

**PJ an der University of KwaZulu-Natal, Addington Hospital, Durban,
Südafrika**

Innere Medizin

31.12.2018 bis 24.02.2019

1.)Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Da ich schon einen ERASMUS Aufenthalt auf Teneriffa hinter mir habe und dort viel gelernt und viele Erfahrungen gesammelt habe, war für mich klar, dass ich auch für das Praktische Jahr gerne wieder ins Ausland gehen wollte. Ich habe mich entschlossen, einen Teil meines Innere Medizin Tertials in Südafrika zu absolvieren. Es wurde dann Durban, da ich schon „relativ“ spät dran war mit dem Bewerben. Für Kapstadt muss man sich mindestens 2 Jahre in Voraus bewerben. In Durban werden Bewerbungen auch akzeptiert, wenn man sich ein Jahr vorher bewirbt. Ich habe dann auch nochmal überprüft, ob das Krankenhaus, das ich mir ausgesucht habe, auch auf der aktuellen PJ-Auslands-Liste vom LPA in NRW zu finden ist.

Für die **Bewerbung** haben wir einfach eine Email mit Lebenslauf und Recommendation Letter an die Universität KwaZulu-Natal in Durban geschickt. Daraufhin wurden uns dann noch einige Unterlagen zurückgeschickt, die wir ausfüllen mussten und postalisch zurück nach Südafrika schicken sollten.

E-Mail Adresse: Elective@ukzn.ac.za

Da wir uns weniger als 90 Tage in Südafrika aufgehalten haben, mussten wir uns glücklicherweise nicht vor Einreise um ein **Visum** kümmern. Wer aber ein ganzes Tertial machen will, muss sich frühzeitig darum kümmern, ein Visum zu bekommen!

Problematisch bei unserer Bewerbung war leider, dass die PJ-Beauftragte in Südafrika monatelang nicht mehr geantwortet hat. Am Ende gab es dann glücklicherweise eine neue PJ-Beauftragte, die dann auch wieder zuverlässig geantwortet hat (Ms. Nomakhwezi Khanyile). Die E-Mail Adresse ist aber dieselbe geblieben wie oben aufgeführt.

Auch gehen die Unterlagen auf postalischem Weg oft verloren bzw es dauert monatelang, bis diese ankommen. Bei mir hat es ganze 4 Monate gedauert. Man muss unter anderem eine zertifizierte Kopie des Reisepasses, das Original HPCSA- Formular sowie eine Zahlungsbestätigung der Studiengebühren der Gebühren für die HPCSA-Registrierung

nach Südafrika schicken. Man muss beim HPCSA registriert werden, damit man in Südafrika im Krankenhaus arbeiten darf. Dafür müssen die Unterlagen mindestens 6-8 Wochen vor PJ-Start dort angekommen sein. Alle anderen PJler hatten Probleme damit, dass ihre Unterlagen rechtzeitig ankommen. Man kann sich überlegen, die Unterlagen per Kurier zu schicken oder sie rechtzeitig und mehrmals loszuschicken. Letztendlich hat es aber irgendwie bei allen geklappt, auch bei denen, bei denen die Unterlagen nicht angekommen sind. Wenn die Unterlagen ankommen und alles glatt läuft, bekommt man von der Uni einen Acceptance Letter zugesendet. Den muss man eventuell bei Einreise am Flughafen vorzeigen.

Die **Studiengebühren** muss man schon im Voraus überweisen. Das waren für 2 Monate PJ R3400 und für die HPSCA-Registrierung R873, also insgesamt momentan 260 Euro. In Durban sind die Studiengebühren um einiges billiger als in Kapstadt.

Eine Haftpflicht- und Berufsunfähigkeitsversicherung habe ich mir vorher noch über die Deutsche Ärzte Finanz und den Hartmann Bund machen lassen. Und schaut auch nach, ob ihr eine gültige **Auslandskrankenversicherung** habt.

Eine **Unterkunft** haben wir auch schon vorher von Deutschland aus organisiert. Diese haben wir über die PJ Facebook Gruppe „PJ in Durban“ gefunden. Hier findet ihr auch andere nützliche Informationen. Wir haben in der Beach Accommodation bei Karl und Celeste in Bluff gewohnt. Die Kontaktdaten findet man auch in der Facebook Gruppe. Jedoch sollte man sich überlegen, ob es sich für einen lohnt, dort zu wohnen, da man 20-30 min in die Stadt bzw. zum Krankenhaus fahren muss und im Berufsverkehr noch länger. Wenn man gerne surft, hat man in Bluff aber auch einen guten Surfstrand direkt vor der Haustür. Außerdem gibt Karl einem sehr gute Surftipps und weiß immer, wo es gerade am besten ist. Jedoch sind die Surfstrände in der Stadt auch gut. Im Nachhinein hätte ich lieber in der Stadt als in Bluff gewohnt, da man dann viel flexibler ist. Bei Air Bnb gibt es gute Angebote in der Stadt.

Mietet euch auf jeden Fall ein **Auto** für den kompletten Aufenthalt. Ohne Auto ist man mehr oder weniger aufgeschmissen, da es auch kein wirklich gutes und sicheres Netzwerk an öffentlichen Verkehrsmitteln gibt. Uber kann man sonst natürlich auch nutzen, das funktioniert sehr gut.

2.) Der Auslandsaufenthalt

An unserem **ersten Praktikumstag** haben wir uns um 08:00 im Addington Hospital auf der Inneren Station vorgestellt. Dort mussten wir unseren Reisepass und den Acceptance Letter vorzeigen und dann ging es auch schon los. Wir wurden in verschiedene Teams verteilt und sind direkt bei der Visite mitgegangen. Es gibt nicht verschiedene Stationen sondern verschiedene Teams, die jeweils eine Farbe haben. Die neuen Patienten werden dann immer einem Team zugeordnet und bleiben auch bei weiteren Krankenhausaufenthalten bei dem Team bzw. der Farbe. Das war allerdings manchmal ein wenig chaotisch und manche Patienten waren erstmal farben- und teamlos, bis man sich geeinigt hat, wer sich um den Patienten kümmert. Die Stationen der Inneren Medizin sind in Stock 10, 12 und 13 und auf allen Ebenen liegen Patienten aller Farben. Man muss also bei der Visite ein bisschen rumrennen, bis man alle seine Patienten gefunden hat. Ich hatte Glück und für mein Team (Red-Team) war ein Resident zuständig, also ein Arzt in der Facharztausbildung. Das Medizinstudium und die Ausbildung zum Facharzt in Südafrika sind ein wenig anders aufgebaut als bei uns. Wenn man mit dem Studium fertig ist, wird man zunächst 2 Jahre Intern und rotiert nochmal durch alle Fachrichtungen. Dann muss man 1 Jahr Community Service auf dem Land absolvieren und dann ist man ein Medical Officer. Als Medical Officer kann man auch arbeiten, ist dann aber nicht in der Facharztausbildung und hat auch keinen Facharzt. Nur als Resident ist man in der Facharztausbildung. Am Ende ist man dann Consultant für eine Fachrichtung. Somit wissen die Residents meistens mehr als die Medical Officers. Manche der Teams werden von Residents betreut und manche nur von Medical officers. Die Residents bringen einem auf jeden Fall um einiges mehr bei als die Medical officers, das war zumindest mein Eindruck. Bei uns hatte Team Red und Orange einen Resident. Alles in allem kann man wirklich viel lernen, wenn man engagiert ist und regelmäßig ins Krankenhaus geht. Man kann auch viele Sache wie Aszitespunktionen, Pleurapunktionen und Lumbalpunktionen alleine machen und auch eine gewissen Routine in diesen Tätigkeiten erlangen. Natürlich muss man auf seinen Selbstschutz achten und immer Handschuhe anziehen beim Blutabnehmen oder Punktieren aufgrund von HIV etc. Ich habe eigentlich auch jeden Tag die ganze Zeit eine Tuberkulose Maske getragen. Die gibt es zum Glück immer auf allen Stationen. In Südafrika haben in der Inneren Medizin wirklich erschreckend viele Menschen HIV und Tuberkulose. Auch sind viele Krankheitsbilder viel stärker ausgeprägt als in Deutschland, weil die Menschen oft erst spät ins Krankenhaus gehen. Ich war regelmäßig im Krankenhaus und durfte viel machen. Am Ende kannte uns auch die komplette Innere Medizin Abteilung. Aber 2 Monate im öffentlichen Krankenhaus in

Südafrika haben mir wirklich gereicht. Es ist einfach sehr frustrierend, wenn man sieht, dass die Menschen dort monatelang auf ein einfaches Sono Abdomen warten müssen, welches man in Deutschland einfach selber machen würde. Leider gibt es nur ein Sono Gerät im ganzen Krankenhaus. Ein CT gibt es auch, das ist aber regelmäßig kaputt und es werden nur circa 2 Patienten am Tag ins CT gefahren, da der Radiologe nur bis 12 arbeitet. Wir haben auch junge Menschen sterben sehen aufgrund von Hirnblutungen oder ähnlichem, weil die Diagnostik nicht schnell genug ablief. Alles in allem ist es ein spannendes Erlebnis gewesen, aber man lernt auch das Gesundheitssystem in Deutschland wieder zu schätzen.

Die **Lebenserhaltungskosten** sind ungefähr so wie in Deutschland. Natürlich gibt man letztendlich doch um einiges mehr aus, weil man ja noch was vom Land sehen will. Wir waren in unserer **Freizeit** viel surfen, z.B. in Bluff oder an den Stränden in der Stadt wie North Beach oder New Pier. Direkt beim Addington Hospital gibt es auch einen guten Anfänger Strand, den Addington Beach oder South Beach. Hierhin kann man auch ausweichen, wenn die Wellen zu groß sind für die anderen Spots. Die Welle in Bluff ist eine etwas schwierigere Welle.

Sonst waren wir auch sehr viel essen, das kann man in Durban nämlich sehr gut und im Vergleich zu Deutschland auch wirklich billiger. Sehr zu empfehlen z.B. Falafel Fundi auf der Florida Rd oder St. Clemens auf der Musgrave Rd.

Ziele für **Wochenendtrips** in der Umgebung von Durban sind die Drakensberge(Sanipass und Lesotho), der Hluhluwe-iMfolozi Nationalpark, St. Lucia bzw. die Wetlands oder Oribi George. Wir waren auch für einen Kurztrip in Mosambik.

Zur **Sicherheit** in Südafrika: Was man immer wieder hört, stimmt natürlich. Es gibt viel Kriminalität und in der Innenstadt herrscht mehr oder weniger Anarchie. Damit wird man täglich konfrontiert, und es ist auch wirklich traurig zu sehen, wie arm viele schwarze Menschen in diesem Land sind und wie groß die Unterschiede zwischen schwarz und weiß sind. Man sollte beim Autofahren durch die Innenstadt alle wertvollen Dinge verstecken. Wir sind auch nachts durch die Innenstadt gefahren und haben dann an den roten Ampeln einfach nicht angehalten oder sind rollend darauf zugefahren und haben nicht gestoppt. Wenn man ein bisschen aufpasst, passiert eigentlich auch nichts.

Wenn ihr euch die Unterschrift geben lasst auf der **PJ-Bescheinigung**, achtet darauf, dass ihr als Abteilung nur „Internal Medicine“ angebt und keine spezielle Fachrichtung der

Inneren wie Kardio oder Nephro. Das kann wohl Probleme mit dem LPA geben. Und achtet auf das richtige Datum :). Dann sollte das mit der **Anrechnung** keine Probleme geben.

Alles in allem war unsere Zeit in Südafrika sehr interessant und lehrreich. Die Natur ist wirklich wunderschön und vielfältig. Ich kann jedem empfehlen, einen Teil des PJs im Ausland zu machen.

Viel Erfolg beim Planen von eurem PJ!! Eure Mona :)