

Promos Erfahrungsbericht

Moshi (Tansania) – September bis November 2025

Schon lange habe ich mir vorgenommen einen Teil meines PJs im Ausland zu absolvieren, bevorzugt in einem afrikanischen Land. Nach Prüfung der aktuellen Informationen des auswärtigen Amtes und der Empfehlung einer Kommilitonin war meine Wahl auf die tansanische Stadt Moshi gefallen. Ich entschied mich dafür die Hälfte meines chirurgischen Tertials dort zu verbringen.

Bewerbung und Organisatorisches:

Das Kilimanjaro Christian Medical Center (KCMC) in Moshi ist bereits als Lehrkrankenhaus durch die Uni Lübeck genehmigt. Die Bewerbung am KCMC selbst erfolgt formlos per Mail an Aneth, der Beauftragten für ausländische Studierende (E-Mail: kcmcinternational@gmail.com). Es wurde ein englischer Lebenslauf und ein Empfehlungsschreiben benötigt (meins war von einer Ärztin aus der Anästhesie). Von ihr bekommt man einen „letter of acceptance“, den man zusammen mit dem „Antrag auf Anerkennung Ausland PJ“ und einer unterschriebenen Bescheinigung durch Petra Rosenfeld an Peter Krause schickt. Das sollte 4 Wochen vor Tertial-Beginn erfolgen.

An Aneth schickt man im Vorfeld auch das Geld für den gesamten Aufenthalt. Die Kosten für die Lehre liegen bei 200 Dollar pro Monat, die Kosten für die Unterkunft bei 150 Dollar. Außerdem bietet sie einem den Transport vom Flughafen zur Unterkunft für 50 Dollar an, was allerdings recht teuer ist. Ich habe den Transport stattdessen für 25 Dollar über einen Taxifahrer namens George bestellt (+255 712 023 973). Vor Ort muss man an Aneth außerdem noch Geld für Strom und einen Schlüsselpfand bezahlen.

Im Vorfeld sollte man sich auch über Impfungen und die Malaria Prophylaxe Gedanken machen. Ich habe mich gegen Meningokokken ACWY impfen lassen, die Impfungen gegen Hepatitis A/B, Typhus und Tollwut hatte ich bereits. Außerdem habe ich mich für eine Malaria Prophylaxe entschieden, obwohl Moshi nicht zu den Hochrisikogebieten zählt. Ich wollte mich vor allem auf Reisen durch das Land sicherer fühlen und hatte auch keine zu starken Nebenwirkungen durch Malarone. Man sollte sich aber vorher informieren, ob die Krankenkasse die Kosten dafür übernimmt.

Ein Visum kann man für 50 Dollar einfach online beantragen, einen Link dafür gibt es auf der Seite des auswärtigen Amtes.

Packliste:

Ich habe als Mückenschutz ausreichend DEET Spray und ein Moskitonetz einpackt. Außerdem lohnt es sich genug Sonnencreme mitzunehmen, weil es die vor Ort kaum zu kaufen gibt. Im Vorfeld habe ich Dollar bestellt, um die ersten Tage ohne die einheimische Währung zu überstehen und touristische Aktivitäten zu bezahlen. Im Nachhinein muss ich sagen, dass dies nicht unbedingt nötig gewesen wäre, weil nahezu alles mit tansanischen Schilling bezahlt werden konnte. Bei der Kleidung sollte man auf Schulter- und Kniefreie Klamotten verzichten, da dies vor allem an Frauen nicht gerne gesehen wird. Das Krankenhausgelände zum Beispiel durfte man in solchen Klamotten nicht betreten. Außerdem ist eine Powerbank sinnvoll um die recht häufigen Stromausfälle zu überbrücken und ein Handwaschmittel schadet nicht. Ich habe immer

selbst per Hand gewaschen, es gibt aber auch die Möglichkeit eine Reinungskraft aus der Unterkunft (später mehr) dafür zu bezahlen oder in Waschsalons zu gehen.

Für den Alltag im Krankenhaus muss man sich mindestens 2 Paar Kasaks mitbringen (einen für Station, einen für OP), OP Schuhe (wie die in Deutschland, kann man vor Ort aber auch für 3 Euro kaufen), Desinfektionsmittel, Handschuhe und FFP2 Masken.

Unterkunft:

Ich habe in der Unterkunft gelebt, die Aneth uns für 150 Dollar organisiert hat. Die ca. 35 Häuser des „Doctors Compound“ befinden sich auf einem großen Gelände neben dem Krankenhaus, etwa 10 Minuten zu Fuß entfernt, und werden ganztägig überwacht. Es sind Häuser mit 5-10 Betten aufgeteilt auf Einer-, Zweier- oder Dreierzimmer, 2 Badezimmern, Gemeinschaftsküche, Wohnzimmer und Terrasse. Jedes Haus hat eine Reinigungskraft, die täglich wischt und bei Bedarf sogar Betten bezieht und den Abwasch macht. Mir persönlich war das sehr unangenehm, zumal man wusste, dass die Reinigungskräfte nicht gut bezahlt werden. Man konnte ihnen bei der Arbeit aber auf jeden Fall entgegenkommen und sie haben sich immer sehr über Trinkgeld gefreut. Die Häuser sind in sehr unterschiedlichen Zuständen. Manche sind gut ausgestattet und vollständig eingerichtet, in anderen fehlen Möbel, Küchengeräte und es gibt häufig Schimmel.

Einige Studierende haben sich auch andere Unterkünfte zu geringen Preisen gemietet, die bessere Standards hatten. Auch die Einheimischen haben uns häufig gesagt, dass die Unterkünfte des Doctors Compound an uns zu sehr teueren Mietpreisen vergeben werden. Ich hatte die Hoffnung, dass der Mietüberschuss ins Krankenhaus investiert wird, aber nach den Aussagen der Einheimischen, geht dieses Geld wohl leider eher in private Taschen. Dessen sollte man sich vorher bewusst sein.

Ich denke ich würde die Entscheidung für diese Unterkünfte aber wieder treffen, weil die Lage gut ist und man so mit den anderen internationalen Studierenden zusammenlebt.

Alltag im Krankenhaus:

Es wurde versucht die ca. 30 internationalen Studierenden in der Chirurgie aufzuteilen und uns durch die verschiedenen chirurgischen Fachbereiche rotieren zu lassen. Es gab 7 Bereiche, in denen man je eine Woche verbringen sollte (acute surgery & traumatology; neurosurgery; paediatric surgery; hepatobiliary, cardiothoracic and vascular surgery; gastroenterology & coloproctology; burn unit & plastic surgery & endocrinology; minor theater). Die Umsetzung davon war nicht ganz einfach, weil man keine Informationen zu Ort und Schichtbeginn der jeweiligen Bereiche hatte und dadurch viel Wartezeiten und falsche Ansprechpartner entstanden. Außerdem waren die Ärzt:innen oft verständlicherweise nicht besonders begeistert, wenn sie alle paar Tage neue Studierende vor sich hatten.

Innerhalb der Bereiche kann man an den Besprechungen, den Visiten, den Operationen und den Sprechstunden in der Ambulanz teilnehmen. Mir persönlich haben die Burn Unit und die Kinderchirurgie am besten gefallen, weil man dort am meisten erklärt bekommen hat.

Der Tag im Krankenhaus startet mit der Frühbesprechung, die auf Swahili gehalten wird. Die darauffolgende Visite sollte eigentlich auf englisch sein, das hängt aber immer etwas von den anwesenden Ärzt:innen ab. Mit etwas Glück finden man aber Ärzt:innen, die sich zum Übersetzen zu einem stellen. Die Visiten ziehen sich meist sehr. Teilweise

wurden in einer Stunde nur 4 Patient:innen besprochen und das oft ohne zu einem konkreten Ergebnis mit Behandlungsplan zu kommen. Danach kann man in die OPs oder die Sprechstunden gehen.

In Tansania sind nur wenige Menschen krankenversichert, wodurch sich viele Menschen medizinische Behandlung nicht leisten können. In der Regel werden die Patient:innen erst behandelt, wenn die Zahlungen für die Eingriffe oder Untersuchungen bereits getätigt wurden. Ich habe oft Patient:innen gesehen, die vor ihrem Krankenhausaufenthalt bei traditionellen Heilern waren, die weniger kosten, aber sehr fragwürdige Behandlungsstrategien verfolgen. Ein Junge kam zum Beispiel mit einer Wunde ins Krankenhaus, die vorher mit Tierkot behandelt wurde und nun stark eiterte. Durch diese Umstände sieht man viele Krankheitsbilder in schwereren Stadien als in Deutschland, was interessant zum Lernen, aber vor allem auch sehr traurig ist. Aber auch die Behandlungsmethoden im Krankenhaus sind oft anders, als ich sie in der Uni gelernt habe, es wurden zum Beispiel häufiger Gliedmaße amputiert. Ich habe auf jeden Fall viele Dinge zum ersten Mal gesehen, die mir in Deutschland so vielleicht nie begegnet wären.

Ansonsten kann ich für das Krankenhaus sehr empfehlen auf Eigenschutz zu achten. Es kam in den Visiten häufig vor, dass nach nach 10 Minuten an dem Patienten plötzlich eine vorbekannte offene Tuberkulose erwähnt wurde. Ich hatte deshalb immer eine FFP2 Maske auf und habe bei jedem Patient:innen Kontakt Handschuhe getragen. Die Prävalenzen von beispielsweise HIV oder Hepatitis B sind deutlich höher als in Deutschland und die Einheimischen Ärzt:innen haben nicht unbedingt ein Bewusstsein dafür. Ich wurde oft gefragt, warum ich eine Maske trage und die Ärzt:innen haben mir gesagt, ich könnte ruhig auf die Handschuhe verzichten, als ich zum Beispiel durchgeblutete Verbände abgenommen oder Genitalien untersucht habe.

Ich selbst bin deshalb sehr zurückhaltend mit Untersuchungen und Einbindung im OP gewesen und habe eher zugesehen. Es gab aber andere Studierende, die viel mitgemacht haben. Ein paar Male wurde durch Blutkontakt bei denen aber auch zum Beispiel eine Postexpositionsprophylaxe notwendig.

Man muss also selbst etwas mehr mitdenken und sich im Vorfeld den Risiken bewusst sein.

Ich war zur Vorlesungsfreien Zeit im Krankenhaus, weshalb ich leider keinen Kontakt zu einheimischen Studierenden hatte und keine Vorlesungen besuchen konnte. Ein US-amerikanischer Arzt, der seit über 40 Jahren in Moshi lebt, hat ersatzweise Vorlesungen für die internatinalen Studierenden gehalten, was sehr interessant war.

Alltag und Freizeit:

Man konnte sich das PJ recht flexibel gestalten, wodurch Ausflüge zum Beispiel über ein verlängertes Wochenende gut möglich waren. Mein persönliches Highlight war eine Safari in Ngorongoro und Serengeti. Aber auch die umliegenden touristischen Aktivitäten, wie Hotsprings oder Kaffeetouren, sind super schön und sehenswert. Für den Alltag in Moshi kann ich sehr empfehlen Swahili-Unterricht zu nehmen. Es erleichtert die Kommunikation im Alltag sehr. Ich habe außerdem noch Afro-Beats Tanzstunden mitgemacht, was einen tollen Einblick in einen Teil der Kultur gegeben hat. Über Aneth wird auch ein Vertrag mit einer benachbarten Internationalen Schule angeboten, bei der man für 20 Dollar monatlich das Schwimmbecken mitnutzen kann. Ich fand das für die Nachmittage immer sehr schön.

Beim Einkaufen muss man damit Rechnen als weiße Person etwas höhere Preise zu zahlen als die Einheimischen. Manchmal kann man gut verhandeln, auch hier helfen wenige Swahili-Kenntnisse viel weiter, manchmal muss man das aber auch einfach akzeptieren. Man wird auch oft auf der Straße angesprochen, ob man etwas kaufen möchte oder in Geschäfte mitkommen möchte. Ich fand das zu Beginn schon sehr ungewohnt und musste meinen Umgang damit finden. Ansonsten habe ich mich recht sicher in der Stadt gefühlt. Ich habe in meinem Umfeld keine Diebstähle oder ähnliches mitbekommen. Als Frau ist es aber sicherlich einfacher in männlicher Begleitung unterwegs zu sein, um weniger angesprochen zu werden.

Als vorrangiges Transportmittel habe ich die TukTuks genutzt, die man ebenfalls über George (s.o.) jederzeit bestellen kann.

Ich war häufig essen, was vor Ort sehr günstig möglich ist. Lebensmittelvergiftungen habe ich in meinem Umfeld ein paar mal mitbekommen, da muss man schon etwas vorsichtig sein. Ansonsten lohnt es sich auf einem der Märkte ein bisschen Gemüse und Reis zu kaufen und auch mal selbst zu kochen.

Fazit:

Je nach Ansprüchen, die man persönlich an sein PJ hat, kann ich das KCMC eingeschränkt empfehlen. Zusammenfassend kann ich sagen: Ich habe viele neue Dinge gesehen, aber wenig Neues gelernt.

Die Ärzt:innen vor Ort sind leider oft nicht gut genug ausgebildet, um Lehre zu betreiben. Trotzdem bin ich sehr dankbar für die Zeit und die vielen Einblicke, die ich in diesem schönen Land sammeln durfte. Ich nehme sehr viel Wertschätzung und Dankbarkeit aus dieser Zeit mit und neue Perspektiven, die ich ohne meine Zeit in Tansania vielleicht nie so erlangt hätte.