Erfahrungsbericht

PJ - Aufenthalt Januar-März 2020 am Royal London Hospital (Queen Mary University) in London/GB

Innere Medizin – halbes Tertial

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt:

Meine Motivation für meinen PJ Aufenthalt in London war vielfältig, vor allem aber wollte ich unbedingt einen Teil des Praktischen Jahres im englischsprachigen Ausland verbringen, um sprachlich Fortschritte zu machen (v. A. medical english) und um ein anderes Gesundheitssystem und Krankenhausalltag kennenzulernen. Da London für mich zu meinen absoluten Lieblingsorten zählt und nebenbei eine der größten und aufregendsten Metropolen ist fiel die Wahl schnell auf diese Stadt. Darüber hinaus versprach ich mir hier einen hohen medizinischen Standard in der Versorgung und sah dies als eine gute und interessante Herausforderung an. Des Weiteren hatte ich einige gute und zufriedene Erfahrungsberichte von vorherigen Medizinstudenten gelesen. Das beschriebene mehr Teaching als Blutabnehmen klang für mich als gute PJ Station. Ich beschloss für mich mein Innere Medizin Tertial zu splitten, um beide Ländererfahrungen „mitzunehmen“ und besser vergleichen zu können.

Da es leider bis zum Zeitpunkt meiner Bewerbung keine PJ-Partnerschaft zwischen der Uni Köln und Großbritannien gab war ein wenig Eigeninitiative gefragt. Alle notwenigen Informationen und Bewerbungsunterlagen für mein medical elective fand ich ohne Probleme online. Vorab: In London gibt es 5(!) medizinische Fakultäten mit ihren jeweiligen Lehrkrankenhäusern. Es lohnt sich also sich dazu jeweils die unterschiedlichen Informationen durchzulesen und ggf. weitere Berichte online (z.B. über PJ-Ranking). Ich entschied mich sehr flott für die Queen Mary University, unter anderem auch wegen der recht simplen Bewerbungsmodalitäten: Hier findet ihr wirklich ALLE nötigen Infos für eure Bewerbung an der QMU: https://www.qmul.ac.uk/smd/undergraduate/london/learning/electives/visiting/

Die Bewerbung läuft komplett online in einem vorgegebenen Bewerbungsfenster (bei mir war es August 19 für PJ-Beginn im Januar 20) – das heißt dort bringt es nichts sich einfach 1 Jahr vorher zu bewerben, sondern eben nur in dem jeweiligen 30-

Tage Zeitfenster. Alle dazu nötigen Fristen und verlangte Dokumente findet ihr ganz einfach auf deren Homepage. Für meine Bewerbung brauchte ich 2 Empfehlungsschreiben und 1 Motivationsschreiben (alles in Englisch natürlich) welche man einfach unter dem jeweiligen Link hochladen konnte. Außerdem brauchte ich eine Berufshaftpflicht, diese habe ich kostenlos über den Marburger Bund abgeschlossen. Ich empfehle euch diese Unterlagen bereits vor Bewerbungsbeginn parat zu haben, um dann an Tag 1 die Bewerbung online abschicken zu können. Vorteil der Queen Mary University war zu meinem Bewerbungszeitpunkt, dass man als EU-Bürger KEINEN Sprachtest wie IELTS, TOEFEL und co. brauchte, was sowohl Geld als auch kostbare Zeit während der M2-Vorbereitung spart. Die Bezahlung der Studiengebühren war direkt bei Bewerbung fällig. Das von der Uni verlangte Gesundheitszeugnis schickt man dann erst später nach Eingang der Zusage ein. Bis man eine erste Rückmeldung von der Uni erhält vergehen leider ein paar Monate, bei mir kam die Zusage im November. Es bedarf keiner Telefonate oder Emails mit der Uni, da alles online über deren Bewerbungsportal läuft. Seid ihr einmal angenommen läuft bzgl. der Uni bzw Krankenhaus eigentlich alles von allein: man bekommt kurze Zeit darauf einen Supervisor (meist Oberarzt), sowie eine Fachabteilung (bei der Bewerbung kann man 3 Wünsche angeben) und das Lehrkrankenhaus zugeteilt.

Für die Anreise aus Köln und Umgebung kann ich den Eurostar wärmstens empfehlen, das geht flott, bequem und ist dazu auch die umweltfreundlichere Alternative zum Flugzeug. Ticktes kosten um die 75€ und man kann 2 Koffer (ohne Gewichtsgrenze) mitnehmen. Außerdem kann man mit dem Zug direkt nach London reinfahren und spart sich so die Anreise von Stansted Airport (falls man mit Ryanair fliegt).

Der Auslandsaufenthalt:

Sobald die Zusage da ist sollte man sich schnellstmöglich auf Wohnungssuche begeben. Dafür schickt die Uni einem ein paar nützliche links für Wohnheime und Privatanbieter mit. Hier einmal die Tipps, die man mit der Zusage erhält:

Studentenwohnheime über Joanne Mitchell (j.o.mitchell@qmul.ac.uk.)

www.zone2stay.co.uk

https://www.unite-students.com/student-accommodation-london

http://www.accommodationforstudents.com/London.asp

https://roomorama.com/short-term-rentals/London?utm_nooverride=1&gclid=CLG0w-7Sq6kCFYob4QodRT4AKw

http://www.interlet.com/

http://www.david-coiffures.com/newark/index.htm

Für meinen Zeitraum waren die Wohnheime leider schon voll, ich hatte jedoch das große Glück ein WG-Zimmer über eine Freundin zu mieten. Die Mietkosten sind wie fast alles in London sehr teuer – das sollte man sich vorab einmal durchrechnen. Für ein kleines WG-Zimmer in Zone 2 zahlt man ~ 1000€/Monat.

Zur Kostenkalkulation gehören noch die Studiengebühren (£1050/ 8 Wochen) und ein Monatsticket für die Tube (je nach Zone 200€/Monat). Letzteres kann ich wirklich empfehlen, da man ja auch etwas von der Stadt sehen will bzw. das die absolut beste Möglichkeit in London ist mobil zu sein.

Vor Anreise musste man dann noch online ein sogenanntes „pre enrolment“ machen, was ohne Probleme möglich ist. An eurem 1. PJ Tag müsst ihr dann persönlich ins Studierendensekretariat gehen, um euch dort einschreiben zu lassen bzw. prüfen sie dort noch deine Personalien und dein Transcript of records. Im Falle, dass ihr ans Royal London Hospital kommt ist das Büro und Dekanat direkt nebenan. Dort sind wirklich alle sehr nett zu dir und sehr hilfsbereit.

Danach kannst du dann endlich dein PJ auf Station starten. Ich habe mich am ersten Tag mit meinem Supervisor getroffen und habe ihn dann erstmal begleitet. Ich wurde in die Gastroenterologie eingeteilt und konnte mir meinen Wochenplan komplett allein und nach meinem Interesse zusammenstellen: Station mit Visiten, Outpatients Sprechstunden oder Funktionabteilungen (Endoskopie) und auch einige Fortbildungen standen für mich an. Der Klinikalltag ist für uns deutsche PJler komplett anders als bei uns im Inland: hier ist kein hands-on angesagt, was aber

auch ganz angenehm ist und man so viel mehr von Visiten und Patientenkontakt mitbekommt, ohne für die klassischen PJler- Aufgaben abgestellt zu werden. Was du im Krankenhaus so lernst und mitbekommst kommt hauptsächlich auf deine Eigenverantwortung an. Wenn man etwas bestimmtes sehen oder lernen wollte und nachfragt, kam nie ein „nein“. Ich persönlich fand die Anamneseerhebung von Patienten eine gute Übung und habe sehr gerne meine Zeit bei den outpatients Sprechstunden verbracht: hier folgt man einem der Ärzte und sieht auf einen Tag verteilt viele interessante Patienten. Allgemein wird in GB bzw am Royal London Hospital in Teams gearbeitet, so gibt es in der Gastro ein Leberteam, ein Akute Gastro-Team, ein IBD-Team (inflammatory bowel disease) und ein Nutrition-Team. Es macht also Sinn, jede bzw jede zweite Woche zu rotieren wenn man möglichst viel sehen möchte bzw. lernt man auf diese Weise viele verschiedene Ärzte kennen.

Insgesamt war der Klinikalltag und auch das Klima auf Station sehr angenehm, wirklich alle sind sehr nett und höflich zu dir. Inwiefern du dich ins Team einbringen kannst, wie dein Tag in der Klinik abläuft und wie viel Teaching stattfindet hängt natürlich wie überall von der jeweiligen Arbeitsbelastung der Ärzte ab. Die Arbeitszeiten variieren, ich habe jeden Tag um 9 Uhr angefangen und war je nach dem bis mittags oder nachmittags im Krankenhaus – es hält euch aber keiner fest falls ihr mal früher gehen wollt, um etwas zu erkunden oder wenn ihr z.B. mit eurem Besuch aus der Heimat verbringen wollt. Am Ende lief die Ausstellung der PJ-Bescheinigungen problemlos und auch bei Fragen war das Electives-Team immer schnell zur Stelle.

Interessanterweise war ich die einzige internationale Studentin auf Station, sodass ich ab und zu den dortigen Medizinstudenten zu Teachings gefolgt bin. Anders als in Deutschland trägt man in England keine Kittel sondern hat den Dresscode „business“. Also vor Anreise genügend Stoffhosen und Hemden/Blusen einpacken, ebenso keine Turnschuhe.

Zur Stadt selbst muss ich euch glaube ich nicht viel berichten: London ist eine Wahnsinns Metropole, für die selbst die 2 Monate nicht ausreichen: von Sightseeing, über Kunst, Sport, Parks und Nachtleben bis zu den unzähligen schönen Cafes und Restaurants kann einem schichtweg nicht langweilig werden. Mein persönlicher Tipp: nahezu alle Museen in London sind kostenlos, also hin da! Und für abends lohnt es

sich die App „todayTix“ runterzuladen – hier gibt es zahlreiche Musicals und Theatervorstellungen für kleines Geld und es lohnt sich sehr dies auch auszunutzen.

Nach dem Auslandsaufenthalt:

Nach eurer Rückreise seid ihr erstmal traurig London verlassen zu haben und schaut auf eine (hoffentlich) wunderbare PJ-Zeit zurück 😉 Die Anrechnung beim LPA sollte ohne Probleme möglich sein, da die QMU dort bereits gelistet ist.

Falls ihr Lust auf ein PJ-Tertial in England/London habt dann kann ich euch dazu nur ermutigen – lasst euch nicht von dem bürokratischen Mehraufwand abschrecken, denn es lohnt sich wirklich sehr und so eine einmalige Chance darf man nicht verpassen. Ich würde es jederzeit nochmal machen.