

PJ in Fort de France September-Dezember 2017, Martinique (Frankreich)

Vorbereitung

Die Bewerbung erfolgte bei mir per E-Mail an das Krankenhaus mit einem Anschreiben sowie Lebenslauf auf Französisch. Die dafür zuständige Kontaktperson dafür ändert sich recht häufig, ist aber meist in der Facebookgruppe „PJ auf Martinique“ zu erfragen.

Visum

Da Martinique ein Überseedepartment von Frankreich ist kann man mit Personalausweis und ohne Visum einreisen.

Gesundheit

Bei meinem Hausarzt habe ich eine Reise-Impfberatung durchführen lassen und wurde daraufhin gegen Meningokokken B sowie ACWY und Typhus geimpft. Eine Auslandsrankenversicherung hatte ich über die Deutsche Ärztesfinanz (bei der Apobank bekommt man diese kostenlos, allerdings nur für ein Tertial im PJ). In meiner Reiseapotheke waren die üblichen Medikamente sowie einiges an Anti-Brumm gegen Mücken sowie Gel nach Mückenstichen (Systral, Fenistil). Man wird gerade in der Regenzeit (u.a. September-Dezember) durchaus viel gestochen, unter den PJlerInnen ist mir jedoch kein Fall von Zika, Dengue, Chikungunya etc. bekannt. Gegen Abenddämmerung sollte man sich ebenfalls ordentlich einsprühen, an manchen Stränden gibt es dann viele Yen-Yen-Fliegen, deren Stiche sehr stark jucken, aber keine Krankheiten übertragen. Tollwut gibt es auf der Insel anscheinend gar nicht und die Straßenhunde und –katzen machen in der Regel keine Probleme.

Sicherheit

Martinique hat insgesamt einen recht hohen mit dem europäischen Festland vergleichbaren Standard in vielen Dingen. Natürlich sollte man, wie überall, auf seine Wertsachen achten und nur mit dem Nötigsten unterwegs sein.

Zur Regenzeit sollte man mit tropischen Wirbelstürmen rechnen, als ich dort war gab es zwei (Irma und Maria). Bei Maria wurde auch die höchste Sicherheitsstufe im Land ausgerufen (über Fernsehen, Internet oder Nachbarn zu erfahren) und alle PJlerInnen sind dann wie von der Regierung empfohlen zwei Tage zu Hause geblieben. In manchen Regionen gab es für einige Zeit auch keinen Strom oder fließendes Wasser.

Als weiße Frau wird man häufig von einheimischen Männern beobachtet, angesprochen oder einem nachgerufen – das kann durchaus nervig sein, aber meist lies sich das nach einem kurzen freundlichen Gespräch rasch beenden.

Eine Auslands-Haftpflichtversicherung hatte ich kostenlos über die Deutsche Ärzte Finanz.

Geld

Man zahlt auf Martinique in Euro. Ich hatte über die Apobank eine kostenlose Kreditkarte mit der ich auch ohne Gebühr Geld im Ausland abheben kann. Die Lebenshaltungskosten sind recht hoch (Mieten im Schnitt 300-500€, aber auch Spielraum nach oben und unten), für das Auto ist ebenfalls einiges an Ausgaben einzurechnen (ich hatte Glück bei Jumbocar mit 10€/Tag, allerdings bei 650€ Selbstbeteiligung und zur Nebensaison; mit dem Code MONANNIV hatte ich nochmal 5% Rabatt bekommen). Auch Lebensmittel und auswärts essen (Hauptgericht 15-20€) sind teuer, aber dennoch mit Festland-Frankreich vergleichbar.

Sprache

Gute französische Sprachkenntnisse würde ich sehr empfehlen um vom Aufenthalt fachlich maximal zu profitieren. Mit vorherigen Auslandsaufenthalten, Sprachkursen sowie französischer Lektüre/Filmen konnte ich mich ganz gut vorbereiten. Das Buch „Französisch für Mediziner“ ist recht praktisch für die Kitteltasche.

PJ-Bericht: PJ in Fort de France, Martinique (Frankreich)

Kreol wird ebenfalls von der einheimischen Bevölkerung gesprochen, allerdings hat man damit im Alltag wenig Kontakt.

Verkehrsverbindungen

Die meisten sind von Deutschland aus nach Paris geflogen, dann von Charles de Gaulle nach Orly umgestiegen und von dort nach Fort de France geflogen. Für mich war es aus Hannover günstiger mit dem Fernbus über Nacht nach Paris zu fahren und dann mit Tram und Bus (Vorsicht: die Metro hat häufig keine Rolltreppen/Aufzüge, was mit schwerem Gepäck schnell umständlich wird) mit einem Zone 1-3 Ticket nach Orly gefahren. Das verlängert die Reisezeit natürlich deutlich, ist aber machbar.

Innerhalb von Martinique war ich mit dem Auto unterwegs. Man kann über die Facebook-Gruppe probieren jemanden zu finden, mit dem man sich das Auto teilt, muss sich allerdings darüber im Klaren sein, dass man dann sehr aneinander gebunden ist was Arbeitszeiten und Freizeitunternehmungen angeht. Ich habe sehr lange gehadert, ob ich eine Versicherung bei der Autovermietung dazunehme um die Selbstbeteiligung auf 0€ zu reduzieren – diese wäre für den langen Zeitraum allerdings deutlich teurer gewesen als die Selbstbeteiligung und zum Glück bin ich ohne großen Unfall durch die Zeit gekommen. Die wichtigste Verkehrsregel: die innere (!) Spur beim Kreiseln hat beim Rausfahren Vorfahrt!

Ansonsten kann man in und um Fort de France auch Bus fahren (Monatsticket um 30€), das ist häufig unzuverlässig und man wartet viel. Trampen ist auch gut möglich, aber lieber nur tagsüber, z.B. um Wanderwege nur in eine Richtung laufen zu müssen.

Kommunikation

Die deutsche SIM-Karte funktioniert dank der Abschaffung der Roaminggebühren ohne Probleme auf Martinique, bei mir allerdings nur, wenn ich mit Orange und nicht mit Digicel verbunden war. Mit den anderen PjlerInnen ist man per Facebook und WhatsApp in Kontakt.

Unterkunft

Ich fand es schwierig MitstreiterInnen für die gemeinsame Wohnungssuche zu finden. Letztlich hatte ich ein Zimmer im Studentenwohnheim organisiert, was ich dann aber gar nicht in Anspruch genommen habe, da meine Airbnb-Unterkunft der ersten Nacht spontan angeboten hatte, dass ich einfach dort bleiben konnte. Ich habe in Krankenhaushöhe (mit dem Auto 10 Min.) gewohnt und würde das aufgrund der allzeit vorhandenen Staus auch empfehlen. Ansonsten ginge sicher auch Lamentin, solange man den Weg über die Autobahn vermeiden kann. Die allermeisten PjlerInnen hatten über Airbnb gebucht.

Literatur

Es gibt leider wenig französische Fachliteratur im Internet, meistens habe ich dann doch auf AMBOSS oder UpToDate zurück gegriffen.

Als Reiseführer kann ich den Lonely Planet Martinique (auf Französisch) empfehlen, den Petit Futé eher weniger. Auch der Routard ist nicht schlecht.

Für Wanderbegeisterte (wirklich sehr zu empfehlen auf Martinique!) gibt es in der Touristeninfo eine Wanderkarte vom ONF.

Mitzunehmen

Im Krankenhaus kann man seine alltäglichen Klamotten, auch Röcke/Kleider unter der blouse tragen, da braucht man keine besondere Kleidung mitnehmen. Es gab eingies, das ich erst vor Ort günstig bei Decathlon gekauft habe (für den Strand, zum Wandern).

Reise und Ankunft

Am Flughafen gibt es Schalter von jeder Autovermietung, das klappt per Shuttle zu den Autos recht zügig. Am ersten Tag geht man mit all seinen Dokumenten zur Direction des Affaires Medicales (durch den Haupteingang

PJ-Bericht: PJ in Fort de France, Martinique (Frankreich)

rein, rechts an der Cafeteria vorbei, dann links zu den Fahrstühlen/Treppen in den 2. Stock). Dort füllt man einiges aus und kann seinen Erasmus Letter of Arrival dort lassen zum Unterschreiben. Danach ging es kurz auf Station bevor man dann gleich weiter geht zur blanchisserie (Aufzüge links vom Haupteingang nach -1) – hier gibt es häufig leider keine blouses mehr und wir haben die zu Hause gewaschen, sobald wir welche hatten... Die Karte für die Mensa braucht man eigentlich nicht (dort isst man fast gar nicht) und auch zum Betriebsarzt muss man nicht zwangsläufig.

Tätigkeitsbeschreibung und fachliche Eindrücke

Ich war ursprünglich für je zwei Monate in zwei Abteilungen eingeteilt, habe mir dann aber spontan vor Ort z.T. noch andere Abteilungen organisiert, die ich fachlich interessanter fand.

Die ersten vier Wochen verbrachte ich in der orthopédie – extrémité supérieur. Dort waren wir vier PJlerInnen. Das Team war insgesamt nett, aber wie überall muss man Motivation und Eigeninitiative an den Tag legen, wenn man etwas lernen will. Eine Woche habe ich in der SOS mains Ambulanz verbracht und dort viele postoperative Narben aber auch frische Verletzungen (Schüsse, Schnitte, Tierstiche) gesehen und durfte beim Verbandswechsel, der Lokalanästhesie sowie dem Nähen (Einzelknopfnähte) assistieren. Die restliche Zeit verbrachte ich viel im OP, dort war man leider selten als helfende Hand benötigt, aber durfte trotzdem oft steril an den Tisch und Instrumente reichen oder auf Nachfragen auch mal einen Spickdraht (fr. broches) ziehen oder nähen. Bei den consultations war ich beobachtend tätig.

Danach war ich auf der chirurgie cardiaque, thoracique und vasculaire. Hier sind anscheinend selten PJlerInnen. Ich hatte Glück mit einem der Oberärzte und durfte gleich am ersten Tag als erste Assistenz bei der Sternotomie während eines Aortenklappenersatzes helfen und auch danach weiterhin am Tisch bleiben. Andere OPs, wo ich assistiert habe: Carotis-TEA, Bypässe am Bein, andere Arten von Klappenersätzen. Generell habe ich jedoch viel zugesehen, was bei den sehr langen und doch repetitiven OPs gegen Ende weniger spannend wurde. Einen Teil der Zeit verbrachte ich auch in der Intervention (u.a. Ballondilatation am Bein), auf Station oder beim Beingefäß-Ultraschall.

Des Weiteren war ich in der Kinderchirurgie – definitiv der beste Teil des Praktikums. Hier war das Ärzte-Team am herzlichsten und ich durfte viel an den Tisch, assistieren und auch nähen. Von der einen Oberärztin wurde mir auch ein Platz in einer Fortbildung der internes ermöglicht, wo ich vieles über Urinkathether, Atemwegsmanagement, Reanimation, Nähen und Gipsen lernte. Außerdem hielt ich vor allen Ärzten auch einen Vortrag in der monatlichen Nachmittagsbesprechung über die suprakondyläre Humerusfraktur im Kindesalter.

Land und Leute

Martinique ist ein tolles Reiseland und es gibt unheimlich viele Wanderungen und Strände zu entdecken, natürlich kann man auch Windsurfen, Surfen, Tauchen etc. – CHU Mitarbeiter bekommen bei Plongée Passion an der Grande Anse d'Arlets vergünstigte Konditionen für das Tauchen.

Obwohl Martinique zu Frankreich gehört gibt es deutliche kulturelle Unterschiede, die viel mit der Kolonialgeschichte und der Sklaverei zu tun haben. Die Mentalität ist deutlich gelassener, alles dauert etwas länger und die karibischen Essgewohnheiten, Gemüsesorten und Früchte sind eine Entdeckung wert!

Fazit

Meine Erwartungen an das Tertial wurden erfüllt, wenn nicht sogar übertroffen! Vielen Dank an das Akademische Auslandsamt und Frau Steinhuisen für die tolle Unterstützung!

