Erfahrungsbericht chirurgisches PJ-Tertial in Kapstadt

Ich war vom 21.11.2022 – 12.03.2023 für das chirurgische Tertial in der General Surgery am Groote Schuur Hospital der University of Cape Town und kann jedem nur ans Herz legen, ein Tertial in Kapstadt zu absolvieren!

Bewerbung

Meine Bewerbung lief dank der Partnerschaft über das Zentrum für Internationale Beziehungen der medizinischen Fakultät der Universität zu Köln sehr strukturiert und einfach. Für Kölner: Innerhalb der Fristen beim ZIB Med melden und dort alle Unterlagen zusammenstellen. Hier findet ihr alle Infos auf der Homepage unter Outgoings. Für alle anderen: Einfach eine Mail an das International Office in Kapstadt schreiben. Hier sollte man sich frühzeitig, am besten 2 Jahre im Voraus drum kümmern, es gibt aber auch Restplätze.

Die Gebühren für die Universität in Kapstadt betragen 60.000 ZAR, etwa 3.600 Euro. Am besten mit einem Online Transfer überweisen (z.B. Wise), das ist deutlich günstiger als die Apo Bank.

Auf Facebook kann man sich in der Gruppe bereits vor der Reise mit anderen PJlern vernetzen.

Visum

Wer ein ganzes Tertial bleibt, sollte sich über ein Studi-Visa Gedanken machen.

Vorteile: man kann über die gesamte Zeit in Südafrika bleibe und kann mehrfach ein- und ausreisen, muss sich nicht vor Ort um eine umständliche Verlängerung kümmern. Man bekommt bis zu 80% Rabatt für Nationalparks in Südafrika, Namibia, Simbabwe. Borderhopping für ein neues Tourivisum klappt nur begrenzt.

Nachteile: Nervige Beantragung: 33 Euro Gebühr, nach Berlin reisen, Röntgen-Thorax, Krankenversicherung in Südafrika (180 Euro) obligatorisch. Es gibt ohnehin ein neues Tourivisum bei Heimaturlaub oder Grenzübertritt über 2 Grenzen hinweg.

Unterkunft

Ich hatte den Kontakt zu einer Südafrikanerin, die Studierendenhäuser in Kapstadt besitzt und Zimmer bevorzugt an deutsche Medizinstudierenden vermietet. Die zwei Häuser sind in Observatory, in direkte Nähe zum Groote Schuur Hospital. Observatory ist ein Studentenviertel mit vielen Cafés, Secondhand Läden und günstigen Ausgehmöglichkeiten. Viele andere Kommiliton*innen wohnen auch hier.

Die Gegend gilt als weniger sicher im Vergleich zu den touristischen Bereichen und Villengegenden in Sea Point und Camps Bay. Ich habe mich zu keiner Zeit unsicher gefühlt und auch in allen anderen Vierteln muss man nach Einbruch der Dunkelheit ein Uber nutzen und geht nicht mehr zu Fuß vor die Tür. Ich würde jederzeit wieder dort wohnen und es war die ideale Gegend für mich.

Die Miete beträgt ca. 240 € pro Monat.

Arbeit

Wir wurden am ersten Tag mit vielen anderen internationalen Studierenden (fast nur deutsche) von der zuständigen Mitarbeiterin der Fakultät begrüßt. Hier konnte man gut Kontakt knüpfen. Die Organisation seitens der dortigen Universität läuft sehr strukturiert. Ich habe einen Kontakt der Sekretärin der General Surgery im Groote Schuur Hospital mitgeteilt bekommen und auch ein Studierendenausweis wurde für mich angefertigt.

Nach Vorstellung bei der Sekretärin wurde mir ein Rotationsplan über die einzelnen chirurgischen Stationen vorgelegt und ich wurde direkt mit den zuständigen Ärzten bekannt gemacht. Die ersten Wochen wurde ich in der Viszeralchirurgie eingeteilt. Nachfolgend kann man nach eigenem Interesse über die einzelnen Stationen rotieren.

In den einzelnen Abteilungen gibt es häufig Arzt*innen, die sich bei der Lehre große Mühe geben und gute Teachings abhalten, sodass man auch vom Stationsalltag viel profitieren kann. Zudem werden viele praktische Fähigkeiten wie Nähen, Blutabnahme, Patientenuntersuchung, Katheterlegen und Thoraxdrinagen erlernt. Im OP kann man sich, ähnlich wie in Deutschland, meist mit einwaschen und bei den Operationen unter Aufsicht und Anleitung Hand anlegen.

Die chirurgische Notaufnahme ist mit am spannendsten, vor allem zu Nachtschichten an Wochenenden. Einfach an einen Arzt dranhängen und mitarbeiten. Die Fälle sind zum Teil sehr spannend, viele Stich- und Schussverletzungen und Gewalttaten.

Man kann sich die Arbeitszeiten frei einteilen und selbst entscheiden, wie viel man wann arbeiten will. Es besteht das Potenzial sehr viel zu lernen und auch das Land zu bereisen.

Im anderen Krankenhäusern und anderen Departments besteht teils eine strengere Anwesenheitskontrolle und man wird in einen Rotationsplan mit eingeteilt.

Die Lehre und Kommunikation unter den Ärzt*innen und mit den Patient*innen ist durchweg auf Englisch, sodass man nach kurzer Gewöhnungsphase sehr gut folgen und mitreden kann.

Nehmt für die Arbeit vor Ort am besten selbst Kasaks mit. Farbe ist egal. Ein Kittel oder besondere Schuhe werden nicht benötigt. Stehtoskop, Stauschlauch und Schutzbrille sollten auch dabei sein. Kasaks und Schutzbrille kann man bei Tanks am Groote Schuur auch günstig kaufen.

Leben vor Ort

Euch wird nicht langweilig!! Hier sind ein großer Haufen PJler, tausende von Aktivitäten, ein wunderschönes Land und unzählige Ausflugsmöglichkeiten in Kapstadt, Südafrika und den Nachbarländern. Hier am besten keinen Stress machen und vor Ort mit den Kommiliton*innen gemeinsam planen.

Kommt im europäischen Winter, dann habt ihr richtig gutes Sommerwetter!

Der Transport erfolgt meist über Uber, weil es am sichersten und relativ günstig ist. Viele haben auch ein Mietauto (Ulf Car Rental oder Round About Cars), Mieten werden bei kurzer Mietdauer und zur Hochsaison aber teurer.

Gezahlt wird fast überall mit Karte, sodass man meist ohne Geldbeutel und nur mit dem Handy vor die Tür geht. Google Pay, verknüpf mit Paypal, bietet kostenfreies kontaktloses bezahlen ohne Auslandsumsatz für alle Android Smartphones.

Die Kriminalität ist nicht unerheblich, hält man sich aber an ein paar Regeln, passiert einem nichts. Passt aber auch eure Wertsachen auf, vor allem bei Festivals.

Lokale SIM Karten gibt es in allen Malls, dort deutlich günstiger als am Flughafen.

Essen ist im Krankenhaus und auch überall in der Stadt für ca. 5 € pro Menü möglich. Nach oben ist dem natürlich keine Grenze gesetzt, abhängig in welchen Restaurants man essen geht. Einkaufen und Kochen ist zum Teil teurer als Essen gehen.

Stipendium

Bewerbt euch auf jeden Fall für ein Stipendium. Das ZIB Med der Uni Köln bietet eine eigene Förderung an, ansonsten ist PROMOS aber deutlich ergiebiger. Wer mehr als ein Tertial außerhalb von Erasmus+ absolvieren will, sollte sich auf das DAAD Jahresstipendium bewerben.

Ich glaube, das waren rückblickend mit die besten 4 Monate meines Lebens und ich habe chirurgisch mehr gelernt, als die meisten Kommilitonen in Deutschland. Wenn ihr irgendwie die Chance dazu habt, dann legt alles daran ein Tertial in Kapstadt zu absolvieren. Viel Spaß!