

**Erfahrungsbericht zu meinem ½ PJ-Tertial vom 20.02.17 bis zum 16.04.17 in  
Kapstadt; Südafrika**

**Universität:** University of Cape Town

**Krankenhaus:** Victoria Hospital (ein öffentliches Krankenhaus im Stadtteil Wynberg)

**Fachrichtung:** Pädiatrie

**Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt**

Ende August 2015 (1,5 Jahre vor dem Tertial-Beginn) habe ich mich an mehreren Krankenhäusern in Südafrika um einen Platz für ein medical elective in der Chirurgie beworben. Die Liste der bereits anerkannten Krankenhäuser findet man auf der Seite des LPA Düsseldorf. Von den meisten Krankenhäusern bekam ich eine Absage oder gar keine Antwort. Jocelyn Peare (jpeare@tiscali.co.za), die Verantwortliche für die medical electives am Victoria Hospital, schrieb mir, dass lediglich in der Pädiatrie noch ein Platz frei sei. Da ich mein Wahltertial ohnehin in der Pädiatrie absolvieren wollte, sagte ich zu. Ich bekam eine E-Mail mit Formularen und einer Auflistung aller benötigten Unterlagen sowie die Bankverbindung an die ich die „donation to the hospital“ überweisen sollte (Insgesamt waren es ca 600€ für 2 Monate).

Mein Aufenthalt war kürzer als drei Monate deswegen reichte ein Touristenvisum. Ich musste mich diesbezüglich im Vorhinein also um nichts kümmern.

Eine Bleibe musste ich mir selber suchen. Ca. 6 Wochen vor Abreise habe ich hierzu diverse Internetseiten durchforstet. Außerdem hatte Mme Peare mir eine Liste mit Vermieter-Adressen geschickt. Gewohnt habe ich dann in einem WG-ähnlichen Haus in Observatory. In dem Haus waren drei Zimmer und ein bewohnbares Gartenhaus sowie ein Wohnwagen im Garten. Wir hatten eine komplett ausgestattete Küche. Wenn die Wasserverhältnisse es zulassen wird der kleine Pool im Garten auch gefüllt. Die Mietkosten beliefen sich auf 350€ im Monat. (sven\_ole\_kiel@hotmail.com).

Bezüglich Impfungen kann ich leider nicht viel sagen, da ich bereits von oben bis unten durchgeimpft war. Wenn man plant in den Krüger National Park zu fahren, empfiehlt es sich eine Malaria-Prophylaxe mit zu nehmen. In Kapstadt selber ist dies nicht notwendig.

## **Der Auslandsaufenthalt**

Ich bin eine knappe Woche vor dem PJ-Beginn in Kapstadt angekommen und hatte somit Zeit die Stadt ein wenig kennen zu lernen. Am ersten Tag des PJ muss man zunächst in die medizinische Fakultät (diese ist in der Nähe des Groote Schuur Krankenhauses), dort erhält man eine Bescheinigung mit der man seinen Studentenausweis abholen kann. Diesen muss man im Krankenhaus immer mit sich führen. Hat man den Ausweis erhalten muss man sich auf eigene Faust auf den Weg in das Krankenhaus machen. Dank Uber (s.u.) ist dies aber kein Problem.

Lebenshaltungskosten: Insgesamt ist das Leben in Kapstadt etwas günstiger als in Deutschland, aber geschenkt ist es auch nicht. Insbesondere wenn man essen geht bekommt man aber tatsächlich mehr für sein Geld.

Transport: Generell gibt es vier wesentliche Transport-Möglichkeiten. Achtung Linksverkehr!

1. Auto mieten: Das ist alleine zwar relativ teuer, aber hat den Vorteil, dass man sehr flexibel ist und viel besser das wunderschöne Land um Kapstadt herum erkunden kann. Ich habe jedoch nur für 2 Wochen ein Auto gehabt, da es sonst meinen finanziellen Rahmen gesprengt hätte. Das Auto hatte ich über einen meiner Mitbewohner für 5€ am Tag gemietet, allerdings war es wirklich eine alte Klapperkiste. Ansonsten kann man auch gut über den ADAC Autos mieten. Diese bieten dann etwas mehr Komfort und Sicherheit, sind aber dementsprechend teurer.
2. Uber: Uber ist eine Taxiapp. Das Taxifahren in Kapstadt ist verhältnismäßig günstig, geht auf die Dauer aber trotzdem ans Geld.
3. MyCity Bus. Innerhalb der Stadt kann man sich sehr gut und günstig mit dem MyCity Bus fortbewegen. Hier holt man einmalig eine Art EC Karte, die man dann immer wieder aufladen kann.
4. Mini-Taxi: Die Mini-Taxis haben mehr oder weniger feste Routen entlang derer Sie jeden der den Arm hebt einsammeln. Will man aussteigen ruft man dem Fahrer einfach einen markanten Punkt in der Nähe des Ziels zu und er hält dort an. Die Route erkennt man an einem Papp-Schild, welches vorne hinter der Windschutzscheibe steht. Ich bin jeden Morgen auf diese Art zum Krankenhaus gefahren. Die Strecke hat 12Rand (knapp 1€) gekostet. (Strecke: von Observatory mit dem Mini-Taxi in Richtung Wynberg und von der Endhaltestelle dann ca. 15min zu Fuß zum Krankenhaus) Generell fand

ich die Mini-Taxis sehr praktisch, da sie günstig sind und man immer und überall einsteigen kann. Allerdings muss man sich auf überfüllte Transporter-Busse einstellen, einen Fahrer mit Bleifuß und auch die Fahrtzeiten variieren stark (In Abhängigkeit von der Lust des Fahrers auf weitere Passagiere zu warten oder eben auch nicht :-D).

Im Allgemeinen sollte man noch sagen, dass man im Dunklen dem Uber den Vorzug geben sollte und auch nach Möglichkeit nicht alleine durch die Straßen laufen sollte.

Tätigkeit im Krankenhaus: Der Tagesablauf war jeden Tag sehr ähnlich. Morgens fing der Tag um 7:30h an. Vor der Visite mussten alle Kinder gesehen werden. Das heißt man hat sich ein oder je nach dem auch mehrere Kinder ausgesucht. Die Kinder müssen komplett untersucht werden, die Laborwerte rausgesucht werden und alle weiteren Befunde gesichtet werden. Dann musste die Untersuchung und alles Weitere in der handschriftlich geführten Akte dokumentiert werden. Außerdem soll soweit wie möglich eine Diagnose festgehalten werden und das weitere Prozedere geplant werden. Bei Visite stellt man sein Kind bzw. seine Kinder vor, inklusive des Handlungsvorschlags. Nach der Visite hat man die Möglichkeit in die Ambulanz zu gehen oder in die „Clinic“. In der „Clinic“ kommen chronisch kranke Kinder (z.B. Asthma) oder Kinder, die nach einem stationären Aufenthalt nochmal gesehen werden sollen. Hier nimmt man sich eine Akte, erhebt die Anamnese, untersucht das Kind und soweit man kann bereitet man alles vor (z.B. Rezepte schreiben) um den Fall dann einem der Ärzte vorzustellen und gemeinsam abzuschließen. Im Anschluss ist Mittagspause. Nach der Mittagspause wird die restliche Arbeit auf der Station erledigt (z.B. Tuberculin Hautteste, Sputum, Überprüfung von Hydrierungszuständen einzelner Kinder und Respirations-Checks, Blutabnahmen, ... ich durfte auch mal eine LP machen).

Die Betreuung im Krankenhaus war sehr gut, alle waren hilfsbereit und jederzeit dazu bereit etwas zu erklären. Es waren immer 2-4 südafrikanische Studenten da, die regelmäßig kleine Tutorials erhalten haben, zu denen man herzlich mit eingeladen war.

Fachlich stehen uns die Südafrikaner nicht nach, auf Grund der beschränkten Ressourcen wird jedoch deutlich mehr klinisch untersucht und viel sparsamer mit CTs, MRTs, Laboranalysen und Co umgegangen.

Land, Leute und Freizeitaktivitäten: Da ich mich nur in und um Kapstadt herum aufgehalten habe (zu mehr hat die Zeit leider nicht gereicht) kann ich zu dem riesigen

und landschaftlich unglaublich vielfältigen Land leider nicht viel sagen. Kapstadt selber ist traumhaft gelegen. Die Stadt liegt direkt am Meer hat aber zusätzlich den Tafelberg sowie das damit verbundene Gebirge zu bieten. Wer gerne wandert wird hier auf seine Kosten kommen, aber auch wenn man Strand, Sonnenbaden und Meer bevorzugt ist man am richtigen Ort. Um einen Überblick über die Stadt und die Geschichte zu bekommen kann ich die FreeWalking Touren nur empfehlen

Orte die einen Besuch wert sind:

- Der Tafelberg => Am besten erwandert man das Wahrzeichen der Stadt, da vor allem die Aussichten auf dem Weg nach oben atemberaubend sind. Ich würde auch empfehlen einen der längeren Wege zu wählen, z.B. von den Botanical Gardens aus
- Sommerkonzert in Kirstenbosch in Kombination mit einem entspannten Tag in dem riesigen botanischen Garten inklusive Picknick
- Chapman's Peak Drive (wunderschöne Küstenstraße)
- Das Kap, hier sollte man sich auch die Zeit nehmen ein bisschen rumzuwandern und nicht nur den ausgetretenen „Touri-Pfaden“ folgen.
- Weintour in Stellenbosch und ggf im Anschluss in der Studentenstadt feiern gehen

Meine kulinarischen Highlights:

- Society Bistro (etwas teurer, chick, sehr lecker)
- Eastern Food Bazar (sehr günstig, riesen Portionen, super lecker, Markthalle)
- Royale Eatery (Burger)
- The Kitchen (unglaublich leckeres Müsli, die Sandwiches sollen aber auch sehr gut sein)
- Ferdinandos (Pizza und italienisch, etwas ausgefallen)

Kapstadt selbst ist bereits sehr westlich und hat auch kulturell viel zu bieten. Die Menschen sind lebensfroh und wenn man sich an ein paar Regeln hält braucht man keine Angst haben an jeder zweiten Ecke überfallen zu werden. (z.B. nicht Nachts alleine umherlaufen, nach Möglichkeit in Läden oder Malls geldabheben, nicht in jedem Viertel mit dem Blick stur auf das Smartphone gerichtet herumstopplern,...) Leider merkt man immer wieder noch die Auswirkungen der Apartheid und die Kluft zwischen arm und reich ist riesig, aber knapp 25 Jahren sind wahrscheinlich nicht genug Zeit um eine Gesellschaft komplett zu verändern.

### **Nach dem Auslandsaufenthalt**

Es ist wichtig, dass Ihr sowohl eine Bestätigung von der Universität wie auch vom Krankenhaus habt. Am besten dazu den Vordruck des ZiBmed verwenden. Diese könnt ihr dann so wie sie sind ans LPA schicken.

### **Anmerkungen und Sonstiges**

Mein Fazit: Sowohl medizinisch gesehen wie auch in puncto Freizeit, Sprache, Persönlichkeitsentwicklung und Horizonterweiterung waren die zwei Monate Kapstadt eine Erfahrung die ich immer wieder machen wollen würde!

Wenn ihr die Möglichkeit habt, nutzt sie.