

Erfahrungsbericht Famulatur Thailand im März 2019 im Sichon Hospital in Sichon, Nakhonsithammarat

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Bewerbung, notwendige Bewerbungsunterlagen, Versicherungen, sprachliche Vorbereitungen
Da ich gerne möglichst viele meiner Famulaturen im Ausland absolvieren wollte und bereits im Vorjahr eine spannende Zeit im Hightech-Krankenhaus in Seoul verbringen durfte, reizte es mich nun noch einer meiner Famulaturen konträr zum vorherigen Aufenthalt, in einem eher ländlichen Krankenhaus zu absolvieren.



Nach längerer Internetrecherche, tendierte ich erneut für ein Krankenhaus in Asien, nämlich das Sichon-Hospital in Thailand. Circa ein Jahr im Voraus bewarb ich mich für einen Famulaturplatz im März 2019. Die Kontaktaufnahme sowie der gefolgte Emailverkehr mit dem zuständigen Ansprechpartner, welcher zugleich Arzt im Sichon Hospital ist, erwies sich als sehr unkompliziert und herzlich. Bereits wenige Tage nach der Bewerbung erhielt ich eine freundliche Rückmeldung. Im weiteren Verlauf übermittelte ich die erforderlichen Dokumente, einen Lebenslauf sowie einen „Letter of Recommendation“ der Universität zu Köln. Schnell erhielt ich eine verbindliche Zusage sowie ein Einladungsschreiben des Krankenhauses.

Eine abgeschlossene Auslandskrankenversicherung bestand bereits. Für die im Vorjahr stattgefundenen Famulatur in Seoul hatte ich eine Mastercard bei der Sparkasse beantragt, welche das Geldabheben im Ausland ermöglicht sowie zwei auf die Reise mitgenommene Elektrogeräte mitversichert. Das Geldabheben durch verschiedene Geldautomaten vor dem Krankenhaus war problemlos möglich. Sofern man über gutes Englisch inklusive über das notwendige Grundvokabular des „medizinischen Englischs“ für den Klinikalltag verfügt, sind keine weiteren sprachlichen Vorbereitungen notwendig, da alle Ärzte vor Ort Englisch sprechen. Hat man jedoch den Anspruch auch die Patienten zu verstehen, müsste sich wohl einem Crash-Kurs der thailändischen Sprache unterziehen. Es wird gewünscht einen weißen Kittel und ein Stethoskop mitzubringen.

Der Auslandsaufenthalt

Flug

Den Flug habe ich, kurzfristig wie immer, ca. einen Monat vor Abreise getätigt. Da ich die Famulatur mit der Erkundung weiterer asiatischer Länder verbinden wollte, entschloss ich mich für einen Gabelflug mit der Lufthansa von Frankfurt nach Singapur und von Bangkok wieder zurück nach Frankfurt. Den Flug habe ich über billigflug.de gebucht und kostete mich ca. 720 €.

Da ich mich vor meinem Famulaturbeginn auf Koh Samui aufgehalten habe, bin ich von dort aus mittels Fähre zum nächstgelegenen Hafen zum Krankenhaus, dem „Donsak Pier“, und dann weiter mit einem Van Richtung Nakhonsithammarat nach Sichon (Haltestelle: Sichon Intersection) gefahren. Von dort aus hat mich netterweise ein Einwohner zum wenigen Minuten entfernten Krankenhaus gefahren. Zum Glück, denn ein Taxi wird man in dem Gebiet nicht antreffen.

Wohnungssuche

Ausländischen Studierenden wird, sofern zum ausgewählten Zeitraum verfügbar, die Möglichkeit einer Unterbringung im Dormitory direkt neben dem Krankenhaus angeboten. Umgerechnet war die Unterkunft mit 90€ Euro für einen Monat ein ziemliches Schnäppchen im Vergleich zu deutschen Preisen. Das Zimmer war spartanisch mit Bett, Kleiderschrank, Schreibtisch und einem Fenster ausgestattet. Zwei Zimmer waren jeweils über einen kleinen Flur verbunden und somit ist es möglich, dass man sich sowohl den Balkon sowie das Badezimmer (kein Warmwasser vorhanden!) mit einem anderen Studenten teilt. Zum Zeitraum meiner Famulatur war das Zimmer neben mir jedoch frei, sodass ich die Räumlichkeiten alleine nutzen konnte. Im Zimmer lagen bei Ankunft ein großes sowie kleines Handtuch und Bettwäsche bereit. Alles in allem war die Unterkunft war schlicht, aber meiner Meinung nach absolut ausreichend.

Handyvertrag

Nach Ankunft habe ich mir in einem Seven-Eleven, welcher sowohl im Krankenhaus sowie gegenüber des Krankenhauses zu finden ist, eine Prepaidkarte mit Datenvolumen gekauft.

Später stellte sich allerdings heraus, dass es zu jeder Zeit möglich im „Medical Office“ zu verweilen und das WLAN zu benutzen. Auf das „Medical-Office“ komme ich später nochmal zu zurück.

Lebensunterhaltungskosten

In unmittelbarer Nähe zum Krankenhaus befinden sich viele Restaurants u. kleine Essensstände mit Fingerfood und frischem Obst. Auch im Krankenhaus gibt es ein kleines Cafe, welches auch versch. Warme Gerichte anbietet, einen 7-Eleven sowie einen Stand, an dem morgens Früchte und verschiedenes Fingerfood angeboten wird. Das Essen ist sehr günstig und sofern man thailändisches Essen mag auch sehr lecker. Bei der Essensbestellung in einem Restaurant kann die Sprache jedoch zu einem kleinen Problem werden, da die Bediensteten meist kein Englisch sprechen. Mithilfe von Bildern der Gerichte und der non-verbale Sprache gelingt es einem aber dann auch diese keine Hürde. Als Vegetarier hat man es in so einem kleinen Dörfchen wie diesem bei der Essensauswahl ein klein bisschen schwieriger. Obwohl auch viel Gemüse vor Ort verzehrt wird, wird dieses jedoch meist in Kombination mit Fleisch oder einer nicht vegetarischen Soße angeboten. Da die Thailänder bemüht sind, wird man immer ein passendes Gericht finden oder zusammengestellt bekommen. Im Cafe des Krankenhaus hatte ich das Glück, das mir während meines Aufenthalts sehr nette Mitarbeiterinnen vegetarische Gerichte nach meinem Wunsch für einen wirklich sehr geringen Preis zubereiteten. Ein leckeres Gericht hat mich niemals mehr als einen Euro gekostet. Die Damen waren auch so lieb und haben mit täglich meinen Proteinshake für ein kleines Entgelt zubereitet :D.

Öffentliche Verkehrsmittel

Wichtig zu erwähnen ist, dass die Fortbewegung innerhalb des Dorfs am besten mit dem Fahrrad oder Motorbike gelingt. Wer nach einem Taxi sucht, wird nicht fündig. Man kann sich jedoch für ein paar Baht auf einem „Motorbike-Taxi“ mitnehmen lassen. Dies stellte sich für meinen einmonatigen Aufenthalt als bestes Transportmittel heraus, wohl der Tatsache geschuldet, dass ich es liebe Motorbike zu fahren, ohne das ich es selber fahren zu müssen ;) Sofern man aufgrund von Wochendtrips oder sonstigen Gründen mal zum Flughafen Surat Thani muss, ist sehr hilfreich den Organisator zu bitten einen privaten Fahrer zu organisieren, welcher einen direkt vor der Unterkunft abholt und auch wieder absetzt. Umgerechnet hat eine Fahrt ca. 30€ gekostet.

Belegte Veranstaltungen

Mehrmals die Woche gibt es die Möglichkeit an einem Vortrag teilzunehmen, welcher im Medical Office stattfindet. Es wird ein bestimmtes Thema innerhalb eines Fachgebiets von einem Studenten oder Arzt vorgestellt. Die Vorstellung war meist auf thailändisch, die Folien zum Vortrag jedoch auf Englisch, sodass man dennoch gut folgen konnte. An den Vortragstagen wurde ein kleines Buffet aufgestellt, an welchem man sich, auch als Student, bedienen konnte und während dem Zuhören genüsslich zu sich nehmen konnte.

Als ausländischer Student wird man ebenfalls gebeten einen ca. 20-minütigen Vortrag zu einem bestimmten vorgegebenen Thema auf einem „International Congress“ zu halten. Das Thema hat meist Bezug zu der Abteilung, in welcher man auch famuliert hat.

Gesundheitssystem vor Ort

& Fachliche und persönliche Eindrücke

Auffallend war, dass die Ärzte sehr herzlich und liebevoll mit den Patienten umgegangen sind. Es bestand keine große Art-Patienten-Barriere. Da ich in der Notfallambulanz famuliert habe, kann ich leider nicht sagen, wie es auf einer normalen Station abgelaufen ist. Natürlich habe ich mir neugierigkeitshalber mal eine Station angesehen. Es bestand ein kleiner Unterschied zu Deutschland: Die Patientenzahl pro Zimmer lag grob geschätzt bei 18.

Zur Notfallambulanz kann man sagen, dass es unter anderem einen räumlichen Unterschied zu Deutschland gibt. Es spielt sich quasi alles in einem Zimmer ab. Die Anmeldung bei den Schwestern, die Anamnese durch den zu behandelnden Arzt, die Durchführung diagnostischer Maßnahmen wie FAST-Sono's sowie die Versorgung der Patienten. Man hatte also alles im Blick. Bei einem Polytrauma-Patient wurde zur Abschirmung dann schon mal ein Vorhang zum nebenan stehenden Bett zugezogen. Trotz der gering zur Verfügung stehenden Mitteln und apparativen Diagnostik, wurde meiner Meinung nach gute Medizin betrieben und jedem Patienten bestmöglich geholfen, vor allem durch die gute Ausbildung der Ärzte vor Ort.

Sofern man ein deutsches Krankenhaus gewöhnt ist, sind die Hygienebedingungen in diesem Krankenhaus wohl etwas neu für einen. In Hinblick auf dieses Thema ist eindeutiges Potenzial nach oben vorhanden. Desinfektionsmittel-Spender, welche mit Alkohol gefüllt sind und zarte Hände ziemlich in mit Leidenschaft ziehen können, sind sporadisch auf dem Flur anzutreffen.

Meine Rettung waren zwei deutschen Studentinnen, welche mir aus Deutschland mitgebrachtes Desinfektionsmittel zur Verfügung stellten. Also meine große Empfehlung nimmt Desinfektionsmittel in ausreichender Menge mit! Euer Körper und vor allem eure Hände werden es euch danken.

Betreuung an der Hochschule bzw. im Krankenhaus

Die Betreuung durch den Organisator und anderer Beteiligten war hervorragend.

Man bekam zu spüren, dass sich alle viel Mühe gaben den Aufenthalt für den Gaststudent als einen möglichst sehr Angenehmen zu gestalten.

Zum einen war man engagiert die Famulatur als solches gut durchzuorganisieren und einen für den Studenten passenden „Stundenplan“ aufzustellen, zum anderen wurde einem bei jeglichen Fragen bezüglich Freizeitplanung und anderen Anliegen sehr liebevoll weitergeholfen.

Man konnte sich somit mit jeder Frage an die Personen vor Ort wenden, also keine Scheu.

Oft hat man den Arbeitstag gemeinsam mit den Ärzten bei einem leckeren Essen am Strand ausklingen lassen oder ist dem Arbeitsalltag zeitweise durch Ausflüge zu wunderschönen Wasserfällen Stränden entflohen.

Was für mich persönlich ein „kleines Highlight“ war, wenn man es so nennen kann, war das Fitnessstudio im Krankenhaus, welches ich während der Famulatur nutzen durfte.

Nun nochmal zum vorher erwähnten „Medical-Office“ im Krankenhaus, welches eine Art Treffpunktort für Besprechungen und zugleich auch ein Aufenthaltsort darstellt.

Zum einen stehen einem hier PCs und WLAN zur Verfügung, zum anderen ist es hier auch möglich sein selbst mitgebrachte Mahlzeit einzunehmen. Während meines Aufenthalts waren eine PJ-lerin aus Österreich, 5 amerikanische Studenten und Studentinnen sowie zwei deutsche Studentinnen vor Ort, mit welchen ich auch viel Zeit unternahm. Weiterhin habe ich auch viel Zeit mit sehr herzlichen thailändischen Zahnmedizinstudentinnen verbracht, durch welche ich auch viel über die thailändische Kultur kennenlernen durfte.

Tätigkeiten im Krankenhaus

Als Famulant in der Notfallambulanz kann man sich je nach Wissensstand und bereits vorhandenen praktischen Fähigkeiten einbringen. Man macht beispielsweise Verbände, FAST-Sono's oder Nahten. Auch habe ich während meiner Zeit zwei Mal eine CPR durchgeführt. Nach der Anamnese hat man den Patienten sowie das weitere Procedere kurz besprochen sowie Bildbefunde gedeutet.

Der Tag beginnt für Famulanten meist um 9 Uhr und um 12 Uhr gibt es eine einstündige Mittagspause. An ca. drei Tagen in der Woche findet im Anschluss der schon erwähnte Vortrag statt. Das Ende variiert in den verschiedenen Fachabteilungen.

Da der Organisator ein „Family-Doctor“ ist, fährt er mehrmals die Woche in sehr ländlichen Gebieten, in welchen er die dort lebenden Menschen mit chronischen Krankheiten betreut. Es wurde uns als Studenten ermöglicht an gewissen Tagen mit aufs Land zu fahren und somit einen Einblick in die dort vorherrschende medizinische Versorgung zu gewinnen. Was mich sehr überrascht hat war die starke Fokussierung auf die Prävention in diesen Gebieten!. Es war einmalig zu sehen, wie auf einem kleinen Dorf mit so wenigen Mitteln die Versorgung chronisch Kranker menschen gewährleistet wird. Auffallend war wie viel Energie in die Prävention der Menschen in dem Wohngebiet gelegt wird.

Land, Leute, Freizeitaktivitäten

Die Freizeit kommt während der Famulatur keineswegs zu kurz, so viel schon mal zu Anfang. Nach seinem Arbeitstag kann man den Tag noch im Sichon-Cabanna-Resort beispielsweise bei einem leckeren Smoothie und Sonnenuntergang ausklingen lassen. Das Resort gehört einer Bekannten des Organisators, sodass es den ausländischen Studenten/ Studentinnen ermöglicht wird dieses ohne Entgelt zu benutzen, was den Aufenthalt selbstverständlich sehr „aufgewertet“ hat! Als Alternative zur Unterkunft neben dem Krankenhaus kann auch man auch hier während seiner Famulatur nächtigen, was natürlich mit mehr Kosten verbunden, ist. Während meiner Zeit haben sich die amerikanischen Studenten und Studentinnen dort jeweils ein Doppelzimmer zu zweit geteilt und wurden netterweise von der Besitzerin des Hotels zum Krankenhaus gefahren und wieder abgeholt.

Da man Sichon gut unter der Woche erkunden kann, da es ja nun nicht sehr groß ist, lege ich ein paar Wochenendausflüge ans Herzen.

Am Wochenende empfehle ich beispielsweise Ausflüge nach Phuket, Koh Samui oder Bali. Alles sehr gut und günstig mit Bus, Fähre oder Flug erreichbar. Eine Busfahrt von Surat Thani aus nach Phuket kann man für umgerechnet 8€ ergattern, wobei man die Fahrt nach Surat Thani für ca. 30€ miteinkalkulieren sollte.

Vor dem Antritt meiner Famulatur habe ich noch Singapur, Vietnam und Koh Samui bereist, was wundervoll war!

Zu guter Letzt sollte man natürlich nicht die wunderbaren thailändischen Massagen missen. Hierfür gibt es verschiedene Optionen. Zum einen gibt es eine Krankenschwester im Krankenhaus, bei welcher man wunderbare Massagen buchen kann, welche Erzählungen nach in einem Pavillon in ihrem Garten stattfinden. Ich persönlich war von den lokalen thailändischen Massage-Studios mit ihrem ganz speziellen Flair entzückt. Diese findet man auch in der Nähe des Krankenhauses. Neben dem Krankenhaus befindet sich auch noch ein öffentlicher Platz, welcher zum Laufen einlädt. Wenn man nicht so der Läufer ist, gibt es die Möglichkeit jeden Abend um 18 Uhr an einem kostenlosen Aerobic-Kurs teilzunehmen, welcher für alle dort lebenden Menschen angeboten wird.

Prävention wird in Thailand nicht nur als wichtig erachtet, sondern auch jedem Menschen zugänglich gemacht!

Fazit

Zusammenfassend kann ich nur sagen, dass ich sehr glücklich bin mich für die Famulatur im Sichon Hospital entschieden zu haben. Es war eine unvergessliche Zeit, welche von Wärme, Herzlichkeit und Engagement von Ärzten und Einheimischen geprägt war. Weiterhin war es faszinierend zu sehen wie wunderbar die Versorgung der Patienten mit nur so wenig zu Verfügung stehenden Ressourcen gewährleistet wurde.