

## Innere Tertial vom 16.01. – 10.03.2023 am Calmette Hospital in Phnom Penh, Kambodscha

### Vorbereitungen:

**Bewerbung:** Da die University of Health Sciences eine Partneruniversität der Uni Köln ist, war der Bewerbungsprozess über das ZIB Med sehr unkompliziert. Die Ansprechpartnerin in Phnom Penh ist Ms. Soksreya Tann, welche euch via Email bei Fragen aller Art vor und während des Aufenthaltes immer behilflich ist und euch beim Registrierungsprozess an der Universität begleitet.

**Visum:** Ich bin den einfachen Weg gegangen und habe ein Visum on Arrival am Flughafen in Phnom Penh beantragt, was eigentlich (von kambodschanischer Seite aus) problemlos funktioniert. Man gibt bei der Ankunft am Flughafen seinen Pass ab mit der Bitte um ein Touristenvisum, zahlt 40\$ und erhält innerhalb von 5 Minuten sein Visum. Leider gestaltete sich der Check-In bei der Fluggesellschaft etwas schwieriger, da das Online-Check-In-System eine gültige Visanummer forderte beim Check-In. Um eure Nerven zu schonen ob alles funktioniert bei der Einreise, würde ich deshalb beim nächsten Mal vermutlich ein Onlinevisum beantragen, dieses wird innerhalb von wenigen Tagen ausgestellt und euch per Email zugesendet.

Das Visum kann dann nach 30 Tagen um weitere 30 Tage verlängert werden bei der Immigrationsbehörde in Phnom Penh (denkt daran genug Passfotos mitzubringen). Von anderen Internationals habe ich den Tipp bekommen die Visaverlängerung über eine Agentur zu beantragen, dadurch ist der ganze Prozess weniger willkürlich und es ist weniger zeitintensiv, als wenn ihr euch allein darum kümmert. Da ich sowieso nach Vietnam wollte, bin ich für ein Wochenende nach Vietnam gereist und habe mein Visum bei der Rückreise verlängert, nach dem gleichen Prinzip wie bei der ersten Einreise, das wäre also eine dritte Option.

<https://www.evisa.gov.kh/>

**Reiseschutzimpfungen:** Meine Reiseschutzimpfungen waren durch einen vorherigen Aufenthalt in Südamerika noch weitestgehend aktuell, sodass ich nur einige Auffrischungsimpfungen und die Impfung gegen Japanische Enzephalitis brauchte. Eine ausführliche Beratung und anschließende Impfung könnt ihr unkompliziert bei der Reisepraxis im Globetrotter in der Kölner Innenstadt bekommen. Die Kosten wurden im Anschluss vollständig von meiner Krankenkasse übernommen.

**Versicherungen:** Ich kann für die PJ-Aufenthalte im Ausland das Versicherungsangebot des Marburger Bunds sehr empfehlen. Ich habe mich erst sehr kurzfristig um meine Versicherungen gekümmert und der Service beim Marburger Bund war wirklich unkompliziert. Letztendlich habe ich die für Studierende kostenfreie Reisekrankenversicherung, die Unfallversicherung und die Berufshaftpflichtversicherung über den Marburger Bund abgeschlossen. Die Privathaftpflichtversicherung kann man ebenfalls über den Marburger Bund abschließen, diese ist jedoch nicht kostenfrei.

**Unterkunft:** Es gibt zahlreiche Facebook-Gruppen wie „Phnom Penh Housing“ auf Facebook etc., ich fand diese jedoch wenig hilfreich, wenn man sich in der Stadt nicht auskennt und wie ich später erfahren habe, läuft die Wohnungsvermietung meist über Agenturen vor Ort. Schlussendlich habe ich bei Airbnb ein Zimmer in einem Guesthouse unweit vom Krankenhaus gefunden. Es gibt auch einige Hotels die, je nach Budget, sogenannte Long-Stays anbieten und mit allen Annehmlichkeiten eingerichtet sind inkl. Fitnessstudio, Bar, Pool uvm. Ich kann vor allem die Wohngegenden entlang der Riverside (eher touristisch), im BKK1 (super viele Cafes und Internationals) bzw. die Gegend rund

um den Russian Market (hier wohnen viele Expats) in Tuol Tompoung empfehlen. Dort sind viele Cafes und Restaurants fußläufig erreichbar und es ist eine etwas belebtere Nachbarschaft. Grundsätzlich würde ich mich aber an der Entfernung zum Krankenhaus orientieren, da es morgens im dichten Verkehr mühselig sein kann mit dem Tuktuk voranzukommen.

**Fortbewegung:** Hauptverkehrsmittel für euch wird das Tuktuk sein. Ladet euch dafür unbedingt die Pass- und Grab App herunter. So könnt ihr sicher und unkompliziert ein Tuktuk buchen (gleiches Prinzip wie Uber) und müsst nicht über die Preise verhandeln, da sie automatisch von der App berechnet werden. Nach Ankunft am Flughafen lohnt es sich deshalb direkt eine Simcard zu kaufen (mir wurde Cellcard als Anbieter empfohlen), damit beide Apps auch funktionieren. Zu Fuß unterwegs zu sein ist zumindest in Phnom Penh eher mühselig, da es je nach Jahreszeit unglaublich heiß ist und Fußwege nur rudimentär angelegt sind.

**Sprache:** Am Krankenhaus kommt ihr mit einer Mischung aus Englisch und Französisch gut weiter. Die meisten Ärztinnen und Ärzte sprechen gut Englisch, sind im Französisch jedoch oft sicherer, da hier auf Französisch studiert wird und viele ÄrztInnen für ihre Ausbildung nach Frankreich gehen. Notfalls kommt ihr aber auch nur mit Englisch zurecht. Natürlich empfiehlt es sich auch ein wenig Khmer zu lernen um zumindest ein paar Höflichkeitsfloskeln zu beherrschen und euch mit eurem Tuktuk-Fahrer verständigen zu können.

**Leben:** Phnom Penh ist eine wunderschöne Stadt wo es jeden Tag neue Cafes oder neues Streetfood zu entdecken gibt und die Menschen sind ausgesprochen freundlich und herzlich. Ich habe mich hier immer sehr wohl gefühlt und auch wenn es manchmal etwas mühsam sein kann sich auf Englisch zu verständigen, sind doch immer alle Menschen sehr bemüht euch weiterzuhelfen und euch Dinge zu erklären. Auch Reisen ins Umland (bspw. nach Kampot oder auf die Inseln vor Kambodscha) lohnen sich sehr und Kambodscha ist ein wirklich vielfältiges Land. Wenn ihr ein bisschen über die Kultur und den geschichtlichen Hintergrund Kambodschas erfahren wollt, kann ich euch die Sprachschule „Be Like Khmer Phnom Penh“ empfehlen, die auch regelmäßig Workshops zu anderen Themen wie Religionsvielfalt und Essensgewohnheiten in Kambodscha anbieten. Es gibt unglaublich viele Sportgruppen auf Facebook, wodurch man leicht mit anderen Internationals in Kontakt kommt.

## Calmette Hospital in Phnom Penh

Das Calmette Hospital ist das größte öffentliche Krankenhaus in Kambodscha und ist wohl vergleichbar mit dem „Maximalversorger“ in Deutschland. PatientInnen aus allen Provinzen kommen hierher, wenn sie in anderen Krankenhäusern als „austherapiert“ gelten.

Ich war die erste PJ-Studentin aus Köln, die am Calmette Hospital ihr PJ absolvieren durfte. Es gibt nur wenige Internationals, die dort am Krankenhaus arbeiten (habe in meiner Zeit dort zumindest keine gesehen) und ich war die einzige ausländische Studentin. Oft wurde ich gefragt, ob ich allein hier sei und nachdem anfänglich nicht so recht jemand etwas mit mir anfangen konnte, wurde ich doch innerhalb weniger Tage sehr herzlich vom dortigen ärztlichen Team aufgenommen und in den Krankenhausalltag integriert. Meine Arbeitszeiten wurden mir nicht vorgeschrieben, jedoch wurde ein regelmäßiges und pünktliches Erscheinen registriert und geschätzt. Die ärztlichen KollegInnen sind sehr daran interessiert euch viel zu erklären und spannende Fälle zu zeigen, möchten aber ebenfalls dass ihr viel vom Land zu sehen bekommt und geben euch viele Tipps was ihr alles anschauen müsst und welche Gerichte ihr probieren solltet.

Der übliche Stationsalltag besteht aus ärztlichen Visiten zwischen 08.30 und 11.30 Uhr, danach gibt es eine große Konferenz, in der alle PatientInnen mit dem Chefarzt besprochen werden, bevor es für den größten Teil der Belegschaft gegen 13.00 Uhr nach Hause geht. Nur 3 ÄrztInnen bleiben im Haus für die 24h-Schicht. Mir wurde freigestellt an diesen 24h-Diensten teilzunehmen, ich hatte aber das Gefühl, dass die ÄrztInnen sich freuten, wenn ich ab und an zumindest bis zum frühen Abend blieb. Der Stationsalltag besteht, im Vergleich zu Deutschland, vorwiegend aus dem handschriftlichen Kopieren bzw. Anpassen der Medikationspläne und Auswertung der Untersuchungsergebnisse vom Vortag. Diese werden den PatientInnen dann im Rahmen der Visite mitgeteilt und es findet ggf. noch eine körperliche Untersuchung statt. Manchmal nehmen die ÄrztInnen euch mit zu Konsilen in anderen Abteilungen, dadurch könnt ihr auch andere Bereiche des Krankenhauses sehen.

Die Abteilung für General Medicine besteht aus 2 Stationen mit 1 bis 3-Bett-Zimmern, in welchen zuzüglich zu den PatientInnen auch deren Angehörige übernachten. Familie spielt bei der Pflege der Angehörigen in Kambodscha eine besondere Rolle. So erfahren beispielsweise die Familienmitglieder vor den PatientInnen von deren Diagnose und entscheiden ob die PatientInnen darüber aufgeklärt werden sollen oder nicht. Hinzukommt im Erdgeschoss die Ambulanz und Funktionsräume für Echos und ein Raum für Bronchoskopien bzw. Spirometrie.

Dadurch dass die Verständigung mit den PatientInnen durchweg auf Khmer passiert, gestaltete sich die Anamneseerhebung eher schwierig für mich. Einige Interns und ich kamen jedoch gut damit zurecht, dass die Interns (vergleichbare Studienphase wie PJ-Studierende in Deutschland) die Patientenkommunikation übernahmen und mir zwischendurch übersetzten und wir dann gemeinsam auf Englisch überlegten welche Fragen noch zur Anamnesevervollständigung gehörten.

Viele Krankheitsbilder wie Tuberkulose, Pneumocystis jirovecii Infektionen und Denguefieber sind hier viel häufiger als in Deutschland, sodass man hier einen guten Überblick besonders über tropische Krankheitsbilder bekommt.

**Kleidung:** Es gibt in der Abteilung für Innere Medizin keine genauen Vorgaben bzgl. des Dresscode angeht, allerdings hatte ich den Eindruck, dass es hier allgemein etwas schicker zugeht und Sneaker nicht so gerne gesehen werden. Über den Privatklamotten tragen alle ÄrztInnen Kittel, bringt dafür am besten 1-2 Kittel ohne UKK-Aufdruck aus Deutschland mit. Kasaks werden hier nicht getragen. Umziehen könnt ihr euch im Arztzimmer, allerdings bin ich einfach immer direkt in meiner Arbeitskleidung zur Klinik gekommen und habe dort nur meinen Kittel übergezogen.

**Hygiene:** Das hier verwendete Desinfektionsmittel besteht zu fast 100% aus Alkohol und hat keinerlei rückfettenden Effekt, was dazu führte, dass meine Haut nach der ersten Woche im Krankenhaus so trocken war, dass ich anfang mein mitgebrachtes Desinfektionsmittel zu verwenden. Nur so als Tipp am Rand, falls ihr zu sensibler Haut neigt...

Es gibt eine eigene Personaltoilette und FFP2-Masken werden auch zur Verfügung gestellt. Das Calmette Hospital ist auch das Krankenhaus in ganz Phnom Penh mit den westlichsten medizinischen und hygienischen Standards.

**Bescheinigungen:** Das Formular für die Bescheinigung des Studierendenstatus während eurer Zeit in Phnom Penh gebt ihr am Anfang bei Frau Dr. Soksreya Tann ab, sie lässt es vom Rektor der UHS unterschreiben und ihr könnt es euch kurz vor dem Ende eurer Zeit in Phnom Penh bei ihr wieder abholen. Des Weiteren sollt ihr in eurer letzten PJ-Woche einen Case Report über einen klinischen Fall eurer Wahl vorbereiten als PowerPoint Präsentation (max. 10 Slides) und an Frau Tann schicken. Die Tertialbescheinigung lasst ihr an eurem letzten Tag direkt im Krankenhaus von dortigen Head of Department stempeln und unterschreiben. Die Stempel werden teilweise auf Khmer sein, welche ihr

sobald ihr in Köln zurück seid von einem Übersetzungsbüro übersetzen lassen müsst, bevor ihr es beim LPA einreicht.

**Fazit:**

Ich habe mich dazu entschieden einen Teil meines Tertials für Innere Medizin in Kambodscha zu verbringen, weil ich zuvor noch nie in Südostasien war und ich die Gelegenheit nutzen wollte eines der Länder in dieser Region besser kennenzulernen. Ich hätte keine bessere Wahl treffen können als Kambodscha. Die Menschen in Kambodscha sind unglaublich herzlich und hilfsbereit und heißen einen sofort willkommen, sodass man sich sehr schnell angekommen fühlt. Ich hatte hier eine wunderbare, lehrreiche Zeit und wenn man sich darauf einlässt, kulinarisch einiges auszuprobieren (Frösche, Schnecken etc.) und auch sonst ein neugieriger Mensch ist, kann man hier jeden Tag neues entdecken. Die Ärztinnen und Ärzte im Calmette Krankenhaus sind alle sehr bemüht euch hier eine gute Zeit zu bereiten und schätzen es sehr, wenn man dies mit regelmäßiger Anwesenheit zu würdigen weiß. Man wird dennoch genug Freizeit haben um das Land zu bereisen und Leute außerhalb des Krankenhauses kennenzulernen. Die Expatcommunity in Phnom Penh ist wirklich groß und vielfältig und man wird Leute von überall auf der Welt treffen. Ich würde mich jederzeit wieder für ein Tertial in Phnom Penh entscheiden und kann es jedem nur wärmstens empfehlen einen Teil des PJs hier zu verbringen.