

## Gynäkologie und Geburtshilfe in Indonesien

### Motivation

Die Motivation eine Famulatur im Ausland zu machen kam aus der Neugier wie sich ein Krankenhaus in Indonesien einem Deutschen ähnelt, welche Einflüsse die Kultur und die Finanziellen Möglichkeiten haben, wie der Alltag abläuft, welche Krankheiten dort am prävalentesten sind, was für Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten es dort gibt und natürlich die Reiselust ein neues Land und neue Kultur kennen zu lernen. In meiner Erfahrung lernt man am meisten über ein Land wenn man mitten im Alltag steckt, das hat sich auch diesmal erwiesen. Nach Indonesien wollte ich gerne weil ich dachte, dass der Unterschied zu Deutschland besonders gut zu beobachten ist.

### Vorbereitung

Da ich schon einige Zeit vor dem Austausch mich mit dem Thema Bewerbung auseinandergesetzt habe und selbst Mitglied der bvmd Vertretung Vorort bin hatte ich keine Probleme alle Dokumente zu sammeln. Ich empfehle das Sprachzertifikat so weit im Voraus zu machen wie möglich und schon zu wissen wo alle Dokumente für die Card of Documents zu holen sind. Ich habe das TriKont Wochenende besucht dies war aber eher ein Zufall als geplante Vorbereitung.

### Visum

Ich habe mich für ein 60 Tage Visum entschieden um vor und nach der Famulatur etwas Zeit zum Reisen zu haben. Ich hatte etwas Zeitdruck da ich aus persönlichen Gründen das Visum erst zwei und halb Wochen vor Abflug beantragen konnte. Das Visum habe ich über die Indonesische Botschaft in London beantragt, die Bedingungen waren für mich leichter zu erfüllen (kein Rekomendasi) und ich war sowieso Vorort. Das Visum war innerhalb 3 Arbeitstagen wieder bei mir und erleichtert hab ich dann den Langstreckenflug gebucht. Um das Visum zu beantragen hatte ich einen Billigflug mit Airasia von Kuala Lumpur nach Banda Aceh gebucht. Das Visum hat £40 gekostet. Ich empfehle alles fürs Visum schon bereit zu haben besonders wenn die Card of Acceptance erst kurz vor Abfahrt kommt.

### Gesundheit

Da mein Impfpass schon gut aufgestockt war musste ich nur die Tollwut Impfung auffrischen. Andere Impfungen die für Indonesien relevant sein können (die ich bereits hatte) sind: Cholera, Diphtherie, Hepatitis A, Hepatitis B, Japanische Encephalitis, Tetanus und Typhus. Malaria ist in Banda Aceh nicht prävalent genug das es sich lohnen würde eine Prophylaxe einzunehmen, eine Woche Mefloquine hatte ich dennoch dabei weil ich nicht wusste ob ich vielleicht spontan in ein Malaria Gebiet fahre. Die Reiseapotheke war ziemlich umfangsreich, von schmerz Medikation und Immodium bis Verbände und Reiseübelkeitstabletten. Das meiste bekommt man in einer Apotik Vorort auch. Es lassen sich viele Listen im Internet finden damit man nichts vergisst, besonders wichtig fand ich Nasenspray (bei dem vielen heiß-kalt Wechsel wegen Außentemperatur und innen Aircon kann man sich sehr leicht erkälten) und Vomex (die Straßen auf denen die Busse fahren sind teilweise mehr Schlagloch als Straße). Im Vorfeld musste ich nachweisen das ich keine Tuberkulose habe, ich fände es sinnvoller danach nachzuweisen, dass man dort keine bekommen hat. Die Tuberkulose Prävalenz ist sehr hoch und es wird oft erst nachdem du den Patient untersucht hast erwähnt das er eine Tuberkulose hat, daher empfehle ich einen Mundschutz aus Deutschland einzupacken, dort haben sie keine gesonderten Mundschütze für infektiöse Krankheiten.

### Sicherheit

Mit der Auslandsreiseversicherung in der Tasche hab ich mich gut abgesichert gefühlt, es hat mich vor allem beruhigt als ich in der Notaufnahme gelandet bin wegen Lebensmittelvergiftung... Es stellte sich jedoch heraus das es eine kleine registrierte Gebühr gibt aber der Rest der Behandlung für Studenten gratis ist. In Banda Aceh habe ich mich überall sicher gefühlt auch wenn ich alleine unterwegs war und nachts auf dem Heimweg vom (Wi-Fi) Café. Natürlich weiß jeder das hier der Tsunami war und, dass der Boden öfter mal rüttelt, fürs Gewissen habe ich mich bei einem Tsunami Warnsystem angemeldet (cwarn.org) und auch eine Erdbeben App installiert, diese meldete sich sehr regelmäßig aber selber mitbekommen hab ich es nur selten.

In Aceh leben die Menschen unter dem Gesetzten der Scharia, das war am Anfang etwas einschüchternd, ich wusste nicht genau wie ich mich verhalten soll und welche Klamotten gut ankommen. Es war mir wichtig immer angemessen bekleidet zu sein, lange Hose und Hemd das über die Ellenbogen gekrempelt war sind essenziell, „nur“ T-Shirt hab ich nur beim Joggen oder schwimmen getragen, außerdem müssen Frauen beim schwimmen auch eine Hose tragen und wer Lust hat Kopftuch. Ich trug im Alltag kein Kopftuch und das ist kein Thema es gibt auch andere Religionen in der Region, diese werden akzeptiert und wie die Touristen müssen sie natürlich kein Kopftuch tragen.

### Geld

Beim Reisen habe ich generell eine ‚Reise Kreditkarte‘ dabei über eine App kann man immer das Geld darauf verwalten (aufladen, PIN und Finanzstatus checken), so bleibt die Menge des Geldes die geklaut werden kann gering und ich muss nicht in großen Mengen abheben da dies kostenfrei ist. Es ist immer am besten mit Bargeld zu bezahlen, viele haben keine Kartenzahlungsmöglichkeiten. Ich habe mir im Vorfeld circa. 200 Euro Indonesische Rupien in bar besorgt für die erste Reise Zeit. Mit travellers Cheques hab ich hier keine Erfahrung, andere Währungen (GBP, USD, EUR) werden nur dort angenommen wo viele Touristen sind zB. In Bukit Lawang oder in den Tauchschulen auf Pulau Weh. Im Krankenhaus gibt es ein Haufen ATMs und an jeder Tankstelle gibt es auch mindestens eins, sie zahlen entweder in 100,000 oder 50,000 IDR aus, es ist angenehmer kleineres Geld zu haben da viele sonst schwer wechseln können. Ein paar Alltagsbeispiele um die Preise einschätzen zu können: Essen: 15-30,000. Getränke: 4-15,000. Beca (Motorrad mit Beiwagen) vom KH in die Stadt: 10,000. Wasser (1.5L): 6,000. Übernachtung: 50-150,000 pro Zimmer.

### Sprache

In Indonesien wird Bahasa Indonesisch gesprochen als gemeinsame Sprache, jede Region hat ihren eigenen Dialekt oder auch Sprache, in Aceh wird Acehnesisch gesprochen aber auch Bahasa Indonesisch. Ich habe mir im Vorfeld wenig Gedanken um die Sprache gemacht, Vorort habe ich das nötigste gelernt um rum zu kommen. In den letzten beiden Wochen hatte ich ein Gefühl für die Sprache entwickelt und ärger mich das ich dies nicht mehr ausgenutzt habe. Die Ärzte und Studenten können zum größten Teil englisch und die aus der CIMSA sowieso. Klar ist es schade nicht mit den Patienten kommunizieren zu können und in den Unterrichtseinheiten nichts zu verstehen aber es findet sich immer jemand der für einen übersetzt.

### Verkehrsverbindungen

Um nach Banda Aceh zu kommen gibt es einige Möglichkeiten, der nächste große Flughafen ist Kuala Lumpur weswegen ich darüber geflogen bin, es besteht aber auch die Möglichkeit über Jakarta zu fliegen oder Medan. Auf Sumatra kann man am besten im Bus reisen, der Nachtbus nach Medan mit Megaausstattung (Sessel, Decke, Kissen, Aircon, Snacks und Wasser) von Sempati Star kostet 270,000 und

es lohnt sich vollkommen, man kann gut schlafen weil die Sitze so weit zurück lehnen und am nächsten Morgen kann man sofort wieder aus der heißen hässlichen Großstadt Medan Abreisen Richtung Bukit Lawang, Berastagi, Tangkahan oder Toba See. Die Busse nach Bukit Lawang kosten Co 25,000 aber wer im Busbahnhof auf einen wartet wird sofort erzählt das man für unter 300,000 nicht hin kommt, am besten immer direkt beim Fahrer fragen und eine ganze null wegstreichen. Die Busse an die beliebtesten Orte fahren öfter in der Stunde außer der Bus nach Tangkahan wo wir dann im Endeffekt nicht waren wegen dem langen auf den Bus warten.

In Banda Aceh gibt es keine guten öffentlichen Verkehrs Möglichkeiten. Es gibt die Becas die für den weißen immer ihre Preise vervielfachen aber direkt dahin fahren wo du hin willst und Labi-Labis die immer die gleiche Strecke fahren in die man hinten reinspringt, sie sind leider nicht leicht erkennbar und es gibt keine festgelegten Haltestellen. Uns wurde aber oft erzählt, dass öffentliche Busse bald kommen und die Bushaltestellen sind auch schon zu sehen. Die Studenten fahren alle mit dem Auto oder Roller in die Uni, wenn man sagt das man zu Fuß irgendwo hingehet (auch mein sieben minutiger weg zum Krankenhaus) wird man komisch angeschaut und gefragt ob das nicht zu anstrengend ist 😊

### Kommunikation

Ich hab direkt nach der Ankunft eine SIM Karte mit meiner kontakt Person gekauft. Für 80,000 hatte ich dann 2GB Internet für den Monat, so konnte ich Whatsapp weiter benutzen und googlen was das Zeug hält. Es gibt in den meisten Cafés Wi-Fi falls man skypen möchte oder ähnliches. Die Menschen haben unzählige Kommunikationswege, sie benutzen whatsapp, line, bbm, iMessage, Instagram, snapchat und noch viel mehr. Die Kommunikation mit Europa lief dank der SIM reibungslos.

### Unterkunft

Das Bungalowzimmer in dem ich gewohnt habe hatte ein 90cm Bett, Schreibtisch, Schrank und kleines Bad in dem es ein typisch indonesisches Klo gab und eine Art Becken das mit Wasser gefüllt wird, daneben liegt ein Schöpfeimer. Es ist ein all-in-one Szenario, der Eimer dient als Klopapier, Waschbecken, Klospülung und Dusche. Es ist am Anfang etwas Gewöhnungsbedürftig aber nach ein paar Tagen ist man drin, das Kalte Wasser ist immer willkommen in der Hitze Acehs. Das Zimmer hat auch eine Klimaanlage gehabt die sehr willkommen war, Geckos und Ameisen, Spinnen und Moskitos gab es auch einige. Unter meinem Moskitonetz hab ich mich aber immer wohl gefühlt. Die Tür sah sehr angeknackst aus und beim Einziehen fiel die Klinke aus der Tür, deswegen hab ich meine Wertsachen bei Wochenendes Trips immer dabei gehabt. Eine Küche gab es nicht, dafür jede Menge Cafés innerhalb von 10 Gehminuten. Die anderen die zeitgleich einen Austausch gemacht haben haben bei Gastfamilien gewohnt, ich kann nicht verleugnen das ich manchmal neidisch war das sie abends immer was zu essen bekommen und sich nicht um Strom und Trinkwasser kümmern mussten.

### Literatur

Ich hab mir den (englischen) Lonely Planet für Indonesien gekauft, viel Auswahl gab es nicht da sich die meisten Bücher über Indonesien auf Bali und Lombok beschränken, ich war mit dem Buch zufrieden obwohl ich von den knapp 800 Seiten effektiv 40 benutzt habe. Im Internet gibt es auch viel Information, die Seite ‚Sumatra Ecotourism‘ fand ich besonders gut. Als Sprachhilfe habe ich die Google Translate App benutzt.

Mitzunehmen

Nützlich: Mückennetz fürs Bett und Mückenspray. Für Frauen sind lockere Hemden sehr angenehm weil sie sowohl alles bedecken als auch luftig sind und kühl halten. Stirnlampe. Taschenmesser. Postkarten aus der Heimat. Sarong. Reihe in der Tube. Akkupack. OROPAX! Warmen Pulli oder Fleece Jacke. Sonnenbrille.

Platzverschwendung: Besteck und Tasse. Fachbücher (besser als pdf). Scrubs (gibt's dort). Reflexhammer, Leuchte, Stethoskop kann man sich immer leihen. Kurze Hosen und Tank Tops. Sachen die man nicht per Hand waschen kann. Regenjacke (im März unbenutzt).

## Reise und Ankunft

Die geplante Anreise lief problemlos ab, eine Nacht habe ich Kuala Lumpur verbracht in einem Flughafen Hotel. Als ich am nächsten Tag an meinem Gate ankam fiel mir auf wieviel konservativer alle die dort saßen angezogen waren, ich war die einzige im Flieger ohne Kopftuch, anfangs ein sehr komisches Gefühl. Da meine Kontakt Person keine Zeit hatte an dem Tag hat mich netterweise ein anderer Incoming abgeholt. Wir fahren erst zu ihm nachhause um mein Kram abzulegen dann in die Fakultät. Dort war die Kontakt Person, er stellte uns einigen wichtigen Menschen vor, und nach längerem Warten auch dem Dean der Medical School. Wir (der andere Incoming und ich) hatten uns geeinigt erst 10 Tage zu reisen und sind direkt am gleichen Abend noch mit dem Nachtbus nach Medan. Als wir aus Medan wieder kamen sind wir erst zum Strand um den dritten Incoming kennen zu lernen, am Nachmittag habe ich erfahren wo ich unterkommen werde. Ich hatte dann ein paar Stunden alleine dort bevor es zur Welcome Party ging. Ich hab die Zeit genutzt mich ein bisschen umzuschauen und den Weg zum KH gefunden. Am Montag wurde ich meiner Betreuerin vorgestellt (nach einigen Stunden warten), sie hat mir dann die Orte gezeigt die für mich relevant waren, danach habe ich sie erst in der letzten Woche wieder gesehen.

## Tätigkeitsbeschreibung und fachliche Eindrücke

Am ersten Tag habe ich einen Überblick gewonnen welche Möglichkeiten mir in der Gyn. und Geburtshilfe offenstehen. Ich war dann in der ersten Woche in der Poliklinik, da kommen von 9-12 Patientinnen hin. Die Aufnahme, Anamnese und Untersuchung wird von den Studenten (Doktor Muda = Junger Arzt) gemacht. Kurz vor Mittag kommt dann ein Oberarzt vorbei und macht bei allen Frauen ein Ultraschall und schreibt wenn nötig was auf. Ich durfte die Leopold'schen Handgriffe üben konnte mich aber nicht an der Anamnese beteiligen. Wegen Patientenmangel habe ich die meiste Zeit damit verbracht mich mit den anderen Studenten zu unterhalten. In der zweiten Woche im Kreissaal war es von Tag zu Tag verschieden wieviel los war. Wenn es eine Geburt gab konnte ich zuschauen, wäre ich eine Woche länger im Kreissaal geblieben hätte ich auch assistieren dürfen. In den ersten beiden Wochen habe ich sehr wenig machen können weswegen ich mich für die dritte Woche in den OP platzierte. In der Chirurgie gab es sowohl die geplanten Operationen als auch die Notfälle und Kaiserschnitte. Hier war die Sprachbarriere mit den Patienten kein Problem und die Chirurgen haben sich gefreut ihr englisch üben zu dürfen. Nachdem ich Enthusiasmus dafür gezeigt habe zu assistieren wurde ich bei jeder Operation gefragt ob ich steril dabei sein möchte, endlich was wobei ich nützlich sein konnte und auch was gelernt habe. In der vierten Woche bin ich wieder in die Chirurgie gegangen weil es dort so gut war.

Zweimal die Woche gab es ein Morning Report um 7am und fast jeden Tag ein Studentenseminar mit Powerpoint Präsentation von den Studenten für einen Dozenten. Wenn diese Veranstaltungen auf Bahasa Indonesia stattgefunden sind (etwa 65%) war es eher mühsam vor allem weil man als Ausländer immer gefragt wird welche Meinung man dazu hat, oftmals folgt ein Kommentar auf Indonesisch alle lachen und

schauen dich an, nicht so angenehm. Der Vergleich mit Deutschland wird auch sehr oft nachgefragt vor allem die Themen Krankenhaus, Versorgung, Familien, Religion und Einstellung zu LGBT.

Insgesamt war die Versorgung dort dem Deutschen nicht so fern, das Krankenhaus wurde erst nach dem Tsunami gebaut (von deutschen) und ist gut ausgestattet, das alle Familienmitglieder im Gang schlafen gehört zur Kultur. Wenn mir ein wesentlicher Unterschied öfter aufgefallen ist dann unter anderem, dass die Patienten erst zu einem viel späterem Stadium medizinischen Rat suchen und es deswegen Fälle gibt die in Deutschland viel früher versorgt gewesen wären.

Das Studium ist auch ein beliebtes Thema, dort kommen sie nach 4 Jahren Vorklinik ins Krankenhaus und es wird von ihnen erwartet, dass sie gemeinsam ihre Stationen eines Fachbereichs managen. Sie rotieren alle 10 Wochen über 2 Jahre in der Klinik. Wenn ich erzähle, dass es in Deutschland in der Klinikzeit Vorlesungen und ein Wöchige Praktika gibt werde ich erstaunt angeguckt und gefragt ob ich in einer Woche alles nötige lernen kann danach folgt die Frage zu den Nachtschichten, wie oft müssen wir die in Deutschland machen? Die Studenten in Banda Aceh müssen bis zu vier Mal die Woche nachts arbeiten, natürlich unbezahlt und haben trotzdem von 7h bis 16h Anwesenheitspflicht. Man kann ihnen aber nicht nehmen, dass sie sehr viel lernen und gute Übung bekommen für ihr weiteres Leben als Arzt.

### Land und Leute

Banda Aceh ist eine relativ kleine Stadt mit wenigen Sehenswürdigkeiten, die meisten Touristen reisen direkt nach Pulau Weh oder Lhokgna weiter, dennoch haben wir die Tsunami Überbleibsel und Museum besucht. Mit den Studenten von der Station habe ich mich gut befreundet und wir sind oft nachmittags noch zum Strand oder in die Stadt zum Markt oder essen gefahren, besonders schön fand ich auch einmal am Sonntagmorgen in Blang Padang zu sein, ein Park in dem sich viele treffen um „Sport“ zu treiben. Der Sport besteht eher darin gemütlich eine Runde bzw. 15min zu spazieren aber es ist schön zu sehen wie alle auf ihren Decken sitzen und vielleicht was verkaufen oder sich einfach beim Frühstück unterhalten. Am Wochenende sind Lampuuczum schwimmen, Lhokgna zum surfen und Pulau Weh (von den Locals Sabang genannt) zum Schnorcheln und Tauchen alle zu empfehlen. Banda Aceh war mal eine Stadt mit vielen Politischen Auseinandersetzungen davon ist aber heute nichts mehr zu spüren, insgesamt hat man das Gefühl es ist eine relativ reiche Gegend die durch die Hilfe der Welt sich besser wieder aufbauen konnte nach dem Tsunami, das es viele Burger Läden gibt ist das Stückchen Westen was am meisten auffällt.

Mit den CIMSA Mitgliedern gab es oft Kommunikationsprobleme was zu vielem rumsitzen, warten und Zeitverschwendung geführt hat, wenn wir dann aber was erreicht hatten zum Beispiel den Strand war es schön. Mit den Studenten auf Station bin ich sehr gut klar gekommen, mit meinen Nachbarn auch. Eine Sache an die man sich gewöhnen muss ist das es für die Menschen dort besonders ist einen weißen zu sehen und sie deswegen immer ein Foto machen wollten, ich persönlich fand dies etwas anstrengend vor allem wenn nicht gefragt wurde.

Insgesamt muss die Gastfreundlichkeit der Leute sehr positiv erwähnt werden, jeder grüßt und alle freuen sich über ein lächeln. Die Einladungen in Wohnungen oder zum Mittagessen sind mehr als man sich vorstellen kann und wenn man irgendwo hin möchte bieten direkt mehrere an dich dort hin zu begleiten bzw. Fahren. Eine sehr freundliche Bevölkerung.

### Fazit

Ich habe versucht offen und ohne Erwartungen in die Famulatur zu gehen aber natürlich wird man doch von Sachen überrascht. Die extreme Gastfreundlichkeit, welche Einflüsse die Scharia wirklich im Alltag hat und ... sind alles Sachen mit denen ich nicht gerechnet habe. Ich wäre am liebsten länger in Indonesien geblieben um noch mehr von diesem schönen, reisender freundlichen und Naturreichen Land zu sehen, allerdings lieber als Backpacker als als Arzt. Die Erfahrung hat mich darin bestärkt, dass man eine Kultur am besten kennenlernt wenn man mittedrin steckt, und ich freu mich auf weitere Auslandsaufenthalte in der Zukunft.

Famulatur in Banda Aceh, Indonesien

Ich empfehle eine Famulatur in Banda Aceh für jeden der Abenteuerlustig, offen ist und Lust auf scharfes essen hat!