

Erfahrungsbericht: PJ in Südafrika – Gynäkologie und Geburtshilfe in Durban, King Edward VIII Hospital

Motivation

Mich hat gegen Ende des Studiums ein großes Fernweh überkommen und mir ist klar geworden, dass jetzt wahrscheinlich die letzte Gelegenheit ist, um nochmal eine längere Zeit im Ausland zu verbringen. Da ich kein Erasmus Semester gemacht hatte, wollte ich mir diese Chance nicht entgehen lassen und habe mich deshalb für ein Auslandstertial entschieden. Außerdem hatte ich Lust, meine Englischkenntnisse nochmal etwas auf zu polieren. Ich hatte zu meiner Schulzeit ein Jahr in Kanada verbracht, aber meine Englischkenntnisse sind doch zunehmend eingerostet. Auch hatte ich Lust in ein außereuropäisches Land zu gehen und somit war die Auswahl der Länder beschränkt. USA, Kanada und Australien sind leider ziemlich teuer und die Bewerbung ist sehr aufwendig, so dass diese Länder nicht in Frage kamen. Als ich mitbekommen habe, dass sich Freunde von mir in Südafrika bewerben ist auch mein Augenmerk auf dieses Land gefallen, obwohl ich Südafrika zunächst gar nicht als Alternative im Kopf hatte. Nachdem ich ein etwas über das Land gelesen hatte und mir einige Erfahrungsberichte durchgelesen hatte, war mein Interesse geweckt und ich beschloss mich in Südafrika zu bewerben.

Bewerbung

Einige befreundete Kommilitonen von mir hatten sich zu der Zeit bereits in Durban für ein Chirurgie Tertial bzw. für ein Innere Tertial beworben. Für mich hat sich dadurch natürlich das ganze Bewerbungsprozedere vereinfacht, da ich mir von meinen Freunden genau erklären lassen konnte, wie ich bei der Bewerbung vorzugehen hatte.

Prinzipell sollte man sich mindestens ein dreiviertel Jahr vorher um einen Platz bemühen, vor allem wenn man sein Chirurgie Tertial dort verbringen möchte, da die Plätze relativ schnell vergeben sind. Andere Fächer wie Innere Medizin oder wenn man sein Wahlfach dort absolvieren möchte, sind nicht so überlaufen, dann reicht auch eine Bewerbung etwas kurzfristiger. Ich habe mich im März für einen PJ Platz beworben (das Tertial sollte am 01.12. losgehen) und bei der ersten Kontaktaufnahme mit der zuständigen südafrikanischen Koordinatorin (Anitha) hat diese mir direkt geschrieben, dass für Chirurgie bereits alle Plätze vergeben sind. Ich habe mir daraufhin überlegt, dass ich mein Wahlfach Gynäkologie und Geburtshilfe dort absolvieren wollte. Anitha (unter folgender Emailadresse zu erreichen: Elective@ukzn.ac.za) schickt einem dann alle Formulare per Email zu, die man ausgefüllt zurückschicken muss. Es sind schon einige Formulare, die ausgefüllt werden müssen, deshalb sollte man ein bisschen Zeit für das gesamte Bewerbungsprozedere einplanen.

Man benötigt:

- Letter of recommendation
- Kopie des Impfpasses (man braucht alle Standardimpfungen, Hep.A+B, Diphterie, Tetanus, Masern, Mumps, Röteln, Pertussis); ansonsten sind keine Extra-Impfungen notwendig
- Eine Empfehlung der Uni über außerordentliche Leistungen mit Auflistung der bisherigen Noten. Bekommt man vom Studiendekanat problemlos ausgestellt (jeder ist in den oberen 5%:-)).
- Kopie des Reisepasses
- Beleg, dass man die „Studiengebühren“ von ca 4500 Rand (ca 300 Euro) bezahlt hat.
- HPCSA-Formular (Health Professions Council of South Africa). Bekommt man zugemailt. Muss ausgefüllt mit Stempel vom Studiendekanat zurückgeschickt werden.

Außerdem benötigt man für einen 4monatigen Aufenthalt ein Visum. Das Visum muss mindestens 3 Monate im Voraus beantragt werden. Das ganze Prozedere, bis man das Visum in den Händen hält, dauert einige Monate, also fangt nicht so spät damit an! Für das Visum müssen wieder einige Dokumente eingereicht werden:

- Röntgen Thorax Aufnahme mit einer Radiologischen Bescheinigung, dass man keine Tuberkulose oder sonstige Lungenerkrankungen hat.
- Bescheinigung über eine vorhandene Auslandskrankenversicherung
- Eine Barhinterlegung von 900 Euro (!), bekommt man nach dem Auslangaufenthalt zurück
- Health Questionnaire (ein Fragebogen in dem man einfach nur ankreuzen muss dass man keine Krankheiten hat)
- Application for temporary residence permit (Formular, bekommt man auch zugesandt)
- Letter of acceptance (Bestätigung vom Krankenhaus, dass man dort auch angenommen ist)

Hat man das alles zusammen, kann es losgehen!

Unterkunft

Man bekommt von einer Dame namens Jane Taylor einige Monate bevor es losgeht eine Liste mit den Namen und Kontaktdaten von allen ausländischen Pjlern, die zu der Zeit ebenfalls ihr Tertial in Durban machen. Außerdem erhält man eine Liste von Unterkünften, die in der Nähe von den jeweiligen Krankenhäusern sind. Da man die Namen und Emailadressen von den anderen Pjlern hat, kann man sich auch mit im Vorhinein zusammentun und eine Unterkunft gemeinsam suchen.

Da wir sowieso eine Gruppe von mehreren Leuten waren, haben wir privat übers Internet eine Unterkunft gesucht und haben die oben beschriebene Hilfe nicht in Anspruch genommen. Wir haben aber von mehreren Pjlern, die wir während unseres Aufenthaltes kennengelernt haben, gehört, dass es relativ einfach war, eine Unterkunft über diese Liste zu bekommen. Der ein oder andere hat sich sogar erst vor Ort um eine Unterkunft gekümmert und auch das ging problemlos. Man sollte mit ca. 200-300 Euro pro Monat an Miete rechnen (hat dafür aber auch häufig einen Pool am Haus!).

Das Krankenhaus

Im Krankenhaus wurde ich auf verschiedenen Stationen eingesetzt. Die ersten 6 Wochen sollte ich auf die Geburtshilfe gehen, dann zwei Wochen Ambulanz und anschließend 2 Monate auf die gynäkologische Station. Da die südafrikanischen Studenten von Dezember bis Mitte Januar Semesterferien haben, war ich in der Zeit die einzige Studentin. Danach war ich mit einer Gruppe von 5 südafrikanischen Studenten zusammen.

Das System dort ist anders es bei uns ist. Es gibt verschiedene Units die, je nach Station, aus 1 bis 3 Assistenzärzten, 1-3 Interns (ähnlich wie Pjler, sind aber bereits mit dem Studium fertig. Rotieren für 2 Jahre über alle Stationen. Sind ca. 4 Monate auf jeder Station) und 1 Oberarzt bestehen. Jede Unit hat ihre eigenen Patienten, die sie von Aufnahme, stationäre Behandlung, eventuell OP bis hin zur Entlassung und Nachbetreuung komplett behandeln. Ein Arzt kennt somit seine Patienten von Anfang bis Ende. Jede Unit hat einmal in der Woche Ambulanz-Tag, wo neue Patienten aufgenommen werden, einmal pro Woche OP Tag, einmal pro Woche ambulante Nachbetreuung von bereits entlassenen Patienten und einen academic day, wo aktuelle Studien und teaminterne Themen besprochen werden. Man wird als Pjler einem Team zugeteilt und bleibt die gesamte Zeit in diesem Team. In der Geburtshilfe läuft das etwas anders ab, da hier natürlich viel mehr Durchlauf ist werden die Patienten von verschiedenen Teams behandelt.

Man muss sich die Stationen so vorstellen, dass es einen riesigen Raum gibt, in dem 30 Patienten nebeneinander liegen. Die Betten können lediglich mit einem Vorhang voneinander getrennt werden. Auf dem „Labour Ward“ führt das dann dazu, dass Frauen ihre Kinder bekommen und nebenan liegen Frauen mit vorzeitigen Plazentalösungen, Infektionen, Zervixinsuffizienzen etc.. Das fand ich zunächst ziemlich gewöhnungsbedürftig. Privatsphäre gibt es dort im Krankenhaus so gut wie gar nicht. Die Geburtenrate ist sehr hoch, es sind ca. 20 Geburten pro Tag, sodass man, wenn man möchte und sich an die Hebammen hält, viele Geburten sehen und auch assistieren kann. Im OP bei Kaiserschnitten ist man immer erste Assistenz. Die hygienischen Vorkehrungen im OP sind für unser Verständnis sehr schlecht und man sieht viele Infektionen nach Kaiserschnitt.

Wenn man nicht gerade bei Geburten zuschaut oder im OP ist, dann kann man in die Ambulanz gehen und Schwangere untersuchen und den Status erheben. Die Interns waren bei mir durchweg nett und haben sich Zeit genommen mir viele Dinge zu erklären. Die HIV Rate bei den Patientinnen ist extrem hoch, sodass man beim Untersuchungen, bei Blutabnahmen, Zugänge legen etc. sehr vorsichtig sein muss und sich immer ausreichend schützen muss.

Auf der gynäkologischen Station war ich dann fest einem Team zugeteilt. Man macht morgens die Visite mit und hat im Anschluss entweder Ambulanz, OP, oder „Clinic“ (die Nachbetreuung poststationärer Patienten). Leider ist es in der Ambulanz häufig das Problem, dass die Patienten kein Englisch sprechen, sondern nur Zulu und dann ist es leider unmöglich eine Anamnese zu erheben. Wie viel man selber machen darf, hängt von seinem Assistenzarzt und von der eigenen Motivation ab. Ich habe die einige Spekulum Einstellungen, PAP-Abstriche, Pessar Einlagen etc. gemacht.

Wie viel Zeit man im Krankenhaus verbringt hängt sehr stark von einem selber ab. Bei mir war es so, dass ich jederzeit gehen konnte wann ich wollte oder wenn wir Trips unternommen haben und mal eine Woche nicht gekommen sind, dann war das überhaupt kein Problem und die Ärzte haben einem einfach nur eine schöne Zeit gewünscht. Man kann das Tertial somit sehr frei gestalten. Wenn man etwas lernen möchte, dann hat man im Krankenhaus die Chance dazu, wenn man lieber viel Freizeit haben mag und viel Reisen möchte, dann ist das genauso in Ordnung.

Land und Leute

Also ich muss sagen, dass das Land mich total begeistert hat. Südafrika ist ein Traum! Das Land ist außerordentlich vielfältig, man kann Safaris machen und viele wilde Tiere sehen, man kann an wunderschönen Stränden liegen, man kann in die Drakensberge ins Gebirge fahren und beeindruckende Landschaft sehen und Wanderungen machen. Ebenso ist Kapstadt eine Reise wert, die Stadt ist einfach Toll, der Tafelberg, die Weingegend drum herum, das angenehme Klima, es ist einfach Urlaub pur!

In Südafrika leben sehr viele unterschiedliche Volksstämme zusammen. Es gibt viele unterschiedliche afrikanische Volksstämme, in Durban leben hauptsächlich die Zulu-Afrikaner. Außerdem gibt es in Durban eine unglaublich große indische Gemeinschaft und verhältnismäßig wenig Weiße. In Kapstadt sieht das anders aus, da gibt es verhältnismäßig viele Weiße, die entweder von ursprünglich holländischen Kolonien abstammen und Africans sprechen oder von den englischen Kolonien entstammen. Diese bunte Mischung macht viel von dem Südafrikanischen Charme aus, es stößt alte afrikanische Kultur, die bis heute an Scharmanen und Geister glauben, auf die westlich geprägten Einflüsse. Man ist manchmal erstaunt wie modern und westlich das Land auf der einen Seite und traditionell und fremdartig auf der anderen Seite ist. Was man auf jeden Fall mitbringen muss wenn man längere Zeit dort ist, ist Geduld. Bei den Afrikanern dauert alles dreimal so lange wie bei uns. Alleine auf einen Kaffee zum mitnehmen kann man mal eine viertel Stunde warten. Das kann einen manchmal wahnsinnig machen. Auch das Bestellen im Restaurant kann eine Geduldsprobe sein, wenn die Kellner sich gerade spannenderen Dingen widmen.

Geld

Die Lebensunterhaltungskosten sind recht günstig. Man bezahlt beispielsweise in einem Restaurant für ein 300g Steak ca 7 Euro. Eine Flasche Wein kostet im Restaurant ebenso viel. Benzin kostet weniger als ein 1 pro Liter. Es lässt sich also ganz gut Leben dort auch wenn der Geldbeutel nicht so prall gefüllt ist.

Sicherheit

Ich habe mich in der Zeit, die ich dort war, nie bedroht gefühlt. Man muss sich jedoch an paar Regeln halten. Man sollte nachts beispielsweise nicht alleine auf der Straße herumlaufen. Generell ist es weniger das Problem körperlich verletzt zu werden, als dass man geklaut oder abgezogen wird und es noch nicht einmal bemerkt. Die Diebe sind schon extrem schlau und außerordentlich gut in ihrem Handwerk. Mir ist meine Kreditkarte gestohlen worden ohne dass ich es so richtig gemerkt habe. Meinen Eltern ist einfach 2.500 Euro von der Kreditkarte abgebucht worden weil das Gerät „defekt“ war und die Karte mehrfach durchgezogen werden musste. Der Betrug ist uns erst in Deutschland aufgefallen. Abgesehen davon ist uns einmal nachts das Auto aufgebrochen worden, man sollte also keine Wertsachen im Auto lassen. Mehr ist uns in der Zeit nicht passiert. Wir wurden nie körperlich bedroht, man muss aber trotzdem sehr auf der Hut sein und gut auf seine Sachen aufpassen, sonst sind die schneller weg als einem lieb ist.

Fazit

Südafrika war spitze! Ich kann es nur jedem empfehlen. Ich würde vielleicht im Nachhinein eher versuchen nach Kapstadt zu kommen als nach Durban, weil Kapstadt von der Stadt her einfach mehr zu bieten hat als Durban. Trotz alledem war das eine tolle Zeit! Das Land lohnt sich auf jeden Fall!

Viel Spass!