Praktisches Jahr in der Neurologie in Aalborg/Dänemark

1) Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Da ich bereits mein erstes Tertial in Dänemark, in meinem Fall in Aarhus in der Thoraxchirurgie verbracht habe, war die Vorbereitung und Eingewöhnung auf ein weiteres Tertial in Dänemark recht kurz. Ich habe kurz vor dem Aufenthalt mich ein wenig in das Fach Neurologie eingelesen und versucht mir einige dänische Wörter, die in der Neurologie gebräuchlich sind anzueignen. Auf das Tertial an sich bin ich eher mit Zufall gekommen, eigentlich war ein Aufenthalt in Lübeck im Fach Kinder/Jugendpsychiatrie geplant.

Meine Mentorin in Aarhus empfahl mir jedoch, das dritte Tertial bei ihrem Mann, ebenfalls Deutscher, in Aalborg zu machen. Da es in der Vergangenheit einige Probleme mit der Anerkennung des Dekans gab schrieb ich diesem zuerst eine Mail. Eine Sekretärin des Dekans leitete diese dann, ohne mein Wissen, an einen weiteren deutschen Oberarzt, Lorenz Oppel, weiter, mit dem ich dann die restliche Zeit in Kontakt stand.

Die Anerkennung an sich war leider ein großer Kampf, letztendlich wurde jedoch eine Einigung mit dem Prodekan für Lehre erzielt. In Aarhus war die Anerkennung problemlos gelaufen, in Aalborg hatte man Angst, mir Studienleistungen wie Gehalt bezahlen zu müssen, weil man in Rechten und Pflichten den dänischen Studenten gleichgestellt ist. Das Krankenhaus an sich war glücklicherweise bereits vom LPA anerkannt worden in der Vergangenheit.

Versicherungstechnisch wurde vom ZibMed alle relevanten Versicherungen benötigt, Impfungen jedoch nicht, auch vom Krankenhaus nicht. Ich musste generell keine Bescheinigung vorweisen, auch keine des 2. Staatsexamens.

Für die Arbeit im Krankenhaus ist es essenziell eine CPR Nummer zu haben, da über diese alles läuft, Krankenhauszugang, Einsicht in Patientenakten etc. Die zuständigen Ärzte helfen da aber sicherlich gerne, ich hatte meine aufgrund meines vorherigen Aufenthalts in Dänemark bereits schon. Mit der CPR Nummer ist man auch automatisch in Dänemark krankenversichert, beitragslos für Studenten.

Aufgrund meines vorherigen Aufenthalts hatte ich den Vorteil, dass ich schon recht gut dänisch gesprochen habe. In Aalborg wird ein sehr klares und leicht verständliches Dänisch

geredet. Über die Hälfte der Abteilung sind zudem selbst Ausländer, die auch noch einmal langsamer und deutlicher sprechen. Theoretisch ist es auch möglich das PJ mit Deutsch (es gibt aktuell 5 deutsche Ärzte in der Neurologie) oder Englisch zu absolvieren, wenn man sich jedoch einbringen möchte, eigene Patienten betreuen oder in der manchmal sehr lange dauernden Morgenbesprechung etwas verstehen will, sollte man sich vorher einige Dänischkenntnisse aneignen. Ich habe über ein Jahr vor dem Aufenthalt angefangen Dänisch zu lernen. Zuerst mit einer kostenlosen App namens Duolingo, danach habe ich mir das Langenscheidbuch Dänisch für Anfänger besorgt. Dort bekommt man eine gute Grundlage für Grammatik und Vokabeln. Darauffolgend habe ich einen Online – Sprachkurs gebucht und dort noch einmal knapp 7000 Vokabeln gelernt.

Trotz aller Vorbereitungen habe ich mich dennoch öfters überfordert gefühlt, da man eben nicht einfach das sagen kann, was man möchte, aufgrund der Sprachbarriere. Einige Patienten, vor allem aus der Westküste sind zudem sehr schwer verständlich.

2) Der Aufenthalt

Da man sich nicht in die Uni einschreiben kann entfallen auch jegliche Studiengebühren. Das Krankenhaus bietet jedoch keinen Lohn an und es gibt auch keine Vergünstigungen in der Kantine etc.

Eine Wohnung zu finden war recht einfach. Zum einen bietet das Krankenhaus kleine, sehr marginal eingerichtete Arztwohnungen für wenig Geld an, zum anderen kann man zur Zwischenmiete auch viele Angebote erhalten.

Die Lebenshaltungskosten in Dänemark sind sehr teuer. Eine Wohnung unter 600 – 700 Euro zu finden ist sehr schwierig. Auch das tägliche Leben ist nicht günstig. Ein Bier in einer Bar kostet umgerechnet 8 Euro, ein Mittagessen bis zu 20 Euro usw. Lebensmittel sind deutlich teurer als in Deutschland und auch Freizeitaktivitäten sind meist nicht unter 20 Euro zu finden. Insgesamt würde ich sagen muss man mit etwa 1.5x so viel Geld rechnen wie in Deutschland. Ich habe mit meiner Freundin zusammengewohnt, da konnte man gut Geld sparen. Am Ende habe ich knapp 750 Euro pro Monat ausgegeben für Miete und Lebenshaltungskosten.

Öffentliche Verkehrsmittel sind in Aalborg rar gesäht, man kann jedoch mit dem Fahrrad alles schnell erreichen. Aalborg hat einen Bahnhof von dem man gut nach Hamburg und Kopenhagen sowie Odense und alle anderen Großstädte kommt.

In der Klinik selbst konnte ich viele verschiedene Aufgaben übernehmen. Die Neurologie ist aufgeteilt über zwei Krankenhäuser, Krankenhaus Nord und Süd. Im südlichen Abschnitt befindet sich die Strokeunit, im nördlichen die allgemeine Neurologie mit Ambulatorien. Morgens um 8 beginnt die Frühbesprechung, die je nach Wochentag von Röntgenkonferenz oder einer Weiterbildung begleitet wird. Um 9 Uhr geht dann jeder zu seinem Arbeitsplatz. Ich konnte sowohl in der allgemeinen Neurologie als auch auf der Stroke Unit jeden Tag eigene Patienten betreuen, ohne, dass einem ständig jemand über die Schulter schaut. Darüberhinaus kann man in alle Ambulatorien mitgehen und mit Patienten sprechen und viele verschiedene Krankheiten sehen. Das Team ist sehr nett und hat ich mit offenen Armen empfangen und jeder wollte mir etwas beibringen. Leider muss man, für deutsche Studenten ungewöhlich, sehr viel Eigeninitiative zeigen. Keiner macht einem einen Plan, das sorgt dafür, dass man in seiner Tagesgestaltung frei ist, man muss aber auch jeden Tag fragen, ob es in Ordnung ist bei der jeweiligen Person mitzugehen.

Wenn es kein spannendes Ambulatorium gab bin ich stets in die Kliniken und habe eigene Patienten betreut. Es wurde mich auch angeboten dort bereits fest zu arbeiten und Gehalt zu bekommen während des PJs, was ich aufgrund der leichten Sprachbarriere und fehlender Neurologiekenntnisse ausgeschlagen habe. Theoretisch ist dies jedoch möglich.

Mit anderen dänischen Studenten hatte ich wenig Kontakt, da diese Semesterferien hatten. Es waren jedoch eine deutsche Famulatin, eine französische Praktikantin und ein italienischer Praktikant anwesend, mit denen ich viel Zeit verbracht habe.

Positiv lässt sich auf jeden Fall sagen, dass man hier im PJ sehr viel lernt. Man kann in alle Bereiche der Neurologie reinschnuppern und auch praktische Fähigkeiten erlernen. Dies ist auch Mitverdienst des lehrbeauftragten Oberarztes Lorenz Oppel, der sich sehr viel Mühe gibt und auch privat ein sehr netter, umgänglicher Mensch ist. Man hat bei allen Kollegen das Gefüh, dass man mehr ist als nur ein Mitarbeiter, viele der Arbeiter sind auch privat miteinander befreundet.

Nicht so gut gefallen hat mir, dass man am Anfang relativ ins kalte Wasser geworfen wurde. Da sich kein Arzt für einen zuständig fühlt musste ich am Anfang oft über meinen Schatten springen und mir noch fremde Menschen nach Hilfe fragen. Zudem wurde ich sofort eingebunden, da einigen wohl mein Studentenstatus nicht ganz bewusst war. Als ich an Tag 2 bereits ein Ambulatorium leiten sollte, ohne überhaupt das Computersystem zu kennen oder gar zu wissen, wie die Abteilung aufgebaut ist, das war dann doch sehr abschreckend und überfordernd. Letztendlich hat mir dies jedoch auch geholfen mich mehr zu integrieren und

mehr Aufgaben zu übernehmen. Zwischendurch habe ich mich nur in Ambulatorien aufgehalten und dabei oft gelangweilt, da diese doch auf Dauer repetetiv sind. Dies war jedoch meine eigene Schuld, da ich ja jederzeit die Möglichkeit hatte eigene Patienten zu betreuen. In den letzten Tagen habe ich dann voll integriert wie ein richtiger Arzt gearbeitet und auch pro Tag eine Menge Patienten versorgt. Daher würde ich ein Tertial hier auch nur empfehlen, wenn man einigermaßen Dänisch spricht oder gewillt ist dies zu lernen. Ohne Dänischkenntnisse wird man sich in der Neurologie auf Dauer langweilen.

Die generelle Arbeit ist in Dänemark übrigens sehr viel entspannter. Für die meisten ist der Tag um 15 Uhr vorbei, je nach Besetzung betreut man 4-5 Patienten am Tag. In Deutschland undenkbar.

Ich kann einen Aufenthalt in der Neurologie in Aalborg wirklich jedem empfehlen, der interessiert an dem Fach und dem Land Dänemark ist. Die Ausbildung ist absolute Extraklasse, man wird gefordert und auch gefördert. Wer nicht vor der dänischen Sprache zurückschreckt wird hier ein super Tertial verbringen, viele nette Menschen kennenlernen und vor allem ein Gesundheitssystem erleben, dass frei von jeglichen Hierarchien ist. Die Arbeitsbelastung ist aufgrund mehr als ausreichender Anzahl von Mitarbeitern auch deutlich geringer, was die Arbeitsmoral steigen lässt. Alle Mitarbeiter sind extremst freundlich, gut gelaunt und helfen einem so gut sie können. Für junge und auch ältere Ärzte ist Dänemark bezüglich Lebensbedingungen und vor allem auch Work/Life Balance ein Traum und ich kann nur aus ganzen Herzen empfehlen sich zu trauen und dort das PJ zu verbringen.