

Praktisches Jahr im Ausland

Meine Erfahrungen während des chirurgischen Tertials (Sept.-Dez.) am General University Hospital of Heraklion (PAGNI) in Griechenland

Vorbereitungen

In diesem Bericht schreibe ich über meine Erfahrungen, die ich während meines chirurgischen Tertials in Griechenland machen durfte und den Prozess der Bewerbung für dieses.

Das ich einen Teil meines praktischen Jahres im Ausland verbringen möchte stand für mich bereits seit längerem fest. Bei der Wahl des Landes war mir unter anderem wichtig, dass sich das dortige Gesundheitssystem von unserem unterscheidet, gleichzeitig jedoch auch die Kommunikation auf Englisch möglich ist. Schließlich fiel meine Wahl auf Griechenland. Land und Leute kannte ich bisher nur aus Urlaubsreisen, umso mehr interessierte mich die nicht-touristische Perspektive.

Die University of Crete mit dem General-University Hospital of Heraklion ist eine Partneruniversität der Uni zu Köln, an Partneruniversitäten entfallen Studiengebühren, falls vorhanden. Als Uniklinik verfügt es über viele Abteilungen, weshalb ich mich für dieses entschied.

Meine Bewerbung lief über das ZibMed. Auf der Webseite des ZibMed's sind bereits viele Informationen aufgeführt u.a. auch eine Anleitung für den Bewerbungsprozess, den benötigten Unterlagen und ein paar Tipps. Auch war es möglich sich über Telefon, Email oder auch Persönlich zu melden und Fragen oder Probleme zu klären. Die Mitarbeiter hatten hierfür immer ein offenes Ohr!

Zu den benötigten Unterlagen gehörten neben Lebenslauf und Zeugnissen auch ein Motivationsschreiben. Des weiteren war ein Sprachnachweis erforderlich, der ein Mindestniveau von B2 der Lehrsprache des Landes nachweist. In Griechenland war diese Englisch. Möglich ist hierbei aber auch der Nachweis mittels Abiturzeugnis.

Es ist möglich in europäischen Ländern eine Praktikumsförderung über das Erasmus+ Programm zu erhalten. Hierfür muss zusätzlich das 'Learning Agreement' ausgefüllt werden. Dieses muss von Heimat- und Gastuniversität unterschrieben werden.

Des weiteren werden folgende Dinge benötigt:

-> Anrechnung des Lehrkrankenhauses

Auf der Webseite des LPA Düsseldorf existiert eine Liste mit anerkannten Lehrkrankenhäusern weltweit. Diese sollte man sich vor Bewerbung unbedingt anschauen. Ist das gewünschte Krankenhaus nicht aufgeführt, lässt sich aber auch ein Antrag auf Anrechnung stellen (hierfür aber Bitte etwas Zeit einplanen).

-> Versicherungen:

Entscheidend ist auch einen ausreichenden Versicherungsstatus zu haben. Wichtig ist hier eine Auslandsrankenversicherung, eine Haftpflicht und Unfallversicherung. Überprüft am besten mal euren aktuellen Versicherungsstatus. Über den Marburger Bund und die Apobank gibt es ebenfalls Optionen.

-> Impfungen:

Spezielle Impfungen waren für Griechenland nicht nötig. Auf der Seite des Auswärtigen Amtes lassen sich übrigens Reisehinweise und empfohlene Impfungen für jedes Land dieser Welt einsehen.

Aufenthalt

Einschreibung:

Die Anmeldung verlief relativ unkompliziert. In meiner ersten Tertialwoche habe ich Stella (International Officer) in ihrem Büro besucht, welches Praktischerweise in einem Gebäude gegenüber des Krankenhausgeländes liegt. Von ihr erhielt ich ein Dokument über meine Ankunftsbestätigung und ein Formular, das meinen Studentenstatus bescheinigt (am besten in eine Folie stecken, da sonst nach einer Woche zerrissen;))

Zum offiziellen Semesterbeginn (etwa zwei Wochen später) erhielten alle Erasmusstudenten noch ein Willkommenspaket.

Wohnung:

Da die Universität keine Wohnungen/Zimmer für Studenten zur Verfügung stellt, muss diese privat organisiert werden. Dies bereitet mir etwas größere Schwierigkeiten, da die Suche üblicherweise über Facebookgruppen läuft. Hierbei kommt es leider auch schonmal zu Betrugsfällen. Bitte passt auf wenn ihr bereits die ganze Miete überweisen sollt.

Meist verlangen die Vermieter jedoch die Überweisung der Kautions als Mietbestätigung. In der Regel wird auch die Miete während eures Aufenthalts in Bar vom Vermieter monatlich abgeholt (über die Gründe darf jeder selbst munkeln).

Es könnte helfen den ESN zu kontaktieren, wenn ihr Hilfe braucht.

ÖPNV und Mobilität:

Kreta besitzt weder Züge noch Straßenbahnen. Der öffentliche Transport läuft hier über Busse. Mit dem Studentenausweis bekommt man Rabatt auf Monatstickets (40 statt 60 Euro). Alternativ können Tickets an Automaten oder Kiosks gekauft werden, auch der Kauf im Bus ist möglich aber teurer. Die Stadt ist in 2 Preiszonen eingeteilt (A und B), A-Tickets kosten 60Cent, B-Tickets 80Cent pro Fahrt. Wechselt ihr den Bus müsst ihr erneut zahlen. Ein Monatsticket kann sich also durchaus lohnen!

Bus 1: Flughafen, Hafen, Busbahnhof

Bus 2: Knossos

Bus 6: Ammoudara Strand. Fährt alle 20-30min und braucht 15min vom Stadtzentrum aus.

Bus 7: Amnissos und Kateros Strand. Fährt nur einmal pro Stunde und braucht 30min vom Stadtzentrum aus, aber es lohnt sich sehr!

Die Fahrpläne können zT an den Haltestellen via QR-Code aufgerufen werden. Über Google-Maps lassen sich alle Verbindungen problemlos finden (wird sogar von den Einheimischen genutzt)

KTEL: Fast alle Buslinien kommen am Stadtzentrum und dem Busbahnhof vorbei, von hier aus kann man easy mit den Reisebussen von KTEL in alle größeren Ortschaften Kretas fahren. Die Tickets sind günstig und für Studenten gibt es 25% Rabatt.

Mietautos: Es ist ebenfalls sehr einfach ein Auto zu mieten. Meist sind diese auch recht günstig, nur Benzin kostet auf Kreta gerne mal über 2 Euro! Aber ein Auto stellt dennoch eine super Möglichkeit dar in alle Regionen Kretas zu gelangen.

Fähre: Am Hafen Heraklions. Für Studenten gibt es meist Rabatt. Die Nachtfähre nach Athen kostet dann nur ca 20 Euro.

Lebenshaltungskosten:

Hier gibt es zwei Extreme: deutlich günstiger oder deutlich teurer. Für Lebensmittel und Produkte von der Insel gilt letzteres, für Markenprodukte (zB CocaCola, Perwoll) ersteres.

Am Studentenfreundlichsten kauft es sich im Lidl ein (ja, den gibt es tatsächlich auch in Griechenland). An mehreren Tagen in der Woche gibt es auch Wochenmärkte auf denen es sich günstiger einkaufen lässt.

Im Restaurant zu essen gestaltet sich deutlich günstiger als in Deutschland (ca 5-10 Euro). Wer sich hier 'mal gönnt' zahlt 15-25 Euro, also in etwa der Preis hierzulande.

In der Universitätsmensa gibt es Gerichte zwischen 2 und 3 Euro. Das Krankenhaus besitzt eine eigene Kantine, in der ihr sogar umsonst speisen könnt!

Kulinarisches:

Die griechische Küche zählt zu den leckersten, die ich je verköstigen durfte. Probiert so viel wie möglich aus, am besten zusammen mit Freunden, denn in Griechenland wird das Essen gerne mit allen am Tisch geteilt.

Für die süßen Freuden gibt es fast überall Patisseries und Bäckereien in denen ihr meist 7 Tage die Woche einkaufen könnt.

Wer fastet sollte ein anderes Land für sein Tertial wählen.

ESN (Erasmus Student Network):

Organisation geleitet von Studenten vor Ort. Für jedes Semester gibt es eine neue Whatsappgruppe. Hier werden viele Events (Partys, Ausflüge etc.) organisiert und bei Problemen oder Fragen bekommt ihr dort Hilfe.

Hierüber kommt man leicht in Kontakt mit anderen (v.a. internationalen) Studenten.

Klinikalltag:

Ein Ziel meines Auslandsaufenthalts war es, ein anderes Gesundheitssystem kennenzulernen. Und so manchen Unterschied zum deutschen System konnte ich schnell finden. Keine Überraschung ist, dass deutlich weniger Gelder für die Gesundheitsversorgung zur Verfügung stehen. Dies macht sich z.B. daran bemerkbar, dass im Klinikalltag deutlich weniger Einmalprodukte als in Deutschland genutzt werden. Im Operationssaal werden Kittel und Op-Tücher steril gewaschen, das chirurgische Einwaschen geschieht mit Jodseife und Wasser. Viele Utensilien (bspw Laparoskopie-Tower) müssen mit mehreren Abteilungen geteilt werden, was so manchen Ablauf in die Länge zieht. Das Krankenhausgebäude ist auch etwas älter (wobei so manche deutsche Klinik nicht anders aussieht). Die Hygiene wird etwas weniger streng gehandhabt, viele Mitarbeiter kommen bereits im Kasak zur Arbeit und reinigen dieses zu Hause.

Alles ist ein wenig chaotischer, aber auch entspannter und freundlicher als Hierzulande.

Je nach Rotationsabteilung ist man mit mehr oder weniger griechischen Studenten unterwegs und manchmal gibt es hierdurch auch weniger zutun. Über Fragen freuen sich die Ärzte hier sehr und beantworten diese gerne. Manchmal bekommt man dann auch eine kleine Vorlesung zu dem jeweiligen Themen.

Blutentnahmen und 'Viggos legen' werden von der Pflege übernommen und nicht auf sie Studenten abgewälzt. Im OP bekommt man die Möglichkeit sich mit einzuwaschen und auch in erster Assistenz mitzuwirken!

Personal und Studenten sprechen meist gut Englisch, die Patienten meist leider nicht. Anamnesegespräche sind dadurch nicht möglich. Jedoch wird einem gerne das meiste übersetzt.

Ingesamt habe ich aus dem Klinikalltag viele Erfahrungen können!

Land, Leute und Freizeit:

Die Griechen sind unglaublich herzliche und familiäre Menschen! Und von der Freundlichkeit können wir uns hierzulande so manche Scheibe abschneiden. Es hat viel Spaß gemacht die Insel zu erkunden, denn in Kreta ist es fast überall schön. Es lohnt sich also an den Wochenenden Ausflüge zu machen, es ist für jeden Geschmack etwas dabei. Von Wanderungen durch die vielen Schluchten (die bekannteste: Samaria-Gorge) über die unzähligen Strände (bspw. Balos-Lagune) bis hin zu den Städten (hier v.a. Rethymno, Chania und Agios Nikolaos). Ein Besuch der Nachbarinseln (bspw. Santorini) ist ebenfalls lohnenswert. Wer über Athen nach Kreta fliegt, kann auch hier ein paar schöne Tage verbringen. Keiner Tipp: mit OutdoorActive lassen sich schöne Wanderrouten finden.

Rückkehr

Kaum angekommen neigte sich die Zeit auch schon wieder dem Ende zu. Über Stella und den Leiter der Fachabteilung in der ihr euch befindet, bekommt ihr die benötigten Unterschriften für Terialbescheinigung und Letter of Confirmation. Die Zeit, die ich auf Kreta verbringen durfte war wunderschön und der kulturelle und medizinische Austausch hat mich persönlich sehr bereichert. Ich kann jedem ans Herz legen mindestens einen Auslandsaufenthalt im Studium zu absolvieren!

Nützliche Links

<https://medfak.uni-koeln.de/internationales/studium-im-ausland>

<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/griechenlandsicherheit/211534>

Facebookgruppen:

Incoming Students at the University of Crete - Voutes Campus

Erasmus Accommodation in Heraklion Crete by ESN

Ansprechpartnerin der medizinischen Fakultät in Heraklion: Stella Vasilaki