

Erfahrungsbericht

PJ Terial Dez 2015 – Apr 2016

Südafrika / Kapstadt

Groote Schuur Hospital / University of Cape Town

1) Vorbereitung

Motivation:

Über Südafrika brauch man nicht viele Worte zu verlieren. Mildes Klima, tolle Strände, ein internationales Publikum und Kapstadt mit seinen Stadtteilen Waterfront, Muizenberg und Woodstock, in denen man abwechslungsreiche Stunden erleben kann. Eine Bildersuche bei Google vermittelt euch bereits erste Eindrücke von dieser spannenden Stadt am untersten Ende Afrikas.

Notwendige Bewerbungsunterlagen:

Um ein PJ-Terial an einem Lehrkrankenhaus der University of Cape Town (UCT) bewirbt man sich bei Jade Rolfe (E-Mail: jade.rolfe@uct.ac.za). Sie ist die Koordinatorin für ausländische Studenten und verteilt die PJ-Plätze. Von ihr erfahrt Ihr die aktuelle Höhe der Studiengebühren und welche Unterlagen notwendig sind. Für einen Aufenthalt länger als drei Monate ist ein Studentenvisum erforderlich. Dieses muss persönlich in der Botschaft von Südafrika in Berlin (bei Wohnsitz in NRW) beantragt werden. Dort sind verschiedene Unterlagen vorzulegen: das Zusage-Schreiben einer südafrikanischen Uni, ein Röntgen-Thorax, eine südafrikanische Krankenversicherung, Kontoauszüge der letzten drei Monate oder ein ähnlicher Nachweis über ausreichende finanzielle Mittel. Eine vollständige Liste der Unterlagen, die für die Erteilung des Visums erforderlich ist, findet Ihr auf der Homepage der südafrikanischen Botschaft.

Anerkennung des ausländischen Krankenhauses:

Da das Groote Schuur Hospital zu den bereits vom Landesprüfungsamt (LPA) anerkannten Krankenhäusern im Ausland zählt, ist die Anrechnung der Studienzzeit problemlos möglich. Nach Abschluss des Terials muss die PJ-Bescheinigung vom Krankenhaus sowie die von der Uni, unterschrieben und abgestempelt zum LPA geschickt werden. Eine Liste mit anerkannten Krankenhäusern im Ausland findet Ihr auf der Webseite des LPA. (http://www.brd.nrw.de/gesundheitssoziales/landespruefungsamt/Startseite/Struktur_Service/Merkbl__tter/PJ-Liste/PJ-Gesamtliste.pdf)

Obligatorische Versicherungen und Impfungen:

Für die Beantragung des Visums war eine südafrikanische Krankenversicherung notwendig. Der Anbieter Momentum zum Beispiel ist eine der großen Krankenversicherungen in Südafrika, die für Studierende besondere Konditionen anbieten. Es war problemlos möglich, den Vertrag online aus Deutschland abzuschließen.

Impfempfehlungen für Südafrika findet man auf der Seite des Auswärtigen Amtes. Da ich alle Impfungen hatte, war für den Impfschutz bereits gesorgt. Allerdings ist bei Einreise aus einem Gelbfieber-Risiko-Land eine Impfung gegen Gelbfieber obligatorisch. Das gilt auch, wenn Ihr nur eine kurze Zwischenlandung in einem dieser Länder hattet.

Sprachliche Vorbereitung:

In Kapstadt wird überwiegend Englisch gesprochen. Somit habe ich keine speziellen Vorbereitungen getroffen. Für genaue medizinische Beschreibungen waren die üblichen Apps hilfreich (LEO, Linguee). Da die südafrikanische Gesellschaft aus verschiedenen Ethnien und Gruppen besteht, kommt Ihr im Krankenhaus auch mit Menschen in Kontakt, die Xhosa und Zulu sprechen. Meist findet Ihr eine Krankenschwester, die übersetzen kann. Auch Afrikaans ist weit verbreitet. Obwohl diese Sprache dem Niederländischen ähnelt ist es schwer, mehr als ein paar vereinzelte Wörter zu verstehen.

2) Der Auslandsaufenthalt

Kosten:

Studiengebühren: ca. 17.000 R / 1.100 Euro

Health Department: 60 Euro

Visa: 52 Euro

Krankenversicherung: ca. 120 Euro

Wohnung: ca. 300 Euro/Monat

Wohnungssuche:

Bei der Wohnungssuche stellt sich zuerst die Frage, in welchen Stadtteil man ziehen möchte. Soll die Unterkunft nahe am Krankenhaus, eher am Strand oder möglichst sicher sein? Mir war wichtig, dass ich zu Fuß zum Groote Schuur Hospital laufen konnte und habe mich daher für den Stadtteil Observatory entschieden. Hier leben Menschen mit geringerem bis mittlerem Einkommen sowie viele Studenten. Neben schönen Cafés und Restaurants gibt es eine Kletterhalle mit Yogastudio. Daneben verläuft ein Bach, der sich zum Joggen eignet. Abends und nachts kommt es allerdings immer wieder zu Überfällen dort, sodass man in der Dämmerung und im Dunkeln nicht zu Fuß unterwegs sein sollte. Auch für kleine Strecken empfiehlt es sich, ein Taxi oder den Anbieter Uber zu rufen, der in Kapstadt sehr populär ist.

In Observatory gibt es neben Hostels, die oft besondere Konditionen für längerfristige Gäste anbieten, die Student Lodges. Das sind „WG-Häuser“, in denen hauptsächlich internationale Studenten und Praktikanten wohnen. Mir hat für die erste Zeit in Kapstadt das Hostel „Green Elefant“ sehr gut gefallen, in dem man schnell Anschluss findet und das in direkter Nähe zum Groote Schuur Hospital liegt. Später bin ich in eines der Häuser der „Freeland Lodge“ gezogen, in dem ich mich auch sehr wohl gefühlt habe.

Lebenshaltungskosten:

Der Rand, die südafrikanische Währung, war zur Zeit meines Aufenthalts sehr schwach, wodurch die Lebenshaltungskosten für Europäer günstig waren. Essen gehen ist deutlich günstiger als in Deutschland, wohingegen die Supermarktpreise sich wenig von den deutschen Preisen unterschieden.

Verkehrsmittel:

Mit einem Auto ist man in Kapstadt viel flexibler und sicherer unterwegs. Das Niveau der Spritpreise ist gering. Bei der Autovermietung „Ulf Car Rental“, die von einem deutschen Auswanderer betrieben wird, konnte ich einen kleinen Hyundai für 4400R/Monat mieten.

Alternativ gibt es öffentliche Verkehrsmittel wie die Busanbieter „MyCity“ und „Golden Arrow“. Ersterer war zuverlässig, modern und pünktlich. Er fährt jedoch nicht in alle Stadtteile und meines Wissens nach nur tagsüber. Observatory ist leider nicht ans Busnetz angeschlossen. „Golden Arrow“ ist ein weiterer Busanbieter, der auch in die Vororte fährt, dabei jedoch nur auf den Hauptstraßen bleibt. Als Alternative gibt es noch Minibus-Taxis. Diese 9-Sitzer-Busse fahren die Hauptverkehrsstraßen regelmäßig ab, haben immer dicke Musik-Boxen eingebaut, selten Anschnallgurte und einen rasanten Fahrer. Sie machen durch lautes Anwerben an den Kreuzungen und Gehepe auf sich aufmerksam. Wer es ruhiger mag, kann sich natürlich auch ein Taxi bestellen oder die Taxi-App Uber verwenden. Die Preise sind günstig. Uber bietet meist den besseren Tarif an als klassische Taxianbieter.

Tätigkeitsbeschreibung

Während meines PJs war ich überwiegend auf der Trauma-Station, daher berichte ich hier nur über die Arbeit in dieser Abteilung. Sie ist am ehesten mit der deutschen Unfallchirurgie zu vergleichen. Alle Patienten, die sich in irgendeiner Form akut verletzt haben, werden aufgenommen und dann nach einem Triage-System in den grünen, gelben oder roten Bereich eingeteilt. In den roten Bereich kommen Schwerverletzte. Aufnahmekriterien sind z.B. ein GCS von unter 13, eine Amputation einer Gliedmaße oder ein instabiler Kreislauf. In den gelben Bereich werden vor allem Patienten mit schweren Verletzungen (Schädeltrauma, Frakturen, Schuss- und Stichverletzungen), die nicht intensivpflichtig sind, aufgenommen. Im grünen Bereich werden die kleineren Verletzungen wie Biss-, Schnitt- und Platzwunden sowie Knie-, Fuß- und Handverletzungen versorgt. In der Traumatologie arbeitet im Schichtsystem und nicht wie in den anderen Abteilungen, von Montag bis Freitag. PJ-Studenten belegen Tag-, Nacht- und Wochenenddienste. Die restlichen Tage der Woche hat man dementsprechend frei. Der Tagdienst fängt mit der Morgensvisite um acht Uhr an und endet nach der Nachmittagsvisite um sechs Uhr. Der Nachtdienst beginnt dann mit der Nachmittagsvisite und endet nach der Morgensvisite. Da die PJ-Studenten den Rotationsplan eigenständig ausfüllen, war es immer möglich, auf Arbeitswünsche und private Termine Rücksicht zu nehmen. Das Tätigkeitsfeld umfasst: Anamneseerhebung und Patientenuntersuchung, Anordnung von Röntgenbildern, Blutabnahmen und Legen von Zugängen, Nähen oberflächlicher Wunden, Gipsen, Legen von Thoraxdrainagen falls notwendig, Schreiben von Entlassungsbriefen und Assistenz im OP.

Literatur

Professor Nicole, der Leiter der Trauma-Station, hat ein Buch veröffentlicht, indem er die häufigsten Verletzungen und deren Therapie kurz beschreibt. Es kann bei seiner Sekretärin erworben werden.

Freizeitaktivitäten:

Kapstadt bietet eine ganze Palette von Freizeitmöglichkeiten.

Gute Anregungen findet Ihr bei: Capetownmagazine.co.za

Beachvolleyball: richtig gute Beachvolleyballer treffen sich jeden Samstag und Sonntag am Strand im Stadtteil Camps Bay. Für Anfänger gibt es Kurse samstags um 10 Uhr für 50R („beach bumps“). Da die Trainer selbst an Wettkämpfen teilnehmen, informiert man sich besser im Voraus, ob der Kurs stattfindet.

Surfski: Das für Südafrika typische Paddeln bietet beispielsweise „Mocke Paddling“ in Fish Hoek an.

Lieblingsreiseziel in Südafrika: Der Krüger Nationalpark. Für mich war der Krüger-Park mit seiner Größe und den tatsächlich wilden Tieren als Reiseziel unschlagbar. Darüber hinaus gibt es in Südafrika viele Wildparks (game reserves), in denen man garantiert Tiere sehen kann.

3) Tipps

Komplettes PJ-Tertial:

Wer das komplette Tertial in Südafrika absolvieren möchte, aber den Aufwand des Studentenvisums scheut, kann sich drei Monate mit dem Touristenvisum in Südafrika aufhalten und für den Rest des Tertials die PJ-Fehltag nutzen. Eine Verlängerung des Visums vor Ort geht meines Wissens nicht.

Auf der Trauma-Station wird meist grüne OP-Kleidung getragen, die vom Krankenhaus gestellt wird. Ein Kittel ist nicht notwendig. In den anderen chirurgischen Abteilungen tragen Ärzte häufig Businesslook (dunkle Jeans, Stoffhose und Hemd/Bluse/T-Shirt) und darüber einen Kittel. Dieser wird oft gestellt.

Nicht vergessen:

Stethoskop, Schutzbrille (kann man im deutschen Krankenhaus bestellen oder im Baumarkt kaufen), Stauschlauch (ist oft Mangelware im Krankenhaus), schwarzer Kuli (alle offiziellen Dokumente müssen in schwarzer Farbe geschrieben und unterschrieben sein).

Südafrika ist ein Land, in dem Überfälle und Diebstähle nicht selten sind. Daher ist es sinnvoll, zwei Kreditkarten mitzunehmen. So beugt man vor, ohne finanzielle Mittel dazustehen, wenn eine gesperrt werden muss.