

PJ-Aufenthalt im Tygerberg-Hospital, Südafrika im September und Oktober 2019

Motivation

Ich hatte schon immer Interesse daran viel zu reisen und so viel wie möglich von der Kultur und den gesellschaftlichen Gegebenheiten in anderen Ländern mitzubekommen. Wie kann man so etwas besser erleben als mit einem Praktikum in den entsprechenden Staaten. Nachdem ich vor drei Jahren bereits eine Famulatur in Tansania absolviert habe, entschloss ich mich auch mein PJ in einem anderen Land in Afrika zu machen. Ich entschied mich für Südafrika, da ich bereits von vielen Studenten gehört hatte, dass es sehr aufregend, gut organisiert und lehrreich ist.

Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung beim Unternehmen)

So habe ich mich dann ungefähr 1,5 Jahre im Voraus über einen Bekannten, der zu der Zeit am Tygerberg Hospital PJ gemacht hat, meine Bewerbung eingereicht. Es ist aber auch ebenso möglich an Nicki Blows eine Bewerbung per Mail zu schicken. Die Mailkommunikation ist meist etwas lästig, da man durch das hohe Bewerberaufkommen häufig mehrere Anfragen stellen oder telefonisch nachhaken muss, um eine Antwort zu bekommen. Ich habe dann 10 Monate früher ungefähr eine Bestätigung des Praktikumsplatzes mit der ersten Zahlungsaufforderung und Dokumenten, die sie benötigen, zugeschickt bekommen. Von der Heimatuni benötigt man ein Letter of Recommendation sowie eine Bestätigung des Dekans, dass das Praktikum anerkannt wird. Insgesamt zahlt man circa 800 € an die Stellenbosch University. Dieses Geld ist in zwei Raten unterteilt, 600 € bei der ersten Aufforderung und danach noch einmal 200 € drei Monate vor Praktikumsbeginn. Damit sind die Studienkosten und HIV-Versorgung etc. abgedeckt.

Bei einem halben Tertial benötigt man kein Visum. Als deutscher Staatsbürger ist es möglich sich bis zu 90 Tagen in Südafrika ohne Visum aufzuhalten. Sollte man ein ganzes Tertial dort verbringen, sollte man sich frühzeitig um ein Visum kümmern oder innerhalb der 90 Tage einmal ausreisen (nach Namibia zum Beispiel. So spart man viel Geld).

Unterkunft

Es gibt zwei Möglichkeiten, die man zum Wohnen zur Verfügung hat. Ich wählte die Variante in der international Studentlodge. Hier wohnen bis zu 40 Studenten in kleineren Wohneinheiten (6-10 Personen) zusammen und teilen sich Küche und Bad. Fußläufig ist von hier das Krankenhaus innerhalb von 5

Minuten zu erreichen. Man wohnt auf dem Campus und kommt so auch mit den südafrikanischen Studenten in Kontakt. Von dem Tygerberg Hospital ist man innerhalb von 20 Minuten mit dem Auto in Kapstadt und man findet immer ein paar nette Kommilitonen, die sich zusammen ein Auto mieten mögen. Sonst ist es aber auch kein Problem mit einem Uber in die Stadt zu kommen. Die Alternative ist sich selbstständig in Kapstadt um eine Wohnung zu kümmern und dann zum Krankenhaus morgens zu pendeln.

In der Lodge hat man die Möglichkeit nach Verfügbarkeit in einem Einzelzimmer oder in einem Doppelzimmer zu wohnen. Die monatliche Miete beläuft sich zurzeit dort auf 300€ pro Person im Doppelzimmer oder 450€ in einem Einzelzimmer. Die Zimmer werden gereinigt, sowie die Aufenthaltsräume, Bäder und Küche. Man muss bedenken, dass die Apartements an Küchengeräte eher sparsam eingerichtet ist. Die Damen helfen aber immer gerne und für ca 30 Rand pro Waschgang wird deine Wäsche sogar gewaschen. Der Campus ist komplett mit Stacheldraht und Sicherheitstüren umgeben, sodass man sich durchaus sicher fühlen kann. Der Campus ist ähnlich ausgestattet wie amerikanische mit Fitnessstudio, Squash- und Tennisplätzen, einem Pool, Kantinen, einem kleinen Supermarkt für das Wichtigste, ATM und einem Rugbyfeld. Es gibt auch Sportkurse, die man für kleines Geld besuchen kann.

Praktikum

Ich habe mein PJ in der Unfallchirurgie absolviert. Am Tygerberg ist das die Trauma-Surgery und man befindet sich dabei hauptsächlich im Front Room, der chirurgischen Notaufnahme. Hier werden alle traumatischen Patienten zuerst gesehen. An Haupterkrankungen sind dort Schuss-, Stichverletzungen und MVA (motor vehicle accidents) zu nennen. Die Verletzungen sind dort in orthopädische und alle anderen Verletzungen unterteilt. Die Traumatologen versorgen keine Knochenbrüche, sondern chirurgisch vor allem Gefäßverletzungen. Durch die Unfallmechanismen hat man durchaus viel Kontakt mit polytraumatisierten Patienten, der Behandlung dieser und dem allgemeinen Management. Der klinische Alltag startet morgens um 7:30 mit einem Tutorium, das man mit den lokalen Studenten zusammen besuchen darf. Dort werden thematisch theoretische Inhalte vermittelt, die daraufhin im klinischen Alltag angewendet werden sollen. Dadurch dass sich das System sehr dem amerikanischen ähnelt, wird der Lernstoff direkt im klinischen Zusammenhang vermittelt. Fast an allen Tagen wurde zudem ein weiteres Tutorium angeboten, an dessen thematischer Gestaltung die Studenten auch beteiligt waren. Danach geht man zur Lehrvisite mit einheimischen Studenten in den Front Room. Diese ist leider sehr unübersichtlich, da bei sehr hohem Patientenaufkommen die Notaufnahme meist bereits durch Betten sehr voll ist. In der Visite übergeben die diensthabenden ärztlichen Kollegen die Patienten an

den Tagdienst und besprechen die Patienten mit den Consultants. Die Fachärzte sind sehr bemüht viel Lehre am Patientenbett zu betreiben. Da allerdings meist 10-15 einheimische plus 3-4 internationale Studenten etwas lernen wollen und dazu auch noch ärztliches Personal da ist, sind meist um die 30 Personen an der Visite beteiligt. Da kann man leider akustisch nicht immer folgen. Die Visite dauert circa 2-3 Stunden. In dieser Zeit ist es allerdings auch durchaus möglich bereits kleinere Aufgaben zu übernehmen wie Leitungen legen, arterielle BGAs abnehmen oder bereits Anamnesegespräche bei neuen Patienten durchzuführen. Dies sind auch die alltäglichen Aufgaben. Man führt zu Beginn ein kurzes Aufnahmegespräch mit den Patienten und stellt sie danach entweder den Assistenzärzten oder den Fachärzten vor. Diese überlegen sich mit dir zusammen dann einen Therapieplan für den Patienten. Man darf viele Patienten nähen und unter Anleitung auch mal eine Thoraxdrainage, einen Blasenkatheter oder eine Intubation durchführen. Alle Ärzte nehmen sich viel Zeit für die Studenten und es ist für die Ärzte selbst verständlich am Tygerberg auch im klinischen Alltag zu lehren. Man bekommt viele klinische Tipps und kritische Situationen werden aufgearbeitet. Zudem sind einem die Ärzte sehr dankbar für jede Art von Hilfe. Sollte ein Patient operiert werden müssen, darf man auch gerne im OP dabei sein und auch mit am Tisch stehen. Leider waren um die 25 internationale Studenten in der Trauma-Surgery eingeteilt, was leider zu viel ist. Mit einem Schichtplan konnte dem aber gut entgegen gewirkt werden. Meist waren so 3-4 internationale Studenten zu 3 einheimischen Studenten für einen Dienst nach der Visite eingeteilt. Um allen Studenten genügend Zeit im Krankenhaus zu ermöglichen, wurde von den Studenten eigenständig ein Tag-, ein Nachmittags und ein Nachtdienst eingeteilt. So war es aber auch durchaus möglich mal ein verlängertes Wochenende zu nutzen um die Umgebung um Kapstadt zu erkunden. Dies habe ich auch genutzt. Die Garden-Route und die Zedernberge kann ich jedem nur wärmsten ans Herz legen. Dazu hat Kapstadt selbst natürlich auch viel zu bieten. Weingüter mit günstigen Verköstigungen oder die vielen unterschiedlichen Märkte sind immer einen Ausflug wert. Für alle Sportler ist Surfen in Muizenberg ein großes Thema und auch jegliche Art von Wandern und Bergsteigen kann man machen. Der Tafelberg mit seinen verschiedenen Routen, der DevilsPeak und der Lionshead sind die lokalen Ausflugsziele. Aber auch der Chapmans Peak Drive oder das Kap der guten Hoffnung bieten vielseitige Tourmöglichkeiten. Zudem habe ich auch einen Paragliding-Flug vom Lionshead gemacht, der sicherlich zu einem Highlight gehört. Kulturell kann man auch einige Museen besuchen, wie das District six Museum, Robben Island oder das Christiaan Bernard Museum. Insgesamt war die Zeit mit den Menschen, der Natur und den Eindrücken im Krankenhaus ein super Erlebnis und ich bedanke mich vielmals bei PROMOS, dass ich die Möglichkeit hatte dort viele neue Erfahrungen zu sammeln.