaufenthalt sehr gute Französischkenntnisse, da ich während meiner Schulzeit mal 5 Monate in Frankreich auf einem Internat war und auch Französisch als Leistungskurs im Abitur hatte. Zu empfehlen ist für den Krankenhausaalltag das Buch „Französisch für Mediziner“, da sich das Krankenhausvokabular (vor allem die Abkürzungen) natürlich stark vom deutschen unterscheidet und man sich hier trotz sprachlicher Vorkenntnisse zu Beginn des Praktikums oft schwer tut.

Der Auslandsaufenthalt:

Angereist bin ich mit dem Flixbus. Nochmal würde ich dies wahrscheinlich nicht mehr machen, denn die Fahrt war schon sehr lang (hin mit 3 std Aufenthalt in Paris etwa 21 Stunden Dauer und zurück über Lyon etwa 14 Stunden Dauer). Am besten eignen sich entweder das eigene Auto, dies kann man auch nutzen um zum Beispiel zu den Skigebieten in der Umgebung zu fahren, oder aber das Flugzeug. Der Flug von Düsseldorf nach Lyon kostet etwa 80 Euro und dauert 2 Stunden. Vom und zum Flughafen gibt es alle halbe Stunde einen Shuttlebus nach Grenoble, der ungefähr eine Stunde braucht und etwa 12 Euro pro Fahrt kostet.

Im Vorhinein erhielt ich von Frau Paillard eine Email mit dem Ablauf von meinem ersten Praktikumstag. Man muss vor Ort (abgesehen von der Versicherung, welche man aber direkt auf dem Campus abschließen kann) vor dem ersten Praktikumstag nichts regeln, weshalb man auch erst zu diesem Tag anreisen muss. Ich traf mich mit Frau Paillard gegen 13 Uhr in ihrem Büro und habe eine kleine Einführung zum Studium an der Université Grenoble Alpes bekommen (was mir als PJler nicht wirklich viel gebracht hat). Dann haben wir alles Bürokratische geklärt und ich habe meinen Studentenausweis bekommen. Danach ging es dann zum Betriebsarzt. Mein erstes Praktikum fing dann erst am darauffolgenden Tag an. Abgesehen von der Versicherung, fielen keine Kosten an.

Schon weit im Voraus erhielt ich die Anfrage, ob ich in einem der zahlreichen Studentenwohnheime unterkommen will und habe dieses Angebot der Einfachheit halber angenommen. Es gibt wie gesagt sehr viele verschiedene Wohnheime in drei unterschiedlichen Preiskategorien. Man gibt dann seine Favoriten an und muss dann erstmal warten. Da das PJ erst im November losging, das normale Studienjahr aber im September, musste ich lange auf eine Zusage warten, die dann aber Anfang November kam. Ich kam in der Résidence Berlioz unter, die 2 Straßenbahnhaltestellen von der Uniklinik entfernt ist und über Straßenbahn und auch Bus gut ans Stadtzentrum angebunden ist. Preislich waren die 290 Euro pro Monat vergleichbar mit Kölner Studentenwohnheimen. Die Ausstattung lässt allerdings zu wünschen übrig. Immerhin hat man in der Résidence Berlioz ein eigenes Badezimmer mit Dusche, Waschbecken und WC (bei vielen anderen Studentenwohnheimen gab es Gemeinschaftsbadezimmer auf dem Flur), welches allerdings keine Klobrille hatte (einfach nur die nackte Schüssel). Ansonsten gab es in dem etwa 10 m² großen Zimmer einen Schreibtisch, einen kleinen Kühlschrank (der das ganze Zimmer geheizt hat), ein Regal, einen Schrank und ein schätzungsweise 70 x 180cm „großes“ Bett (Kissen und Decke gab es nicht). Das Bett konnte aufgrund des Zimmergrundrisses nicht komplett an die Wand geschoben werden und so kann ich mir gut vorstellen, dass Leute, die sich nachts viel bewegen dort ganz gerne mal rausfallen könnten. Die Gemeinschaftsküche (für die ganze Etage mit etwa 20 Zimmern) bestand aus vier großen und vier kleinen Kochplatten, von denen etwa die Hälfte nicht funktionierte. An Kochutensilien gab es nichts

zur Verfügung. Ebenso verhält es sich mit Putzsachen. So bestand mein erster Tag aus einem Großeinkauf bei Géant Casino (ein riesiger Einkaufsladen und Supermarkt, ähnlich wie Real hier, bei dem man alles, was man zum Leben braucht, bekommt), alternativ hätte man auch zu Ikea fahren können (mit dem Bus nur etwa 5-10 Minuten entfernt). Ansonsten kann man auch in der Facebook Gruppe des Wohnheims schauen, dort wegen regelmäßig von Erasmusstudenten, deren Aufenthalt vorbei ist, ebendiese Sachen gebraucht zu sehr günstigen Preisen angeboten. Abgesehen von der miesen Ausstattung hat mir das Wohnheimleben allerdings ganz gut gefallen. Zum Essen traf ich mich immer mit anderen Leuten aus meiner Etage, mit denen ich mich sehr schnell angefreundet habe und wir haben auch öfter was zusammen unternommen. Das Wohnheim war somit ein guter Ort um Leute kennenzulernen, da man dadurch dass man keine Vorlesungen an der Uni hat und auch erst mitten im Semester nach Frankreich kommt, sich ansonsten damit ein bisschen schwer tut.

Die Lebenshaltungskosten sind in etwa die gleichen wie in Köln, auch wenn das Essen im Supermarkt in Grenoble etwas teurer ist als in Köln.

Die öffentlichen Verkehrsmittel in Grenoble sind eigentlich super. Man zahlt 15 Euro für eine Monatskarte (wenn man maximal 25 Jahre alt ist, darüber ist sie deutlich teurer), die Straßenbahnen kommen tagsüber etwa alle 5 Minuten und man ist aufgrund der kleinen Größe Grenobles überall ziemlich schnell. Nur abends ab 22 Uhr muss man dann schon mal eine halbe Stunde auf die Bahn warten oder zu Fuß laufen. Zudem gab es während meines Aufenthalts aufgrund von Gilets Jaunes- und Studenten und Schülerprotesten leider mehrere Tage an denen die Bahn entweder gar nicht, oder nicht in die Innenstadt fuhr. Ansonsten kann man auch sehr gut Fahrrad fahren.

Meine Praktika konnte ich mir frei aussuchen. Man muss seine Wünsche nur Frau Paillard mitteilen und die organisiert dann alles für einen. Französische Externes (Studenten des 4., 5. Und 6. Jahres, die halbtags im Krankenhaus arbeiten) haben immer 3 monatige Praktika, Erasmusstudenten einmonatige. Normalerweise beginnen die Praktika immer am Anfang eines Monats, es ist aber, solange man dies im Voraus mit Frau Paillard bespricht, auch kein Problem mitten im Monat anzufangen. Meine beiden Praktika waren Herzchirurgie und Unfallchirurgie.

Herzchirurgie war recht entspannt und auch einigermaßen interessant. Die Aufgaben bestanden überwiegend daraus, EKGs zu schreiben und gemeinsam mit den Ärzten auszuwerten und Untersuchungen und Konsile für Patienten anzufordern. Ansonsten ist man mit auf Visite gegangen und konnte auch wenn man wollte, einen Patienten eigenhändig betreuen, natürlich unter Aufsicht. Die Dauer war meist von 8:30h bis 12:30h. Danach hatten die französischen Externes Vorlesungen und ich konnte noch mit in den OP. Dort wurden meist entweder Bypässe gelegt oder Mitral- und Aortenklappen ersetzt. Leider durfte ich immer nur von der Anästhesie Seite aus zugucken, was dann nach der ersten Woche schon echt langweilig war. Eigentlich hat man mir gesagt ich könne später mit an den Tisch, aber das hat dann leider doch nicht geklappt.

Für Unfallchirurgie bin ich ins Hôpital Sud gekommen, welches etwa 30 Minuten Fahrzeit mit Bus und Bahn entfernt von Grenoble in Echirolles liegt. Dort ist es grundsätzlich so geregelt, dass die französischen Studenten auf Station und die Erasmusstudenten in die Notaufnahme kommen. Das war sehr gut, da ich dort dann Patienten eigenständig aufnehmen und untersuchen konnte, Röntgenbilder befunden konnte und zusammen mit den Ärzten das weitere Prozedere planen konnte.

Ansonsten habe ich dort auch gegipst, genäht und Gelenke eingerenkt. Hier waren die Ärzte sehr nett und haben einen viel selbständig arbeiten lassen wenn man wollte. Los ging es immer um 7:30h mit der Teambesprechung und Übergabe. Der Tag dauerte immer bis 13 Uhr.

Man muss in jedem Praktikum eine kleine Präsentation (etwa 10 Minuten) machen, bei der man anhand eines Patienten ein Krankheitsbild inklusive Therapie beschreibt. Das ist eigentlich echt entspannt und wirklich nicht schwer. Die französischen Studenten halten ihre Präsentationen auf Englisch, die Erasmusstudenten auf Französisch.

Anzumerken gibt es noch, dass ein halbes PJ Tertial 8 Wochen (also 56 Tage) dauert, eine Erasmus + Mobilität allerdings mindestens 60 Tage dauern muss. So muss man dann eine Woche länger Praktikum machen und hier in Deutschland diese eine Woche von einem anderen Tertial abziehen (also mit Studien- oder Fehltagen überbrücken). Geht man so wie ich in der ersten Hälfte des ersten Tertials weg, so bietet es sich an, einfach eine Woche vor dem offiziellen PJ Start anzufangen, da man sich diese Überbrückung somit erspart und nicht unnötig Fehltage opfern muss.

Außerhalb der Praktika bietet Grenoble viele Möglichkeiten. Gesehen haben muss man unbedingt die Bastille, von der man einen echt schönen Ausblick über die ganze Stadt genießt. Auch schön ist der Park Paul Mistral. Wochenendausflüge nach Lyon und Annecy sind ebenfalls sehr zu empfehlen und beide Städte sind mit dem Zug in etwa 1:30h von Grenoble aus gut zu erreichen. Das Sportangebot der Uni ist leider nicht so ausgeprägt wie in Köln und sämtliche Uni Sportkurse fangen leider jeweils zum Semesterstart an, weshalb man hier, wenn man mitten im Semester ankommt, nicht mehr teilnehmen kann.

Zum Skifahren ist Grenoble natürlich ein Traum. Chamrousse kann man innerhalb von 45 Minuten von Grenoble aus mit dem Bus erreichen (Hin- und Rückweg kosten inklusive Skipass für einen Tag am Wochenende 34 Euro) und auch les 7 Laux ist nicht weit entfernt. Unter der Woche sind die Tarife noch günstiger. Wenn man ein Auto hat sind außerdem noch viele weitere Skigebiete gut zu erreichen. Opening der meisten Skigebiete war dieses Jahr je nach Gebiet meist der 8.12. oder der 15.12., einige wenige haben auch schon am 1.12. geöffnet.

Zum Ausgehen bietet Grenoble nicht so eine Vielfalt wie Köln. Klubs gibt es kaum, dafür aber einige Kneipen.

Insgesamt kann ich euch einen Aufenthalt in Grenoble empfehlen.