

## PJ-Bericht: Innere Medizin im Nepean Hospital, Sydney, Australien

### **Vorbereitung und Bewerbung**

Ein Tertial im englischen Ausland während meines PJ absolvieren zu können war bereits seit längerem mein Wunsch. Da ich aus mehreren Quellen erfahren habe, sich vor allem im Ausland bereits früh zu bewerben, habe ich dieses ca. 2 Jahre vor PJ-Start begonnen. Dieser Zeitraum ist für viele beliebte Länder erforderlich, vor allem auch in Australien. Nach ausführlicher Internet Recherche (PJ-Ranking, Electives Network, etc.) wollte ich gerne in eines der Krankenhäuser der Sydney University. Nachdem ich viele Häuser kontaktiert habe, bekam ich relativ kurzfristig eine positive Antwort von Denise Thornhill, der Koordinatorin der Electives im Nepean Hospital in Penrith, Sydney. Denise erzählte mir ausführlich was ich für eine Bewerbung und einen Platz in Penrith tun müsste und welche Unterlagen sie wann brauchen würde. Die Kommunikation verlief ausnahmslos per E-Mail und Denise antwortete immer innerhalb der nächsten Tage. Lediglich ein paar Unterlagen musste ich gegen Ende des Bewerbungsprozesses per Post nach Australien schicken.

Das Elective kostet für 8 Wochen knapp 800 Euro Studiengebühren, für 16 Wochen deutlich mehr. An Unterlagen benötigte ich:

- mehrere Dokumente von Denise, die man nur ausfüllen braucht (Schweigepflichtserklärung und Personalfragebogen, etc.)
- gültige Standardimpfungen (der eingescannte Impfausweis ist völlig ausreichend)
- Letter of recommendation (erhältlich durchs ZIB Med)
- Führungszeugnis (auf Deutsch ist völlig ausreichend)
- Kopie des Reisepasses...

Denise benötigt außerdem für das Elective eine Mitgliedschaft bei MIPS, einer für Studenten kostenlosen Haftpflichtversicherung für den Zeitraum im Ausland. Eine Auslandsrankenversicherung habe ich dann noch über das MLP für 5 Euro im Jahr abgeschlossen.

Zusätzlich zu der Bewerbung bei Denise, kann man auch ein Zimmer in der Student Accomodation in unmittelbarer Nähe des Krankenhauses (5 Min zu Fuß) buchen. Hier kostet ein Einzelzimmer in einer 3er WG mit Küche, Bad und Wohnzimmer 150 AUD pro Woche.

Bezüglich des Visums stellt das Krankenhaus keine Ansprüche, aber Denise rät jedem sich gut zu informieren. Ich bin ohne Probleme mit einem normalen Urlaubsvisum (max. 3 Monate) eingereist.

## Unterkunft und Lage

Das Nepean Hospital gehört zur Medical School der University of Sydney und liegt in Penrith. Das Krankenhaus ist ein großes Haus mit 520 Betten und fast allen Abteilungen. Penrith ist ein Vorort im Westen von Sydney und liegt auf halber Strecke zum Blue Mountains Nationalpark. In die Innenstadt sind es ca. 60km, die man aber problemlos mit dem Zug zurücklegen kann. Eine Zugfahrt kostet umgerechnet ca. 3,30 Euro und dauert eine Stunde, also echt günstig im Vergleich zu den deutschen Preisen. Man sollte sich unbedingt eine kostenlose Opal Card besorgen und diese dann mit Guthaben aufladen, da das Fahren mit der Opal Card günstiger ist als Einzeltickets. Monatstickets gibt es leider keine, aber am Sonntag zahlen alle nur 2,50 AUD für den gesamten Tag und man kann mit der Opal Card nicht mehr als 15 AUD pro Tag verbrauchen. Vom Krankenhaus und auch von der Unterkunft ist die Haltestelle Kingswood am nächsten gelegen (ca. 5 Min zu Fuß). Denise empfiehlt es aber vor allem nachts nach Penrith mit dem Zug weiterzufahren und dann ein Taxi zur Unterkunft zu nehmen, da die Haltestelle in Kingswood nicht überwacht ist. Wir sind dennoch immer in Kingswood aus- und eingestiegen, aber wenn man als Frau alleine unterwegs ist würde ich Kingswood vielleicht nachts auch lieber meiden.

Die von der Uni gestellte Unterkunft sowie auch das Krankenhaus liegen im Stadtteil Kingswood, der zu Penrith gehört. Kingswood ist sicherlich nicht der schönste Vorort Sydneys und zu unternehmen gibt es dort auch nichts, aber man ist wirklich schnell in der Stadt und auch zu Fuß nach Penrith in das Shopping Center oder ins Kino (Dienstags ist Kinotag) kann man mal laufen. Die nächste Einkaufsmöglichkeit ist ein Aldi den man in guten 15 Min von der Unterkunft erreichen kann. Leider ist Aldi nicht wirklich günstiger als die anderen beiden großen Supermärkte in Australien (Coles und Woolworth), aber das in Australien alles etwas bis deutlich teurer ist als in Deutschland ist ja bekannt.

Schön ist vor allem auch die Lage zu den Blue Mountains, da die Zugfahrt von Penrith aus auch nur eine Stunde beträgt. Diesen Nationalpark sollte man sich wirklich nicht entgehen lassen und auch ein paar Wanderungen dort unternehmen, denn es ist wirklich super schön durch die Eukalyptuswälder und an Wasserfällen entlang zu wandern.

Als Alternative zu der Unterkunft in Kingswood haben sich auch schon manche PJler Unterkünfte in Sydney gesucht. Diese sind im Verhältnis meist teurer und man muss jeden Tag zum Krankenhaus pendeln, aber wenn man gerne in Sydney City leben möchte, ist dieses auch sicherlich eine Option. In der Unterkunft neben dem Krankenhaus wohnen meist nur Studenten oder Interns (also Ärzte im 1. Jahr). Leider gibt es keinen gemeinsamen Aufenthaltsraum in dem Haus, aber sobald man sich einmal kennt hat jede Wohnung ein Wohnzimmer und einen Balkon als Treffpunkt. Die Wohnungen bestehen aus 2-3 Zimmern mit Einzel- oder auch Doppelbetten, einem Bad, Küche und Wohnzimmer sowie Balkon. Die Küchen sind vollständig ausgestattet (mal gibt es mehr oder weniger Geschirr, je nach Vorgänger), im Wohnzimmer gibt es einen Fernseher und Sofas. Die Zimmer haben meist ein Bett, Tisch, Kommode, Platz zum Aufhängen und einen Stuhl. Leider gibt es in dem Haus noch kein WLAN, dieses soll aber bis 2018 installiert werden. Außerdem fehlt im

Hochsommer die Klimaanlage. Zu meiner Zeit (Januar/Februar) gab es einige Tage an die 40°C oder sogar mehr und dann war es tagsüber in Kingswood und Umgebung nicht auszuhalten. Ich bin dann immer mit den anderen PJlern in die Stadt oder in die Blue Mountains geflüchtet bis es sich abends etwas abgekühlt hatte. Manche Nächte war es allerdings wirklich zu warm. Wichtig ist hier auch zu versuchen ein Zimmer im Erdgeschoss zu bekommen, da es oben deutlich wärmer ist als unten. Einen Ventilator bekommt man gestellt, allerdings kann der bei 40°C auch nichts mehr ausrichten. Um der Hitze zu entgehen oder WLAN zu haben kann man auch jederzeit in das Clinical School Building auf der anderen Seite des Krankenhauses gehen (ca. 10 Min zu Fuß), da dieses klimatisiert ist. Dort gibt es PCs, einen Drucker und auch Eduroam für den eigenen Laptop. Außerdem gibt es dort einen Aufenthaltsraum mit Kicker, Tischtennisplatte und Billiard-Tisch.

Für mobiles Internet kann man sich sehr einfach in Australien eine Prepaid-Card für ca. 30AUD in den großen Supermärkten besorgen. Hierfür bekommt man unlimitierte Freiminuten und ca. 3 GB Internet. Es gibt aber auch immer gute Neukunden Angebote mit deutlich mehr GB.

Sydney ist eine tolle Stadt in der es unglaublich viel zu sehen, erleben und unternehmen gibt. Ob man den etwas weiteren Weg an den Strand macht (hier unbedingt den Bondi to Coogee Walk laufen) oder einfach die tolle Atmosphäre am Hafen genießt oder über einen der zahllosen Märkte schlendert... Man kann sich hier nicht langweilen. Wer kulturell interessiert ist sollte sich unbedingt nach vergünstigten Rush Tickets an der Oper oder in den Musicals/Theatersälen erkundigen. Highlights im Sommer sind natürlich das New Years Feuerwerk und auch der Australia Day am 26.01. Wer dennoch mal genug von Sydney haben sollte, für den gibt es wenn man nicht allzu spät bucht günstige Flüge nach Melbourne, Brisbane oder Cairns mit dem Great Barrier Reef. Wer zufällig noch Urlaubstage hat und diese in Australien ausleben möchte, dem kann ich nur die Route von Cairns nach Sydney mit einem Camper empfehlen – unglaublich toll!

### **Krankenhausalltag**

Am ersten Tag werden alle overseas medical students von Denise begrüßt und man bekommt seine Unterlagen sowie alle nötigen Infos bezüglich Sydney, Penrith und dem Krankenhaus. Nach der Orientation hat man die Möglichkeit einkaufen zu gehen, einzuziehen oder nach Sydney reinfahren, denn es geht erst am nächsten Tag im Krankenhaus los.

Normalerweise beginnt man auf Station um 8 Uhr oder etwas später. Meist startet dann der Tag mit der Visite (=ward round), dann geht man noch zu Konsilen oder in die Notaufnahme um Patienten aufzunehmen. In manchen Abteilungen gibt es zusätzlich noch sogenannte clinics, an denen man gerne teilnehmen kann. Zu den clinics kommen ambulante Patienten meist zur Verlaufskontrolle oder um neu eingestellt zu werden. In den meisten internistischen Abteilungen sind die overseas med students zum Lunch nach Hause

gegangen. Theoretisch gibt es im Krankenhaus eine Kantine, aber die wird von den Ärzten eher gemieden und soll auch recht teuer bzw. nicht so lecker sein. Nachmittags waren wir eigentlich nur zu den clinics im Krankenhaus, denn der Stationsalltag ist sonst nicht sonderlich spannend, da die Interns nach der ward round nur noch Patienten entlassen und Konsile oder Untersuchungen anmelden.

Das australische und das deutsche System unterscheiden sich in einigen Punkten. Auf den Stationen läuft unheimlich viel Personal (Physiotherapeuten, Sozialpädagogen, Pflegepersonal, Ernährungsberater, Stationssekretäre, etc...) rum. Somit ist es immer ziemlich wuselig und laut. Die Ärzte sind in Teams eingeteilt und jeweils mehreren Consultants (ähnlich einem Oberarzt) zugeteilt. Die Teams bestehen meist aus einem Intern oder Resident (1. oder 2. Jahr), einem Registrar (ab 3. Jahr) und eventuell noch einem Advanced Trainee (ab 4. Jahr). Die Consultants kommen in den meisten Abteilungen nicht täglich um ihre Patienten zu sehen, sondern erkundigen sich viel telefonisch oder per SMS. Die einzelnen Teams haben meist nicht mehr als 7 oder 8 Patienten und somit viel mehr Zeit für einen Patienten und zur Untersuchung. Außerdem haben die meisten Ärzte auch echt gern erklärt und sich häufig auch Zeit genommen um den Studenten etwas zu zeigen oder beizubringen. Insgesamt hat man als overseas medical student wenig Praktisches zu tun und schaut eher zu, genießt aber gleichzeitig ein hohes Ansehen. Patienten untersuchen, Anamnese erheben, Blutabnehmen, Viggos legen, kleinere Stationsaufgaben wie MMSE kann man aber immer machen, wenn man will und es sich zutraut. Außerdem kann man auch immer bei allen Untersuchungen dabei sein.

Die 8 Wochen werden meist in 2 Rotationen eingeteilt. Ich war z.B. 4 Wochen in der Endokrinologie und 4 Wochen in der Gastroenterologie. In der Endo haben wir immer nur ein paar eigene Patienten betreut, die meiste Zeit mussten wir Konsile besuchen um den Blutzucker vernünftig einzustellen. Interessant waren hier vor allem die clinics (diese sind im Januar aber meist noch nicht wieder angefangen, da noch Sommerferien sind). Auf der Gastro hatten wir deutlich weniger Konsile und mehr stationäre sowie ambulante Patienten zu betreuen. Interessant war es auch immer in der Notaufnahme, wenn neue Patienten ins Krankenhaus gekommen sind. Hier müssen die Patienten erst einmal aufgenommen und untersucht werden, bevor es dann auf die Station geht.

Die Australier tragen keine weißen Kittel im Krankenhaus. Es wird von allen ein schicker Dresscode erwartet, also Männer mit Anzughose (zumindest keine Jeans), schicken Schuhen und Hemd und Frauen im Kleid oder Bluse mit Dresspants. Die meisten Ärztinnen tragen Kleidchen und Ballerinas oder schicke geschlossene Schuhe. Man beachte allerdings, dass die Krankenhäuser in Australiern sehr gut klimatisiert sind, also lieber etwas mehr als weniger anziehen. Lediglich auf der Intensivstation tragen die Ärzte Kasacks oder Kittel, aber die bekommt man dann vor Ort.

Damit wir das Tertial angerechnet bekommen konnten, mussten wir für die Sydney University ein Tagebuch schreiben. Hier war es Denise wichtig, dass an jedem Tag kurz drin stand was wir so gemacht oder gesehen hatten und dass das Tagebuch am Ende der

Rotation von einem der Ärzte unterschrieben wurde. Mit dem unterschriebenen Tagebuch gab es am Tertialende die Unterschrift für beide Bescheinigungen von Denise. Also alles sehr einfach. Nach Absprache mit den betreuenden Ärzten ist es auch kein Problem mal einen Tag frei zu nehmen, so dass man auf jeden Fall genug Zeit hat Sydney und Umgebung zu erkunden.

## **Fazit**

Jederzeit wieder! Australien ist ein unfassbar tolles Land mit unglaublichen Möglichkeiten und super freundlichen Einwohnern. Auch wenn man im Krankenhaus nicht so intensiv eingesetzt wird wie in Deutschland, lernt man im Krankenhaus dennoch etwas und umso wichtiger ist hier der Freizeitfaktor. Wer also Lust auf medical English, tolles Wetter und eine gute Work-Life-Balance hat und etwas Geld erspart hat (Australien ist einfach ein teures Land, aber wir arbeiten ja schon bald genug), der sollte unbedingt etwas Urlaub vor- oder nachher einplanen und dieses Land besuchen.