

# PJ-Tertial Anästhesie in Kapstadt, Südafrika

## New Somerset Hospital, University of Cape Town

### 04.09.17 bis 24.12.17

#### Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt:

Zunächst sollte man sich frühzeitig für ein PJ in Kapstadt bewerben, da die Plätze sehr beliebt sind. 1,5 bis 2 Jahre im Voraus sollte man eine email schreiben an [jade.rolfe@uct.ac.za](mailto:jade.rolfe@uct.ac.za). Jade Rolfe ist die zuständige Koordinatorin, die einem dann alle weiteren Informationen zur Bewerbung gibt. Susan Rodriquez ist für die Einteilung im New Somerset Hospital zuständig ([rsusan@xsinet.co.za](mailto:rsusan@xsinet.co.za)).

Das System soll innerhalb des nächsten Jahres (2018) allerdings in ein automatisches Online-Bewerbungssystem umgestellt werden, von daher lohnt es sich sicherlich online selbst nachzuschauen, ob es mittlerweile Änderungen im Bewerbungsprozedere gibt.

Eine Krankenversicherung sollte man mit „Momentum Health“ abschließen. Das funktioniert sehr einfach online, es gibt dort genau eine Option für Medizinstudenten im Praktikum. Diese Versicherung benötigt man auch, um das „student visa“ in der südafrikanischen Botschaft zu beantragen. Damit sollte man sich dann auch rechtzeitig auseinandersetzen, da es hier eine ganze Menge an Dokumenten zu besorgen gilt (Führungszeugnis, Röntgen-Thorax...), die sehr gründlich von den Damen in der Botschaft kontrolliert werden. Man muss dann für die Beantragung des Visums persönlich in die südafrikanische Botschaft fahren (in meinem Fall in Berlin). Dort sollte man dann alle Dokumente vollständig haben. Was man genau benötigt ist auf der Botschafts-Website aufgelistet.

Die Studiengebühren betragen für mein Tertial 20.050 Rand (das sind je nach Kurs ca. 1.400 €). Leider wurden die Studiengebühren nun deutlich angehoben (zumindest für die Lehrkrankenhäuser der UCT, sodass man nun mit ca. 1.000 € monatlich rechnen muss. Auch hier lohnt es sich die aktuellen Infos auf der Website nachzulesen.

#### Der Auslandsaufenthalt:

Wenn man am New Somerset Hospital sein PJ verbingt, kümmert sich Susan Rodriquez um alles Organisatorische. Mit ihr kann man Mails schreiben und alle Fragen zum Ablauf stellen. Am ersten Tag treffen sich alle PJler zunächst an der UCT um ihre „student cards“ abzuholen. Damit kann man dann das Uni-Gelände und das Krankenhaus betreten und man lernt schonmal die restlichen PJler kennen.

Um eine Unterkunft zu finden gibt es mehrere Möglichkeiten. Es gibt einige Facebook-Seiten („Huis-Huis“...), Studenten-Unterkünfte (über Susan), oder man guckt bei [www.gumtree.co.za](http://www.gumtree.co.za) – ein Portal wie ebay und wg-gesucht in einem. Dort haben wir eine perfekte 2er-WG gefunden, in der wir die gesamte Zeit gewohnt haben. Es lohnt sich ein Viertel zu wählen, was nicht zu weit vom Stadtzentrum entfernt ist (Greenpoint, Seapoint,

De Waterkant, Bo Kaap, Observatory, Woodstock...). Für die Unterkunft haben wir so viel bezahlt, wie wir es auch hier in Köln-Sülz zahlen. Ansonsten kann man wirklich preiswert in Kapstadt leben und man zahlt für Verpflegung und vor allem in Restaurants/Bars deutlich weniger als in Deutschland.

Uber ist das Fortbewegungsmittel Nr.1 und sehr zuverlässig und sicher. Öffentliche Verkehrsmittel haben wir eigentlich nie benutzt, da teilweise abgeraten wird zu bestimmten Uhrzeiten an bestimmten Orten damit zu fahren, aber vor allen Dingen Uber einfach bequemer und immer noch extrem günstig ist. Ansonsten gibt es verschiedene Autovermietungen (rent-a-cheapie; fun-car-hire), die günstig Autos vermieten.

### Das PJ:

Das Somerset Krankenhaus zählt 334 Betten und verfügt über 4 OP-Säle (A,B,C,Obstetrics). Im Gegensatz zum Victoria Hospital und Groote Schuur Hospital ist es eher ein kleines Krankenhaus, das direkt an der Waterfront liegt. Die Ausstattung ist modern aber einfach und in Punkten wie Sterilität und Hygiene gibt es deutliche Unterschiede zu deutschen Krankenhäusern. Im OP war stets ein freundlich bis freundschaftlicher Umgangston und man wird meistens gut mit in den Arbeitstag einbezogen. Da täglich das Anästhesie-Team wechselt, lohnt es sich auf dem Dienstplan (roster) nach den bekannten Anästhesisten zu gucken- wo man bekannt ist, darf man mehr selbst machen. Wenn man engagiert ist darf man viele Intubationen und auch Spinalanästhesien (im Gyn-Saal) usw. machen. Die beiden Oberärzte Dr. Reed und Dr. Steinhaus sind beide sehr sympathisch und gutmütig; bei Dr. Reed lernt man viel dazu, er erklärt sehr gern.

Wenn man mal einen Studientag einlegen möchte ist das auch kein Problem. Niemand erwartet einen von morgens bis abends im Krankenhaus...

Zu den Freizeitaktivitäten in Kapstadt muss man wahrscheinlich nicht viel sagen. Es gibt Unmengen an Möglichkeiten abends auszugehen, Wine-Tastings auf verschiedenen Weingütern, Festivals und Tagesfestivals bei bestem Wetter, Wassersport (Windsurfen, Kiten, Surfen), die Gardenroute für einen Roadtrip. Kapstadt und Umgebung ist mit einer atemberaubenden Natur gesegnet und es gibt einiges zu entdecken. Aber das findet man schon heraus, wenn man erstmal selbst vor Ort ist.

### Sicherheit:

In Kapstadt muss man sich an gewisse Regeln halten, da Kriminalität ein großes Thema ist. In bestimmte Viertel sollte man (vor allem abends) nicht alleine gehen. Man sollte sich abends am besten mit Uber fortbewegen, vor allem an Orten, die man noch nicht kennt oder wenn man alleine unterwegs ist. Alle Sachen aus dem Auto räumen, wenn man es abends abstellt.

Es ist nicht so, dass man ständig Angst haben muss- im Gegenteil- die Leute sind extrem freundlich und sympathisch und witzig. Nur muss man sich eben an ein paar Regeln halten

und keine unnötigen Risiken eingehen, vor allem wenn man sich noch nicht so gut auskennt. Die wirklichen Probleme gibt es allerdings in den Suburbs und in einigen Townships, wenn die Sonne untergeht. Aber dort hält man sich sowieso nicht unbedingt ständig auf.

Nach dem Auslandsaufenthalt:

Am Ende lässt man sich von seinem Oberarzt die Tertial-Bescheinigung unterschreiben und stempeln. Damit geht man dann in die UCT zu Jade Rolfe und lässt sich hier den Uni-Teil der Bescheinigung unterschreiben und stempeln. Alles zusammen wird dann beim ZiB-Med vorgezeigt und später zum LPA geschickt.