Erfahrungsbericht PJ Chirurgie Rio de Janeiro (Januar - März 2018)

Organisation im Vorfeld

Nach dem Abschluss der neuen Kooperation mit der Universidade Federal do Rio de Janeiro mit der medizinischen Fakultät der Universität Köln haben wir uns dazu entschlossen die zweite Hälfte unseres ersten Tertials (15.01.2018-11.03.2018) in Rio de Janeiro zu absolvieren. Ursprünglich wollten wir einen Teil unserer Wahlfächer in Rio machen, haben dann aber auf Chirurgie umgesattelt als sich herausstellte, dass grundsätzlich nur Plätze in der Inneren Medizin und in der Chirurgie angeboten werden. Man sollte sich zwei Wochen vor Beginn des Praktikums persönlich an der Uni in Rio melden und einschreiben. Da uns dies allerdings aufgrund der Urlaubsregelung bei gesplitteten Tertialen nicht möglich war, haben wir die Uni informiert, dass wir frühestens eine Woche früher anreisen können, was kein Problem darstellte. Die Anmeldefristen und Informationen über alle benötigten Unterlagen erhält man auf der Internetseite vom ZibMed. Neben einem Learning Agreement und einem Transcript of Records (jeweils auf Englisch und Portugiesisch), braucht man u.a. auch eine Auslandsreise-Krankenversicherung. Falls noch nicht vorhanden, kann man diese z.B. bei Signal Iduna einfach und sehr unkompliziert über das Internet für den konkreten Zeitraum abschließen (Kostenpunkt: 62,50 Euro, in dem Moment das günstigste Angebot, das wir finden konnten). Da es im vergangenen Jahr immer wieder zu Gelbfieber-Vorfällen auch in großen Städten wie Rio de Janeiro oder São Paulo gekommen ist, lohnt es sich vielleicht auch über eine Impfung nachzudenken. In den centros de saúde und an der Uniklinik kann man die Impfung in Rio bzw. generell in Brasilien auch umsonst bekommen. Nach 10 Tagen ist ein wirksamer Impfschutz erreicht. Für manche Gebiete, z.B. die Amazonasregion, solltet ihr auf jeden Fall geimpft sein ☺! Geflogen sind wir mit Alitalia. Der Zwischenstopp in Rom wurde mit leckerer Pizza und Rotwein gefüllt, mit dem Zug dauert es ca. 30 Minuten in die Innenstadt. Der Flug hat knapp 780 Euro p.P. hin und zurück gekostet und war wegen der Karnevalszeit in Rio das mit Abstand günstigste Angebot (->googleflights).

Ankunft und Einschreibung

Bezüglich des Visums gab es bei uns zu Beginn einige Probleme. Wir hatten uns im Vorfeld beim brasilianischen Generalkonsulat in Frankfurt über die Visumsbedingungen für Praktika informiert. Dort erhielten wir die Rückmeldung, dass Studierende aufgrund eines Abkommens zwischen Deutschland und Brasilien bei einem Praktikum von weniger als 90 Tagen kein zusätzliches Studenten- oder Arbeitsvisum brauchen. Ein 90 Tage gültiges, kostenloses Touristenvisum erhält man bei Einreise.
Bei der Einschreibung im International Office (in der „Reitoria") im Hauptgebäude der Universität (liegt ebenfalls auf der Ilha do Fundão, etwas abgelegen vom Universitätskrankenhaus) gab es dann leider große Verwirrung, weil wir kein Studentenvisum hatten und dies als „absolute" Voraussetzung für die Einschreibung bezeichnet wurde. Dummerweise gab es die entsprechenden Auskünfte über die Visumspflicht auf der Internetseite der brasilianischen Botschaft bzw. des Generalkonsulats nur in deutscher und englischer Sprache. Nach großem Hin und Her (inklusive dem Vorschlag nach Paraguay zu fliegen und an der Grenze ein Studentenvisum zu beantragen(!)) war die Einschreibung dann doch nach ein paar Tagen möglich, da die Mitarbeiterinnen eine offizielle portugiesische Version finden konnten. Hoffentlich ist diese Regelung nun bekannt und die Einschreibung eines gesplitteten Tertials unkompliziert und ohne Visum möglich. Es ist vielleicht trotzdem ratsam, dies im Vorfeld nochmal per Email abzuklären. Die zuständige Leiterin und Ansprechpartnerin des internationalen Büros ist Izabel Cristina Dias de Souza, ihre Mail-Adresse war zu unserem Zeitpunkt izabelsouza@reitoria.ufrj.de.
Rückblickend muss man sagen, dass die Leiterin und ihre Mitarbeiterinnen die ganze Zeit sehr brasilianisch-freundlich, locker und verständnisvoll geblieben sind und unsere anfänglichen Sorgen und der Ärger ganz schnell überwunden waren.

PJ Alltag und Weg zur Uni

Die Uni und die Universitätsklinik liegt auf der Ilha Fundão außerhalb des Zentrums im Norden von Rio Richtung Flughafen. Je nachdem wo man wohnt gibt es Busverbindungen, bzw. die Möglichkeit die Metro zu nutzen und dann in einen Bus umzusteigen. Allerdings muss man vom Zentrum locker eine ¾

Stunde pro Weg einplanen. Wir haben uns dazu entschieden ein Auto zu mieten. Da wir Wassersport Equipment dabei hatten und regelmäßig Touren zu Stränden außerhalb des Zentrums unternommen haben, hat sich diese Option für uns definitiv gelohnt. Von unserer Unterkunft im Zentrum (Stadtteil Santa Teresa) zur Uni hat es mit dem Auto 20 Minuten gedauert. Für Ausflüge in Rios Umgebungen war das Auto auch super praktisch. Gemietet haben wir bei „Movida", einem Verleih beim kleinen Flughafen „Santos Dumont" im Zentrum. Der Preis war wirklich fair und im Vergleich zu europäischen Autovermietungen deutlich günstiger. Eine andere finanziell tragbare Möglichkeit ist Uber mit der Option „shared pool". Man könnte sich auch für eine Unterkunft in Uninähe entscheiden, wovon wir aber auf jeden Fall abraten würden, da die Universitätsinsel in sehr arme und leider auch gefährliche Stadtteile eingebettet liegt, fern ab von all den attraktiven Möglichkeiten, die die Stadt bietet.

Bei Ankunft haben wir uns erst bei Filomena vorgestellt, deren Büro sich im Tuberkulosezentrum auf der 6. Etage der Uniklinik befindet, und zu der wir vorab schon viel Emailkontakt hatten (filomena.interfm@gmail.com). Sie arbeitet im International Office der Fakultät und erklärt einem dann was man zu erledigen hat und wo man sich einschreiben muss (sie ist super freundlich und hilfsbereit, spricht aber wie die meisten Mitarbeiter der Uni überhaupt kein Englisch). Nachdem alle Formalitäten und Visaangelegenheiten geregelt waren haben wir uns auf die chirurgische Abteilung begeben und dort die Sekretärin getroffen (rose.interfm@gmail.com). Diese wiederum hat uns mit dem Chef der Viszeral Chirurgie in Verbindung gesetzt. Prof. Joaquim ist ein unwahrscheinlich herzlicher und lockerer Mensch, der wegen seiner liebenswerten Art regelmäßig den Preis für den meist gemochten Dozenten absahnt. Er lud uns zu sich ins Büro ein und erstellte einen kleinen Wochenplan, an dem wir uns orientieren konnten. Dieser sah wie folgt aus: Jeden Vormittag gab es die Möglichkeit zu OPs zu gehen und mitzumachen. Dabei hat uns ziemlich gut gefallen, dass uns völlig freistand, welche Fachrichtung wir uns anschauen wollen. Anders als in Deutschland, wo man im PJ streng in die Unfall-/Viszeral- oder Gefäßchirurgie eingeteilt wird, konnte man so nochmal in die Neurochirurgie oder kleinere chirurgische Fächer wie HNO reinschnuppern. Nach dem Mittagessen gab es 2x wöchentlich (montags

und mittwochs) Seminare mit von Studenten vorbereiteten Referaten zu Klassikern der Chirurgie (Appendizitis, Tumore des GI-Trakts, Divertikulitis, Wundversorgung etc.). Dienstags und donnerstags wurden die „casas clinicas" abgehalten, bei denen in Kleingruppen Patientenexplorationen und Untersuchungen erfolgten, welche im Anschluss mit Prof. Joaquim besprochen und diskutiert wurden. Das „Programm" endete meistens spätestens gegen 16 Uhr. Bei der Erstellung des Wochenplans sagte der Chef gleich zu Beginn mit zwinkerndem Auge, dass er versteht, dass wir einen weiten Weg aus Deutschland angereist sind, und sicher auch was von der Stadt und der Umgebung Rios kennenlernen wollen. Grundsätzlich legte er Wert darauf, dass man zu den Studentenvorträgen an den Nachmittagen erschien, ansonsten lief alles mehr oder weniger unter dem Motto „alles kann nichts muss" und einem wurde viel Eigenverantwortung bei der Gestaltung des Arbeitsalltags übertragen.

Insgesamt haben wir die Tätigkeit im Krankenhaus als sehr kurzweilig und interessant empfunden. Wir wurden den Studenten, die sich in der Chirurgie Rotation befanden und ebenfalls im letzten Jahr waren zugeteilt und hatten daher netten Kontakt zu den jungen, einheimischen Leuten. Anders als in Deutschland wurde das Praktikum intensiv durch theoretisches Teaching begleitet, was uns im Hinblick auf die mündliche Prüfung zwecks Wiederholung aber sehr gut gefallen hat. Der Hauptfokus lag auf dem Mitwirken im OP. Man nahm 2x wöchentlich an Visiten teil, wurde ansonsten aber nicht klassisch, so wie wir es kennen, mit Blutentnahmen etc. in den Stationsalltag eingebunden. Dies ist auf expliziten Wunsch aber sicher möglich.

Für das leibliche Wohl während der Arbeit im Krankenhaus sorgt eine richtig gute Mensa, die 5- 10 Minuten fußläufig entfernt liegt. Dort isst man für umgerechnet 50 Cent ein köstliches Mittagessen mit Fisch, Fleisch oder vegetarisch. Dazu gibt es einen kalten Saft und ein kleines Dessert. Man muss dort am Eingang einen einheimischen Studentenausweis vorzeigen. Mit Ausweis und Acceptance Letter kommt man aber auch rein. Wenn es mal schneller gehen muss oder man ein bisschen fauler aufgelegt ist, kann man sich draußen, direkt gegenüber dem Krankenhaus, für umgerechnet 2,50 Euro an einem leckeren Mittagsbuffet laben. Alles 1A! ☺

Leben und Wohnen in Rio

Wir haben uns wegen der Karnevalszeit mit einem Vorlauf von etwa 4 Monaten via Airbnb um eine Wohnung gekümmert. Letztendlich fiel die Wahl auf das Künstlerviertel Santa Teresa und eine Unterkunft namens „Casa Francisco“, geführt von der unglaublich lieben, jungen, französisch-brasilianischen Paula. Das Haus im feudalen Stil verfügt über einen wunderschönen Innenhof und einer absoluten Highlight-Dachterrasse mit Blick auf den Zuckerhut. Es gibt insgesamt 5 Schlafmöglichkeiten, darunter Einzelzimmer und Doppelzimmer mit jeweils eigenem Bad und kleine Live-Konzerte und Barbecues, die hin und wieder stattfinden. Küche, Wohnzimmer etc. sind gemeinschaftliche Orte und werden geteilt. Man trifft viele Brasilianer und Menschen aus aller Welt, die Atmosphäre war durchweg entspannt und freundlich. Wir können die Unterkunft sehr empfehlen. Wer sich rechtzeitig kümmert bekommt bestimmt ein Plätzchen bei Paula (casafranciscogh@gmail.com oder WhatsApp +55 21 983009803). Ihr könnt gerne auf uns verweisen, vielleicht gibt’s einen kleinen Rabatt ☺. Ansonsten ist Santa Teresa aber auch unabhängig vom Casa F. ein wirklich lohnenswertes, tendenziell sicheres Viertel mit charmanten Bauten, kleinen Kopfsteinpflasterstraßen und zahlreichen schönen Bars und Cafés. Auch in anderen Vierteln der „Zona Sul“ (z.B. Lapa, Flamengo, Botafogo, ggf. Copacabana und Ipanema) lässt es sich sicher gut leben. Preise sind je nach Anspruch sehr variabel von recht günstig bis Kölner Innenstadtpreise. Mehr als 400 Euro monatlich sollte man aber eigentlich nicht zahlen müssen.
Zum Thema Sicherheit welches viele Rio-Reisende beschäftigt können wir glücklicherweise sagen, dass wir persönlich mit keiner einzigen, unangenehmen Situation konfrontiert wurden. Es ist jedoch unerlässlich, mit Vorsicht und Achtsamkeit durch die Gegend zu laufen, einsame Straßen zu meiden, das Mitnehmen von Wertsachen auf ein Minimum zu begrenzen und sich nachts in Gruppen oder per Uber zu bewegen. Schmuck haben wir beispielsweise auch einfach komplett in Deutschland gelassen. Für die Brasilianer ist die steigende Kriminalität verständlicherweise ein recht emotionales und sensibles Thema. Und Einheimische erinnerten uns beinahe täglich daran, wie gefährlich alles ist. Rückblickend müssen wir allerdings sagen, dass wir uns in der Stadt eigentlich immer sehr, sehr wohl gefühlt haben, und der Alltag eigentlich in keiner Form eingeschränkt wurde.

Im Folgenden noch ein paar Freizeit-Tipps:

- Club & Tanz v.a. im Stadtviertel Lapa
- Carioca da Gema (guter Laden für Live-Musik, ebenfalls in Lapa)
- Bar do Gomes (Rua Áurea 26, Santa Teresa; Lieblingsladen für Petiscos und Chope (gezapftes Bier))
- Bar do Serginho (Rua Dias de Barros 2A, Santa Teresa; Eck-Kiosk der freitags und montags von 19:00-22:00 Uhr Live-Musik auf der Straße spielt, herrliche Pizza mit Gorgonzola und frischem Rucola und Caipis serviert)
- Aprazível (R. Aprazível 62, Santa Teresa; Gehobenes, wirklich gutes Restaurant mit schöner Aussicht falls die Eltern mal zu Besuch sind oder man einen Grund hat sich was zu gönnen :D)
- Bip Bip (Ein Klassiker für die Cariocas, Bar mit Live-Musik in Copacabana)
- Parque Lage mit Café/Restaurant (Bekannt aus „Beautiful" von Snoop & Pharrell)

Aussichtspunkt: U.a. Mirante Dona Marta

Wandern:

- Dois Irmãos (davon den „größeren Bruder" besteigen)
- Pedra Bonita (dort in der Nähe außerdem auch eine Flugschanze für Fallschirmspringer und Paraglider, falls man Spaß daran hat sich sowas mal anzuschauen oder zu machen ☺)
- Pedra Gavea

Surf & Kiten (ohne Auto leider sehr mühselig):

- Barra da Tijuca (Hauptspot zum Kiten)
- Prainha
- Praia da Macumba & Grumari
- Barra de Guaratiba

- Ipanema und Copacabana (tendenziell ziemlich voll und eher im Winter möglich)

Fazit

Wir blicken auf eine super Zeit und viele tolle Erfahrungen zurück und können einen PJ-Aufenthalt in Rio de Janeiro an der UFRJ wirklich sehr empfehlen. Die Zeit im Krankenhaus war lehrreich und spannend und gewährt einen prägenden Blick über den Tellerrand. Man sollte sich in den ersten Tag nicht von der Größe der Stadt und dem immensen Gewusel abschrecken lassen, auch hier findet man schnell seine muckeligen, schönen Ecken und Orte und fühlt sich bald sehr zuhause. Die Menschen sind offen, lustig, feierwütig und sehr, sehr herzlich. An der ein oder anderen Stelle lohnt es, sich in Sachen Geduld zu üben. Bei Problemen (wie z.B. unsere Visa-Angelegenheit) am besten einen kühlen Kopf bewahren. Es gibt IMMER wie die Brasilianer sagen, einen „jeitinho" (ein kleiner Dreh, mit dem sich verfahrene Situationen lösen lassen). Eines, das wir vielleicht noch anraten sollten: Es ist leider wirklich wichtig gute Kenntnisse in der portugiesischen Sprache zu haben um den Alltag, v.a. im Krankenhaus, gut bestreiten zu können. Selbst Akademiker sprechen meist kein Englisch. Und dann wäre da noch eine letzte Sache: Macht 4 anstatt 2 Monate! ☺

Liebe Grüße,

Michi & Katharina

PS: Bei Fragen schreibt gerne eine Mail! (michael.domi@web.de oder katharina.snijders@gmail.com).