

## **PJ Tertial Saint-Denis (La Réunion) mit ERASMUS +**

### **Motivation:**

Für mein erstes PJ Tertial hatte ich mich entschieden, nach La Réunion zu gehen. Die Insel war mir während meiner Erasmus-Zeit in Bordeaux empfohlen worden. Außerdem haben mich die Möglichkeit die französische Sprache zu verbessern, die Vielfalt der Insel hinsichtlich der Freizeitmöglichkeiten und auch kulturell, der westliche Standard der Krankenhäuser und somit die Möglichkeit trotz paradiesischen Verhältnissen, auch im Krankenhaus etwas mitnehmen zu können überzeugt.

### **Vorbereitung:**

Um das Tertial in La Réunion zu realisieren gehört etwas Standfestigkeit oder Glück, denn die dortige Zuständige (Mme Lebihan) ist leider nicht sehr zuverlässig per Mail erreichbar und die Anmeldefristen sind relativ wahllos und nicht im Internet zu finden. Daher ist es (entgegen der vorherigen Berichte) zu empfehlen sich frühzeitig zu kümmern. Ich hatte bereits ein knappes Jahr im Voraus angefragt und es wurde zunächst abgesagt. Nachdem ich hartnäckig blieb und mich nach freien Plätzen erkundigt, wurde mir doch noch die Zusage für 6 Wochen Chirurgie infantile und den Rest der 4 Monate auf chirurgie digéstif gegeben. Chirurgie wollte ich dort machen, da ich mir erhoffte am meisten zu verstehen und machen zu dürfen.

Diese Einteilung habe ich zwar eingehalten, vor Ort ist es jedoch mehr oder weniger nicht wichtig, wo man eingeteilt war, denn sollte man gerne eine andere Station sehen wollen kann man das nach Rücksprache mit den Chefärzten problemlos tun. Mit den organisierenden Büros hat man nichts zu tun, da diese auch auf der anderen Seite der Insel in Saint-Pierre lokalisiert sind.

Es besteht auch die Möglichkeit Frau Lebihan telefonisch zu erreichen, hierbei ist es vielleicht einfacher mit ihr etwas auszumachen.

Es gibt zwei Standorte auf der Insel, wo PJ möglich ist: Saint-Denis (die Hauptstadt) und Saint-Pierre im Süd-Westen der Insel. Mir wurde zunächst geraten mich eher für Saint-Pierre zu bewerben, da es dort einen eigenen Strand gibt und das Wetter meist besser sei und die Atmosphäre entspannter. Ich habe nur einen Platz in Saint-Denis bekommen und bin im Nachhinein sehr glücklich darüber: das Wetter war deutlich besser im Norden ungewöhnlicherweise, die Stadt ist authentischer (weniger touristisch/Strandpromenadenfeeling) und man kann von Saint-Denis die ganze Insel vielleicht etwas besser erkunden. Aber beide Städte haben ihre Vor und Nachteile und letzten Endes sind die Städte beide nicht sehr schön und ohne viele kulturelle Highlights. Deswegen sollte die Entscheidung wohl eher danach gehen, wo man einen Platz bekommt.

### **Unterkunft:**

Die Suche nach einer Wohnung auf der Insel gestaltet sich mehr als schwierig insbesondere, wenn man plant dort ohne Auto unterwegs zu sein. Ich habe glücklicherweise noch vor meiner Ankunft ein Auto einer Erasmus Studentin abgekauft und war deshalb deutlich flexibler. Die meisten anderen waren auf eine Unterkunft in der Stadt angewiesen und haben sich dann für Ausflüge Autos geliehen oder auch dauerhaft geliehen für einige Wochen vor Ort.

Es gibt zahlreiche Gruppen in Facebook in denen Wohnungen angeboten werden (hilfreicher als die Suchportale leboncoin etc.): annexe DRIM - petites annonces -, colocation 974,

colocation ile de la reunion... Dort werden meist WGs angeboten, die sich jedoch meist eher in der Umgebung der Städte und nicht nahe genug befinden, um ohne Auto klarzukommen. Ansonsten haben einige über airbnb gesucht (ist aber teurer und eher möglich wenn man zu 2./3. Kommt) oder „chez l’habitant“ oder kleine Appartements gesucht. (dann eher über Leboncoin oder ähnliche Seiten). Dabei sollte man eher vorsichtig sein wenn man im Chaudron etwas findet, da dieses Viertel und seine anliegenden Viertel tatsächlich etwas gefährlicher sind.

Sobald man ein Auto hat ist es gut machbar eine WG zu finden (Stadtteile zu empfehlen: Montgaillard, La Montagne, Sainte Clothilde, La Bretagne, notfalls auch La Possession aber nicht in der Regenzeit wegen häufigen Staus und Straßensperrungen) , da es ständige Wechsel gibt, weil auch die Franzosen gerne für Praktika oder eine Beschäftigung von einigen Monaten oder wenigen Jahren nach La Réunion gehen um dort in einem schönen Haus mit Pool etc. zu wohnen (recht günstig, ab 350€ gibt es super WGs mit Pool etc.) Jedoch sind die wirklich meistens nur mit Auto erreichbar, da es ja auch überall sehr schnell bergauf geht.

### **Studium:**

Auf La Réunion gibt es eine medizinische Fakultät jedoch nur für die ersten 3 Jahre des Studiums, weshalb keine Externes (Studenten im Krankenhaus in Frankreich) auf den Stationen zu finden sind. Dafür gibt es Internes (in der Facharztausbildung), die wie überall in Frankreich alle 6 Monate rotieren. Je nachdem wie die Besetzung der Station ist ändert sich dementsprechend auch die Qualität des Praktikums erheblich!

Manche Stationen haben keine oder wenige Internes und freuen sich dementsprechend über tatkräftige Hilfe der deutschen Externes (wir gelten als Externes, da wir noch nicht in der Facharztausbildung sind und dank der Sprachlichen Nachteile). Auf anderen Stationen gibt es eine sehr reichliche Besetzung mit Internes, sodass für uns wenig zu tun bleibt.

Je nach Station wird dann auch eher für Externes ein halber Tag (bis nach dem gratis Mittagessen) oder etwas länger vorgesehen.

Insgesamt ist alles wenig strukturiert und meistens wissen die Ärzte nichtmal, dass du kommst. Man bekommt aber Kleidung und ein gratis Mittagessen (ganz in Ordnung, lokale Küche) und wenn man auf einer Station ankommt und sagt, man beginne jetzt sein Praktikum wird man überall freundlich aufgenommen und meist den Internes übergeben, die einem alles weitere zeigen und erklären.

Sowohl in Saint-Pierre als auch in Saint Denis gibt es eine Vielzahl von chirurgischen Stationen (inkl. Thoraxchirurgie, Neurochirurgie, Visceral, Ortho...) und die Praktika unterscheiden sich dort wirklich erheblich. In der Inneren ist ebenfalls PJ möglich und die einzige PJlerin dort war extrem eingebunden durfte sehr viel machen (eigene Patienten, Punktionen, Sono etc. ), musste jedoch auch teilweise 12 Stunden arbeiten.

Ich habe zwei Praktika absolviert, die leider beide fachlich wenig gebracht haben, da die Stationen sehr gut besetzt waren.

#### **1. Chirurgie infantile (Prof. Michel), Saint Denis**

Ich wurde sehr freundlich aufgenommen und insbesondere der Chef und die beiden Kinderorthopäden und die plastische Chirurgin sind wirklich sehr freundlich. Die drei visceralchirurgischen Operateurinnen hingegen sind eher schwierig. Die Internes waren zwar

nett, aber wenig daran interessiert etwas zu zeigen und vor allem selbst meist wenig beschäftigt. Die Internes verbringen nach der Visite den Tag auf Station und schreiben die wenigen und kurzen Briefe und langweilen sich sonst abgesehen von einem Interne im OP, jedoch gibt es nicht jeden Tag OP Programm.

Während der Visiten wird man ignoriert und die Patienten werden nicht vorgestellt oder besprochen. Nachfragen werden sehr kurz beantwortet und nicht weiter erklärt.

Im OP wird man ständig motiviert sich mit steril einzukleiden, darf aber daraufhin nichts machen, da die erste Assistenz von den Internes übernommen wird und man somit meist nichts zu tun hat.

Die Zeiteinteilung ist sehr flexibel und es ist sicher möglich auf Kinderintensiv, in die Pathologie, in Kinderanästhesie hereinzuschnuppern.

Da sich die OPs sehr bald wiederholen ist der OP wenig spannend mangels eigener Aktivität. Es gibt außerdem fast täglich Sprechstunden, die sich teilweise lohnen um ein paar Patienten vor der OP zu sehen (Ambulanzarbeit wird komplett von speziellen Fachärzten für die Ambulanz wahrgenommen, weshalb man Patienten immer erst auf der Station sieht). Leider muss man auch dort sehr aktiv nachfragen um nicht nur nebendran zu sitzen.

## 2. Chirurgie digéstif (Dr Bekkar)

Den zweiten Teil meines Praktikums habe ich auf Visceralchirurgie verbracht. Diese teilt sich eine Station mit der Urologie und man kann sich aussuchen, wo man sein Praktikum absolviert oder ob man splittet. Dort gibt es ein sehr junges Team. Man wird sehr freundlich aufgenommen und auch die Internes waren nett. Leider ist auch hier das Team sehr gut besetzt und meist bleibt wenig für die deutschen Externes zu tun. Zwischendurch darf man einige Worte nach der täglichen Visite in die Observations im PC eintragen oder ein Courier (Arztbrief) vervollständigen. Ansonsten gibt es tägliche Visiten, bei denen die Patienten vor allem bei Interesse auch vorgestellt und erklärt werden, ebenso auf Intensivstation. Die Ärzte sind deutlich motivierter etwas beizubringen und auch im OP darf man schon eher mal etwas selbst eingreifen und vielleicht sogar mal einen Abszess spalten oder einen Port entfernen oder so. Dennoch hält sich die eigene Aktivität erneut sehr in Grenzen und man hält in erster Linie Haken im OP weshalb ich eher in die Sprechstunde gegangen bin oder mit den Arztbriefen mein französisch verbessern konnte und die Patientenfälle etwas besser verstehen konnte.

Auch hier ist es meist kein Problem nach dem Mittagessen zu gehen und sich flexibel einzuteilen: bei spannenden OPs mal länger zu bleiben oder zu helfen wenn weniger Internes da sind wird gerne unterstützt.

Insgesamt kann ich von fachlicher Seite das Praktikum nicht sehr empfehlen, jedoch hatte ich auch etwas Pech. Auf anderen Stationen waren weniger Internes und die PJler durften deutlich mehr selbst machen und haben etwas mehr lernen können. Dennoch sind alle sehr freundlich und geben einem die Freiheit auch auf andere Stationen zu wechseln und auch vor Ort ist es problemlos möglich überall reinzuschauen. Selbst ein Wechsel von Saint Denis nach Saint Pierre ist nach Rücksprache mit den Chefärzten durchaus möglich.

### **Alltag und Freizeit:**

Es wird niemandem langweilig auf dieser Insel und jeder findet sicher etwas womit er sich gut beschäftigen kann. Hauptveraussetzung ist meistens mobil zu sein, denn es gibt keinen Zugverkehr und die Busse sind nicht sehr zuverlässig und meist ziemlich lange unterwegs vor allem wenns Richtung Landesinnere geht. Also: Besorgt euch wenn möglich ein Auto!! Der

Markt ist ziemlich groß und es werden ständig Autos verkauft. Ich habe meins Ohne Wertverlust nach 4 Monaten an eine Pjlerin wieder verkauft und bin sehr glücklich das gemacht zu haben (Anmeldung und Versicherung hat mich für 4 Monate 300 Euro gekostet).

Ich war teilweise in der Regenzeit da und das merkt man ganz ordentlich (Januar bis März/April ist Regenzeit). Es ist deutlich wärmer als im dortigen Winter vor allem nachts und es regnet dann doch häufiger am Nachmittag. Es gibt häufig Gewitter und schon gegen 10/11 Uhr ziehen häufig Wolken in die Berge und Wanderungen werden somit etwas schwieiriger bzw. man muss noch früher los. Vor allem Canyoning und Klettern etc. wird dann auch schwieriger zu realisieren, da einfach zu viel Wasser in den Flüssen ist. Nach den Tropenstürmen, die dann häufiger um die Insel ziehen gibt es des häufigeren Erdrutsche und man muss 2-3 Tage eher zu Hause verbringen, da viele Straßen gesperrt oder schlecht befahrbar sind.

Insgesamt ist deswegen eher die Zeit zwsichen April und Dezember zu empfehlen, aber trotzdem ging es bei mir wunderbar klar und ich konnte die meisten Wanderungen realisieren.

Wandern: Es gibt unfassbar viele Wanderungen, die wirklich genial sind. Piton de Neiges, Piton de la Fournaise, die vulkanischen Cirques (Mafate, Salazie, Cilaos) mit jede Menge Routen (teils nicht mit Auto erreichbar) und vieles mehr. (Der kleine rote Rother Wanderführer ist dafür wirklich super).

Ansonsten lohnen sich viele weitere Aktivitäten: Canyoning (sehr viele Möglichkeiten und wirklich spannend), die Trois Salazes (Klettertour), den wilden Süden mit Küstenwanderungen über Vulkangestein, Tauchen oder Schnorcheln in der Lagune, Bootstouren (im Winter oft mit Walen und Delfinen), Strandtage (viele schöne Strände sind an der Lagune wo Schwimmen hinter den Korallenriffen problemlos möglich ist, an den restlichen Stränden gibt es teilweise Bassins mit Steinen aufgebaut um vor den Haien zu schützen oder Netze), Trailrunning (viele schöne Kurzstrecken zu Bassins im Osten beispielsweise: Rivière du mat, Bassin de la Mer oder auch längere Strecken), bei etwas mehr Geld: Helikopter fliegen oder ULM (Leichtflugzeuge) oder Fallschirmsprung.

Es lohnt sich auf jeden Fall ein Zelt mitzunehmen und die Campingausrüstung, da man überall sehr gut campen kann, solange man nur über Nacht bleibt und während den Wanderungen ist das echt ein Erlebnis. Alternativ kann man auch super am Strand übernachten, z.B. auch in der Hängematte.

Kulturell lohnen sich einige Museen insbesondere im Westen, mehrere Botanische Gärten, die Zuckerfabriken und Destillierien sind interessant zu besichtigen und die Vanilleproduktion kann man sich wunderbar erklären lassen. Außerdem muss man die verschiedenen Restaurants kreolischer Art ausprobieren. Davon gibt es in Saint Denis und im Süden der Insel einige wirklich super leckere. Darüber hinaus gibt es in St. Leu jeden Sonntagabend Konzerte am Meer in der Nähe des Hafens. Dort ist immer sehr viel los, es gibt vieles zu Essen und gute Musik.

Den besten Café in Saint Denis findet man im „Coffeeshop“. Außerdem bietet SaintDenis eine ganz schöne Straße mit Häusern aus der Kolonialzeit und einen täglichen Markt mit frischem Obst (Mangos, Ananas, Avocado, Litschi.... ) der petit marché. Zusätzlich gibt es Wochenmärkte in Saint Denis (Chaudron), in Saint Paul und Saint Pierre auf denen es außer Obst und Gemüse auch Souvenirs etc. zu kaufen gibt.

Abgesehen davon gibt es natürlich die Möglichkeit die umgebenden Inseln zu besuchen. Dies ist größtenteils nicht so günstig, aber natürlich auch sehr spannend. Neben Madagascar für das man sich mindestens eine Woche nehmen sollte gibt es mit Mayotte, Mauritius, Rodrigues und den Seychellen auch einige eher auf Strandurlaub spezialisierte Inseln. Ich bin auf Rodrigues mit einem Roller und Hängematte unterwegs gewesen. Dort ist der Tourismus noch kaum angekommen, das ist wirklich top und die Strände sind legendär und komplett verlassen.

## Fazit

Ich kann die Erfahrung eines Tertials auf La Réunion nur ans Herz legen. Mit etwas Glück nimmt man neben einer genialen Zeit außerhalb des Krankenhauses auch auf der Station viel mit und trifft auf sympathische junge Franzosen, die ebenfalls gerne reisen und größtenteils nur zeitweise auf der Insel ist und somit auch an neuen Bekanntschaften interessiert sind. Durch die Insellage ist es insgesamt einfacher Leute zu finden für gemeinsame Unternehmungen weil alle im gleichen Boot sitzen und mehr oder weniger alleine auf die Insel kommen.

Die schönsten Erfahrungen waren sicher die Wanderungen, das Canyoning und der Helikopterflug. Die Natur ist einfach beeindruckend auf der Insel und die Übernachtung auf dem höchsten Berg (Piton de Neiges) im Zelt kann ich jedem ans Herz legen. Es ist zwar etwas kalt dort oben aber der Sonnenauf- und untergang dort oben ist genial.

Nachteile sind sicher der hohe Preis um auf die Insel zu kommen und die Lebenshaltungskosten sind dort natürlich auch eher auf französischem Niveau und teilweise auch etwas darüber (Käse beispielsweise ist sehr teuer). Außerdem ist die Lehre dort sicher sehr abhängig vom Personal auf das man trifft, da die Stellung des PJlers nicht existiert wissen die Ärzte teilweise nicht so genau, was sie mit dir anfangen.