

## **Splitting HNO PJ-Tertial Sydney Januar 2014**

Ich habe mein Wahltertial HNO gesplittet und nachdem ich den ersten Teil im St. Elisabeth Krankenhaus Köln absolviert habe, das Tertial im Januar 2014 für 8 Wochen am Royal North Shore Hospital in Sydney Australien angeschlossen.

### **Vorbereitung**

Über die Homepage der Universität Sydney und diversen Links landet man am Ende auf der Kursübersicht der "University of Sydney NSW" auf der sehr übersichtlich katalogisiert und wöchentlich aktualisiert alle verfügbaren, freien und bereits belegten Praktikaspots aller akademischen Lehrkrankenhäuser der Medizinischen Fakultät aufgelistet sind.

<http://sydney.edu.au/medicine/northern/electives/placements.php>

Koordinatoren der Praktika sind Martin Crawford, sowie Sophie Cher, die über folgende E-mail Adressen erreichbar sind:

Sophie Cher: [sophie.cher@sydney.edu.au](mailto:sophie.cher@sydney.edu.au)

Martin Crawford: [martin.crawford@sydney.edu.au](mailto:martin.crawford@sydney.edu.au)

Auf der oben genannten Seite der Universität findet man alle aktuellen Bewerbungsmodalitäten. Dabei handelte es sich in meinem Fall um folgende Dokumente, die allesamt in englischer beglaubigter Version eingereicht werden mussten:

Offizielles Bewerbungsformular

Immatrikulationsnachweis der Heimatuniversität mit Empfehlung des Dekans

OSCE Zeugnis

Notenübersicht der klinischen Scheine (am besten das PJ Reifezeugnis sofern bereits vorhanden.

Ansonsten hat das ZIBMED ein Dokument zum ausfüllen)

Sprachnachweis Englisch

Geburtsurkunde

Impfnachweise, sowie betriebsärztliche Dokumentation (Teil des Bewerbungsformulares)

Polizeiliches Führungszeugnis, sowie das Australian National Police Certificate, welches man online beantragen muss und auf postalischem Weg direkt an das Elective Büro senden kann.

Bewerbungsgebühr 100\$ per Online Kreditkarteneinzug

Ein offizielles Visum für die Einreise als Medizinstudent beinhaltet medizinische Untersuchungen besonders qualifizierter und autorisierter Ärzte (Der Nächste sitzt in Dortmund. Die Kosten betragen ca. 250€). Einige Studenten sind ohne dieses Visum als Touristen eingereist und haben keinerlei Schwierigkeiten dabei gehabt. Sämtliche Visa-informationen lassen sich auf der Seite der Australisch/Deutschen Botschaft nachlesen.

Die Dokumente müssen nach Ausfüllen als Gesamtpaket elektronisch und innerhalb von 14 Tagen postalisch an das Elective Büro der Universität gesendet werden. Im Anschluss erhält man zeitnah binnen 4 Wochen Rückantwort über den Bewerbungsprozess.

## **Grobe Kostenplanung:**

Zusätzlich zu der Bewerbung gibt eine online ausführbare Übersendung von 100\$ Bewerbungsgebühr.

Kosten Für ein bis 8-wöchiges Praktikum betragen insgesamt 1000\$.

Bei längeren Praktika bis maximal 16-Wochen zahlt man für jede Woche 500\$.

Die Flugkosten sind variabel, je nach Buchungszeitraum kann der Flug zwischen 600€ bis 1400€ liegen, ich konnte durch eigene Buchungen über [www.skyscanner.de](http://www.skyscanner.de), die Preise von StaTravel unterbieten (Bei Nutzung einer renommierten Airline. Quantas/Air Emirates sind für die Strecke empfehlenswert).

Meine Unterkunftskosten lagen bei Rosslyn Skinner mit 160-180\$/Woche (je nach Zimmergröße) unter dem Durchschnitt der anderen Gastfamilien-Mieten (220-250\$/Woche)

Erreichbar ist Rosslyn derzeit per Mail über [rosslyn@natisco.com.au](mailto:rosslyn@natisco.com.au)

Lebenserhaltungskosten betragen 15-20\$/Tag

## **Praktikum**

Am ersten Tag meines PJs war "Australian National Day", sodass ich erst am Dienstag im Büro des Elective Coordinators erwartet wurde, um Verschwiegenheitserklärungen zu unterzeichnen, Formulare abzugeben und Zugangskarten mit Photo-ID zu erstellen.

Mit mir begannen 5 Studenten aus Japan und im Laufe des PJ Tertials lernte ich weitere Studenten vorangig aus Deutschland und Österreich im Rahmen der von Sophie Cher initiierten Studententreffen in angesagten Lokalitäten der Stadt kennen, die jeden Mittwoch Abend stattfanden. Mit diesen Studenten habe ich einen Großteil der Freizeit in Sydney geplant, da man im Groben ähnliche Interessen und Ausflugsziele ansteuern will.

Die HNO Abteilung des RNSH bestand aus einem Intern (Assistenzarzt im ersten Jahr nach dem Studium), 1 "Resident" (Assistenzarzt in der Facharztausbildung) und einem "Fellow" (Assistenzarzt als Facharzt), 6 Oberärzten und einem Chefarzt. Der gesamte Klinikalltag wurde durch die Assistenzärzte bewältigt, eine Oberarzt war als Ansprechpartner im Rotationssystem im Hintergrund zuständig, die anderen Oberärzte arbeiteten parallel in der gegenüberliegenden Privatklinik oder in Partnerkrankenhäusern in Ambulanz und OP-Tätigkeit.

An Operationstagen war jeweils ein Oberarzt mit all Patienten zur Supervision im OP Trakt, die Operationen wurden aber primär durch die Assistenzärzte durchgeführt. Montags, Mittwochs und Freitags waren OP-Tage; mit Kopf-Hals-Tumor Operationen am Freitag. Diese ausgedehnten Operationen mit plastischer Rekonstruktion am Freitag waren interdisziplinäre Fälle mit plastischer Chirurgie, Neurochirurgie, Augenheilkunde und Gefäßchirurgie.

In den ersten 3 Wochen gab es jeweils zusätzlich zu mir einen lokalen Studenten pro Woche, der zwischen den Vorlesungen ein Blockpraktikum absolvierte.

Da jede Hand zum Haken halten notwendig war, konnte ich mich glücklicherweise bei sämtlichen Operationen einwaschen und involviert assistieren sowie am OP-Ende nähen und Clippen.

Die Facharztausbildung in Australien unterscheidet sich grundsätzlich von der in Deutschland. Jeder Mediziner macht ein Jahr "Intern" (Vergleichbar mit dem früheren AIP), danach bewirbt man sich in einem zentraln Vermittlungsbüro für Facharztstellen und kann je nach Studienabschluss in dem Wunschfach unterkommen, in der Stadt, in der man sich bewirbt oder aufgrund starker Konkurrenz

eventuell auch nicht. Die Facharztausbildung erfolgt nicht durch Initiativbewerbungen an den Kliniken selbst. Während der Ausbildung im Fach rotiert man halbjährlich (zumindest in Sydney) durch unterschiedliche Krankenhäuser der Stadt im identischen Fach, um mit allen behandelnden Ärzten und Fach-Spektren in Kontakt zu kommen.

Facharztprüfungen stellen die schwierigste Hürde im Werdegang eines Facharztes in Australien dar. Die Registrar befand sich in der Vorbereitung auf ihre mündliche und schriftliche Prüfung dafür und hat zur eigenen Vorbereitung während der Operationsstunden Fragen zu allen Krankheitsbildern der HNO gefordert und erklären wollen. Nach kurzer Zeit war das Detailreichtum der Fragestunden so vertieft, dass die weiteren Quizstunden für mich ausgiebige Vorbereitungen erforderten, um adäquate Fragen stellen zu können und Antworten nachvollziehen zu können.

Dienstags und Donnerstags waren Ambulanztage am Nachmittag. Patienten mussten Teilweise ein halbes Jahr auf Termine zur Vorstellung in der Klinik warten, auf dort als indiziert diagnostizierte Operationstermine vergingen bis 30 Tage bei lebensbedrohenden (Krebs), 90 Tage bei chronisch destruktiven und 360 Tage bei elektiven Operationsdiagnosen.

Das Gesundheitssystem hat zentrale OP-Termin-Vergabezentralen, auf die auch die Ärzte selbst keinen Einfluss haben.

In der Ambulanz habe ich nach zweiwöchiger Hospitation langsam beginnen dürfen, selbst Patienten in Beisein der Ärzte zu untersuchen und zu beschreiben, sowie Therapieplanungen zu besprechen. Im zweiten Monat habe ich in einem separaten Raum Patienten sehen können und anschließend jeweils einem der Ärzte oder Oberärzte vorstellen können. Bemerkenswert daran fand ich die Zeit, die sich für das Teaching genommen wurde. Sehr detaillierte CT Bildbesprechungen, Klinische Untersuchungsergebnisse, Therapiemodalitäten wurden ausführlich besprochen und das direkte Feedback ermöglichte eine steile Lernkurve. An jedem Ambulanztag war einer der Oberärzte als Supervisor eingetragen, die an dem Tag begutachteten Patienten wurden "seine" Operationspunkte.

Ebenfalls Dienstag waren Mittags 2 Stunden Tumorbordbesprechungen angesetzt. Patienten mit Verdacht auf maligne Entartungen im Kopf-Hals-Bereich, mit diagnostizierten Tumoren oder Rezidivverdacht wurden dort vorgestellt und interdisziplinär besprochen. Im Team dabei waren Pathologen, Radio-Onkologen, Radiologen, Sprachtherapeuten, alle HNO-Ärzte. Die Patienten wurden im Vorfeld an die Vorstellung von den Assistenzärzten untersucht und dann im Tumorboard erneut vorgestellt und videoskopisch untersucht. Bildgebungen und pathologische Befunde wurden anschließend bei jedem Patienten besprochen und eine individualisierte Therapieplanung durchgeführt. Durch den Einblick in die Expertise jedes einzelnen Faches wurden diese Tumorboardsitzungen für mich als Studenten jedesmal spannend und informativ.

Jeden zweiten Donnerstag waren morgens um 07:00h radiologische Besprechungen mit der Vorstellung von interessanten Fällen aus allen Krankenhäusern im Verbund mit dem RNSH.

Jeden Morgen gab es Visiten, da die meisten Operationspunkte „minimalinvasiv“ waren und die Patienten am nächsten Morgen zur ambulanten Weiterbehandlung an ihre überweisenden HNO Ärzte entlassen wurden, befanden sich regelhaft ca. 8 Patienten zur Visite. Die wohl spannendste Woche war meine letzte, da in dieser die Intern zu einem Football National Team Turnier verreist war und ich ihre Aufgaben in Dokumentation, Präoperativer Begutachtung und Entlassbriefen verfassen in reger Rücksprache mit den weiteren Assistenzärzten, die im OP oder der Ambulanz beschäftigt waren, übernehmen durfte.

Insgesamt ein sehr spannendes, interessantes, arbeitsreiches, lehrreiches und abwechslungsvolles Tertial. Auf einigen der Stationen gab es Ärzte, die an sogenannten "Flying Doctors" Programmen teilnahmen und die Versorgung von Patienten im Landesinneren sicherstellen. Bei Interesse ist es

mit Ansprechen der jeweiligen Ärzte möglich dort mitzufliegen und in den Outbacks Patienten zu behandeln.

## **Unterkunft**

Über die Elective Koordinatoren habe ich mir im Vorfeld eine Liste mit Privatwohnung von Gastfamilien zusenden lassen.

Ich bin bei einer sehr netten, alleinstehenden Dame "Rosslyn Skinner", im ca. 2km vom Krankenhaus entfernten Greenwich untergekommen. Die Miete betrug 180\$/Woche für ein großes Zimmer mit Einbauschränk, Queensizebett, Bad zur Benutzung mit weiteren Studenten (insgesamt 3 Zimmer, während meines Aufenthaltes war kein weiterer Student da), Küchenmitbenutzung, Pool im Garten, sowie Waschmöglichkeiten.

Als voll im Leben stehende Dame konnte sie mir diverse Tips zur Freizeitgestaltung in und um Sydney herum geben.

Eine Frühzeitige Buchung von Unterkünften ist zu empfehlen, im Zweifel kann man aber auch in einem der zahlreichen Hostels eine Langzeitmiete abwickeln. Australien ist ja immerhin das Home of Backpacking.

Ich habe mir über [www.gumtree.com](http://www.gumtree.com) zu Beginn meines Tertials ein Mountainbike gekauft, um mobil in der Stadt zu sein. Am Ende habe ich es über diese Ebaykleinanzeigen ähnliche Website wieder verkauft. Der öffentliche Nahverkehr in Sydney ist jedoch so gut ausgebaut, dass sich die Nutzung von Bahn und Bus vollkommen empfehlen lässt.

## **Freizeitgestaltung**

Australien bietet eine überwältigende Natur. Da man nicht weiß, wie häufig man im Leben bis an das "andere Ende der Welt" reisen wird, empfiehlt es sich, bei gesplittetem Tertial 5 Tage aus dem deutschen Tertial, sowie 5 Tage aus dem australischen Tertial aufzuwenden, um das PJ dort mit einer 14 Tägigen Rundreise (mit Wochenenden) zu beginnen.

Empfehlenswert wäre beispielsweise ein Flug nach Perth, die Reise von dort nach Adelaide und eine Tour an der Great Ocean Road bis Melbourne, bevor man sich auf den Weg nach Sydney macht.

Aber auch innerhalb Sydneys hat man die Natur direkt vor der Tür, so dass man die Abende am Wasser verbringen muss.

Der Botanische Garten, die Blue Mountains, sämtliche Küstenabschnitte bieten Großstadtleben einer anderen Dimension, mit Naherholungsgebieten überall. Versteckte "Bushwalks" in der eigenen Nachbarschaft (Spit Bridge to Manly Walk), öffentliche Grillplätze an den Stränden, die man gerne mit den anderen Studenten nutzen lernt, Küstenspaziergänge wie der legendäre "Bondi Beach nach Coogee Beach Walk".

<http://www.walkingcoastalsydney.com.au>

Für Aktivitäten innerhalb der Stadt empfehle ich den Blick auf die städtische Homepage, da dort alle Events aufgelistet werden, die an den jeweiligen Tagen stattfinden. So erfährt man von Schwimmwettkämpfen, Segelfahrten, Konzerten, Theaterstücken, Operetten und weiteren öffentlichen (im großteil kostenlosen) Veranstaltungen wie etwa der Mardy Gras Parade oder dem Future Music Festival.

<http://whatson.cityofsydney.nsw.gov.au/>

Bei der Ankunft am Flughafen empfehle ich das Multizone 1 Ticket zu kaufen, das für Bus und Bahn für 7 Tage gilt. Es kostet 55\$, da man in der ersten Woche aber das meiste Sightseeing macht, lohnt es sich meiner Meinung nach! Danach kann man wesentlich günstiger mit 10er Fahrkarten für den Bus und für die Bahn durch die Stadt kommen.

Als Handykarte hatte ich die Prepayd Option von Lebara mobile unlimited. Für 59\$/30 Tage kriegst du SMS flat, Handyflat in alle weltweiten Mobil und Festnetze, sowie 2gb internet.

Um die Stadt richtig kennen zu lernen empfehle ich am Anfang die „free city tour“. Die eine führt durch den Stadtkern und die andere beinhaltet "the rocks".

<http://www.imfree.com.au/sydney/index.html>

Der Manly Walk ist ein MUSS. Dafür startet ihr am besten an der Spit Bridge im Norden Sydney's. Dorthin fahren mehrere Busse aus Richtung Stadt nach Manly Beach. Von hier aus müsst ihr nur noch den Schildern folgen. Es sind so 2-3h zu Fuß bis nach Manly. Also entsprechendes Schuhwerk anziehen und Kamera nicht vergessen. In Manly könnt ihr dann an den Manly Beach und mit der Fähre wieder in die Stadt. An der Fähre ist auch ein Aldi, wenn ihr mal günstiger einkaufen wollt. Bus nach Manly ab dem Krankenhaus oder St Leonards: 143 oder 144. Die Fahrer lassen dich raus wo du aussteigen musst, wenn du fragst. Manly beach ist DER Surfspot in der Stadt. Im Februar finden dort die Australian Open of Surf statt.

In Manly selber ist ein super schöner National Park, von wo aus man in der entsprechenden Jahreszeit auch Delphine und Wale sehen kann, auch hier ein Link:

<http://www.nationalparks.nsw.gov.au/Sydney-Harbour-National-Park/Manly-Scenic-Walkway/walking>

In der Stadt gibt es 10000 WLAN spots, z.B. am Guest House am Circular Quay und bei Apple und und und. Einfach WLAN anlassen und surfen.

Falls ihr feiern gehen wollt, haben mir die Australier den Club "IVY" empfohlen. Ich war selbst nicht dort, er soll aber wirklich sehr gut sein. Ich glaube vor 21 oder 19h kommt man Donnerstags umsonst hinein, da müsste man sich aber nochmal genauer erkundigen.

<https://www.facebook.com/ivybar>

Ein anderer Tipp, den ich euch geben kann ist, in die "Opera Bar" zu gehen. Direkt am Opera House mit Live Musik jeden Abend und das Beste: die Drinks sind nicht teurer als in anderen Bars. D.h. man hat die beste Aussicht für einen fairen Preis und kann bei etwas Glück die Einfahrt oder das Ablegen einer großen Kreuzfahrtschiffs beobachten.

Ein schöner Ort, um abends mal was zu trinken ist "The Winery". Könnt euch den Link angucken, Link: <http://thewinerysurryhills.com.au/>

Meine Lieblingsbar war die "The Establishment Bar", eine andere schicke Location ist die "The Water Bar".

Falls man mal ein Auto mieten muss (z.B. für die Gold Coast Tour oder für ein Wochenende in Sydney, empfehle ich "Budget" (günstigste Preise).

Für die Gold-Coast-Tour, die von vielen Studenten an einem Wochenende ab Melbourne (Flug Syd-Mel ca. 80\$) organisiert wird, kann ich das "Port Campbell Hostel" empfehlen, um einen Zwischenstop auf der Tour im routentechnisch günstig gelegenen Port Campbell zu machen. Für eine Übernachtung in Melbourne empfehle ich das Hostel "The Nunnery".