

Erfahrungsbericht: PJ-Aufenthalt am Royal London Hospital (Queen Mary University)
im Juli/August 2016

Im Folgenden möchte ich einen möglichst vollständigen Überblick über meinen Studienaufenthalt in der Klinik für Nephrologie am Royal London Hospital im Rahmen meines Innere-Medizin-Tertials geben. Hierbei werde ich zunächst auf die Vorbereitung des Auslandsaufenthaltes eingehen, bevor ich im zweiten Teil sowohl den Klinikalltag als auch das Leben in London beschreibe. Ich hoffe, auf diese Weise Studierenden bei der Entscheidung behilflich zu sein, ob ein Studienaufenthalt in London für sie in Frage kommt. Vor allem die Informationen, die ich rückblickend als besonders wichtig erachte und die ich trotz ausführlicher Recherche vor meinem Auslandsaufenthalt selbst nicht gefunden habe, werde ich hervorheben.

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt:

Motivation:

Sicherlich ist für jeden Studierenden die Motivation, einen Teil des Studiums im Ausland zu absolvieren, sehr individuell und häufig auch gegensätzlich: Sei es die Herausforderung, von der man persönlich wie fachlich profitieren möchte, die Faszination für fremde Länder, die Möglichkeit seine sprachlichen Fähigkeiten auszubauen oder einfach nur die Tatsache, dass man nicht das gesamte PJ in Deutschland verbringen möchte. Nicht zuletzt kann einem Auslandsaufenthalt abhängig vom beruflichen Ziel das man anstrebt auch im Lebenslauf eine große Bedeutung zukommen. Für mich war es eine Kombination all dieser Aspekte, die dazu geführt hat, dass ich mich in London beworben habe.

Notwendige Bewerbungsunterlagen:

Sämtliche Informationen, die man bzgl. des Anmeldeverfahrens an der Queen Mary University benötigt, werden auf deren Homepage zusammengefasst. Je nach gewünschtem Zeitraum wird dreimal im Jahr für wenige Tage das Anmeldeportal freigeschaltet, sodass man dort die entsprechenden Unterlagen ausdrucken kann. Darüber hinaus benötigt man zwei versiegelte Empfehlungsschreiben (mindestens eines davon in doppelter Ausführung, da es bei der Einschreibung ebenfalls im Original vorgelegt werden muss) sowie eine Zusammenstellung der bereits erbrachten Studienleistungen. Da die Studienplätze entsprechend des Eingangsdatums der Bewerbung vergeben werden, sollte man diese Unterlagen bereits beisammen haben, bevor das Anmeldeportal öffnet. Sobald das Portal

geöffnet ist, wird ersichtlich, dass ebenfalls ein Motivationsschreiben erforderlich ist. Um nicht unnötig Zeit zu verlieren, empfiehlt es sich, dieses bereits vorher zu verfassen. Außerdem wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 200 GBP fällig, die auch bei erfolgloser Bewerbung nicht zurücküberwiesen wird.

Anerkennung des ausländischen Krankenhauses:

Eine gesonderte Anerkennung des Royal London Hospitals ist nicht erforderlich, da es bereits auf der Liste des LPA Düsseldorf aufgeführt wird.

Obligatorische und empfohlene Versicherungen (Haftpflicht-, Krankenversicherung) und Impfungen:

Da Großbritannien zum Zeitpunkt meines Aufenthaltes dort noch Mitglied in der EU ist, sind keine zusätzlichen Versicherungen obligat. Hier bleibt die Entwicklung der nächsten Jahre abzuwarten. Es bietet sich meiner Meinung nach jedoch an, das Angebot des Hartmannbundes, eine für Studierende kostenlose Auslandshaftpflichtversicherung abzuschließen, anzunehmen. Neben den vom RKI in Deutschland empfohlenen Impfungen sind keine weiteren Impfungen nötig. Es wird allerdings ein Tuberkulose-Ausschluss verlangt (negativer Gamma-Interferon-Test oder unauffälliger Röntgen-Thorax).

Sprachliche Vorbereitung:

Momentan wird für EU-Bürger und einige weitere Gruppen (siehe Homepage Barts and The London) kein Sprachnachweis verlangt. Selbstverständlich bietet es sich an, sich vor dem Aufenthalt dort bereits mit dem gängigen Vokabular im entsprechenden klinischen Fach vertraut zu machen, da dies sowohl den Dialog mit Kollegen als auch die „Arzt“-Patienten-Kommunikation erheblich erleichtert.

Der Auslandsaufenthalt:

Einschreibe- und Anmeldeformalitäten inkl. angefallener Kosten/Studiengebühren:

Am ersten Tag findet für alle Studierende, die in der entsprechenden Woche ihren Auslandsaufenthalt beginnen, die Einschreibung statt. Hier erhält man seinen Studierendenausweis, bevor man in der jeweiligen Klinik seinen zugeteilten Consultant trifft. Dann sollte man auch einen Klinikausweis beantragen, mit dem man Zugang zu den entsprechenden Bereichen der Klinik hat und auch das Essen in der Cafeteria etwas günstiger bekommt. Ein großer Vorteil vor allem im Vergleich zu Universitäten in den USA ist, dass an

der Queen Mary University für einen PJ-Aufenthalt abgesehen von der Anmeldegebühr keine weiteren Studiengebühren anfallen.

Wohnungssuche und Unterkunftsmöglichkeiten:

Auch wenn in London momentan sehr viel gebaut wird und in den nächsten Jahren fallende Wohnungspreise erwartet werden, ist es bekanntlich nicht einfach dort eine Unterkunft zu finden. Entweder man fragt direkt bei der Queen Mary University nach einem Studentenzimmer oder man sucht selbst auf Portalen wie z.B. www.spareroom.co.uk oder uk.easyyroommate.com. Da die Zimmer hier sehr kurzfristig vergeben werden und häufig auch nur nach persönlicher Besichtigung, ist es ggf. erforderlich, für die ersten Nächte in einem Hostel zu übernachten und sich verschiedene Zimmer anzuschauen sobald man in London ist. Neben der Entfernung zur Klinik sollte man auch darauf achten in welchem Stadtteil die Wohnung liegt, da London zwar insgesamt selbstverständlich eine sehr sichere Stadt ist, es aber auch einige Stadtteile mit für europäische Verhältnisse hoher Kriminalität gibt.

Lebenshaltungskosten:

Nach Genf und Zürich ist London die drittteuerste Stadt Europas. Dessen sollte man sich bewusst sein bevor man sich dort bewirbt. Dies spiegelt sich sowohl in den Preisen im Supermarkt als auch und vor allem in den Preisen in Restaurants/Bars wider.

Öffentliche Verkehrsmittel: Preise, Verbindungen, Zuverlässigkeit:

Der öffentliche Nahverkehr in London ist insgesamt sehr gut: eines der weltweit größten U-Bahnnetze erschließt die meisten Teile der Stadt und wird durch ein sehr dichtes Busnetz ergänzt. Darüber hinaus existieren noch zahlreiche weitere Verkehrsmittel: von der fahrerlosen Docklands Light Railway über die London Overground bis hin zur Emirates Air Line – einer von der Fluggesellschaft Emirates gesponserten Seilbahn über die Themse. Es empfiehlt sich der Kauf einer Oyster Card, auf die man Geld für Einzelfahrten aber auch Wochen bzw. Monatstickets laden kann.

Tätigkeitsbeschreibung im Klinikalltag:

Bevor man sich bewirbt sollte man sich im Klaren darüber sein, dass man als PJ-Student in dieser Klinik kaum praktische Dinge selbstständig machen darf. Dies bezieht sich auch auf Blutentnahmen, was die meisten sicherlich als sehr angenehm empfinden werden. In der Regel beginnt der Klinikalltag mit einer Frühbesprechung um 8.30 Uhr, bei der neu

aufgenommene Patienten vorgestellt und besondere Ereignisse der Nacht beschrieben werden. Danach hat man die Möglichkeit entweder an der in der Regel ausführlichen Visite mit einem Consultant auf der Station teilzunehmen oder aber einen anderen Consultant in die Kliniksprechstunde zu begleiten. Der Lerneffekt, den man aus den Visiten ziehen kann, variiert abhängig von den Consultants. Hier muss jeder für sich herausfinden, wann er am meisten profitieren kann. Die Kliniksprechstunden gliedern sich in die sogenannte "Post-Transplant-Clinic", in der die Patienten nach einer erfolgten Nierentransplantation in der Regel lebenslang betreut werden (Immunosuppressiva einstellen, Komplikationsmanagement etc.) und die sogenannte "Low-Clearance-Clinic". Hier werden Patienten mit terminaler Niereninsuffizienz der für sie optimalen Therapie zugeführt. Durch die enge Zusammenarbeit der internistischen Nephrologen mit dem Transplantationsteam kann man auch wenn man sich im Innere-Medizin-Tertial befindet durchaus mit in den Operationssaal um sich eine Nierentransplantation anzuschauen. Für mich war es am interessantesten, einen Transplantationspatienten von seiner Klinikaufnahme bis zu seiner Entlassung mit zu betreuen. So konnte ich erst die Organentnahme beim Spender (Bruder) sehen, dann die Transplantation und anschließend den klinischen Verlauf auf der Station. Eine Niere in der Hand zu halten während sie von einem Organismus in einen anderen wandert ist schon ein besonderes Erlebnis... Außerdem kann man so einen Eindruck davon bekommen, wie schnell sich die Symptome der Niereninsuffizienz nach einer erfolgreichen Transplantation zurückbilden können. Donnerstags findet nachmittags erst eine Röntgenbesprechung, dann eine Histologiebesprechung, bei der Nierenbiopsien mikroskopiert werden, und anschließend eine weitere Besprechung statt, die in erster Linie dem Qualitätsmanagement dient. Hier werden z.B. medizinische Verläufe der gesamten Klinik vorgestellt, die retrospektiv betrachtet nicht optimal verlaufen sind oder aber es wird die Teilnahme der Klinik an bestimmten nephrologischen Studien diskutiert. Freitags findet morgens um 8.00 Uhr ein "Teaching" durch die Consultants statt, das sich in erster Linie an die Assistenzärzte richtet, an dem man aber natürlich auch als Medizinstudent gerne teilnehmen kann. Ebenfalls freitags wird im "Journal-Club" um 13.00 Uhr eine medizinische Publikation besprochen. Abgesehen davon, dass dies meist wirklich interessant ist, ist auch das dort zur Verfügung gestellte Essen ein Grund, diese Veranstaltung zu besuchen.

Gesundheitssystem vor Ort:

Mit weit über 100 Nierentransplantationen pro Jahr und ca. 70 stationären Dialyseplätzen gehört die Nephrologie des Royal London Hospitals zu den bedeutendsten Kliniken in

Großbritannien. Man sollte sich im Klaren darüber sein, dass es sich um eine hochspezialisierte Klinik handelt und man logischerweise nur mit nephrologischen Patienten in Kontakt kommt. Dafür sieht man wirklich spannende Verläufe und auch Patienten mit seltenen Erkrankungen, die ich zuvor nur aus der theoretischen Examensvorbereitung kannte. Außerdem stehen einige der Consultants in direktem Kontakt zu Professoren der Universität Cambridge, sodass man hier wirklich „Medizin auf höchstem Niveau“ erleben kann.

Betreuung im Krankenhaus:

Jeder Student wird einem Consultant zugeteilt, der offiziell für den Verlauf des Auslandsaufenthaltes und das „Teaching“ verantwortlich ist. Mein Consultant war stets nett und beantwortete mir auch alle Fragen, die sich im Verlauf ergaben. Allerdings kümmerte er sich nur wenig um meine Ausbildung, sodass man viel Eigeninitiative zeigen muss, wenn man etwas lernen möchte. Die Tatsache, dass er mich zu Beginn lediglich zwei Stationsärzten vorstellte und sagte, diese werden sich nun um mich kümmern, machte für mich den Einstieg nicht leicht gerade auch vor dem Hintergrund, dass diese nach wenigen Wochen in andere Bereiche rotierten. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es sehr hilfreich ist, sich bei jedem Consultant persönlich vorzustellen. Zwar musste ich auch danach immer selbst die Initiative zeigen, wenn ich etwas sehen oder lernen wollte, dennoch war dies dann stets möglich: selbst wenn in der Klinik sehr viel los war, haben sich die Consultants auch Zeit für mich genommen. Vor allem die gemeinsamen Kliniksprechstunden mit dem Chef der Klinik haben einen bleibenden Eindruck bei mir hinterlassen. So hatte ich hier die Gelegenheit, in einer Eins-zu-eins-Betreuung von einem der renommiertesten Nephrologen zu lernen. Nicht nur fachlich, sondern auch im Umgang mit Patienten habe ich durch ihn viele neue Anregungen erhalten. Er erzählte wirklich spannende Geschichten über seine Forschungsprojekte in der gesamten Welt und bezog mich stets mit in den Entscheidungsprozess ein, welche Therapie für die einzelnen Patienten optimal ist. Ihm ist sehr daran gelegen, dass man als Student möglichst viel vom Aufenthalt in seiner Klinik profitiert. Dennoch sollte man manche seiner Sprüche mit Humor nehmen und sich z.B. nicht dadurch verunsichern lassen, wenn er einen im Beisein von Patienten als „bloody brainless student“ bezeichnet.

Land, Leute und Freizeitaktivitäten:

Für mich ist London eine der spannendsten Städte der Welt, in der sich unglaublich viele Möglichkeiten bieten, seine Freizeit zu gestalten: je nach Interessenlage kann man einige der weltbesten Museen besuchen (hier ist der Eintritt in der Regel kostenlos), die bekannten

Sehenswürdigkeiten wollen entdeckt werden und abends bietet sich eine unglaubliche Fülle an kulturellen (BBC-Proms, Musicals etc.) und kulinarischen bzw. gesellschaftlichen (Camden, Chinatown, Shoreditch etc.) Möglichkeiten. Bei schönem Wetter (im Juli und August hat es wirklich nur sehr selten geregnet) laden die königlichen Parks (Hyde-Park, Regent's Park, Kew Gardens etc.) zu sportlichen Aktivitäten ein. London ist außerdem neben New York eine der multikulturellsten Städte der Welt. So gibt es Stadtteile, in denen man sich in afrikanische oder asiatische Metropolen versetzt fühlt, was sehr spannend und unterhaltsam sein kann.

Fazit:

Ich hoffe, mit meinem Bericht ein möglichst vollständiges und anschauliches Bild meines Studienaufenthaltes in London vermittelt zu haben. Ich habe mich bemüht, neben den vielen wunderbaren Aspekten auch die (wenigen) Dinge zu beschreiben, die ich als schwierig empfunden habe, um eine realitätsnahe Darstellung zu liefern. Abschließend kann ich nur jeden ermutigen, sich dieser Herausforderung zu stellen und einen Teil des Studiums im Ausland zu verbringen, da man davon sowohl fachlich als auch persönlich nur profitieren kann und sich diese Gelegenheit möglicherweise im späteren Berufsleben so nicht mehr bietet.