

PJ-Erfahrungsbericht: University of California, San Diego (UCSD)- Medical Center Hillcrest

Name: Omran Al-Hamad

Datum: 27.06.2014

Bei Fragen bin Ich über folgende E-Mail Adresse zu erreichen:

omran.alhamad@hotmail.de

Stadt: San Diego

Land: USA

Stationen: Pneumologie, Nephrologie (Innere Medizin)

Einsatzbereiche: Station, Poliklinik

Dauer: 8 Wochen

Bewerbung und Organisation

Bevor der eigentlichen Bewerbung, musste Ich zuerst online auf der UCSD Website eine "**Pre-Application Screening Form**" ausfüllen. Etwa 1 Woche später erhielt Ich eine Antwort von UCSD ("Pre Application Screening Response"). In der E-Mail wurde Ich benachrichtigt, dass Ich mich jetzt für ein "Clinical Elective" bewerben kann. Es ist wichtig, dass man auf die Bewerbungsfristen achtet und sich frühzeitig um der Bewerbung sowie allen notwendigen Unterlagen kümmert. Außerdem kann man postalisch erst eine Bewerbung abschicken, nachdem man eine positive Zusage bezüglich des "Pre-Application Screening Form" hat.

Eine Übersicht für welche Fachbereiche man sich bewerben kann findet man auf folgender Internet Seite:

http://meded.ucsd.edu/index.cfm/ugme/visiting_senior_students/students_from_foreign_schools/electives/

Wichtig ist es zu beachten, dass dieser PJ-Abschnitt ("Clinical Elective") auch in ein Krankenhaus stattfindet, dass in der PJ-Liste (des LPA) für das Ausland steht. Das Medical Center Hillcrest der University of California, San Diego (UCSD) steht zum Beispiel in der PJ-Liste für das Ausland.

Zudem muss man sich an den Kalender des UCSD halten, weshalb es wichtig ist dies bei der PJ-Planung zu berücksichtigen. Eine Übersicht hierfür befindet sich auf der folgenden Internet Seite:

http://meded.ucsd.edu/index.cfm/ugme/visiting_senior_students/students_from_foreign_schools/calendar/

Auf der folgenden Internet Seite findet man unter “Application Process” die Pre-Application Screening Form, welche online ausgefüllt und abgeschickt werden kann:

http://meded.ucsd.edu/index.cfm/ugme/visiting_senior_students/students_from_foreign_schools/basic_information/

Für der **eigentlichen Bewerbung** werden viele Unterlagen verlangt. Eine Übersicht der einzureichenden Unterlagen sind auf folgender Internet Seite zu finden:

http://meded.ucsd.edu/index.cfm/ugme/visiting_senior_students/students_from_foreign_schools/basic_information/

Es gibt online eine Bewerbungsform (Application Form) die ausgedruckt, ausgefüllt und dann unterschrieben werden muss:

http://meded.ucsd.edu/assets/5/File/VSP_Intl_Student_Application_2_14.pdf.

Zusätzlich muss man eine Liste von Famulaturen und klinischer Erfahrungen zusammenfassen (List of Clinical experiences), wo unter anderem das Datum, Fachgebiet, die Sprache der Lehre sowie der Name des Lehrbeauftragten erwähnt werden sollen.

Ebenfalls erforderlich ist ein Empfehlungsschreiben von ein Arzt oder Dozent aus dem selben Fachgebiet für das man sich bewirbt. Da Ich mich für Fachgebiete der Inneren Medizin beworben hatte, reichte Ich dementsprechend ein Empfehlungsschreiben von ein Dozent aus der Innere Medizin ein.

Zusätzlich werden entsprechende Nachweise eines ausreichenden Impfstatus benötigt. Hierfür gibt es eine Form online die ausgedruckt und zum Beispiel vom Hausarzt ausgefüllt sowie unterschrieben werden muss:

http://meded.ucsd.edu/assets/5/File/UCSDSOM_Immunization_Form_VSP.pdf

Ebenfalls erforderlich ist eine ausländische Krankenversicherung sowie eine Haftpflichtversicherung im Ausland. Eine kostenlose Haftpflichtversicherung für 1 Jahr kann man vom MLP erhalten. Eine ausländische Auslandsversicherung bietet zum Beispiel Barmenia an. Alle Informationen zur Auslandskrankenversicherung sowie die Höhe des Beitrags sind auf folgender Internet Seite zu finden:

<http://www.barmenia.de/private-krankenversicherungen/auslandskrankenversicherung.html>

Außerdem sind ein Empfehlungsschreiben vom Dekan (Dean’s Letter) und ein Leistungsnachweis auf Englisch (Medical School Transcript) für die Bewerbung notwendig. Beide Unterlagen kann man im ZiBMed erhalten.

Weitere Internet Seiten sowie E-Mail Adressen für Fragen bei einer Bewerbung:

Ms. Edwards: aledwards@ucsd.edu

Ms. Jimenez-Negrete: r7jimenez@ucsd.edu

Frequently Asked Questions:

http://meded.ucsd.edu/index.cfm/ugme/visiting_senior_students/students_from_foreign_schools/frequently_asked_questions/

PJ-Liste für das Ausland vom LPA:

http://www.brd.nrw.de/gesundheit_soziales/landespruefungsamt/Startseite/Struktur_Service/Merkblätter/PJ-Liste/PJ-Gesamtliste.pdf

Nachdem man alle notwendigen Unterlagen für die Bewerbung hat, schickte man diese fristgerecht in ein Briefumschlag per Post an folgender Adresse:

Visiting Student Program
UC San Diego School of Medicine
9500 Gilman Drive, 0606
La Jolla CA 92093-0606
United States

Visum

Da verschiedene Universitäten in den USA unterschiedliche Visum Anforderungen haben, entschied Ich mich nach dem Visum Anforderungen der UCSD per E-Mail zu fragen. Ich erhielt eine Antwort, dass der UCSD ein Touristenvisum, also Visa Waiver Program (ESTA) zum Absolvieren des Clinical Elective reicht. Bei der Einreise in den USA wurde Ich nach Nachweise der Unterkunft und des Clinical Elective gefragt. Mit dem Visa Waiver kann man für maximal 90 Tage einreisen und es ist zu beachten, dass dies nur für bestimmte Länder (unter anderem für Inhaber eines deutschen Reisepasses) gültig ist. Somit ist es wichtig sich vorher zu erkundigen ob man überhaupt berechtigt ist mit dem Visa Waiver einzureisen. Falls man sich entscheidet mit den Visa Waiver einzureisen, ist es wichtig fristgerecht den Antrag für eine ESTA-Genehmigung online zu stellen.

Es gab auch Studenten die mit ein B-1 Visum (welches sie über der Amerikanischen Botschaft bzw. das Konsulat beantragt und erhalten haben) eingereist sind. Auch wenn das Visa Waiver zur Einreise ausreichen kann, ist ein B-1 Visum bestimmt sicherer. Alle Angaben sind ohne Gewähr und Ich empfehle sicherheitshalber nochmal Rücksprache mit der Universität (UCSD) und ggfs. ebenfalls mit der Amerikanischen Botschaft zu halten um nach den Visumsanforderungen zu fragen.

Internet Seiten für weitere Informationen:

<http://german.germany.usembassy.gov/visa/vwp/#vwplaender>

<http://german.germany.usembassy.gov/visa/vwp/esta/>

<http://german.germany.usembassy.gov/visa/niv/visakategorien/b1b2/>

Unterkunft

Von der Koordinatorin für das Elective Program kann man per E-Mail eine Liste anfordern, die Kontaktdaten von Vermieter enthält. Falls man hier nichts findet, kann man auch auf über Craigslist (<http://sandiego.craigslist.org/>) nach einer geeigneten Wohnung bzw. ein geeignete Zimmer suchen. Falls man zu weit vom Krankenhaus wohnt, kann es ggfs. dazu kommen, dass man ein Auto mieten muss, welches mit zusätzlichen Kosten verbunden ist. Somit ist es bei der Wohnungssuche wichtig auf die Entfernung zum Krankenhaus sowie der Verkehrsanbindung des öffentlichen Verkehrs zu achten. Da Ich mein PJ im Medical Center Hillcrest absolvierte, entschied Ich mich für eine Wohnung im Stadtgebiet "Old Town" (<http://www.oldtownplace.com/>).

Old Town ist ein sehr schönes Viertel in San Diego und bietet eine gute Verkehrsanbindung zum Krankenhaus, der Innenstadt und zum Strand (z.B. Pacific Beach) an. Es fährt täglich ein UCSD Shuttle (Bus) von Old Town zum Medical Center Hillcrest (ca. 15 Minuten Fahrzeit), welches man als "Visiting Student" des UCSD kostenlos in Anspruch nehmen darf.

Kosten

Die Studiengebühren im UCSD betragen 250 US Dollar pro Monat. Wenn man also ein halbes PJ-Tertial (8 Wochen) am UCSD absolviert, betragen die Studiengebühren hierfür insgesamt 500 US Dollar. Die Unterkunft in San Diego ist teuer und ein Zimmer kann ca. 900 US Dollar pro Monat kosten. Außerdem kann es sein, dass man eine Kautionszahlung zahlen muss, die jedoch nach Abreise (falls keine Schäden im Zimmer vorliegen) zurückerstattet wird. Ein Flugticket nach San Diego kann ca. 600 bis 800 Euro kosten. Die Lebenshaltungskosten sind hoch in San Diego, vor allem wenn man öfter abends ausgeht.

Tätigkeiten in der Klinik- Medical Center Hillcrest, UCSD

Das Medical Center Hillcrest ist ein großes und modernes Lehrkrankenhaus der University of California, San Diego, welches im Stadtviertel Hillcrest lokalisiert ist.

Den ersten Abschnitt der Tertial-Hälfte absolvierte Ich in der Pneumologie. Man durfte täglich Lungenfunktionstests auswerten, welche dann häufig im Anschluß mit dem leitenden Arzt der Abteilung besprochen wurden. Zusätzlich gab es mindestens 2 mal die Woche sehr gute "Teaching sessions", an der ebenfalls zwei "Residents" (vergleichbar mit Assistenzärzten in Deutschland) teilnahmen. Hier wurden ausführlich unterschiedliche Inhalte der Pneumologie besprochen und vertieft. Außerdem konnte man regelmäßig Bronchoskopien angucken, bei denen einen auch viel erklärt wurde. Jeden Donnerstag morgen (7:30 – 9:00 Uhr) gab es eine pneumonologische Sprechstunde, in der es sehr interessante Vorträge gab. Hier wurde außerdem häufig Kenntnisse der aktuellen Forschung vorgestellt. Jeweils ein mal die Woche konnte man in der Klinik für Schlafmedizin (Mittwoch) und Poliklinik für Pneumologie (den Tag konnte man sich selbst einteilen) rotieren. Hier konnte man eigenständig die

Anamnese und klinische Untersuchung bei Patienten durchführen. Nachdem der Patient dem Oberarzt nach dem SOAP Schema vorgestellt wurde, sollte man alle erhobene Befunde im elektronischen System eintragen (“write a Note”). Insgesamt war die Zeit in der Pneumologie sehr lehrreich und interessant. Man hatte auch immer genug Zeit die relevante Theorie in ein Lehrbuch nachzuschlagen. Bis auf Donnerstag (wo der Tag wie bereits erwähnt wegen der Besprechung bereits 7:30 Uhr anfang) war die Arbeitszeit 8 bis 16 Uhr.

Den zweiten Abschnitt der Tertial-Hälfte absolviert Ich in der Nephrologie. Hier übernimmt man als Student ein Teil der Annahmen von nephrologischen Konsilen sowie die medizinische (nephrologische) Weiterbetreuung. Zuerst muss man beim Patient eine ausführliche Anamnese und klinische Untersuchung erheben. Danach trägt man alle erhobene Befunde im elektronischen System ein (“write a Note”). Am folgenden Tag muss man dem “Attending” (vergleichbar mit ein Oberarzt in Deutschland) sowie dem Fellow (Stufe zwischen Assistenzarzt und Oberarzt) den Patient ausführlich in der Oberarzt Visite (welche täglich stattfindet) vorstellen. Nachdem der Student (oder der Assistenzarzt bzw. die Assistenzärztin) die Krankengeschichte, Untersuchungsbefunde und bereits eingeleitete Therpiemaßnahmen nach dem SOAP Schema vorstellte, musste man ebenfalls einen Vorschlag für das weitere Vorgehen machen. Hierbei stellte der Oberarzte auch Fragen. Somit wurde bei der Visite der Patient ausführlich mit dem zuständigen Oberarzt besprochen. Dieser stellte sich den Patient vor und erklärte anschließend das weitere Vorgehen. Bei der Weiterbetreuung des Patienten soll man alle betreuende Patienten eigenständig sehen und anschließend täglich in der Oberarzt Visite vorstellen. Somit war es sehr wichtig, dass man früh genug im Krankenhaus eintraf, um die Patienten eigenständig vor der Oberarzt Visite (welche meist gegen 10 Uhr morgens anfang) zu sehen. Die Oberarzt Visiten betruen oft ca. 4 – 5 Stunden. Um den täglichen medizinischen Allgemeinzustand sowie Veränderungen zu erfassen, werden täglich sogenannte “Progress Notes” im elektronischen System eingetragen. Hier trägt der Student neben das aktuelle Befinden und die klinische Untersuchung, ebenfalls nephrologische Therapie Empfehlungen ein. Diese nephrologische Therapie Empfehlungen werden während der Visite tag für tag mit dem Oberarzt besprochen. Dies geht so für jeden Patient weiter bis keine weitere nephrologische Betreuung mehr notwendig ist. Alle verfasste Notizen (“Notes”) werden vom Fellow korrigiert und zusätzlich trägt der Attending ebenfalls eigene Notizen ein. Hierbei kann man verschiedene nephrologische Krankheiten kennen lernen und man lernt ausführlich wie ein Patient nephrologisch betreut und behandelt wird. Leider hatten viele Patienten eine chronische Niereninsuffizienz und waren schwer krank. Falls die weiterbetreuung eines Patienten zu Ende war, bekam man einen neuen Patient zugeteilt. Hierbei fragte die Ärztin auch oft für welches Krankheitsbild man sich interessiert. Dadurch konnte man unterschiedliche nephrologische Erkrankungen kennenlernen. Außerdem fand jeden Montag von 16 bis 18 Uhr eine nephrologische Sprechstunde statt, in der es sehr interessante Vorträge gab. Arbeitstage waren Montag bis Freitag und ein normaler Arbeitstag dauerte von 8 bis etwa 16 oder 17 Uhr. Insgesamt war die Zeit in der Nephrologie sehr lehrreich, vor allem weil man mehrere Patienten mit unterschiedlichen Krankheiten eigenständig betreuen konnte, täglich den Oberarzt vorstellte und anschließend ausführlich in der Visite besprach.

Leben in Kalifornien und Freizeit

San Diego ist eine sehr schöne Stadt und Kalifornien bietet sehr viele Sehenswürdigkeiten an. Die Leute sind sehr höflich und das Wetter ist super. Bis auf ein Regenwochenende, war (in Februar und März) konstant Sonnenschein mit Temperaturen von ca. 25 Grad. Da man am Wochentage im Krankenhaus tätig ist, sollte man die Zeit gut planen und vor allem das Wochenende für Ausflüge nutzen. An Wochentage kann man aber spät Nachmittags oder Abends auch mal zu mindestens in San Diego etwas unternehmen.

Die Strände in San Diego sind wunderschön. Sehr empfehlenswert sind Pacific Beach, wo es auch viele Restaurants und Bars gibt. Mission Beach bietet ebenfalls ein sehr schönen Strand. Die Insel Coronado ist mit ein Bus von Downtown aus gut zu erreichen und bietet neben den schönen Strand ebenfalls eine gute Auswahl an Restaurants. Außerdem gibt es in San Diego bei Interesse sehr gute Surfmöglichkeiten.

Übrigens sollte man San Diego Downtown sehen. Hier gibt es viele Malls (Einkaufszentren), Restaurant und Bars. Vor allem das "Gas Lamp" Viertel ist sehr schön und mit der Straßenbahn (in San Diego "Trolley" genannt) gut zu erreichen. In der Nähe von Downtown befindet sich am Hafen vom San Diego der bekannte Flugzeugträger USS Midway, der bei Interesse besichtigt werden kann. Bei Interesse an Natur und Parks ist auf jedenfall der wunderschöne Balboa Park zu empfehlen.

In Old Town kann man in schöne mexikanische Restaurants essen gehen und typische kalifornische Altbauten sehen. Hier befindet sich auch der Old Town State Historic Park. Dienstag ist immer "Taco Tuesday" und man kann kostengünstig Tacos essen. Sehr empfehlenswert ist ein Ausflug nach Point Loma. Auf dieser wunderschönen Halbinsel befindet sich das Cabrillo National Monument.

Ein Ausflug am Wochenende weiter nördlich nach Los Angeles ist sehr zu empfehlen. Da Los Angeles eine sehr grosse Stadt ist, sollte man bei Übernachtung darauf achten, dass sich das Hotel in ein guten und sicheren Viertel befindet. Sehenswürdigkeiten gibt es sehr viele, wie zum Beispiel Hollywood Boulevard (wo sich das bekannte Hollywood Walk of Fame befindet), Hollywood Sign, Film Studios, Santa Monica und Beverly Hills. Bei Interesse kann man ebenfalls Disneyland in Anaheim besuchen.

Sehr zu empfehlen ist ein Ausflug nach Las Vegas am Wochenende. Auch wenn sie ca. 6 Auto Stunden (falls es kein Verkehr gibt) von San Diego entfernt ist, lohnt es sich sehr Las Vegas zu besuchen. Natürlich gibt es die Alternative auch nach Las Vegas zu fliegen. Falls man sich für eine Autofahrt nach Las Vegas entscheidet, kann man auf dem Weg dorthin die wunderschöne Natur Kaliforniens sowie die Wüste von Nevada genießen. Las Vegas als Stadt hat sehr viel zu bieten, vor allem das Las Vegas Strip.

Wenn man es zeitlich einrichten kann und sehr motiviert ist so viel wie möglich zu sehen, besteht zudem die Möglichkeit am Wochenende nach San Francisco zu fliegen oder zum Beispiel das Grand Canyon in Arizona zu besichtigen.

Fazit

Insgesamt war die Zeit in San Diego sehr schön und lehrreich. Kalifornien hat viel zu bieten und Ich habe viel an persönlicher Erfahrung gewonnen. Die Ausbildung hat an amerikanischen Universitäten eine hohe Priorität, weswegen Ich auch viel an medizinische Kenntnisse mitgenommen habe. Außerdem waren alle Ärzte nett und stets bereit viel zu erklären.

Meiner Meinung nach sollte man für ein "Clinical Elective" in den USA über ausreichende Englisch Kenntnisse verfügen. Da Ich mein Schulabschluß auf einer Englischen Schule absolvierte und für Famulaturen bereits in ein englischsprachiges Krankenhaus tätig war, kam ich sehr gut mit der englischen Sprache zurecht.

Aufgrund der persönlicher Erfahrung und der hochqualitativen Lehre im Krankenhaus, kann Ich jeden nur empfehlen sich für das PJ an der University of California, San Diego (UCSD) zu bewerben.