ZIB Med Erfahrungsbericht meines PJ-Tertials im Tygerberghospital, Cape Town, General-Surgery vom 13.01 bis zum 08.03.2020

1) Vorbereitung

Als ich anfing mir Gedanken über die Planung meines PJ zu machen, wurde mir relativ schnell klar, dass ich einen Teil im Ausland verbringen wollte. Mir persönlich war wichtig, möglichst selbständig arbeiten zu können, die Grundvoraussetzung dafür ist die uneingeschränkte Kommunikation mit den Patienten. Da ich Englisch als einzige zusätzliche Sprache fließend beherrsche, beschränkte sich mein Blickfeld auf englischsprachige Nationen. Durch das Lesen von vielen Erfahrungsberichten auf www.pj-ranking.de und den Austausch mit Studenten aus höheren Semestern rückte Kapstadt und das Tygerberghospital in meinen Fokus. Innerhalb Kapstadt gibt es viele attraktive Lehrkrankenhäuser, für das Tygerberghospital sprach, dass es Teil der Stellenbosch University ist und die Studiengebühren dort nur die Hälfte der Studiengebühren der University of Capetown betragen, wo die meisten anderen, stadtnahen Krankenhäuser dazu gehören.

Da ein Auslandsaufenthalt für einen Teil des PJs in Kapstadt sehr beliebt ist, bewarb ich mich ca. 1,5 Jahre im Voraus und schickte zunächst eine formlose Bewerbung an Surita Riffel (suritar@sun.ac.za). Daraufhin bekam ich eine E-Mail mit Informationen über die weiteren benötigten Unterlagen (Application Form, Lebenslauf, Sprach-Nachweis, HPCSA-Formblatt...etc.). Mittlerweile sind diese Angaben auf der Internetseite des Lehrkrankenhauses vollständig zu finden und ein Online-Bewerbungsformular auszufüllen. Die meisten Unterlagen können online versendet werden. Das HPCSA-Formblatt muss jedoch von dem International Office der eigenen Universität signiert werden und anschließend per Post nach Südafrika geschickt werden.
Es dauerte sehr lange bis ich eine Antwort bekam, letztendlich bekam ich aber die Zusage für einen zwei monatigen Aufenthalt am Tygerberg Hospital im Department General Surgery. Ein Aufenthalt für ein gesamtes Tertial ist nur mit Wechsel des Krankenhauses nach zwei Monaten möglich. Der weitere E-Mail-Verkehr bezüglich der Unterkunft (International Student-lodge auf dem Campus) und Informationen bezüglich des PJ-Start und Ablauf war sehr schleppend. Das International Office ist zwar vor Ort hervorragend organisiert, allerdings werden E-Mails oder Anrufe sehr langsam oder gar nicht beantwortet. Die Kommunikation machte die Planung des Tertials sehr schwierig. Nachträglich stellte sich heraus, dass das International Office ausführliche Informationen bereitstellt, sobald die Studenten vor Ort sind.
Vor meinem Auslandsaufenthalt kümmerte ich mich noch um eine Auslandskrankenversicherung sowie eine Auslandshaftpflichtversicherung. Beides gibt es als sehr günstige Varianten, speziell für Mediziner bei der Barmenia

Versicherung.
Mitbringen sollte man unbedingt eigene Scrubs, Turnschuhe, Stethoskop, Händedesinfektion, eine Packung Handschuhe, einen Stauschlauch, Mehrfachsteckdosen und zwei Schlösser.

Kosten: Für den Flug kann man mit ca. 600-900 Euro rechnen, die Studiengebühren liegen bei 890 Euro zuzüglich ggf. Überweisungsgebühren der Bank. Ein Bett in einem Doppelzimmer in der Studenten-lodge kostet ca. 350-400€ pro Monat. Es lohnt sich seinen genauen Aufenthaltszeitraum anzugeben, da man das Zimmer pro Tag zahlt. Ein Auto bei Ulf-Car Rental kostet ca. 250€ pro Monat in der niedrigsten Klasse.
Da mein Aufenthalt in Südafrika weniger als 90 Tage betrug, musste ich kein Visum beantragen.

2) Der Auslandsaufenthalt

2.1) Ankunft und Unterkunft:
Ich kam an einem Sonntag an und erhielt einen Brief mit allen Informationen, sowie Zimmerschlüssel und Karte, um mich bis Start des PJ am Montag zurechtzufinden. Die anderen Studenten waren dabei ebenfalls sehr hilfreich.
Am Montag fand eine Info-Veranstaltung statt, in der ein Mitarbeiter des International Office den grundsätzlichen Ablauf unseres Praktikums erklärte und uns auf unsere Stationen einteilte.

Da das Tygerberg Hospital etwas außerhalb von Kapstadt in Bellville liegt, entschied ich mich in der *International Student- lodge* ein Zimmer zu mieten für den ersten Monat. Man kann zwischen Einzel- und Doppelzimmer wählen. Da die Einzelzimmer begehrt sind, gibt es darauf keine Garantie und viele werden einem Doppelzimmer zugeteilt (auch abhängig von der Jahreszeit, da im südafrikanischen Sommer mehr Studenten anwesend sind). Die Zimmer sind in kleineren Wohneinheiten untergebracht, welche sich sowohl Küche als auch Bad teilen. Die Ausstattung und Einrichtung ist einfach (Bett, Schrank, Schreibtisch) aber ausreichend. Die Lodge ist sehr sauber, da sie täglich durch ein Team von Putzfrauen gereinigt wird. Außerdem gibt es einen großen Common room, in dem auch jeden Mittwoch ein Braai (südafrikanisches Barbecue) mit den anderen Studenten stattfindet. Direkt neben der Lodge befindet sich außerdem ein Pool sowie Tennisplätze die von allen genutzt werden können, Schläger gibt es in der Lodge. Die Unterkünfte sind nicht beheizt, daher sollte man insbesondere bei einem Aufenthalt im südafrikanischen Winter warme Sachen einpacken, im südafrikanischen Sommer ist es angenehm kühl in den Zimmern.
Da ich auch einen Monat im Zentrum Kapstadts wohnen wollte, suchten ich und meine Kommilitonin uns vor Ort eine Airbnb Wohnung im Zonnebloem. Der Weg zum Krankhaus betrug von dort 20 Autominuten, preislich war die Unterkunft vergleichbar mit der Student-lodge, gerade die Kaphalbinsel war jedoch wesentlich besser zu erreichen für Ausflüge am Wochenende oder nach der Arbeit. Falls ihr euch ebenfalls

für eine Unterkunft außerhalb des Campus entscheiden solltet, sind neben Zonnebloem auch Woodstock und Observatory zu empfehlen, da sich diese Viertel gut vom Krankenhaus erreichen lassen.

2.2) Krankenhausalltag

Für meinen 2-monatigen Aufenthalt wurde ich, sowie die meisten, in die Abdominal-Surgery und Trauma-Surgery eingeteilt.
Meine Rotation begann zunächst mit Abdominal Surgery. Insbesondere hervorzuheben sind hier die ausgezeichneten Lehrvisiten, welche zweimal pro Woche durch den zuständigen Consultant durchgeführt wurden. Hier wurden unterschiedliche Krankheitsbilder gesehen und besprochen, die sich auf den zugehörigen Stationen aktuell befanden. Einmal pro Woche war Operation-Theater-day, an dem die Studenten in Absprache untereinander im OP assistieren konnten. Ebenfalls wöchentlich findet ein „Clinic-Day“ statt, an dem Patienten in einer Art Ambulanz gesehen werden. Dieser Teil war für mich mit der spannendste, da hier noch am meisten selbstständig gearbeitet werden konnte.
Für die Rotation in die Trauma Surgery ging es für mich in die Notaufnahme. Dieser Teil des PJ war besonders lehrreich und spannend. Die Studenten teilen sich hier untereinander für verschiedene Schichten ein. Dadurch bietet sich auch die Möglichkeit an Nachtschichten teilzunehmen. Zusätzlich finden sowohl Visiten als auch morgens und manchmal mittags Seminare statt, an denen alle Studenten teilnehmen können.
Die zuständigen Ärzte sind sehr ambitioniert ihre Studenten sowohl theoretisch als auch praktisch zu unterrichten. Zu den Zuständigkeitsbereichen der Studenten gehören unter Anleitung und Supervision der Ärzte: Aufnahme der Patienten, Versorgung Schuss- und Stichverletzungen, Blutabnahmen und arterielle BGAs, legen von Thoraxdrainagen, legen von Kathetern, Anlage von Gipsschienen und Überwachungen der anwesenden Patienten. Bei Absprache mit den zuständigen Operateuren kann man auch an OPs teilnehmen.
Insgesamt hat die Arbeit und der Unterricht in beiden Abteilungen großen Spaß gemacht. Die Krankheitsbilder und Symptomausprägungen unterscheiden sich stark von europäischen Krankenhäusern und gaben uns international Studenten einen neuen Einblick in die Medizin. Die Ärzte und local-Students waren sehr bemüht uns die medizinische Versorgung in ihrem Land näherzubringen und haben den Internationals gerne viel erklärt und in den Alltag integriert. Allerdings sollte dafür auch ein Grundinteresse bestehen und Motivation gezeigt werden. Allgemein ist noch zu erwähnen, dass Englisch zwar die offizielle Amtssprache ist, die Muttersprache gerade von weißen Ärzte und Studenten jedoch Afrikaans ist und sie dies oft untereinander und mit Patienten sprechen, sodass es doch oft zu Situationen kommt in denen man wenig bis nichts versteht.

2.3) Freizeit in Kapstadt

Kapstadt und die umliegenden Gegenden haben einiges zu bieten. Wanderungen auf den Lions Head, Tafelberg und weitere bekannte Routen lassen sich gut in den

Alltag im Krankenhaus einbauen. Auch Wochenendtrips in die Cederberge oder Teile der Garden Route sind für Studenten gut machbar. Ich persönlich habe die große Auswahl verschiedenster Surfspots sehr genossen, Neo und Bretter lassen sich problemlos vor Ort ausleihen. Die anderen Studenten vor Ort und auch Surita geben ausführliche Tipps und helfen bei der Planung. Da öffentliche Verkehrsmittel nicht benutzt werden können, empfiehlt es sich ein Auto für die Zeit des Aufenthalts zu mieten. Dafür haben wir ULF Car Rental genutzt und waren sehr zufrieden. Sicherheitshinweise werden während der Einführungsveranstaltung besprochen und werden auch durch die anderen Studenten weitergegeben.

3) Nach dem Auslandsaufenthalt

Für die Bescheinigung des PJ brauchen Studenten der Universität Köln zwei Bescheinigungen. Eine mit Unterschrift des Arztes und Stempel des jeweiligen Departements und eine Äquivalenzbescheinigung mit Unterschrift des Dekans und Stempel der Universität. Gerade letzteres hat vielen Studenten zum Ende Probleme gemacht. Das International Office händigt diese Bescheinigung erst am letzten Tag des Aufenthalts aus und lässt sich teilweise sogar die Flugdaten zeigen. Problematisch war, dass das Office jedoch bei manchen Studenten nicht mal am letzten Tag die unterschriebene Bescheinigung fertig hatte, sodass andere Studenten die Bescheinigungen später mit nach Deutschland bringen mussten. Plant also eure Flugdaten nicht zu knapp, sofern ihr keine starken Nerven habt.

Ich würde einen Aufenthalt in Kapstadt für einen Teil des PJ definitiv weiterempfehlen. Die Arbeit ist spannend, abwechslungsreich und „näher am Patienten“ als in europäischen Krankenhäusern. Ebenfalls unterscheiden sich die Krankheitsbilder und die entsprechende Herangehensweise der Ärzte deutlich und waren für die internationalen Studenten sehr lehrreich.

In Kombination mit der beeindruckenden Landschaft und tollen Stadt war dieses Tertial ein außergewöhnliches Erlebnis.