

PJ Tertian Innere Medizin: März bis Juni 2024 in der Kardiologie des CHU Pointe-à-Pitre in Guadeloupe/Frankreich

Vor dem Auslandsaufenthalt

Meine Entscheidung, ein PJ-Tertian in Guadeloupe zu absolvieren, wurde von meinem Wunsch geprägt, medizinische Erfahrungen in einem frankophonen Umfeld zu sammeln und gleichzeitig eine tolle Zeit in der Karibik zu erleben. Guadeloupe, als französisches Überseegebiet, bot mir diese Möglichkeiten.

Der Bewerbungsprozess für das CHU Pointe-à-Pitre gestaltete sich unkompliziert. Zunächst habe ich mich für ein „stage d’externat“ beworben und hierfür ein Motivationsschreiben mit Lebenslauf an Dr. Larifla (laurent.larifla@chu-guadeloupe.fr), den Chefarzt der kardiologischen Abteilung, gesendet. Bereits am nächsten Tag kam die Zusage von Dr. Larifla, und einige Wochen später folgte die offizielle Bestätigung der Verwaltung (Direction des Affaires Médicales) durch Mme. Ramsahai (sandra.ramsahai@chu-guadeloupe.fr).

Das Learning Agreement (convention de stage) und der Nachweis einer Berufshaftpflichtversicherung mussten vor PJ-Antritt an Frau Ramsahai eingereicht werden. Dies war entweder per E-Mail oder persönlich vor Ort möglich. Trotz meiner positiven Erfahrung solltet ihr euch so früh wie möglich bewerben, da ich schon von vielen gehört habe, die ewig auf eine Antwort gewartet haben. Schreibt unbedingt in eure Bewerbung, dass ihr im letzten Jahr (von insgesamt sechs Jahren) Eures Studiums seid. Außerdem dauert es Ewigkeiten auf PJ Bescheinigungen zu warten. Beachtet auch hierbei dass in den französischen Semesterferien die medizinische Fakultät in Guadeloupe geschlossen ist und WIRKLICH nicht erreichbar ist.

Hier noch ein paar nützliche Begriffe für eure Bewerbung:

- Stage d’externat = PJ (bzw. Praktikum innerhalb des Medizinstudiums)
- Externe = PJ’ler (bzw. Praktikant im Medizinstudium)
- Interne = Assistenzarzt
- 2ème cycle des études de médecine = entspricht Klinik + PJ
- 3ème cycle des études de médecine = Assistenzarztzeit/Facharztausbildung

Das CHU Pointe-à-Pitre wird von den deutschen Landesprüfungsämtern als Lehrkrankenhaus anerkannt, was mir auch von der Uni Köln bestätigt wurde. Setzt euch frühzeitig mit dem ZIB Med in Verbindung. Sie können euch zum PJ im Ausland und zu Förderungsmöglichkeiten informieren. Für das PJ in Guadeloupe kann tatsächlich eine Förderung durch Erasmus+ beantragt werden, da Guadeloupe zur EU gehört. Das ZIB Med veranstaltet auch ein Seminar zum PJ im Ausland, an dem es sich lohnt teilzunehmen.

Für meinen Aufenthalt in Guadeloupe war der Abschluss einer Berufshaftpflichtversicherung, die auch Tätigkeiten im Ausland abdeckt, obligatorisch. Zusätzlich habe ich eine Auslandskrankenversicherung sowie eine Unfallversicherung abgeschlossen. Bezüglich der Impfungen habe ich lediglich sichergestellt, dass meine Standardimpfungen auf dem neuesten Stand waren. Spezielle Reiseimpfungen waren für Guadeloupe nicht erforderlich. Zwar gibt es dort ein leichtes Risiko einer Dengue-

Fieber-Übertragung, aber unter den anderen PJ-Studierenden habe ich niemanden getroffen, der gegen Dengue geimpft war. Lasst euch hierzu individuell beraten.

Da Französisch meine Muttersprache ist, hatte ich keine sprachlichen Barrieren zu überwinden. Ein offizieller Sprachnachweis ist für das PJ in Guadeloupe nicht erforderlich. Obwohl viele Mitarbeiter im Krankenhaus Englisch sprechen, ist es vorteilhaft, zumindest grundlegende Französischkenntnisse zu haben, um den Klinikalltag vollständig nutzen zu können. Dies solltet ihr unbedingt beachten.

Der Auslandsaufenthalt

Für die ersten Wochen hatte ich mir eine Unterkunft über Airbnb in Le Gosier gemietet. Mein Plan war es, von dort aus eine WG (fr. colocation) zu suchen. Es gibt viele WGs in Häusern, teilweise mit Pool, die man auf leboncoin.fr finden kann. Schließlich habe ich auch über leboncoin.fr eine Wohnung am Strand von Pointe de la Verdure in Le Gosier entdeckt. Diese wurde eigentlich tageweise vermietet, aber ich schlug eine monatliche Miete zu einem anderen Tarif vor, was akzeptiert wurde.

Die Lebenshaltungskosten auf Guadeloupe sind generell höher, was sich insbesondere bei Lebensmitteln und alltäglichen Einkäufen bemerkbar macht. Frisches Obst und Gemüse sind jedoch auf den Märkten günstiger. Insgesamt muss man sein Budget sorgfältig planen, um den Aufenthalt finanziell gut zu meistern. Guadeloupe ist alles andere als eine günstige Region, was man sich unbedingt vorher klarmachen sollte.

Busse sind das Hauptverkehrsmittel auf Guadeloupe. In PJ-Berichten habe ich immer wieder gelesen, dass die Busse unzuverlässig seien. Andererseits habe ich während meines Aufenthaltes mehrere Menschen getroffen, die täglich den Bus nutzten und von guten Erfahrungen berichteten.

Wenn man die Insel erkunden und mehr Freiheit haben möchte, lohnt sich ein Mietwagen. Die besten Preise findet man bei lokalen Autovermietern über Rentiles.fr oder westindiescar.free.fr. Ich persönlich habe mir zu Beginn des Aufenthaltes einen Gebrauchtwagen gekauft, um die Mietkosten zu sparen, was sich besonders bei zwei Tertialen auf Guadeloupe lohnt.

Im CHU Pointe-à-Pitre war ich in der kardiologischen Abteilung tätig. Der Dienst begann montags und freitags um 8:00 Uhr und an den anderen Tagen um 8:30 Uhr.

Im PJ gab es prinzipiell keine Verpflichtungen. Die PJ-Aufgaben, die wir aus Deutschland kennen, werden in Frankreich von Krankenpflegern durchgeführt, wie z.B. Blutabnahmen. In Frankreich kann man sich daher auf die ärztlichen Aufgaben konzentrieren, weshalb meines Erachtens die Vorbereitung auf den ärztlichen Beruf hier besser und vor allem effizienter ist, da wir gegen Mittag bereits gehen durften. Wenn man nachgefragt hat, wurden einem die jeweiligen Prozeduren erklärt und man konnte auch unter Anleitung arbeiten. Die "Internes" haben uns Patienten zugeteilt, die wir untersuchen durften. Es besteht die Möglichkeit, den Kardiologen beim Herzkatheter über die Schulter zu schauen.

Letztendlich konnte ich in der Kardiologie mein medizinisches Wissen nochmal gut in die Praxis einbringen und dabei noch einiges dazulernen. Das PJ hat sich definitiv gelohnt.

Die kardiologische Abteilung ist zeitgemäß ausgestattet, und die Versorgung unterscheidet sich nicht wesentlich von der in deutschen Krankenhäusern. Das Gebäude

ist jedoch in die Jahre gekommen, weshalb derzeit eine neue Uniklinik mit moderner Architektur gebaut wird. Die neue Klinik wird nicht mehr in Pointe-à-Pitre, sondern in Les Abymes sein.

Persönlich hat mich die Zeit auf Guadeloupe enorm bereichert. Die Zusammenarbeit in einem internationalen Team und die Auseinandersetzung mit einer anderen Kultur haben meine persönliche Entwicklung gestärkt.

Guadeloupe ist eine paradiesische Insel mit einer reichen Kultur und vielfältigen Freizeitmöglichkeiten. Kein Wunder, dass – Achtung Funfact – die TV-Serie "Death in Paradise" hier gedreht wird.

Es gibt unzählige Strände, an denen man sich sonnen und das angenehm temperierte Wasser genießen kann. Zudem gibt es den Nationalpark Guadeloupe, einen von Frankreichs elf Nationalparks. Der tropische Regenwald mit seinen unzähligen Wasserfällen und Pflanzenarten ist einfach nur magisch und pure Wellness für die Seele. Beim Tauchen in den Korallenriffen lassen sich große Schildkröten beobachten. Und wenn ihr Delfine oder Wale sehen wollt, gibt es entsprechende Bootstouren. Nicht zu vergessen sind die Mangrovenlandschaften, die man zu Fuß, mit dem Boot oder auf einem Stand-Up-Paddle-Board erkunden kann. Es gibt noch weitere kleine Inseln, die zu Guadeloupe gehören und mit der Fähre erreichbar sind. Terre-de-Haut (Les Saintes) ist mein Favorit.

Die lokale Küche vereint französische und kreolische Einflüsse. Meeresfrüchte und Fisch kann man auf Guadeloupe hervorragend essen. Tataki de Thon, Accras und Sorbet de Coco könnte ich jeden Tag genießen.

Ab Juni kann es tropische Stürme und Hurrikane geben, weshalb es empfohlen wird, zu Hause zu bleiben. Während meines Aufenthaltes gab es zweimal eine Warnung. Die Stürme sind beeindruckend, aber in der Regel nicht so gefährlich. Sie entstehen in der Karibik und werden meist erst über Florida gefährlicher. Ich bin zu Hause geblieben und am nächsten Tag schien auch schon wieder die karibische Sonne.

In Guadeloupe gibt es ein Museum über die Geschichte der Sklaverei, das sehr beeindruckend und zu empfehlen ist. Geographisch wird die Karibik dem amerikanischen Kontinent zugeordnet und hat eine ähnliche Geschichte wie die USA. Die indigene Bevölkerung wurde vertrieben, Menschen aus Afrika wurden verschleppt und nach Amerika gebracht, um dort als Sklaven zu arbeiten. Mir war es wichtig, mir das alles nochmal bewusst zu machen, wenn man hier eine Zeit lang lebt. Einen guten Einblick in diesen Teil der karibischen Geschichte liefern auch die Texte des jamaikanischen Sängers Bob Marley.

Wer auf Afrobeats, Dembow, Reggaeton, Reggae und Dancehall steht, wird sich musikalisch hier wohlfühlen. Um den Tag zu starten, höre ich gerne Trace FM oder NRJ Antilles, oder ich lasse meine Playlist mit dem neuesten Afrobeats-Sound laufen und kann mit guter Energie meinen Tag in der Klinik beginnen.

In Guadeloupe sind auch die traditionellen Musikrichtungen Gwoka und Zouk zu Hause. Live-Events sind hier regelmäßig zu finden, und es gibt viele Festivals, wie das West Indies Green, das All Day In, oder das Karukera One Love, bei dem man die Füße im Wasser hat. In der Facebook-Gruppe "Techno en Guadeloupe" findet man auch Raves, die hier regelmäßig im Freien stattfinden. Es gibt zudem viele Tanzveranstaltungen, wie Salsa. Für jeden Musikfan ist hier etwas zu finden.