

PJ in Lissabon

2. Hälfte des Chirurgie-Tertials (Juli – September 2018)

am „Hospital de Santa Maria“

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Ich wollte ein Teil meines PJs im Ausland machen und da meine Eltern Portugiesen sind und ich mit der portugiesischen Kultur aufgewachsen bin, war es für mich klar dass es nach Portugal gehen würde. Es war natürlich ein großes Plus, dass die Universität in Lissabon eine Partneruni ist. Auf der Internetseite des Zib-Meds kann man sich die Bewerbungsmappe ganz einfach runterladen und ausfüllen. Zudem muss man einen Motivationsschreiben (auf deutsch und portugiesisch) verfassen, sowie seinen Lebenslauf (auch zweisprachig) mitabgeben. Es ist alles etwas zeitaufwändig, aber es hat sich sehr gelohnt ;)

Beim Zib-Med hat man mir gesagt, dass man mindestens 60 Tage im Ausland sein muss um die finanzielle Hilfe von Erasmus+ zu erhalten, somit habe ich eine zusätzliche Woche am Ende meines Tertials mit eingeplant gehabt. Das große Problem bei der Anmeldung war eine Antwort zu bekommen von Seiten der Uni in Lissabon: die „International Cooperation“ der FMUL bzw. mein Ansprechpartner Bernardo de Noronha Sêrro haben ca. 3 Monate gebraucht, um überhaupt auf meine Emails zu antworten. Auch auf die Emails des Zib-Med haben sie nicht sofort geantwortet und ans Telefon gehen, tun sie auch nicht. Also am liebsten früh genug mit der Planung beginnen (vergisst dabei nicht die Bewerbungsfristen von Erasmus zu beachten).

Das war allerdings das einzige Problem an meinem ganzen Auslandsaufenthalt. Nachdem wir sie mit unzähligen Mails bedrängt haben, haben sie problemlos zugesagt und alles in die Wege geleitet. Ich musste nur meinen eigenen Kittel mitbringen.

Als Muttersprachlerin musste ich zum Glück kein OLS-Sprachtest machen. Ein bisschen Portugiesisch sollte man können, damit man die Patienten versteht. Ist aber auch kein Drama wenn nicht; die Ärzte konnten alle englisch.

Der Auslandsaufenthalt

Ich habe für die 8 Wochen meine Wohnung in Köln untervermietet und gleichzeitig das Erasmus+ Geld von 460€/Monat erhalten. Die Kosten in Lissabon waren also relativ leicht zu decken. Mit den hohen Flugpreisen mitten im Sommer hatte ich aber nicht gerechnet; es ging dann aber auch nicht anders. Die Wohnungssuche habe ich per www.uniplaces.com gemacht, wo man Zimmern pro Monate mieten kann. Es fällt eine Gebühr auf bei der Bezahlung; lasst euch auf jeden Fall einen Reduktionscode geben. Diesen erhaltet ihr von einigen Mitglieder der Facebookseite „Erasmus Lisboa 2018/2019“. Ich wollte nicht zu weit weg vom Krankenhaus sein und habe ein Zimmer in der Nähe vom „Jardim zoologico“ gemietet. Es war in bisschen zu ruhig für mein Geschmack. Das Krankenhaus war zwar in 10 Minuten zu Fuß erreichbar, aber die Metro funktioniert super in Lissabon und man ist ganz schnell im Campus. Die 4 letzten Tage vor Abreise habe ich mir einen AirBnB genommen nahe Sao Sebastiao und das war eine super location. Die Preise der Wohnungen waren teurer als erwartet (Ich habe 400€ gezahlt für ein Zimmer in einer 4-er WG). Ich würde heute jedem empfehlen erstmal auf wg-gesucht.de zu suchen (Ja, auch dort findet man Unterkünfte in Lissabon!). Eine meiner deutschen Mit-Pfizerinnen in Lissabon hatte das nämlich so gemacht und eine super Wohnung gefunden.

Für die öffentlichen Verkehrsmittel könnt ihr euch unter der Woche an den großen Metrostationen einen „Passe Navegante“ für 40€ im Monat ausstellen lassen (leider keinen Studentenrabatt über 24 Jahre). Damit kann man in ganz Lissabon und Umgebung (Cascais, Sintra, Costa da Caparica, usw) mit Zug, Metro und Bus fahren. Obwohl die Portugiesen einen sehr kleinen Mindestlohn haben, waren die Lebenshaltungskosten nicht so viel günstiger als in Deutschland, vor allem was Milchprodukte und Gemüse angeht. Allerdings kann man in vielen Restaurants (die keine Touri-Fallen sind, wohlbemerkt) für wenig Geld gut essen. Die Bus- oder Zugfahrten in anderen Städten sind günstig, ein Auto braucht man eigentlich nicht. Die Situation im Krankenhaus dort ist anders als bei uns: die frisch gewordenen Ärzte, sogenannte IAC, beginnen nicht sofort mit dem Facharzt sondern machen einen Jahr 0, wo sie nochmal durch verschiedene Fächer rotieren müssen. Sie machen die ganze Stationsarbeit. Als ich da war, waren so viele IACs in der Viszeralchirurgie, dass es an einigen Tagen sogar eine 1:1-Arzt-Patienten-Betreuung gab. Die Oberärzte

und Assistenzärzte machten morgens Visite auf Station und verschwanden dann für den Rest des Tages. Ich hätte bei den OPs dabei sein können. Ich hatte allerdings schon die erste Hälfte des Tertials im OP verbracht und war nicht ganz scharf darauf. Ich kann euch also nicht sagen ob man als PJler dort assistieren darf. Die IACs waren auf jeden Fall nie in den OPs. Es gab wenig zu tun für mich; hin und wieder half ich bei den Blutentnahmen mit. Ich habe mir das aber auch so ausgesucht, ich bin mir sicher man hätte in der Ambulanz oder auf der IMC viel mehr machen dürfen. Ich verbrachte die meiste Zeit mit den IACs, die voll entspannt waren. Im Laufe kamen auch andere deutsche PJler dazu, sodass die Stimmung ganz cool war. Leider kam ich generell nicht viel in Kontakt mit anderen portugiesischen Studierenden, weil sie Sommerferien hatten und gefühlt alle in die Algarve geflüchtet sind. Nichtsdestotrotz waren alle sehr nett zu mir und stellten mir viel Freizeit zur Verfügung (mehr als ich erwartet hatte).

Ich habe die Zeit dort ausgenutzt um Sightseeing zu machen (Castelo de S.Jorge, Alfama, Cascais, Sintra), an den Strand zu fahren zum Kitesurfen (Carcavelos, Costa da Caparica), neue Leute kennen zu lernen, ein paar Ausflüge zu machen (Porto, Coimbra) und natürlich...viel zu essen (ich sage nur: Pasteis de Nata!).

Ich hatte eine tolle Zeit (auch wenn nicht sehr lehrreich) und würde es genauso wieder machen. Es ist ein schönes Land mit super Landschaften, nette Menschen, leckerem Essen und toller Kultur. Kann ich nur weiterempfehlen.

Nach dem Auslandsaufenthalt

Die Unterschriften zu erhalten war absolut kein Problem: einfach die Dokumente bei der Chefsekretärin und bei der internationalen Kooperation hinterlegen. Die PJ-Bescheinigung kann man sich auf der Seite des Landesprüfungsamtes NRW ausdrucken. Sie unterschreiben einem alles und die Dokumente kann man dann einfach an Zib-Med weiterleiten. Wie vorhin bereits erwähnt, musste ich keinen Sprachtest machen.