

Erfahrungsbericht
Halbes PJ-Tertial im Mai und Juni 2024 in Saint-Pierre, La Réunion
CHU - Site Sud

Vorbereitung

Im Rahmen meines PJs wollte ich unbedingt nochmal die Chance nutzen, Einblicke in den Klinikalltag sowie das Gesundheitssystem in einem anderen Land zu erhalten. Auf der Suche nach möglichen Zielen, bin ich im Portal PJ-Ranking.de auf die kleine Insel La Réunion im Indischen Ozean gestoßen, ein Überseedepartement von Frankreich (gehört damit zu EU). Nachdem ich mich ein wenig mit der Insel beschäftigt und von Bekannten nur Positives gehört habe, war ich schnell absolut begeistert und überzeugt, hier ein halbes PJ-Tertial verbringen zu wollen.

Ich habe mich auf der Website [Je suis étudiant / stagiaire | Centre Hospitalier Universitaire de La Réunion \(chu-reunion.fr\)](https://www.chu-reunion.fr) über die Bewerbungsformalitäten informiert. Die Bewerbungsfrist für das nächste Jahr ist bei mir im Juni gestartet und lief bis November. In meiner Bewerbung habe ich das offizielle Formular der Website (Formulaire de demande de stage d'externat), ein Motivationsschreiben, den Lebenslauf und den Ausweis mitgeschickt.

Nach Einreichung der Unterlagen erhält man eine Bestätigung des Eingangs per Mail. Die finale Zusage (Lettre d'accord) habe ich dann nach Ende des Bewerbungszeitraums Anfang Dezember erhalten, mit der Bestätigung für meinen angehenden Wunsch, der Chirurgie Orthopédique und Traumatologie (entspricht unserer Unfallchirurgie). Erforderliche Unterlagen waren dann nur noch eine Convention de Stage (hier wurde das Learning Agreement akzeptiert) sowie der Nachweis einer beruflichen sowie privaten Haftpflichtversicherung. Spezielle Impfungen sind nicht erforderlich, ich habe aber noch eine Auslandsrankenversicherung abgeschlossen.

Die Bewerbung habe ich in enger Absprache mit dem ZIB Med durchgeführt. Es besteht die Möglichkeit, Erasmus zu beantragen: zu diesem Thema (Bewerbungsprozess, notwendige Dauer des Praktikums usw.) wurde ich ebenfalls gut

beraten, und würde euch auch empfehlen, das zu machen. Die Université de La Réunion ist vom LPA bereits anerkannt.

Ich habe in der Schule vier Jahre Französisch gelernt, und fand es eine tolle Möglichkeit sowie Herausforderung, meine Kenntnisse (B1) aufzufrischen und zu erweitern. Im Vorhinein habe ich mir das Buch Französisch für Mediziner (durchaus sehr hilfreich, auch vor Ort noch) besorgt und viel mit Duolingo gelernt. Einen Sprachkurs würde ich im Nachhinein aber durchaus empfehlen, wenn ihr die Möglichkeit dazu habt.

Der Auslandsaufenthalt

Ein paar Monate vor Beginn habe ich mit der Wohnungssuche begonnen. Die Mietpreise in WG-Zimmern haben ein ähnliches Niveau wie in Köln, es gibt zahlreiche Facebook Gruppen (z.B. Colocation 974), in denen man sich umschauchen kann. Letztendlich habe ich über AirBnB ein kleines Studio in Terre Sainte gefunden, ca. 15 Gehminuten vom Krankenhaus und 20 Gehminuten vom Zentrum von Saint-Pierre entfernt. Die Gegend ist zum Leben sehr schön, mit vielen kleinen Bars und Restaurants, einem eigenen kleinen Strand und vor allem auch nah am CHU gelegen.

Mein erster Tag in der Klinik startete damit, mir um 7:30Uhr mein Badge zu erstellen und abzuholen. Hiermit hatte man Zugang zu allen relevanten Bereichen und konnte ebenfalls beim Mittagessen bezahlen. Das Mittagessen war für Externes kostenlos, nachdem man sich unter einer Nummer hat freischalten lassen.

In der Chirurgie Orthopédique wurde ich sehr nett empfangen. Der Tag begann gewöhnlich immer um 7:30Uhr morgens mit der Frühbesprechung, in der die Notfälle des vergangenen Tages und der Nacht besprochen wurden, die daraus resultierenden aktuellen OPs für den Tag geplant, sowie die OPs vom vergangenen Tag angeschaut wurden. Danach konnte man auf Station (Service) mit auf Visite gehen. Am Anfang bin ich oft mit in die Sprechstunde (Consultationes) gegangen, um viel Französisch zu hören, Untersuchungsmethoden zu erlernen und Röntgenbilder etc. erklärt zu bekommen.

Im Laufe der Zeit bin ich dann meistens mit in den OP (Bloc) gegangen. Es gab immer mindestens zwei Säle, einen mit geplanten OPs (Arthroskopien, Prothesen usw.), und den anderen mit den Notfällen (alle Arten von Frakturen, Bisse, Amputationen etc.). In

der Regel konnte man sich, wenn man gefragt hat, mit einwaschen und an den Tisch gehen. Je nach Operateur durfte man am Ende nähen, klammern und ab und zu auch mal bohren und eine Schraube reindrehen. Sie waren alle bemüht, in leichter Sprache alles zu erläutern.

Zu Beginn war es sehr schwierig mit dem Französisch, da alle superschnell und mit vielen Abkürzungen sprechen. Aber die Lernkurve ist groß! Generell sind die Leute im Krankenhaus sehr freundlich, verständnisvoll und bemüht, dass man sich wohl und integriert fühlt. Die Hälfte der Zeit war ich die einzige Externe, in der anderen Hälfte kam noch eine französische Externe dazu, sodass wir uns auch gut aufteilen konnten, wer was sehen wollte. Auch in der Freizeit haben wir einiges miteinander unternommen. Die Arbeitstage gingen oft lange, vor allem wenn man im OP war (16:30/17:30h). Es war aber gar kein Problem, für einzelne Tage zu fragen, ob man früher gehen kann.

Wanderungen sollte man sich auf La Réunion auf keinen Fall entgehen lassen! Die drei Cirques (Cilaos, Mafate, Salazie) und die noch aktive Vulkanlandschaft um den Piton de la Fournaise bieten eine unglaubliche Vielfalt an faszinierenden Wegen. Hier lohnt sich ein Wanderreiseführer auf jeden Fall. Die Landschaft ist absolut einzigartig, und man kann von Flussbettwanderungen über Aufstiege zum z.B. Piton des Neiges mit fantastischen Ausblicken bis zu Wanderungen zu Wasserfällen, in denen man auch schwimmen kann (sehr kalt) alles finden. Die meisten Wanderungen sollte man eher früh starten, da ab mittags sich die Wolken um die Berge sammeln.

Generell ist ein Auto, zumindest für die Wochenenden und für die Wanderungen, zwingend notwendig, da die Busse eher selten und meiner Erfahrung nach unzuverlässig fahren. Ich habe mir der Einfachheit halber für die meiste Zeit ein Auto gemietet (15€/Tag). Es empfiehlt sich, vor Ort verschiedene Autovermietungen anzurufen und Angebote zu vergleichen.

Erholen kann man sich wunderbar an den verschiedenen Stränden der Westküste, von Boucan Canon über l'Hermitage und St Leu bis St Pierre. Mit dem Schnorchel kann man wunderbar die faszinierende Unterwasserwelt erkunden. Jeden Sonntag gibt es zudem in St Leu (30min mit dem Auto) bei Les Rondavelles nach Sonnenuntergang immer gratis Konzerte kreolischer Bands, und viele Essensstände mit leckeren Kleinigkeiten.

Die Lebenshaltungskosten sind eher hoch. Auf den Märkten (in St Pierre z.B. jeden Samstag von 5-12Uhr an der Front du Mer) kann man vergleichsweise günstig sehr gutes Obst und Gemüse kaufen, sich durch zahlreiche kreolische Essensangebote probieren, und wenn man möchte auf Souvenir Suche gehen. Nahe St. Pierre gibt es die Boulder Halle Basalte Evolution, ein toller Ort, um danach auch noch einen sehr guten Burger zu Essen. An der Front du Mer im Zentrum gibt es zahlreiche Bars (u.a. Longboard Café), wo man den Abend ausklingen lassen kann.

Auch sonst gibt es auf der Insel viel zu entdecken: viele Botanische Gärten (z.b. der Jardin Eden), die Saga du Rhum, das Maison de Coco (unbedingt Mittagessen und davor/danach das Atelier mitmachen, danach ist man riesiger Kokosnuss Fan!), die windige und raue Ostküste mit der Route de Volcan, den Besuch auf einer lokalen Vanille Plantage etc.

Fazit

Insgesamt hatte ich eine unglaublich großartige Zeit auf La Réunion! Die Natur ist magisch und absolut einzigartig, die Leute sind alle ausnahmslos unfassbar freundlich, das Essen und Trinken ist sehr lecker und zusätzlich lernt man noch einiges und kann sein Französisch ordentlich auffrischen. Ich hätte mir keinen besseren, magischeren Ort für mein PJ im Ausland vorstellen können.