

Einmonatige Famulatur in der Inneren Medizin am Christiaan Barnard Memorial Hospital in Kapstadt, Südafrika

1. Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Nachdem ich bereits im vergangenen Jahr eine Famulatur am selbigen Krankenhaus absolviert habe, hatte ich den Wunsch noch ein weiteres Mal dorthin zu reisen.

Die Kontaktdaten des ärztlichen Personal in den verschiedenen Fachbereichen sind auf der Website des Krankenhauses einzusehen. So habe ich mich auch dieses Mal mit einer simplen Email und einem angehängten CV beworben. Ich hatte nicht das Gefühl, dass es eine hohe Nachfrage von Studierenden gab, da es sich bei diesem Krankenhaus um ein Privates Krankenhaus handelt. Nichtsdestotrotz arbeiten viele der Ärzte auch in anderen (öffentlichen) Krankenhäusern wie dem Groote Schuur, sodass man gegebenenfalls die Möglichkeit bekommt, auch das öffentliche Versorgungssystem kennenzulernen.

Es waren keine zusätzlichen Impfungen notwendig. Es lohnt sich jedoch, sich über aktuelle Epidemien zu erkundigen. Während meines Aufenthalts gab es eine Cholera-Epidemie in Zimbabwe und im angrenzenden Südafrika. Außerdem sollte man sich im Klaren darüber sein, dass man mit hoher Wahrscheinlichkeit mit Tuberkulose in Kontakt kommen wird.

Es empfiehlt sich weiterhin, ein Grundverständnis von englischem Fachvokabular zu besitzen. Dies ist jedoch keine Voraussetzung. Die Ärzte und Ärztinnen sprechen untereinander häufig Afrikaans. Es war außerdem nicht erforderlich, weitere Versicherungen abzuschließen.

2. Der Auslandsaufenthalt

Mietkosten in Kapstadt sind je nach Viertel durchaus teuer. In den begehrten Nachbarschaften zahlt man für ein WG-Zimmer durchaus 400-500€ pro Monat. Wohnungen findet man unter <https://www.gumtree.co.za> oder auch über Facebook-Gruppen. Ansonsten besteht die Möglichkeit mit einem Hostel einen Deal auszumachen, sodass man für einen längeren Zeitraum zu einem günstigeren Preis dort wohnen kann. Diese Option nehmen durchaus viele Praktikanten wahr. Abgesehen von Mietkosten sind die Lebenshaltungskosten in Kapstadt jedoch geringer als in einer deutschen Großstadt.

Südafrika ist ein Land mit hoher Kriminalität, die auch in Kapstadt ubiquitär ist. Zur Tageszeit ist es noch akzeptabel durch die Straßen zu spazieren und öffentliche Verkehrsmittel wie MyCity Bus oder die kleinen (und auch unsichereren) Minibusse zu nutzen. Nichtsdestotrotz muss man auch bei Tageslicht aufpassen, dass man nicht ausgeraubt wird und seine sieben Sachen nicht aus den Augen lässt, wenn man im Café oder Restaurant sitzt. Sobald es jedoch etwas später wird und die

Dunkelheit einsetzt, ist es eigentlich nur noch an der Strandpromenade von Sea Point sicher. Somit greifen die meisten Menschen auf Uber (sehr sicher) zurück, um sich fortzubewegen.

Eine weitere Option besteht darin, sich für den gewünschten Zeitraum ein Auto zu mieten (Achtung: Linksverkehr!). Jedoch gelten Straßenverkehrsregeln in Kapstadt nur begrenzt und es dauert ein wenig, sich an das neue andersartige Fahren zu gewöhnen. Wenn man sich dafür entscheidet, sollte man sich vorher über gewisse informelle Regeln informieren (z.B. Türen während des Fahrens immer verschließen, sodass sie nicht von außen geöffnet werden können, Taschen während des Fahrens in den Fußraum stellen, keine Wertgegenstände im Wagen lassen, die Wachleute auf den Straßen beim Parken mit 5-10 Rand zu vergüten, je nach Ort nachts nichts mehr bei Rot an den Ampeln halten etc.)

Kapstadt ist eine wahnsinnig schöne Stadt. Sie liegt direkt am Meer und Strände sind gut zu erreichen. Vor allem mit gemietetem Auto kann man ein bisschen aus der Stadt heraus fahren und die etwas abgelegenen und leereren Regionen erkunden.

Gleichzeitig hat man jedoch von fast jedem Ort einen Ausblick auf den Tafelberg und den nahegelegenen Lion's Head und Signal Hill. Capetonians lieben es zu wandern.

Die Nähe zur Natur verändert sie Menschen, sie leben entschleunigt, vor allem im Vergleich zu ihren Landsleuten im „concrete jungle“ Johannesburg.

Empfehlenswert sind neben Wandern außerdem Ausflüge in den botanischen Garten Kirstenbosch (von hier gibt es übrigens auch einen sehr schönen Aufstieg auf den Tafelberg und im Sommer werden dort Open-Air-Konzerte gespielt), nach Cape Point, Robben Island und die umliegenden kleinen Städte wie Franshoek und Hermanus.

Es wird auch viel Wein in der Region um Kapstadt angebaut, sodass viele Touristen ein Wine Tasting in der Universitätsstadt Stellenbosch wahrnehmen.

Abgesehen von Natur findet man überdurchschnittlich viele kulturelle Events, Galerien, live Musik. Südafrikaner lieben übrigens Jazz. Daraus bildete sich die schöne Initiative „Jazz in the native Yards“, die Townships zugänglicher machen sollte. So finden mehrfach im Monat, immer Sonntags, gemütliche Konzerte in unterschiedlichen Townships statt. Es empfiehlt sich jedoch mit Ortskundigen hinzufahren, da Google Maps in Townships nicht sonderlich verlässlich funktioniert. Viele Veranstaltungen werden über Facebook beworben. Es ist sicherlich eine gute Adresse, um Events zu finden.

Restaurants und Cafés sind in Südafrika übrigens durchaus bezahlbarer als in Deutschland und es gibt eine große Auswahl an vorzüglichen und gemütlichen Orten.

Am Wochenende trifft man sich gerne auf den Wochenmärkten zum späten Frühstück oder Mittagessen (meistens in der Sonne). Besonders schön sind der Farmers Market Oranjezicht und Old Biscuit Mill.

Südafrikaner sind sehr freundliche Menschen, mit denen man schnell ins Gespräch kommt. Jedoch beschreiben sich die sogenannten Capetonians selbst als sehr cliquy. Es ist also nicht unbedingt sehr leicht, Freundschaften aufzubauen. Glücklicherweise findet man jedoch überdurchschnittlich viele Zugezogene, die dieses Problem ebenso kennen und offen und freundlich sind wie der Rest der Landes.

Das Christiaan Barnard Memorial Hospital ist Ende 2016 in ein neues, modernes, sehr gut ausgestattetes Gebäude umgezogen, welches selbstredend nicht repräsentativ ist (nicht einmal für den privaten Gesundheitssektor).

Da ich mich persönlich bei den Ärzten individuell beworben hatte, habe ich dann meinen betreuenden Arzt während der 30 Tage in seinem Arbeitsalltag begleitet („shadowing“). Das heißt es gar zwar eine hervorragende Betreuung, jedoch wenig eigenverantwortliches Arbeiten.

Morgens fingen wir mit den Rounds an, die sich meist bis in den späten Nachmittag hinein gezogen haben.

Ich hatte sehr viel Glück mit meinem Betreuer, der nicht nur sehr gut ausgebildet war, sondern auch ein sehr breites therapeutisches Spektrum als Pneumologe und auch sehr viel intensivmedizinisch behandelt hat.

An den Nachmittagen haben wir dann einige wenige Out-Patient in den Praxisräumen gesehen.

Später sind wir dann in das zweite Krankenhaus gefahren und haben auch hier die Rounds gemacht. Unsere Arbeitstage beliefen sich täglich im Durchschnitt auf mindestens zwölf Stunden.

Südafrika ist ein wunderschönes Land mit herzlichen Menschen.

Die Famulatur hat großen Spaß gemacht. Man sieht viele Krankheitsbilder, die in Deutschland nur vereinzelt vorkommen und die Arbeit im Krankenhaus ermöglicht große Einblicke in die Kultur und die Realität vieler Menschen.

Zum Schluss ein lesenswerter Reiseführer über die südafrikanische und vor allem Kapstädtische Kultur: „Gebrauchsanweisung für Kapstadt und Südafrika“ von Naters und Lager.