

Chirurgie-Tertial am Hopital Pierre Zobda Quitman in Fort-de-France, Martinique (01/2024-04/2024) – Erfahrungsbericht

Motivation:

Für mich stand schon immer fest, dass ich einige Zeit des Praktischen Jahres im Ausland verbringen möchte, da es die beste Chance bietet, das Leben und das Gesundheitssystem in einem anderen Land kennenzulernen und dabei seine Sprachkenntnisse zu verbessern.

Da ich unbedingt mein eingerostetes Französisch aus der Schulzeit verbessern wollte und mich die karibische Natur und kreolische Kultur fasziniert hat, zudem die Aussicht, dem deutschen Winter zu entfliehen attraktiv klang, fiel die Wahl auf Guadeloupe/Martinique.

Da beide Inseln als französische Überseedépartements zur EU gehören, gibt es die Möglichkeit, sich für ein Erasmus+-Stipendium zu bewerben.

Bewerbung:

Da es weder in Guadeloupe, noch in Martinique eine Partneruniversität gibt, erfolgt die Bewerbung eigenständig direkt bei den Chefärzten. Eine Antwort bekommt man leider selten, weshalb man sehr hartnäckig sein muss. Am Ende hat mir dann glücklicherweise der Chefarzt (Dr. Stratan) von der Unfallchirurgie in Martinique geantwortet und mir für meinen Zeitraum zugesagt.

Meine Bewerbung wurde daraufhin an weitere Chefs und an die Sekretärin weitergeleitet, wonach ich schon bald die offizielle Zusage seitens der Direction Affaires Médicales bekommen habe.

Mit dieser Zusage bewarb ich mich dann beim ZibMed für die Erasmus-Förderung.

Die benötigten Unterlagen findet man auf der Homepage unter „Bewerbungsunterlagen“ (u.a. Motivationsschreiben auf Deutsch, CV auf Deutsch, Sprachnachweis, Learning Agreement, usw.).

Vorbereitungen:

Ich habe als Mitglied des Marburger Bundes kostenlos eine Berufshaftpflicht- und Auslandskrankenversicherung abgeschlossen. Darüber hinaus benötigt man noch eine Unfallversicherung (günstig z.B. bei WGV Versicherung).

Für die Direction Affaires Medicales benötigt man eine Bestätigung seiner Gesundheitlichen Eignung im Krankenhaus arbeiten zu können. Hierzu reicht eine einfache formlose, vom Hausarzt unterschriebene, Bescheinigung, z.B. mit dem Satz: Mesdames et Messieurs, je certifie que Mme/M. (née le), remplit les conditions d'aptitude physique et mentale pour l'exercice des fonctions hospitalières. Avec mes salutations distinguées,

Bei meinem Hausarzt habe ich mich außerdem auf seine Empfehlung hin gegen Pneumokokken und Cholera (als Schluckimpfung) impfen lassen.

Die Dengue-Impfung wird von der Stiko derzeit nur empfohlen, wenn man bereits einmal infiziert war.

Wenn ihr Französisch in der Schule hattet, so reicht es im Normalfall aus, wenn ihr das Wichtigste vor der Anreise nochmal wiederholt. Das Buch „Französisch für Mediziner“ ist für das medizinische Vokabular sehr empfehlenswert.

Flüge bucht man am besten vier Monate im Voraus, da es für kurzfristigere Buchungen nur teurer wird. Fliegen könnt ihr entweder mit der AirFrance, AirCaribes oder Corsair direkt ab Paris. Nach Paris bin ich mit dem Flixbus gefahren, es geht aber auch mit dem Zug oder Flug.

PJ:

An meinem ersten Tag bin ich als erstes zur Direction Affaires Médicales gegangen. Dort bekam ich eine Art Laufzettel, mit dem ich zum Sicherheitsdienst und zur Wäscherei gehen sollte, um einen „Badge“ (Ausweis/Schlüsselkarte) und einen Code für den Wäscheautomaten anzufordern. Die Leute sind alle sehr nett und hilfsbereit und sprechen einen sofort an, sobald sie merken, dass man sich nicht zurechtfindet.

Da es dauerte, bis der Badge freigeschaltet war, bekam ich einmal als Ausnahme für den ersten Tag eine Hose und einen Kasack direkt von der Wäscherei.

Danach ging es zum Sekretariat der Unfallchirurgie, wo mich ein Assistenzarzt abgeholt hat.

Der chirurgische Alltag ist sehr viel entspannter als in Deutschland. Jeder Tag beginnt um 7:30 Uhr mit der morgendlichen Besprechung der Patienten. Im Anschluss geht man zusammen auf die Visite und danach zum Kaffee trinken.

Die Unfallchirurgie ist aufgeteilt in die „Membre supérieur“ (Obere Extremität) und „Membre inférieur“ (Untere Extremität). Ich war in der Membre supérieur, so wie die meisten der deutschen PJler. Je nachdem, worauf man Lust hat, kann man entweder in die „SOS Main“

(Handambulanz), in den „Bloc“ (geplante OPs) und manchmal auch in die „Urgence“ (Unfall-OPs) oder „Consultation“ (Sprechstunde) gehen.

Da man oft nicht allein ist, sondern noch viele einheimische Studierende in die Unfallchirurgie rotieren, spricht man sich mit ihnen vorher ab.

Meistens ist man in der SOS Main oder im OP und je nachdem, welchen Arzt man begleitet, darf man Haken halten, nähen und auch mehr.

Der Chef war immer sehr nett und hat gerne auch mal etwas auf Englisch erklärt. Oft durfte man aber nur zuschauen, wenn sich z.B. bereits ein anderer Student mit eingewaschen hatte. Da zwischen den OPs sehr viel Wartezeit herrschte, durfte man häufig schon früher nach Hause gehen oder man ist mit den „Internes“ zur Kantine gegangen, wo auch „Externes“ kostenlos essen dürfen. Das Essen war dafür ganz Okay.

Insgesamt wirkte das Krankenhaus, bis auf den Neubau, wo sich auch der OP-Trakt befand, sehr marode und veraltet. Vereinzelt gab es sogar Kakerlaken im Büro der Internes, was aber auf Martinique generell normal zu sein scheint. Umso froher war ich, dass im OP sehr gewissenhaft auf die Hygiene geachtet wurde, manchmal sogar akribischer als in deutschen Krankenhäusern.

Wichtig: Geht schon früh genug, d.h. ca. 3-4 Wochen vor eurem Tertialende, zum Büro der Medizinischen Fakultät (auf der 6. Etage) und gebt dort eure vorausgefüllte Bescheinigung für euren Studierendenstatus ab. Diese wird an die Uni nach Guadeloupe geschickt und dort vom Dekan unterzeichnet, was seine Zeit braucht. Diese könnt ihr dann im Büro wieder abholen oder sie wird direkt nach Deutschland an eure Adresse geschickt.

Wohnung:

Die Suche nach einer Wohnung von Deutschland heraus hat sich für mich sehr schwierig gestaltet. Leistbare WGs wollten oft lieber jemanden für einen längeren Zeitraum, andere bezahlbare Unterkünfte waren nur dürftig ausgestattet, oft sehr schmutzig oder von Ungeziefer befallen. Generell kann man sich nicht den gleichen Standard erwarten, wie in Europa.

Da es die Hochsaison war, waren viele Ferienunterkünfte schnell ausgebucht oder die Mietpreise unverhältnismäßig hoch.

Somit habe ich notgedrungen erstmal für die ersten zwei Wochen eine Airbnb-Unterkunft nicht weit entfernt vom Krankenhaus genommen und vor Ort weitergesucht.

Zum Suchen eignet sich die Facebook-Gruppe Colocation Martinique, Leboncoin.fr (französisches Ebay-Kleinanzeigen) und Airbnb. Insbesondere bei den Ferienunterkünften auf Leboncoin lohnt es sich, die Anfragen persönlich zu stellen, da es oft einen Rabatt für einen längeren Zeitraum gibt.

Auf Facebook sollte man aufpassen und sich die Unterkünfte unbedingt anschauen, bevor man irgendwelche Anzahlungen tätigt, da dort viele Scams und Betrüger lauern. Zwei meiner PJ-Kollegen sind dort leider auf einen Betrüger hereingefallen und haben sehr viel Geld verloren.

Irgendwann habe ich über Leboncoin eine WG in Schoelcher gefunden, die auf den ersten Blick in Ordnung wirkte. Doch leider, nachdem ich den Mietvertrag schon unterschrieben hatte (wohl auch aus der Verzweiflung heraus nichts mehr Besseres gefunden zu haben), bemerkte ich Kakerlaken und weitere Schädlinge in der Wohnung. Die versprochene Putzfrau ließ sich leider auch nicht blicken, weshalb ich die Unterkunft sehr schnell gekündigt habe (jetzt weiß ich wenigstens, wie das französische Mietrecht funktioniert und wie man auf Französisch eine Kündigung schreibt).

Die nächste Wohnung, die ich auch über Leboncoin gefunden hatte, war dann zum Glück besser.

Insgesamt würde ich jedoch empfehlen, sich zusammenzutun und früh genug eine Unterkunft für den kompletten Zeitraum über Airbnb zu buchen, um sich den ganzen Stress mit der Sucherei zu ersparen und seine Zeit und Nerven zu schonen.

Gute Orte in der Nähe des Krankenhauses sind z.B. Schoelcher, Fort-de-France und Lamentin.

Auto:

Auf Martinique kommt man leider ohne Auto kaum aus. Die Bürgersteige sind selten ausgebaut und die Busse kommen sehr unregelmäßig.

Diese Erfahrung durfte ich in den ersten 2 Wochen machen, da ich nicht auf Anhieb eine günstige Autovermietung gefunden habe und mit dem Bus zum Krankenhaus gefahren bin.

Auch hier lohnt es sich so früh wie möglich anzufangen zu suchen und Anfragen zu stellen, da wie bei den Wohnungen in der Hauptsaison vieles sehr viel teurer oder schon ausgebucht ist.

Ich habe schließlich, dank der Hilfe einer netten Sekretärin aus dem Direction Affaires Médicales, eine sehr gute, günstige Mietwagenagentur namens Carmen Location gefunden.

Für meinen Zeitraum haben sie mir einen Rabatt gegeben, sodass ich nur 19€/Tag für einen Automatikwagen zahlen musste. Zusätzlich habe ich bei Mietfahrzeugversicherung.com eine Selbstbehalt-Versicherung für 99€ abgeschlossen, sodass im Falle eines selbstverschuldeten Unfalls der Anteil der Selbstbeteiligung übernommen wird. Das würde ich auch jedem empfehlen, da die Fahrweise auf den Straßen und der Zustand anderer Autos nicht vertrauenserweckend sind.

Viele meiner PJ-Kollegen haben bei privaten Anbietern ein Auto gemietet, jedoch hatten sie häufig Probleme mit ihren Autos und hatten keine Versicherung.

Eine andere Option ist es ein Auto zu kaufen, was sich für längere Zeiträume lohnen kann, jedoch riskant und bürokratisch etwas komplizierter ist (man braucht eine Zulassung „Carte grise“, die man i.d.R. nur mit einem Nachweis eines Wohnsitzes in Frankreich bekommt).

Sicherlich ist es auch bei der Autosuche einfacher und deutlich günstiger, wenn man zu zweit ist oder sich mit jemandem zusammentun kann (mit dem man sich idealerweise eine Unterkunft zusammen teilt). In meinem Fall war ich aber leider die Einzige in meiner Tertialrotation, die sich nur eine bestimmte Zeit mit der Rotation der anderen PJler überschneidet.

Leben auf Martinique:

Verkehr:

Die Insel hat eine gut ausgebaute Schnellstraße, welche um die Insel führt, jedoch sind die Nebenstraßen oft sehr eng und in schlechtem Zustand (Schlaglöcher).

Da über diese Straße leider auch der Hauptverkehrsfluss läuft, kommt es insbesondere zu Stoßzeiten morgens und nachmittags zu längeren Staus. Somit empfiehlt es sich ruhig zweimal oder dreimal so viel Zeit für die Fahrt einzuplanen, wenn man zum Krankenhaus fährt.

Auch die teilweise aggressivere Fahrweise und die hupenden Motorräder, die sich zwischen die Autos schlängeln, waren gewöhnungsbedürftig.

Supermärkte:

Die vorherrschende Supermarktkette ist Carrefour, dessen Größe anfangs etwas überfordernd war, sodass es selbst bei kleinen Einkäufen seine Zeit dauerte, bis man alle seine Dinge gefunden hatte. Der Vorteil wiederum ist, dass man alles (von der Drogerie über Schreibwarenbedarf bis hin zu Autbedarf, Elektronik, Kleidung, usw.) an einem Ort hat.

Die Supermarktpreise sind zudem deutlich höher als in Deutschland, da das meiste importiert wird. Die besten Preise hat meiner Erfahrung nach der Leader Price.

Klima:

Von November bis Mai herrscht Trockenzeit und von Juni bis Oktober Regenzeit. Es kam jedoch auch während meiner Zeit von Januar und bis April noch zu vielen Regenfällen. Diese sind jedoch selten von langer Dauer.

An die warme Temperatur (durchschnittlich 25C°) gewöhnt man sich sehr schnell und das Meer hat das ganze Jahr über eine sehr angenehme Temperatur.

Flora/Fauna:

Martinique bietet eine beeindruckende Tier- und Pflanzenwelt.

Die Flora ist geprägt durch eine farbenfrohe Blumenvielfalt und dichte, grüne Regenwälder. Sie wird auch deshalb „die Blumeninsel“ von den Einheimischen genannt.

In dieser wunderschönen Natur sind viele interessante Tiere beheimatet, z.B. sieht man auf der Insel besonders häufig kleine Anoli-Echsen. Auch Kolibris kann man hier oft sehen.

Wer gerne schnorcheln oder tauchen geht, wird viele schöne Fische und große Wasserschildkröten sehen können. Im Regenwald kann man mit etwas Glück eine Vogelspinne sehen.

Sobald die Nacht hereinbricht (es wird schon um 18 Uhr dunkel), hört man überall die charakteristischen Rufe der Pfeiffrösche.

Leider habe ich jedoch meinen Ekel vor Insekten unterschätzt. Ich habe noch nie in meinem Leben so große Kakerlaken, geschweige denn fliegende Kakerlaken gesehen. Auch durfte ich die Erfahrung machen, einen Skolopender aus meinem Wohnzimmer beseitigen zu müssen. Ein Biss dieser Hundertfüßer ist besonders schmerzhaft und kann zu Lähmungen und Entzündungen führen.

Ich möchte damit niemandem Angst machen, aber es sollte jedem bewusst sein, worauf man sich einlässt und dass man auf einer tropischen Insel auch mal solchen Insekten begegnen kann.

Was noch erwähnenswert ist: Mücken. Sehr viele Mücken, sowohl nachts als auch tagsüber. Ein Mückennetz für das Bett war meine beste Investition.

Karneval:

Die Zeit für ein Tertiäl von Januar bis April war nicht nur wegen des angenehmen Klimas optimal, sondern auch die perfekte Gelegenheit, den karibischen Karneval mitzuerleben. Es fand zu der gleichen Zeit statt wie unser Kölscher Karneval, jedoch waren die Verkleidungen, anders als bei uns, für jeden Tag als Motto „vorgegeben“. So gab es einen Tag, wo sich alle schwarz und weiß verkleidet haben und an einem anderen Tag war rot die vorherrschende Farbe. Es gab auch noch den Geschlechtertausch.

Jeden Tag gab es große, schöne Paraden in Fort-de-France und die Straßen waren voller gutgelaunter, tanzender Menschen.

Zum Abschluss des Karnevals wurde ein Drache verbrannt, ähnlich wie bei uns der Nubbel.

Sehenswürdigkeiten:

Martinique bietet neben traumhaft schönen Stränden auch tolle Landschaften, Regenwälder, Wasserfälle und Berge, aber auch kulturell kommt man nicht zu kurz.

Besonders empfehlen kann ich einen Ausflug in den Norden in die Regenwälder, in Kombination mit einer Wanderung zu einem der größten Wasserfälle der Insel, dem Cascade Couleuvre. Und wenn man schonmal da ist (die Fahrt dorthin ist leider alles andere als einfach), dann bietet sich auch ein kurzer Abstecher zum gleichnamigen Strand Anse Couleuvre. Wenn man Glück hat, sieht man eine der Martinique Vogelspinnen.

Ebenfalls ein Must-see ist eine der zahlreichen Rumdestillereien, wo man sich kostenlos durch die ganzen Rumsorten probieren kann. Insbesondere lohnt sich die Destillerie Clement mit ihrem Kunstpark und ihrer Galerie.

Naturinteressierten kann ich den Jardin de la Balata und Domaine d’Emeraude sehr nahelegen.

Auch sollte man unbedingt mal z.B. am Anse d’Arlet oder Anse Dufour geschnorchelt haben, wenn man schöne Korallenriffe, Fische und riesige Meeresschildkröten beim Fressen beobachten möchte.

Schöne Wanderwege und Wassersportmöglichkeiten gibt es auch zuhauf, sodass hier wirklich jeder auf seine Kosten kommen kann.

Für ein paar Tage sind wir als Gruppe mit der Fähre nach Dominica gereist. Auch dort gab es super viel zu sehen, unter anderem einige der Drehorte für Fluch der Karibik.

Die Insel ist wirklich schön und bietet mit seiner englischen Amtssprache und dem Linksverkehr eine Abwechslung zum französischen Alltag.

Tipps:

- Während meines Aufenthaltes kam es hin und wieder zu Strom- oder Wasserausfällen, deshalb würde ich immer ein bisschen Wasser auf Vorrat halten.
- Denkt an ausreichend Mückenschutzmittel!! Gut fand ich das Spray Multi insect von Autan. Aber auch Nobite soll gut sein.
- Nehmt euch auch genug Sonnencreme mit, denn diese ist auf Martinique sehr teuer.
- Auf dem Weg vom Parkplatz zum Krankenhaus konnte es passieren, dass man von einer Krähe angegriffen wird. Dabei passiert nichts Schlimmes, aber man erschreckt sich sehr, wenn man nicht damit rechnet. Die meisten Kollegen wurden dort schon mindestens einmal von ihnen angegriffen, inklusive mir, da sie wahrscheinlich irgendwo in der Nähe ihr Nest haben. Laut Kollegin soll das dort wohl ganz normal und bekannt sein.

Fazit:

Wer seine Französischkenntnisse aufbessern möchte und gleichzeitig eine Mischung aus entspanntem Tertiär und karibischem Flair sucht, der ist auf Martinique gut aufgehoben. Jedoch solltet ihr euch über die hohen Zusatzkosten (Flüge, Auto, hohe Miet- und Supermarktpreise) im Klaren sein und euch unbedingt für ein Erasmus+-Stipendium bewerben.

Auch wenn sich die vier Monate am Ende doch etwas gezogen haben und ich die eine oder andere unangenehme Insektenbegegnung hatte, so habe ich trotzdem sehr viel für mich mitgenommen, schöne Erinnerungen gesammelt und das Leben auf einer karibischen Insel kennengelernt.

Obwohl Martinique zu Frankreich und zur EU gehört, merkte man dennoch große strukturelle und finanzielle Unterschiede.

Abschließend würde ich jedem empfehlen, die Chance unbedingt zu nutzen ein Tertial im Ausland zu machen. Diese wertvolle Erfahrung wird euch niemand mehr nehmen können und ihr werdet euch noch Jahre später positiv an diese Zeit zurückerinnern.