Halbes PJ-Tertial in Saint Pierre, Frankreich in der Chirurgie des CHU La Réunion vom 27.12.2021 – 20.02.2022

1) Vorbereitungen auf den Auslandsaufenthalt

Motivation:
Meine allgemeine Motivation ins Ausland zu gehen, war schon zu Beginn meines Studiums sehr hoch. Neben dem kulturellen Austausch und meiner medizinischen Arbeit vor Ort, wollte ich insbesondere die Gesundheitssysteme der unterschiedlichsten Länder mit ihren Vor- und Nachteilen kennenlernen. Zudem war ich sehr daran interessiert, mein internationales medizinisches Netzwerk für meinen Beruf als zukünftige Ärztin auszubauen. In Hinblick auf meine berufliche Zukunft, kann ich mir auch weiterhin sehr gut vorstellen international tätig zu sein. Ursprünglich war ein Auslandsaufenthalt in Kumasi, Ghana geplant, der jedoch aufgrund der COVID-19-Pandemie nicht stattfinden konnte.
Zusammen mit einem Freund habe ich mich dann sehr spontan (ungefähr einen Monat vor Beginn des Aufenthaltes) nach einer Alternative umgesehen und wir sind auf diese schöne Insel Indischen im Ozean gestoßen.

Notwendige Bewerbungsunterlagen:
Die Bewerbung in der chirurgischen Abteilung an der CHU La Réunion war in unserem Fall formlos (etudiants-medecine@chu-reunion.fr), da wir uns zunächst nur nach der Verfügbarkeit von Plätzen erkundigt haben. Wir erhielten schnell eine Antwort und sollten ein Formular (Dossier de demande de stage Etudiant Médecine) ausfüllen und angeben, in welche Abteilung und in welcher Stadt wir arbeiten wollten. Wir haben uns, auch aufgrund früherer Erfahrungsberichte, für Saint Pierre entschieden und waren mit dieser Wahl sehr zufrieden. Darauf erhielten wir eine vorläufige Zusage (Accord de Principe). Zu den notwendigen Bewerbungsunterlagen zählten weiterhin ein Nachweis über den COVID-19 Impfstatus, eine Kopie des Personalausweises, das Learning Agreement und eine Bescheinigung über eine Haftpflichtversicherung für Privat- und Berufsleben.
Zuletzt mussten wir und unsere Heimatuniversität noch das „Modele convention externe“ unterzeichnen. Daraufhin erhielten wir die endgültige Zustimmung für den Aufenthalt (Accord Définitif Stage Externe CHU Sud).
Die Kommunikation via E-Mail gestaltete sich nicht immer ganz einfach. Teilweise mussten wir lange auf eine Antwort warten oder haben auch mehrfach erfolglos vor Ort versucht anzurufen. Es waren viele Dokumente notwendig, die nach La Réunion geschickt werden mussten, jedoch mussten wir den Dokumenten, die von der Kölner Seite erforderlich waren, lange hinterher laufen. Zeitgleich haben wir auch alle notwendigen Schritte zum Erhalt der ERASMUS+-Förderung eingeleitet. Hier wurde ich bestens durch das ZIB Med in Köln unterstützt und beraten.
Für den PJ Aufenthalt mussten wir keine Studiengebühren zahlen.

Anerkennung des ausländischen Krankenhauses:
Eine Äquivalenzbescheinigung war nicht notwendig, da das CHU La Réunion bereits über die Université de Bordeaux in der PJ-Liste des LPAs aufgenommen war.

Obligatorische und empfohlene Versicherungen:
Für den Auslandsaufenthalt hatte ich eine Auslandskrankenversicherung, eine Berufs- und Privathaftpflichtversicherung sowie eine Unfallversicherung. Als Auslandskrankenversicherung kann ich persönlich Protrip empfehlen, mit denen ich schon oft gute Erfahrungen gemacht habe.

Nützliche Links und zuständige Ansprechpartner:
Die Ansprechpartnerin vor Ort für alle ausländischen Student*Innen war Claudine Damour (etudiants-medecine@chu-reunion.fr; Telefonnummer: +262 262359006). Wie bereits erwähnt war der E-Mail -Verkehr nicht immer einfach und auch vor Ort war sie kaum bis gar nicht anzutreffen. Trotzdem hat es irgendwie geklappt, trotz der kurzen Vorlaufzeit, also einfach freundlich und hartnäckig bleiben.

Sprachliche Vorbereitung:
Ich habe zur Vorbereitung keinen Sprachkurs besucht, da wir uns sehr kurzfristig um den Aufenthalt auf La Réunion gekümmert haben und ich Französisch in der Schule hatte. Allerdings würde ich ein Auffrischungskurs allgemein empfehlen, da die Schulzeit schon etwas zurück liegt und es den Einstieg in den Krankenhausalltag erleichtern kann. Vor Ort habe ich täglich mit Duolingo meinen Wortschatz erweitert.
Im Allgemeinen waren alle Ärzt*Innen und Mitarbeiter*Innen des Krankenhauses sehr hilfsbereit, wenn meine Französischkenntnisse nicht ausreichten und haben es dann gerne auch auf Englisch erklärt.

2) Der Auslandsaufenthalt

Wohnungssuche und Unterkunftsmöglichkeiten:
Unsere Unterkunft fanden wir über das die Suchportale leboncoin. Dort waren wir bei einer sehr netten Frau untergebracht, außerhalb von Saint Pierre zwischen Terre Rouge und Grand-Bois. Sie vermietet zwei Zimmer unter, von denen eines an einen französischen Immobilienmakler vermietet war. Wir lebten dort, mit Hund, eher wie in einer WG.

Lebenshaltungskosten:
Die Lebenshaltungskosten liegen über denen in Deutschland. Wir hatten zwar großes Glück mit unserer Unterkunft, zahlten aber immer noch 500€ pro Monat für ein kleines Zimmer in dem nur ein Bett stand. Lebensmittel sind deutlich teurer, da vieles importiert werden muss. Abgesehen von den höheren Lebenshaltungskosten, haben wir auch im allgemeinen mehr Geld ausgegeben, als wir es in Deutschland getan hätten. Die vielen Wochenmarkt Besuche, diverse Freizeitaktivitäten und Spritkosten haben sich in der Endabrechnung bemerkbar gemacht.

Öffentliche Verkehrsmittel:
Die Anbindung der öffentlichen Verkehrsmittel ist zwischen den Städten und Vororten sehr gut. In den ersten paar Tagen hatten wir noch kein Auto und sind oft mit den Bussen zum und vom Krankenhaus gefahren. Eine Fahrt kostet jedoch ca. 2€ für eine Strecke von 5 min. Gelegentlich sind wir auch zu Fuß zum Krankenhaus gelaufen (ca. 20 min), was bei den hohen Temperaturen jedoch nicht immer angenehm war.
Wir entschieden uns für die verbleibende Zeit ein Auto zu mieten. Dieses würde ich auch jedem empfehlen! Auf diese Weise hat man die Möglichkeit, die ganze Insel in ihrer vollen Pracht zu erkunden.

Tätigkeitsbeschreibung im Klinikalltag:
Die ersten zwei Tage im Krankenhaus waren etwas unorganisiert. Wir hatten keine Information dazu erhalten, wo wir hin mussten und wen wir ansprechen sollten. Wir haben uns durchgefragt und sind irgendwann auf unseren Stationen gelandet. Ich hätte eigentlich in die Gefäßschirurgie gehen sollen, jedoch sagten mir die Ärzt*Innen, dass dort nicht viel zu tun sei und ich sollte lieber in die Viszeralchirurgie wechseln. Darauf hin erhielten wir unsere Kleidung mit Namensschild. Den Ausweis, den man unter anderem für die Umkleide der Chirurgie und zum Mittagessen braucht, haben wir erst in der zweiten Woche erhalten.
Mein Arbeitstag startete um 8:00 Uhr auf Station mit den Visiten. Das Team aus Interns bestand nur aus jungen Ärztinnen, die alle total freundlich waren und mich direkt aufgenommen haben. Im Gegensatz zu anderen Erfahrungsberichten wurde mir jeder Patient erklärt und immer auf meine Rückfragen eingegangen. Die meiste Zeit verbrachte ich jedoch im OP. Die Stimmung ist im Allgemeinen viel entspannter als in den OP Sälen in denen ich in Deutschland war. Es war immer ein freundliches Miteinander, es wurde viel erklärt und ich hatte fast immer die Möglichkeit mit an den Tisch zu dürfen als zweite Assistenz und zum Nähen.
Das Mittagessen im Krankenhaus war für uns kostenfrei. Wir sind oft als gesamtes Team in die Cafeteria gegangen und das Mittagessen wurde wirklich als Pause genutzt. Nicht selten sind wir danach alle zusammen noch einen Kaffee trinken gegangen.

Nach dem Mittagessen konnte ich oft selber wählen, ob ich für spannende OPs länger bleiben oder auf Station noch ein wenig aushelfen wollte. Mein Tag endete in der Regel zwischen 14:00 und 17:00 Uhr.

Unterschiede zum deutschen Studien- und Gesundheitssystem:
Auf La Réunion ist es möglich die ersten drei Jahre Medizin studieren, anschließend wechseln die Studenten nach Frankreich um dort das Studium zu beenden. Aus diesem Grund gibt es nur wenige einheimische Studenten, die ein Praktikum auf Station absolvieren. Die Interns (Ärzt/Innen die sich in der Facharztausbildung befinden) rotieren alle 6 Monate und kommen oft vom französischen Festland.
Ich habe keinen großen Unterschied in der Ausstattung des Krankenhauses im Vergleich zu Deutschland wahrnehmen können. Besonders spannend fand ich die Operationen, die mit dem Da Vinci Roboter gemacht wurden
Wie bereits erwähnt, war die Stimmung auf den Stationen deutlich angenehmer und entspannter. Es kam nur ganz selten Stress auf und das gesamte Team hat immer zusammengehalten. Dies kann sicherlich nicht auf alle Stationen verallgemeinert werden, aber es war angenehm die Chirurgie auch einmal von einer gelasseneren Seite kennen zu lernen.

Land, Leute und Freizeitaktivitäten:
La Réunion ist ein tropisches Paradis für endlos vielen Wanderungen, Freizeitaktivitäten und mit wunderschönen Stränden.
Da es verboten ist im Meer schwimmen zu gehen (aufgrund der vielen Haiangriffe), sind wir oft zu Abkühlen unter einen der vielen Wasserfälle gesprungen. Eine Ausnahmen bilden hierbei Strände, wo der Strand durch ein Riff oder Steinbecken geschützt ist.
Der einfachheitshalber werde ich hier einige Aktivitäten, die ich empfehlen kann, in Form von Stichpunkten aufführen.
<u>In und um Saint Pierre:</u> Terre Sainte public Beach, der Samstagsmarkt an der Rue de la Poudriere (hier waren wir fast jede Woche um frisches Obst und Gemüse zu kaufen, frische Säfte und Kokosnüsse zu trinken und kreolische Leckereien zu probieren), Bassin 18, Grand Anse (ein Wunderschöner Strand).
<u>Daytrips:</u> Piton de la Fournaise (Der Vulkan war sogar aktiv zu der Zeit wo wir auf der Insel waren, leider haben wir es verpasst, was mich bis heute ärgert), Grand Galet mit Trou Noir, l´Hermitage Strand, Cascade Jaquelin, Cap Mechant, Lavafelder im Osten der Insel, Anse de Cascades, Maido (wunderschön beim Sonnenaufgang).
<u>Wanderung:</u> Cilaos mit Bras Rouge und Canyoning Fleur Jeaun (hier gibt es auch viele weitere Angebote und man muss sich stark nach dem Wetter und den Wasserständen der Flüsse richten); Salazie mit den Cascade du Voile de la Mariée und dem schönen Dorf Hell-Bourg; Mafate ist nicht durch befahrbare Straßen erschlossen und bildet somit ein endloses Netz aus Wanderwegen und Möglichkeiten für mehrtägige Ausflüge; zu guter letzt der Piton de Neiges, ein absoluter Muss (Früh genug um eine Unterkunft in der Gîte Caverne Dufour kümmern).

3) Nach dem Auslandsaufenthalt

Anrechnung von Studienleistungen und/oder Praktika:
Die erste Seite der PJ-Anerkennung konnte ich am letzten Tag meines PJs von meiner „Chef de service“ (Dr. Zemour) unterzeichnen lassen, ebenso wie den ERASMUS+ Letter of Confirmation. Die Unterschrift der Dekanin für die zweite Seite der PJ-Anerkennung gestaltete sich jedoch etwas schwieriger. Wir haben ungefähr ein bis zwei Wochen vor Ende angefangen, uns um alles zu kümmern, jedoch war unsere Ansprechpartnerin Frau Damour nicht anzutreffen. Über Ecken und verschiedene mal mehr und mal weniger hilfsbereite Mitarbeiter der Universität und des Krankenhauses konnten wir dann am letzten Tag unsere unterschriebene Seite im Büro der Dekanin abholen.

Der Vizedekan war leider weniger hilfsbereit und teilte uns mit, wir hätten den Aufenthalt über die Universität planen sollen, anstatt dem Krankenhaus zu schreiben. Ich kann nicht sagen wie richtig diese Aussage ist, da wir am Ende doch bekommen haben, was wir brauchten. Also auch hier, freundlich und hartnäckig bleiben.

4) Anmerkungen

Insgesamt kann ich den PJ-Aufenthalt auf La Réunion absolut empfehlen. Die Organisation und Betreuung könnte definitiv besser sein, jedoch ließ sich alles klären und das trotz der kurzen Vorbereitungszeit von einem Monat.
Im Op Saal konnte ich einiges an Erfahrungen für meine berufliche Zukunft mit nehmen und die Menschen vor Ort sind offen und herzlich. Ich verbinde viele wunderschöne Erinnerungen mit der Zeit in La Réunion und freue mich schon auf meinen nächsten Besuch auf der Insel.