

Forschungsaustausch an der Kwame Nkrumah University (KNUST) in Kumasi - Cancer and Infection Research Facility

Motivation

Als ich von der Möglichkeit erfahren habe, ein Forschungsaustausch über die bvmd im Ausland zu machen, stand die Wahl des Landes sofort fest. Ich wollte nach Ghana und zwar aus einem ganz einfachen Grund: Ich hatte Heimweh! Da ich vor einigen Jahren bereits ein Jahr in Ghana verbracht hatte, sah ich - neben dem spannenden Forschungsprojekt an sich - in diesem Forschungsaustausch eine super Gelegenheit, meine Gastfamilie und Freunde wiederzusehen. Das Beste daran war, dass ich auch noch ein Projekt gefunden hatte, welches mich sehr interessierte, auch wenn ich letztendlich dann doch spontan in ein anderes Projekt wechseln musste.

Vorbereitung

Da ich bereits ein Jahr in Ghana verbracht hatte, hielt sich die Vorbereitung in Grenzen, da alle Impfungen noch aktuell waren und ich ja wusste, was mich erwartet. Über den Forschungsaustausch der bvmd habe ich über eine Infoveranstaltung im ersten Semester erfahren. Im Kölner Modellstudiengang ist ein wissenschaftliches Projekt verpflichtender Bestandteil der Vorklinik und entweder an der Uniklinik Köln oder eben auch in einer Forschungseinrichtung im Ausland möglich. Mit der Vorbereitung und der Bewerbung habe ich bereits im ersten Semester begonnen, also mehr als ein Jahr im Vorhinein, da neben der bvmd-Bewerbungsfrist auch die Anmeldefrist für das bvmd-Sprachzertifikat zu beachten war. Bei der Bewerbung, allen Formalitäten und auch bei dem Antrag des Fahrtkostenzuschusses, war die Lokalvertretung und die Bundeskoordinatorinnen des Forschungsaustausches eine große Hilfe.

Visum

Für die Einreise in Ghana benötigt man ein Visum, welches man bereits in Deutschland beantragen muss. Für einen vier- oder sechswöchigen Aufenthalt reicht ein normales Touristenvisum, welches man sechs bis acht Wochen vor Abflug bei der ghanaischen Botschaft in Berlin auf dem Postweg beantragen muss. Wenn es schneller gehen muss, kann man seinen Reisepass auch persönlich in Berlin abgeben und kann ihn nach zehn Tagen ebenfalls persönlich wieder abholen. Das Touristen-Visum kostet 50 Euro. Alle Bedingungen und Antragsformulare sind auf der Seite der Botschaft zu finden und wenn man die Bearbeitungsdauer beachtet, stellt die Beantragung überhaupt kein Problem dar und klappt reibungslos.

Gesundheit

Neben der, für die Einreise und die Beantragung des Visums verpflichtenden Gelbfieberimpfung, sind einige weitere Impfungen sehr empfehlenswert. Da auch hier bestimmte Zeitabstände beachtet werden müssen, empfiehlt es sich rechtzeitig mit dem Impfen zu beginnen. Eine reisemedizinische Beratung zur Erstellung eines Impfplans und der Beratung zur Wahl der Malariaprophylaxe ist auf jeden Fall empfehlenswert. Das Auswärtige Amt empfiehlt Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Polio und Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt über vier Wochen oder besonderer Exposition auch Hepatitis B, Tollwut, Meningokokken-Krankheit und Typhus. Als Malariaprophylaxe habe ich Malarone genommen, da es so gut wie keine Nebenwirkungen hat, dafür jedoch auch am teuersten ist. Ein Tip von mir ist, die Malariaprophylaxe über eine Versandapotheke in Holland zu bestellen, da zumindest

bvmd-Austausch-Bericht: Forschungsaustausch in Kumasi, Ghana

Malarone dort nur die Hälfte von dem kostet, was man sonst in Deutschland in der Apotheke bezahlt. Wichtig ist noch, dass die meisten Krankenkassen die Kosten einer Malariaprophylaxe bis zu 100 Euro übernehmen. Ansonsten hilft Moskitospray und ein Satz lange Kleidung gegen die lästigen Biester in den Abendstunden. Je nach Studentenwohnheim ist eventuell auch ein Moskitonetz empfehlenswert. Das könnt ihr aber alles vor eurer Abreise mit eurer Kontaktperson klären.

Sicherheit

Eine Auslandskrankenversicherung muss ebenfalls selber abgeschlossen werden. Wenn ihr bei der Barmer Ersatzkasse versichert seid, ist die HUK-Comberg-Zusatzversicherung sehr zu empfehlen. Ghana ist ein sehr sicheres Land, ich habe mich immer wohl gefühlt und hatte selbst wenn ich abends alleine unterwegs war immer ein gutes Gefühl. Wenn man nicht gerade mitten in der Nacht alleine an ganz abgelegenen Orten unterwegs ist, muss man sich wirklich keine Sorgen um seine Sicherheit machen. Natürlich muss man im Gedränge auf dem Markt oder in der Innenstadt ein bisschen besser auf seine Wertsachen aufpassen, aber wo muss man das nicht.

Geld

Die Währung in Ghana ist der Ghana Cedi. Man kann in Deutschland keine Ghana Cedis umtauschen, es ist jedoch überhaupt kein Problem Euros am Flughafen und auch sonst überall in Ghana umzutauschen. Ebenfalls gibt es in jeder größeren Stadt Visa-Automaten. Ein Euro entspricht ungefähr einem Cedi. Im Vergleich zu Deutschland sind die Unterhaltskosten sehr gering, so kostet eine Fahrt in den Minibussen („Trotro“) umgerechnet rund 25 Cent und eine Mahlzeit ist für 25 Cent bis zu 2 Euro zu haben. So kommt man im Monat mit rund 100-150 Euro aus.

Sprache

Die offizielle Sprache in Ghana, in der auch in den Schulen und Universitäten gelehrt wird, ist Englisch. Auch wenn nicht alle Ghanaer fließend Englisch sprechen, besonders in etwas ländlicheren Regionen, kommt man mit Englisch überall sehr gut zurecht. Zudem gibt es noch ungefähr 50 weitere Sprachen, von denen die größte und besonders um Kumasi herum gesprochene Sprache „Twi“ ist. Für den Austausch ist es zwar nicht notwendig eine dieser Sprachen zu lernen, dennoch lohnt es sich einige grundlegenden Sätze zu lernen während man hier ist, da man auf der Straße oft auf Twi begrüßt wird und die Freude über eine Antwort in Twi immer besonders groß ist!

Verkehrsverbindungen

Der Flug nach Ghana dauert ungefähr acht Stunden, je nachdem wo man zwischenlandet. Die Kosten für einen Flug von Deutschland liegen zwischen 500 und 800 Euro. Um in Ghana zu reisen, gibt es zum einen die oben bereits genannten, zu Beginn etwas abenteuerlichen aber unschlagbar günstigen Minibusse, die sowohl zur Fortbewegung in den Städten als auch für Überlandfahrten genutzt werden. Für Überlandfahrten gibt es zudem große Reisebusse, die zwischen allen größeren Städten verkehren. Zwischen Accra und Kumasi besteht zudem die Möglichkeit eines Inlandsfluges, den ich jedoch nie benutzt habe. Eine Fahrt von Accra nach Kumasi im Reisebus kostet rund 5 Euro und ist deutlich bequemer und sicherer als in den engen Minibussen. Innerhalb einer Stadt benutzt man am besten die Trotros, denn obwohl Taxifahren in Ghana verhältnismäßig billig ist, zahlt man hier als Weißer oft einen höheren Preis. In den Trotros gelten hingegen feste Preise, rund 25 Cent pro Fahrt.

Kommunikation

Mal abgesehen von den regelmäßigen und manchmal lang anhaltenden Stromausfällen, ist die Kommunikation nach Deutschland kein Problem. Am besten kauft ihr euch direkt am Flughafen eine lokale Simkarte, mit der man sehr billig im Inland und auch ziemlich günstig nach Deutschland telefonieren kann, ungefähr eine Stunde für 2 Euro. Auch WhatsApp oder ähnliches laufen bestens auf dem Handy. Zudem gibt es in jedem Studenten-Hostel W-Lan, welches man sich für nicht allzuviel Geld stundenweise kaufen kann und mit dem auch Skypen gut möglich ist - von der Kamerafunktion mal abgesehen.

Unterkunft

Der Campus in Kumasi ist ein schöner, großer Park, auf dem die einzelnen Hostels und Lehrgebäude verteilt sind. Ich habe in einem Hostel am Rand des Campus gewohnt, ungefähr zwanzig Minuten zu Fuß entfernt von der medizinischen Fakultät. Man teilt sich ein Zimmer, mit meist einem bis drei weiteren Studenten - freut euch auf nette Mitbewohner! Die Unterkunft wurde bereits von dem Austauschkomitee in Ghana organisiert, sodass ich mein Zimmer nur noch beziehen musste. Die Hostels sind sehr gut ausgestattet, mit Toilette und Dusche auf dem Zimmer, einem Kühlschrank und einer Kochgelegenheit, wobei ihr wahrscheinlich meistens außerhalb essen werdet. Mitbringen müsst ihr eigentlich nur Bettbezüge und eine dünne Decke, da es selbst in den Nächten sehr warm ist. Auf dem Campus gibt es unzählige Essensstände, kleine Restaurants, kleine Läden und Visa-Automaten, die alle zu Fuß zu erreichen sind.

Mitzunehmen

Neben einer Reiseapotheke, der Malariaprophylaxe und Mückenspray solltet ihr viele leichte, kurze und wenn möglich nicht weiße Klamotten mitbringen - ihr müsst alles mit der Hand waschen. Je nachdem in welchem Labor oder auf welcher Station ihr arbeitet, solltet ihr eventuell ein paar lange Hosen und geschlossene Schuhe mitbringen, die ihr ansonsten jedoch so gut wie nie tragen werdet. Ein Moskitonetzt ist eigentlich nicht notwendig, da an den Fenster der Hostels überall Netze angebracht sind und wir so gut wie nie Moskitos im Zimmer hatten. Fragt am besten eure Kontaktperson. Ansonsten lohnt es sich genügend Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor und eventuell Tampons aus Deutschland mitzubringen, da beides vor Ort nur schwer zu kriegen ist. Eine Taschenlampe für Stromausfälle ist auch sehr empfehlenswert. Auch wenn hier die englischen Steckdosen verwendet werden, kann man mit einem kleinen Trick auch ohne Probleme die deutschen Stecker anschließen, ein Adapter ist also nicht unbedingt notwendig. Alles andere kann man auch vor Ort kaufen!

Reise und Ankunft

Da ich eine Woche vor Praktikumsbeginn angereist bin um alte Freunde zu besuchen, wurde ich nicht wie alle anderen Austauschstudenten am Flughafen abgeholt. Ihr erhaltet auf jeden Fall vor eurer Abreise eine Kontaktperson in Ghana, der ihr alle offenen Fragen stellen könnt, die euch am Flughafen abholt und auch vor Ort die ersten Tage immer zur Seite steht und euch alles zeigt. Das Austauschkomitee ist sehr engagiert, unglaublich nett und sehr daran interessiert euch mit vielen Aktivitäten den Aufenthalt so interessant und schön wie möglich zu gestalten. Ihr seid hier in sehr guten Händen!

Tätigkeitsbeschreibung und fachliche Eindrücke

Wie schon oben erwähnt, gab es bei der Organisation meines Projektes einige Probleme. Alles um das Projekt herum war perfekt organisiert, dass ich jedoch nicht in mein eigentliches Projekt konnte, obwohl ich bereits eine Zusage hatte, war sehr schade und ziemlich unverständlich. Geplant war ein vierwöchiges Praktikum in einem deutsch-ghanaischen Forschungszentrum, mit dem Forschungsschwerpunkt auf „Medikamentenresistenzen bei Tuberkulose“. Eine Woche vor meinem Abflug wurde mir gesagt, dass das Forschungszentrum plötzlich keine Studenten aus der Vorklinik mehr aufnehmen kann, ohne irgendeine weitere Erklärung. Mein wirkliches Projekt habe ich erst erfahren, als ich schon in Ghana war. Letztendlich war ich in drei verschiedenen Einrichtungen – und habe am Ende auch dort sehr spannende Dinge gelernt. Trotzdem würde ich, wenn sich diese Regel nicht mehr ändert und keine neuen Projekte für Vorkliniker hinzu kommen, nur Studierenden aus der Klinik empfehlen nach Kumasi zu gehen, da alle Projekte aus der Projektdatenbank an diesem einen Forschungsinstitut angeboten werden.

Die ersten zwei Wochen habe ich, mit zwei anderen Austauschstudenten, in einem Labor verbracht, in dem an Koinfektionen mit Humanen Papillomaviren und dem Epstein-Barr Virus bei Patienten mit Kopf-Hals-Krebs geforscht wurde. Da das Projekt leider noch ziemlich im Anfangsstadium war, konnten wir zwar einige interessante Techniken lernen und durchführen, jedoch nur an Beispielproben, die nichts direkt mit dem Projekt zu tun hatten. Auch wenn wir in der Zeit viel mehr hätten machen können, da der betreuende Arzt oft beschäftigt war, haben wir dennoch einen guten Einblick in seine Forschung erhalten. Die dritte Woche habe ich dann in dem Labor der Tuberkulose-Klinik gearbeitet. Diese Woche war sehr spannend, ich habe mehrere Techniken zur Tuberkulosedagnostik gelernt und konnte diese an vielen Patientenproben anwenden. Auch die vierte Woche, die ich im hämatologischen Labor des Lehrkrankenhauses verbracht habe, war sehr interessant. Ich habe Einblicke in verschiedene Blutuntersuchungen erhalten, wie der Diagnostik von Malaria und der Sichelzellanämie, der Durchführung eines großen Blutbildes und vieles mehr. Nach zwei Tagen durfte ich alle Tests selber durchführen. Die vier Wochen haben sich also auf jeden Fall sehr gelohnt, trotz des anfänglichen Chaos in der Organisation und der Enttäuschung, dass ich nicht in meinem ursprünglichen Projekt arbeiten konnte. Die Labortechniker, Ärzte und Krankenschwestern waren unglaublich nett, haben mich in allen Projekten herzlich aufgenommen und sich sehr viel Zeit genommen alles zu erklären und mich einzuarbeiten.

Land und Leute

Meine freie Zeit außerhalb der Universität und des Krankenhauses, war immer voll gefüllt. An den Wochenenden war ich entweder mit den anderen zwei Austauschstudenten die nähere Umgebung erkunden oder habe etwas mit den Medizinstudenten des Austauschkomitees unternommen. Sehr viel Zeit haben wir auch im Freibad der Universität verbracht, jeden Freitag waren wir Salsa tanzen und unter der Woche haben wir uns oft abends zum Essen getroffen. Ich habe in diesen vier Wochen richtig gute Freunde gewonnen und unendlich viele schöne Erfahrungen und Begegnungen gehabt. Die Ghanaer machen es einem sehr leicht, sich schnell zu Hause zu fühlen und das Austauschkomitee sorgt dafür, dass es einem nicht langweilig wird. Das einzige woran man sich gewöhnen muss, ist die Tatsache dass man einfach immer und überall auffällt – und vielleicht an das scharfe Essen!

Es war unglaublich schön wieder zurück in Ghana gewesen zu sein und ich würde sofort wieder kommen, wenn sich die Möglichkeit dazu bietet. Ich könnte mir auch sehr gut vorstellen später einige Zeit hier zu arbeiten. Wenn ihr also ein gutes Projekt findet, kann ich einen Austausch nach Ghana nur empfehlen!