

## **PJ-Tertial für Chirurgie im Ausland an dem Universitätsklinikum Lissabon in Portugal im Sommersemester 2023**

### Motivation:

Meine Motivation das chirurgische Tertial in Lissabon am Universitätsklinikum hatte verschiedenste Gründe. Zum einen ist Lissabon eine der beliebtesten Universitäten in Europa, zum anderen ist das Universitätsklinikum das größte des Landes. Es kommen Patient\*innen aus dem ganzen Land um hier Behandlungen zu kriegen, die anderswo nicht zu erhalten sind. Außerdem ist die Stadt an sich eine extrem kultureiche Stadt die immer zu vibrieren scheint. Es gibt immer die Möglichkeit an kulturellen Veranstaltungen, Tanzklassen, Konzerte oder Lesungen teilzunehmen. Die Vielfalt an verschiedenen Nationalitäten ist in Lissabon groß und gibt die Möglichkeit des Austausches, der anderswo in Portugal nicht immer möglich ist. Ich hatte bereits von Anfang an das Sommersemester im als Zeitraum in Betracht gezogen, und würde dies auch stärkstes empfehlen. Gerade die Zeit von Mai bis Juli ist von den Temperaturen wirklich sommerlich warm und lässt die Möglichkeit nach der Arbeit etwas schönes draußen zu machen immer offen. Da Portugiesisch meine zweite Muttersprache ist, war mit Sicherheit mein Hauptziel die Sprache so gut es geht auch im medizinischen Kontext aber auch im Alltag zu verbessern. Nach den Erfahrungsberichten auf dem PJ-Portal war Lissabon nicht der Ort um die meiste klinische Erfahrung zu sammeln, sofern ihr also hier etwas sehen wollt würde ich euch möglicherweise ein anderes Universitätsklinikum empfehlen.

### Bewerbung

Die Bewerbung habe ich begonnen in dem ich bei der ZB Med angefragt habe welche Städte in Portugal für ein PJ-Tertial verfügbar wären. Dabei habe ich explizit nur für das Sommersemester gefragt. Ich würde dieses auch empfehlen. Die Häuser in Portugal sind nicht immer gut isoliert und der Winter ist eher feucht als kalt. Häufig haben dann die Menschen mit Schimmel zu kämpfen, da richtige Heizungen in den Wohnung auch nicht immer da sind und nur portable verfügbar sind.

Dennoch sind die kalten Monate verglichen mit Deutschland kurz.

Nach Rückmeldung dass Lissabon frei, ist habe ich dann informiert was für Unterlagen ich brauche. Das sind zum einen Motivationsschreiben und Lebenslauf auf Deutsch und Portugiesisch, sowie das Learning Agreement unterschrieben von mir, der Uni Köln und Lissabon. Auch müsst ihr Famulaturzeugnisse hinzufügen. Zudem ist auch ein Sprachnachweis von mindestens B1 vorzuweisen. Da ich Muttersprachlerin bin musste ich das nicht machen. Ich würde jedoch allen empfehlen eine relativ fundiertes Sprachkenntnis vorzuweisen für das PJ. Näheres dazu im Praktikumsabschnitt.

Sofern die Unterlagen an die Uni Köln abgegeben wurden, Frist hierfür ist Anfang des Jahres der 15. Februars des Jahres davor. Danach folgt die Nominierung der Universität zu Köln. Erst dann meldet sich meist erst Monate später die Universität in Lissabon wieder. Dort müsst ihr im Grunde eine weitere Bewerbung schreiben. Jedoch hier mit einem vorgefertigten Formular. Das sendet ihr der Universität zu. Viele der Dokumente habt ihr auch schon bei der Bewerbung der ZB eingereicht, sodass ihr am besten diese irgendwo schon mal griffbereit habt. Zudem müsst ihr euch um eine Haftpflicht und Rechtsschutzversicherung kümmern, da meines Wissens die Universität dafür nicht aufkommt. Schließt diese am besten während der Bewerbung ab, da ihr angeben müsst wo ihr versichert seid. Überprüft auch ob ihr über eure Krankenkasse über den Zeitraum auch für das Ausland versichert seid. Wenn die Unterlagen eingereicht sind, kriegt ihr an sich keine richtige Bestätigung oder auch Rückmeldung also wundert euch nicht. Ich habe für mein Sicherheitsgefühl jedoch nachgefragt und mich rückversichern lassen dass alle Unterlagen vollständig sind. Außerdem wird sich die Universität ggf. Nicht selbstständig melden. Ich musste einige Wochen vorher aufmerksam machen, dass ich nicht weiß wann und wo ich mich zu melden habe bei Beginn des PJ-Tertial. Also habt auf dem Schirm das ihr ggf. auf eigene Initiative die Information erst kriegt.

Hinsichtlich des Findens einer Unterkunft, konnte mir die Universität nicht helfen. Ich habe aber auch recht spät angefragt (ca. 6 Monate vorher). Ich habe meine Wohnung über die sozialen Medien gefunden. Internetseiten wie Idealista sind aber auch zu empfehlen sowie auch Facebook Gruppen. Bitte achtet darauf, dass die Preise recht teuer sind. Ein fairer Preis für eine Monatsmiete für ein Zimmer sind ca. 400-500€ je nach Lage.

### Praktikum

Für das Chirurgie Tertial werdet ihr in die Abteilung Cirurgia Geral II eingeteilt. Ihr seid dort mit den Medizinstudent\*innen des 6. Jahres gemeinsam dort. Es sind also viele Student\*innen da. Das System in Portugal ist etwas anders. Erst wird das Studium nach 6 abgeschlossen. Die Studierenden rotieren dort in fast alle Bereiche in Wochenpraktika. Das sind eure Kolleg\*innen während des PJs. Erst nach Abschluss des Studiums wird erst ein Äquivalent zum M2 gemacht. Da die Studierenden des letzten Jahres zeitgleich zum Praktikum lernen, sind diese theoretisch meist ziemlich gut vorbereitet. Die Arbeit ist jedoch darauf fokussiert so schnell wie möglich gemacht zu werden, bestenfalls kann um 12 Uhr schon die Arbeit zu Ende sein. Nach dem M2 müssen die fertigen Ärzt\*innen 1 weiteres Jahr in 4 Bereiche für jeweils 3 Monate sein. Von den Tätigkeiten die wir eigentlich im PJ machen sollten, sind diese recht ähnlich. Da wir aber noch nicht approbiert sind, sind wir im portugiesischen System weiterhin wie die 6. Jahres Studierenden einzuordnen.

Die Arbeit beginnt um 8 Uhr und Endet um 16 Uhr. Ihr werdet von der Sekretärin in ein Spezial Team eingeteilt. Es gibt Mamma, was eigentlich Teil der Gynäkologie in Deutschland ist, Hepato-Bilio, Esophago-Gastro, Geral, Colo-Rectal, Bariatrica und Endocrino. Eigentlich seid ihr für die gesamte Zeit nur einem Team zuständig, ihr könnt aber definitiv bei Nachfrage auch wechseln. Ich war in der Bariatrica, dem kleinsten und entspanntesten Team hinsichtlich Arbeitsaufwand. Das Patient\*innenkontigent ist sehr niedrig, meist werden die Menschen nur 1 - 2 Tage nach Magenverkleinerung, welches die einzige „Behandlung“ die sie machen, entlassen. Ihr behandelt also fast nur Mehrgewichte Patient\*innen die eine Magenverkleinerung wollen. Blutabnahmen sind selten. Ihr geht eher bei Visiten mit, schreibt standardisierte Entlassung- und Aufnahmebriefe oder haltet Haken bei den Operationen Montags, Mittwochs und Freitags, sowie die Betreuung und Untersuchung der Patientin auf Station. Wie gesagt vom Arbeitsaufwand ist es verglichen mit anderen Fächern minimal. Ich muss jedoch sagen, dass gerade der Chef der Abteilung menschlich grenzwertig umgeht. Ihr werdet nicht beim Namen genannt, sondern Maria oder José genannt. Es können alle ziemlich gut Englisch und ihr könnt im Notfall auch gut darüber reden. Für Patient\*innenkontakt oder selbständige Untersuchungen und Anamnesen müsst ihr jedoch ziemlich sicher in eurem Portugiesisch sein, also beachtet das. Relativ vielseitig sind die Teams der Hepatobilio und Endocrino. Ich denke es lohnt sich bestimmt dort auch reinzuschauen, gerade weil es eine hohe Patient\*innenanzahl gibt. Sofern ihr aber wenig Arbeit und viel Freizeit haben wollt denke ich ist Bariatrica mit Abstrichen eine gute Wahl. Sofern Ihr für Seminare oder Fehltag frei haben wollt ist das auch recht gut machbar. Falls ihr ab Juni startet seid ihr bis September die einzigen Student\*innen, da dann alle in den Ferien sind.

## Alltag

Durch die geregelten und relativ entspannten Arbeitszeiten ist viel Zeit für Freizeit in Lissabon da. Ich habe durch ein Urban Sports Abo sehr viel an Sportangebot gehabt und konnte mich da recht austoben. Was sehr beliebt und auch gut ist um Menschen kennenzulernen sind Tanzkurse. Diese gibt es überall. Zum einen gibt es die Bus Paragem ein Sozialer Club der immer mal wieder auch Tanzklassen anbietet. Ansonsten wird immer kostenlos an unterschiedlichen Orten Forró getanzt. Das ist ein Tanz der aus Brasilien stammt. Da die Community der Brasilianer\*innen sehr groß ist, ist Forró sehr beliebt und verbreitet. Es gibt Tanzpartys z.B. in der Fabrica do Braco da Prata. Sofern Tanzen nichts für euch ist, ist auch Sofern immer eine Möglichkeit. Der Strand ist meist etwa eine Stunde mit dem Öffentlichen Verkehrsmitteln entfernt, aber meist gut zu erreichen. Konzerte, Lesungen, Theater oder anderes ist immer da. Feiern gehen ist an sich immer möglich. Es beschränkt sich aber eher auf Bars und Cafés. Richtige Clubs gibt es auch, diese sind aber etwas außerhalb aber auch gut und günstig mit Uber zu erreichen. Essenspreise sind fürs Ausgehen

ähnlich wie in Deutschland, im Supermarkt sind Obst und Gemüse etwas billiger es kommt aber am Ende zu ähnlichen Preisen. Da Lissabon eine recht teure Stadt in Lebenshaltungskosten ist, achtet darauf ggf. Stipendien, Förderungen oder wenn möglich etwas zur Seite zu legen. An sich werdet ihr aber mit Sicherheit eine wunderschöne Zeit in dieser Stadt finden. Viel Erfolg!