PJ-Tertial in Saint-Denis, La Réunion

Sep-Dez 2022

Ich habe das zweite Tertial meines PJs in Saint-Denis, der Hauptstadt von La Réunion, zusammen mit einer Freundin aus Köln verbracht. Wir hatten einen Platz am CHU auf der Herz-Thorax -und Gefäßchirurgie bekommen. Meine Motivation nach La Réunion zu gehen ergab sich vor allem aus dem Wunsch die Sprache noch einmal aufzufrischen und meine Kenntnisse zu vertiefen, nachdem ich bereits während des Studiums ein Erasmussemester in Bordeaux verbracht hatte. Darüberhinaus kann ich natürlich nicht leugnen, dass auch der Charme dieser unglaublichen(!) tropischen Insel mitten im Indischen Ozean meine Neugierde erweckt hatte 😊

Vorbereitung

Die Bewerbung für einen Platz läuft nicht primär über die Uni Köln, sondern hierfür sollte man ca. ein Jahr im Voraus selbstständig Kontakt mit der Uni von La Réunion aufnehmen.

Zeitlicher Ablauf der Bewerbung:

- Mail mit einer formlosen Anfrage an etudiants-medecine@chu-reunion.fr schicken ! Die Frist für Aufenthalte im jeweiligen Folgejahr läuft immer zum 30. November aus (wir haben unsere Mail am 2.11. abgeschickt; wenn man am Anfang des Jahres bereits eine Mail schickt, kann es sein, dass darauf noch nicht geantwortet wird)
- Antwort (einen Tag später) mit der Aufforderung ein Dokument („demande de stage“) auszufüllen und eine Kopie des Studienausweises zu schicken
- Empfangsbestätigung der Bewerbung nach Ablauf der Frist mit der Info, dass die Bewerbung noch von der „Commission d´Enseignement“ im darauffolgenden Januar für eine feste Platzzusage final bestätigt werden muss
- Feste Zusage der Université de La Réunion („Accord definitif“)
- Unterschriebenes Learning Agreement an das ZibMed schicken
- Folgende Dokumente müssen außerdem bis Beginn des PJs an die Université de La Réunion geschickt werden: Personalausweiskopie, Kopie der Berufs -und Privathaftpflichtversicherung, Impfnachweis für COVID-19 und das von der Heimatuni bereits ausgefüllt Learning Agreement („Convention de stage“)

Wichtig ist eine Auslandskrankenversicherung sowie eine Privat -und Berufshaftpflichtversicherung abgeschlossen zu haben. Ich bin über die Signal Iduna

krankenversichert und über die Deutsche Ärzteversicherung privat -und haftpflichtversichert gewesen.

Für die Erasmusförderung, die man auch für ein PJ-Tertial auf La Réunion erhalten kann, muss man allerdings wiederum fristgerecht die „Mappe Nichtpartneruniversität“, ein Motivationsschreiben, Immatrikulationsbescheinigung, Lebenslauf und Physikumszeugnis beim ZibMed einreichen. Ein bestimmtes Sprachniveau wurde von der Uni oder vom Krankenhaus nicht gefordert. Allerdings ist es wahrscheinlich ratsam zumindest B1 zu erreichen bevor man das Tertial beginnt, da es auch für uns mit recht guten Vorkenntnissen teils immer noch schwierig war die Menschen zu verstehen (beispielsweise im OP).

Für die Anerkennung eines Tertials in einem anderen Land, insbesondere auf LA Réunion, sind immer zwei Dokumente notwendig. Ein Dokument muss vom Dekan der Universität unterschrieben und gestempelt werden. Das zweite Dokument muss vom Chefarzt ausgefüllt werden. Es ist wichtig sich bereits vielleicht einen Monat vor Ende des Tertials darum zu kümmern und eine Mail mit dem ausgefüllten Vordruck (s. Seite des LPA) an sante-direction@univ-reunion.fr zu schicken. Sehr wichtig ist auch sich das Dokument „Letter of Confirmation“ am Ende des Tertials im Rahmen der Erasmusförderung ausstellen zu lassen. Andernfalls bleibt die letzte Rate der Förderung verwehrt.

Wohnungssuche und Unterkunft

Da wir zu zweit waren, hat sich die Wohnungssuche etwas schwieriger gestaltet als vielleicht für eine einzelne Person. Letztendlich haben wir über verschiedene Facebook-Gruppen („Coloc-Location 974“, „Colocation 974“, location/colocation ile de la réunion“) dann ein Zimmer in einer Haus-WG mit Pool in der Gegend „Rivière des Pluies“ gefunden. Dort haben wir schließlich für die ersten zwei Monate zu zweit in einem Zimmer gewohnt. Jede von uns hat trotzdem 450€/Monat gezahlt. Die Wohnkosten auf La Reunion sind also wirklich sensationell teuer. Freundinnen von uns haben aber auch im Stadtzentrum WG-Zimmer für ca. 500-600€ gefunden. In dem wunderschönen Haus lebten wir zusammen mit drei Französinnen, was sehr großen Spaß gemacht hat und mit denen wir bis zum Ende des Tertials viel unternommen haben. Nach zwei Monaten haben wir dann eine kleine Wohnung im Stadtteil „La Montagne“ gefunden für 510€/Person. Von beiden Wohnorten aus haben wir ca. eine halbe Stunde mit dem Auto zum Krankenhaus gebraucht. Wir hatten ein Auto für 15€/Tag für vier Monate gemietet. Auf die Autovermietung wurden wir ebenfalls über

Gruppen auf Facebook aufmerksam. Der Kontakt war ein echter Geheimtipp, da gemietete Autos auf La Réunion meist eher um die 20-25€/Tag kosten.

Öffentliche Verkehrsmittel

Ein Auto ist gerade um sich frei und unabhängig auf der Insel bewegen zu können und von Saint-Denis aus zum Beispiel auch noch nach dem Krankenhaus zum Strand zu fahren sehr vorteilhaft. Man kann aber auch mit öffentlichen Bussen relativ easy auf der Insel von Stadt zu Stadt („Citalis"-App ist hier sehr vorteilhaft) oder gar zu bestimmten Ausgangspunkten für Wanderungen fahren. Man ist allerdings zeitlich etwas eingeschränkter, da Busse für Überlandfahrten („Car jaune") nicht so häufig fahren. Beispielsweise fährt der letzte Bus von den Stränden im Westen zurück nach Saint-Denis bereits gegen 19Uhr und die Fahrten dauern vergleichsweise lang. Vorteil ist wiederum, dass man als Student*in den „Réunion Pass" beantragen kann, mit welchem man dann kostenlos mit allen Bussen auf der Insel fahren kann.

PJ im Krankenhaus

Wie so oft, wusste natürlich keiner auf Station, dass wir an dem Tag neu als PJlerinnen beginnen und vier Monate bleiben sollten. Wir hatten auch keine genauen Informationen erhalten wann und wo wir uns am ersten Tag einzufinden haben und so haben wir uns am ersten Tag einfach auf Station gemeldet. Die Abteilung umfasste die Chirurgie Thoracique, Cardiaque et Vasculaire. Demnach haben wir uns selbst so aufgeteilt, dass wir jeweils vier Wochen in einer der Unterabteilungen verbracht haben. Von den vier Wochen waren wir dann zwei Wochen im OP und zwei Wochen auf der Station. Meist kamen wir um 7 Uhr zum Praktikum, um nicht in den Berufsverkehr zu gelangen, aber man musste auch nicht unbedingt bei der morgendlichen Visite dabei sein. Gegangen sind wir meist zwischen 14 und 15Uhr. Mittags haben wir immer alle zusammen im Team in der Cafeteria gegessen. Das Essen ist für alle PJler*innen kostenlos. Das war super, da Lebenserhaltungskosten genau wie Wohnkosten sehr hoch sind.

Die Visite ist gegen 7Uhr gestartet und war im Vergleich zur Inneren Medizin sehr schnell auch wieder beendet. Fragen an uns wurden sehr selten und nur vereinzelt gestellt. Nach der Visite gehörten dann Verbands -und VAC-Wechsel, prä -und postoperative Patient*innenversorgung und kleinere Interventionen wie beispielsweise Thoraxdrainagen zu der Arbeit auf Station. Hier waren wir aber eher beobachtend und assistierend und nicht

eigenständig unterwegs. Blutabnahmen und Zugänge werden in Frankreich von den Pflegekräften übernommen und gehörten demnach nicht zu unseren Aufgaben.

Wenn man im OP war, konnte man sich aber je nach Operateur meist einwaschen (man muss fragen und einfordern!) und als zweite Assistenz mit an den Tisch. Bei den Herz-OPs durfte man am Ende auch nähen (in der Gefäßchirurgie hingegen gab es bei den vielen endovaskulären Eingriffen leider nicht so viel zu nähen). Ansonst konnten wir auch viele Amputationen als erste Assistenz durchführen. Mein Highlight im OP war als mich einer der Operateure unter Anleitung die Vene für einen kardialen Bypass hat entnehmen lassen. Wir haben uns manchmal auch im OP etwas mehr in der Anästhesie eingebracht und konnten dort einige Male unter Anleitung intubieren und Arterien legen. Wie viel erklärt wird, war immer personenabhängig aber die meisten waren doch aufgeschlossen und bereit etwas zu erklären, wenn man viel Interesse gezeigt hat. Fortbildungen für PJler*innen gab es leider nicht.

Generell war die Stimmung sowohl im Team der Abteilung als auch im Team des OPs sehr gut. Wir wurden super schnell ins Team aufgenommen und haben auch unter den Assistenzärzt*innen gute Freund*innen gefunden. Es gab auch mehrmals „Get togethers“ in Bars oder bei den Chirurg*innen zu Hause zu denen wir auch immer eingeladen waren. In dieser Hinsicht war die Hierarchie nicht sehr stark ausgeprägt. Der Chefarzt kannte allerdings bis zum Ende des Tertials nicht einmal unsere Namen haha. Richtig gebraucht oder fest eingeplant waren wir eigentlich nie, weswegen wir das Tertial relativ frei gestalten konnten. Am Ende haben wir auch noch zwei Wochen Urlaub gemacht in der wir die Insel noch einmal richtig genießen konnten.

Land, Leute und Freizeitaktivitäten:

Wir haben bewusst den Frühling (Zeitraum: September bis Dezember) gewählt, da es zu dieser Zeit noch nicht zu heiß und nicht zu kalt auf der Insel und perfekt für Aktivitäten ist. Ab Dezember beginnt die Regenzeit, was man dann auch direkt deutlich gemerkt hat. Ab Januar gibt es wohl auch vermehrt Zyclone. Davon sind wir aber verschont geblieben.

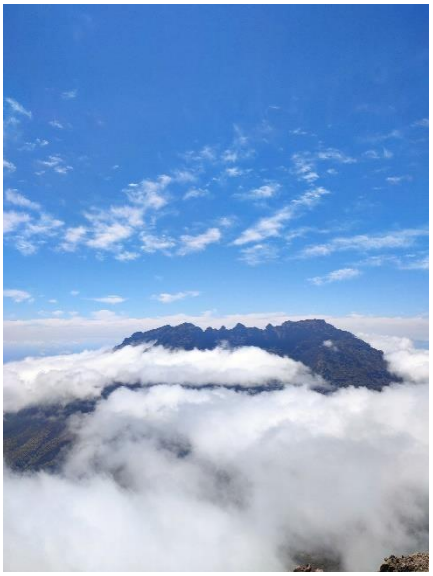
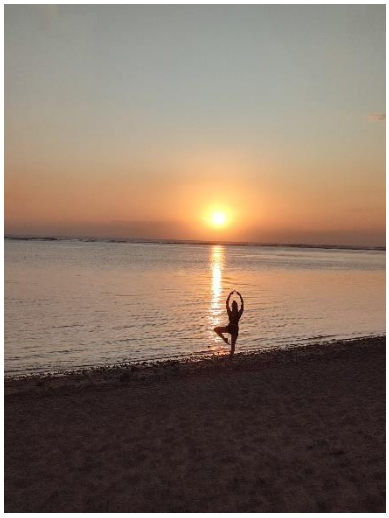
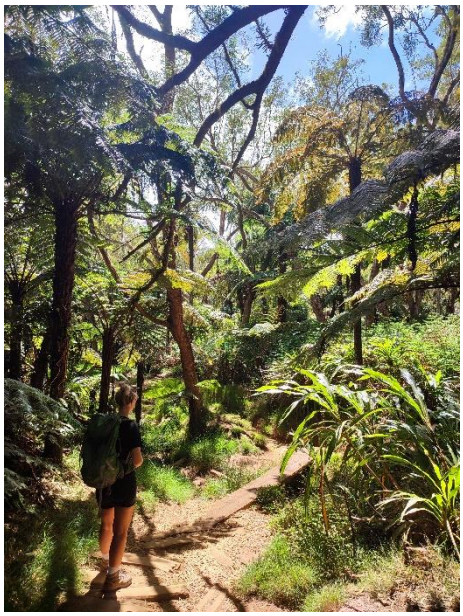
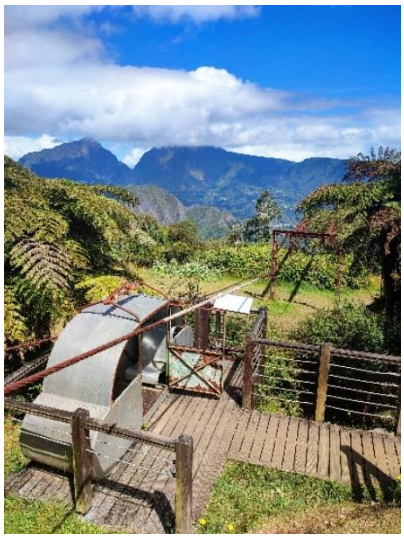
Wir hatten eine unglaubliche Zeit auf La Réunion. Abenteuerlustigen Menschen ist hier wirklich keine Grenzen gesetzt. Man kann an wahnsinnig schönen Orten wandern gehen, Vulkane und Vulkanhöhlen besichtigen, Vanille -und Kokosnussplantagen sowie Rumdestillerien und Zuckerrohrfabriken besuchen, schnorcheln/river raften/paragleiten/canyoning/klettern/wild campen/in Strandbars Sonnenuntergänge

schauen/Wale und Delfine „watchen“ und noch vieles mehr. So verbunden mit der Natur habe ich mich in meinem ganzen Leben noch nie gefühlt. :D

Die Insel ist einst durch den Vulkanismus entstanden, woraus sich auch ihr Aufbau ergibt. In ihrer Mitte befindet sich der alte, nicht-mehr-aktive Vulkan, „Piton des Neiges“. Es ist der höchste Punkt der Insel mit einer Höhe von 3070m. Um ihn herum befinden sich die drei Talkessel („Cirque“) Mafate, Cilaos und Salazie. In diesen Talkesseln kann man wunderschöne Wanderungen machen. Besonders beliebt ist der „Cirque de Mafate“, da es in diesem Talkessel keinerlei Straßen und Verkehr gibt und er nur fußläufig oder mit dem Hubschrauber zu erreichen ist. Auch die kleinen Bergdörfer („Îlets“) in Mafate werden bis heute per Hubschrauber versorgt. Auf La Réunion kann man überall mehr oder weniger legal wild campen („bivouac“). Oft haben wir am Strand oder in den Bergen/Talkesseln mit Freund*innen gecampt und Geburtstage etc. gefeiert. Wenn ihr genug Platz habt, lohnt es sich also das Zelt/Schlafsack/Isomatte etc. einzupacken.

Nach Saint-Pierre im Süden fährt man nur ca. 2h. In die Berge und für Wanderungen fährt man aber teilweise länger, da es ziemlich lange steil nach oben geht. Generell sind es weniger die Städte auf La Réunion, die sehenswert sind, sondern wirklich die Natur. Neben dem „Piton des Neiges“ gibt es den „Piton de la Fournaise“ auf der Insel. Dieser Vulkan ist noch aktiv und sogar während unseres Aufenthalts ausgebrochen. Das passiert ca. ein Mal im Jahr. Demnach hatten wir großes Glück! Bei einer Eruption pilgert die halbe Insel zum Vulkan, um sich das Spektakel aus nächster Nähe anzuschauen. Das war wirklich ein sehr eindrückliches Erlebnis! Zudem fand im Oktober der „Grand Raid“ auf der Insel statt. Dies ist ein Ultra-Marathon Event, bei dem jedes Jahr vier Läufe über 169km/109km/72km und eine Staffel über 148km über die ganze Insel organisiert werden. Ich hatte mich hierfür als freiwillige Helferin für das medizinische Team angemeldet. Die Atmosphäre bei diesem Sportevent war unvergleichlich und auf der gesamten Insel zu spüren! Wer nicht mitgelaufen ist, hat angefeuert oder als freiwillige Helfer*in gearbeitet. Diese Erfahrung hat unglaublich viel Spaß gemacht!

Während des Aufenthalts, trifft man viele französische Menschen, die für ein oder zwei Jahre zum Arbeiten auf die Insel kommen und ebenso erkundungsfreudig sind wie man selbst. Es sind also viele Leute aufgeschlossen gemeinsam etwas zu unternehmen. Die anderen PJler*innen haben wir entweder über die Facebook Gruppe „Bienvenue au paradis – PJ auf La Réunion“ oder per Zufall im Krankenhaus getroffen. Les créoles, die Einheimischen, sind

sehr freundlich und einem immer wohl gesonnen. Die Sprache Créole ist eng verwandt mit dem Französischen, war jedoch für uns dennoch etwas schwierig zu verstehen.

Ich kann es wirklich empfehlen ein Tertial auf dieser paradiesischen Insel zu verbringen! Es lohnt sich! Und falls ihr noch Fragen habt, Tipps braucht oder einfach ein bisschen über La Réunion quatschen wollt, meldet euch gern! josephine-weber@gmx.de