

Erfahrungsbericht PJ-Aufenthalt Chirurgie in Lissabon, Hospital Santa Maria, Anfang September bis Anfang November 2019

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt:

Meine Motivation für ein gesplittetes Tertial in Lissabon war, Portugals wunderschöne Hauptstadt sowie die portugiesische Kultur besser kennen zu lernen, aber auch meine Portugiesisch Kenntnisse ein bisschen zu verbessern. Außerdem hat es mich motiviert, mal zu erfahren, wie der Arbeitsalltag im Krankenhaus dort abläuft, da ich mir durchaus vorstellen kann, zukünftig ein paar Jahre in Portugal zu leben.

Die Bewerbung für meinen PJ- Aufenthalt lief wirklich stressfrei ab, da ich mich im ZIB- Med informieren konnte, was alles benötigt wird. Denkt an die Bewerbungsfristen, die das ZIB- Med vorsieht. Erwähnenswert ist wahrscheinlich, dass man ein Motivationsschreiben auch auf Portugiesisch verfassen muss, wenn auch wirklich nur von kurzer Länge. Es wird ein Sprachzertifikat verlangt, aber damit braucht man sich nicht zu stressen, es muss kein hochoffizielles Zertifikat sein... (Babbel- Kurs mit entsprechendem Niveau wird auch anerkannt). Es ist aber sehr empfehlenswert, schon ein wenig die portugiesische Sprache zu beherrschen, gerade im Umgang mit den Patienten. Da mein Freund ursprünglich Portugiese ist, konnte ich schon vorher relativ gut die Sprache verstehen und auch sprechen.

Ich musste einen Nachweis meiner Krankenversicherung im Ausland vorab erbringen, nach anderen Versicherungen wurde nicht gefragt. Ich habe ein Versicherungspaket mit Haft-, Unfall- und Krankenversicherung fürs Ausland speziell für das PJ bei der Deutschen Ärzte Versicherung abgeschlossen, um auf Nummer sicherzugehen. Nach speziellen Impfnachweisen wurde nicht gefragt.

Ansprechpartner waren vor, während und nach dem Aufenthalt waren das ZIB- Med Köln sowie in Lissabon das ERSAMUS- Office, welches sich auf dem Gelände des Krankenhauses befand. Der Koordinator dort war wirklich nett und hilfsbereit, und wenn sprachlich etwas unklar war konnte man problemlos auf English umswitchen. Die Zahlungen des ERASMUS- Geldes waren immer sehr zuverlässig, aber ich habe auch immer alle Unterlagen zuverlässig und fristgerecht eingereicht.

Während der gesamten acht Wochen habe ich in einer 4-er WG mit portugiesischen Mädels gelebt, 10 Minuten zu Fuß entfernt vom Krankenhaus in der Nähe der **Cidade Universitaria**. Mich hatte Monate vorher eine Portugiesin angeschrieben, die zur gleichen Zeit ihr PJ in Dänemark verbringen würde und über das ERASMUS- Büro meine Mail Adresse hatte. Das kam mir wirklich gelegen, da ich nicht groß suchen musste und der Preis von 300 Euro pro Monat mit allem Drum und Dran (übrigens eigenes Bad) auch okay war. Der einzige Haken: Am Krankenhaus und in der Nähe von der **Cidade Universitaria** sind die Flugzeuge unglaublich laut zu hören. Ja, nachts herrscht in der Regel Flugverbot, aber dennoch war es am Anfang hart, sich an die Lautstärke zu gewöhnen. Ging dann aber irgendwann irgendwie...

Lissabon hat ein zuverlässiges U- Bahn und auch Bus- Netz. Wie gesagt, befindet sich am Krankenhaus direkt eine U-Bahn-Station. Ich hatte einen dauerhaften Fahrausweis, der 40 Euro im Monat gekostet hat. Damit kam ich aber auch bis nach Sintra und Sétubal ;) Man zahlt am Anfang zehn Euro um den Ausweis erstellen zu lassen und dann dauert das Ganze ein zwei Tage, bevor man ihn abholen kann... ich glaube, man kann ihn übers Internet aber auch vorab bestellen, dann dauert es zwei Wochen und man spart Geld.

Nun komme ich zum Krankenhaus: Ich war die gesamte Zeit in der „**Cirurgia Geral**“ eingeteilt. Wenn man aber andere chirurgische Abteilungen kennen lernen will, ist das kein Problem, einfach mit dem ERASMUS- Office sprechen. Alle Ärzte waren unglaublich freundlich, höflich und entspannt. Jeder Einzelne, egal ob Assistenzarzt oder Chefarzt. Kennt man in diesem Ausmaß nicht aus Deutschland ;) Plus, ALLE haben eine sehr entspannte Art. Auch in Bezug auf die Arbeitszeiten der PJler, auch wenn man zu Beginn ein Anwesenheitsblatt bekam, auf welchem die tägliche Anwesenheit von einem Assistenzarzt unterschrieben werden musste. Ich war ein paar Mal mit im OP, durfte hier aber leider nur zugucken. Auf Station habe ich Blut abgenommen und war immer bei der Visite dabei, außerdem habe ich manchmal die Briefe bei neu aufgenommenen Patienten angelegt, vorherige Anamnese eingeschlossen. An vielen Tagen bin ich auch einfach mal in die Notaufnahme runter, da sieht man ab und zu auch einige interessante Fälle, da viele Leute hier sehr sehr spät überhaupt einen Arzt aufsuchen. In der Notaufnahme habe ich aber auch nur ein-, zweimal genäht. Ihr merkt also: Ein angenehmes und sehr entspanntes Arbeitsumfeld, aber praktisch habe ich leider nicht allzu viel gelernt. Das

wusste ich aber auch schon vorher, dass es so wird, und für mich war das überhaupt gar kein Problem. Das Santa Maria ist ein öffentliches Krankenhaus der Universität Lissabon. Man bemerkt schon einige Unterschiede zu den Standards in Deutschland. Ich habe einmal eine Famulatur in Braga gemacht, dort handelte es sich um ein gemischt öffentlich- PRIVATES Krankenhaus, und die Ausstattung erschien mir mindestens so gut wie jene in der Uniklinik Köln. Geld regiert halt leider die Welt. Fachlich gesehen wurden einige Entscheidungen anders als in deutschen Krankenhäusern getroffen, aber so viel kann ich da auch noch nicht bewertend zu sagen, eher erst in ein zwei Jahren.

Lissabon ist eine großartige Stadt! Die Portugiesen sind ein sehr freundliches, entspanntes, gut gelauntes Völkchen und das spürt man auch an der Atmosphäre in der Stadt. Im Spätsommer hat es mir jetzt besonders gut gefallen, da das Wetter noch super war, aber der Touristenstrom immerhin etwas abnahm. Zu meinen Highlights zählen auch die vielen Aussichtspunkte, aber vor allem der Stadtteil Alfama. Hier auch einfach mal abseits durch die Gassen schlendern, nicht nur die Wege entlanglaufen, die alle Touristen nehmen. Im Sommer finden auch zahlreiche kostenlose Konzerte in vielen der schönen Stadtparks statt! Die Stadt bietet auch viele Möglichkeiten Sport zu treiben, abends auszugehen, Kultur zu erleben (viele Museen sind jeden Sonntag bis 14 Uhr umsonst!)... Ein weiteres Highlight war für mich der Strand der Halbinsel **Troia**. Mit meinem Ticket kam ich umsonst bis nach **Sétubal** (1h per Zug, aber ohne Umsteigen, angenehme Fahrt), wo es auch schon echt schön ist. Hier kann man dann am Hafen mit dem Katamaran weiterfahren (hin und zurück 7 Euro). Es lohnt sich! Auch Sintra mit seinen zahlreichen Palästen ist einen Ausflug wert, aber man wähle den Zeitpunkt mit Bedacht, da sich hier viele, viele Touristen tummeln... Last but not least, haben mir die Ausflüge in das Stranddörfchen Cascais auch sehr gut gefallen. Es gibt aber noch so viel mehr zu entdecken- ich wünsche euch viel Spaß dabei!

