

Erfahrungsbericht zu Erasmus+ (University of Manchester)

2. Semester des 5. Jahres (Januar bis Mai 2019) in Preston

von der Bewerbung bis zur Kurswahl

Der alljährliche ERASMUS+-Informationsabend oder ein persönliches Beratungsgespräch bei Fr. Steinhusen bietet einen optimalen Überblick über den Ablauf und die Organisation eines ERASMUS+ - Aufenthaltes.

Das erforderliche MHH-interne Bewerbungsformular wird von Fr. Steinhusen bereitgestellt. Die Hochschule Hannover bietet regelmäßig Sprachtests an. Bewerbungsvoraussetzung ist das Vorliegen der vollständigen Bewerbungsunterlagen (Checkliste!). Danach entscheidet zunächst die sprachliche Mindestqualifikation (English proficiency level C1 für Manchester) und dann das Los bei der finalen Auswahl der Bewerber um denselben Platz.

Nach erfolgreicher Bewerbung an der MHH erfolgt durch Frau Steinhusen die *nomination* an der University of Manchester (UoM). Ab dann heißt es regelmäßig das E-Mail-Postfach zu kontrollieren und E-Mails gewissenhaft zu lesen und zu beantworten, sowie die gesetzten Fristen einhalten und erforderlichen Dokumente einzureichen. Vorbereitend eignet sich hier auch das Studium der bereits vorhandenen Erfahrungsberichte.

Die UoM verlässt sich auf die Sprachkompetenz der vorgeschlagenen ERASMUS-Studenten und benötigt entgegen der oft angenommenen Information keinen zusätzlichen TOEFL oder ILTS. Im ersten Schritt erfolgt eine (rein) „formelle“ Bewerbung um den Studienplatz an der University of Manchester. In Vorbereitung dafür lohnt sich ein erstes Gespräch mit Dr. Fischer bzgl. der *confirmation of good standing* eines aktuellen *Transcript of Records*, des vorläufigen *Learning Agreements* (aktuelle (!!!) (jährlich geupdatede) Version bei Fr. Steinhusen erfragen oder ggf. später mit Dr. Fischer aktualisieren).

Da die Inhalte der Semester(blöcke) der einzelnen Jahre im *Study Block Form* für Außenstehende nicht leicht herauszufinden sind, hier eine kleine Übersicht:

Year 3 (beliebige Reihenfolge)

- nutrition, metabolism and excretion
- heart, lungs and blood
- general cardio and respiratory medicine

→ OSCE-Prüfung anwählen! (einzige Möglichkeit der Leistungsnachweiserbringung)

Year 4 (beliebige Reihenfolge; entweder A oder B für jeweils 1 Semester)

- Specialty Rotation A:
 - Children's Health
 - Women's Health
 - General Practice
 - Cancer Skin and Infection
- Specialty Rotation B:
 - Neurology and Special Senses
 - Mental Health
 - Ageing and Complex Health
 - Musculoskeletal Health

- QEPEP (optional, inhaltlich identisch zu year 5)

→ OSCE-Prüfung anwählen! (einzige Möglichkeit der Leistungsnachweiserbringung)

→ Inhaltlich und didaktisch am besten und sinnvollsten mit dem Studium in Hannover vereinbar.

Year 5 (feste Reihenfolge)

- Semester 1 (4-wöchige Blockpraktika in freier Rotation)
 - innere Medizin
 - Chirurgie
 - Allgemeinmedizin
 - allgemeine Intensiv-/Notfallmedizin
- Semester 2 (4-wöchige praktisch-klinische Blockpraktika zur freien thematischen Auswahl, jedoch unterschiedlichen Kompetenzschwerpunkten in freier Rotation)
 - Student assistantship (SA) („Wie werde ich ein guter Assistenzarzt?“)
 - Student Selected Careers Placement (SSCP) („Wie werde ich ein guter Facharzt auf dem Gebiet meiner angestrebten Spezialisierung?“)
 - Population Health Block Placement („Public Health, Arbeitsmedizin, klinische Umweltmedizin, Sozialmedizin und Allgemeinmedizin verstehen, erfahren und anwenden“)
 - Quality and Evidence Personal Excellence Paths (QEPEP) („Der Arzt als Wissenschaftler, Lehrender und Lernender - Theorie und Praxis evidenzbasierte Medizin im Kontext klinischer Anwendung“)

Sobald Kontakt zur UoM besteht, lohnt sich die Nachfrage nach dem aktuellen *ERASMUS student handbook*, welches alle zunächst wichtigen Informationen und Kontaktdaten enthält. Vom ersten bis letzten e-Mail-Kontakt ist das ERASMUS-Team in Manchester stets ansprechbar, hilfsbereit und sehr schnell im Antworten. Wie jeder andere, aber in England insbesondere, freut sich jedoch auch über Geduld, Höflichkeit und Zuverlässigkeit in der Korrespondenz.

Später gilt es den *regulated programmes pre-acceptance health questionnaire* auszufüllen und dabei weder etwas zu vergessen, noch Panik zu bekommen. Wie der Name schon sagt, handelt es sich um eine VOREinschätzung. Ich empfehle auf eigene Faust keine Nachimpfungen vorzunehmen, sondern zunächst auf eine Rückmeldung zu warten oder gezielt nachzufragen, falls Unsicherheit bzgl. der Richtlinien besteht. Bei Bedarf wird beim *occupational health screening* im Rahmen der Einschreibung eine Nachimpfung vorgenommen.

Die letzte bürokratische Herausforderung stellt die Kurswahl über eine Online-Plattform der UoM dar. Zumindest wurde es mir angeboten, da ich das zweite Semester im 5. Jahr besuchte und aus allen (bis zu 30 verschiedenen) Fachgebietsschwerpunkten mir anhand des mit Dr. Fischer vereinbarten LA die zur Erfüllung jenes am besten passenden Kurse auswählte, bzw. zunächst für jedes Blockpraktikum 8 Favoriten nach absteigender Beliebtheit anordnete, dann jedoch – zu meiner Überraschung – stets meine Erstwahl erhielt. Dabei sollte man den genauen Ort des Placements beachten (*community placements* finden manchmal auch weit außerhalb der größeren Städte, im ohne Auto oft schwierig zu erreichendem Umland statt). Ich habe mich beim Ranking grob für 1) Ort, 2) Übereinstimmung mit LA und 3) persönliches Interesse entschieden.

von der Wohnungssuche zur Abreise

Der reich gefüllte, etwas preiswertere Wohnungsmarkt ist ein Vorteil von Manchester nach Preston „verbannt“ zu werden. Das Krankenhaus selbst stellt keine Unterkünfte. Es lohnt dennoch eine Nachfrage beim Jahrgangskoordinator (Kontakt im *handbook*), welcher euch auch mit eurem Jahrgangssprecher in E-Mail-Kontakt setzen kann, der euch ggf. weiterhelfen kann oder euch zumindest der lokalen studentischen facebook-Gruppe (Definitiv nach interessanten Events und

News durchstöbern!) hinzufügen kann. Ein kurzer *post* dort kann bereits die Lösung sein. Andernfalls bietet *spareroom.com*, das britische Äquivalent zu *WG-gesucht.de*, eine hervorragende Plattform für die individuelle Suche je nach Budget und Lage. Vor Vertragsabschluss den Mietvertrag stets genau lesen, prüfen, ob man wirklich alles verstanden hat und keine Scheu davor haben, mit dem potenziellen Vermieter eine Besichtigung per Skype zu vereinbaren! Es gibt genügend Auswahl und Eile ist nicht nötig.

Viele Studenten wohnen zur geteilten Miete in 4-8-Personen-Häusern in Laufnähe zum Krankenhaus (Stadtteil Fulwood). Ich habe zwischen der Innenstadt und dem Krankenhaus (Stadtrand) der auf Höhe des Moor Park (Nähe Blackpool Road) gewohnt.

Monatlich sollten zwischen 180£ und 350 £ für die Miete eingeplant werden – je nach Lage und Anzahl der Mitbewohner. Generell spiegeln die Preise auch die Qualität der Unterkünfte wider, welche allgemein unter dem deutschen Durchschnitt liegen.

Die Busse 19 und 23 verkehren zwischen Innenstadt und Krankenhaus. Wer in der Nähe dieser Linien wohnt, spart Zeit beim Pendeln.

Parallel lohnt es sich, das *Merkblatt vor der Abreise* von Fr. Steinhuisen im Blick zu behalten. Die dort vermerkten Versicherungen sind über den Hartmannbund oder Marburger Bund gebührenfrei erhältlich.

Einschreibung und Studienbeginn

Mir haben zwei zusätzliche Wochen freie Zeit vor dem offiziellen Studienstart sehr geholfen, alle erforderlichen Termine in Manchester wahrzunehmen und meine neue Lebens- und Studienumgebung in Preston kennen zu lernen.

Es spart Zeit, die vorab vereinbarten Termine für die ERASMUS-Induction und das *occupational health screening* (Betriebsarztbesuch) in Manchester an einem Tag zu vereinbaren. Da die meisten ERASMUS-Studenten zum Wintersemester beginnen, finden nur dann große Einführungen und sonst individuell vereinbarte Treffen statt. Bei mir war der Tag der *induction meeting* auch der Tag der Einschreibung. Dies lohnt sich für das zuvor abgeschlossene *grant agreement* im Hinterkopf zu behalten. Während der *induction* in Manchester sollte auch der IT-Login/Registrierung, die Abholung der Student-ID card, Unterzeichnung des *Certificate of Enrolment* und Übergabe des i-Pad erfolgen.

Die *induction* im Lehrkrankenhaus wird mit dem Jahrgangskoordinator vereinbart und erfolgt wieder individuell oder als Gruppe. Sie beinhaltet auch eine grobe Führung durch die wichtigsten Gebäude und die Übergabe der Kassacks (grey scrubs) und ID-badge, welche bestenfalls immer (wirklich immer!) mitgeführt werden sollte.

Hier ist auch der Zeitpunkt für rechtzeitige Fragen bei Problemen mit dem Zugang zu allen wichtigen Online-Portalen (MyManchester, MedLea, OneMed, OneMedLearn, eForms), mit welchen es sich lohnt, sich bereits sobald wie möglich im Voraus vertraut zu machen. Geduldiges Einlesen und beständiges Durchsuchen nach Inhalten schafft irgendwann einen halbwegs klaren Durchblick im Informationsdschungel.

My Manchester	= persönliches Manchester Studentenprofil wichtig für: Zugriff auf UoM E-Mail (Brief-Icon), Medlea, One Med
MedLea	= Organisationsplattform wichtig für: Kontaktdaten zu Modulkoordinatoren und Supervisoren und Fehlermeldungen über falsch abgeschickte eForms
OneMed	= nützliche Plattform mit Blog (OneMedBuzz), Stundenplan, Infos zum Studium/OSCE (OneMedInfo), eLearning (OneMedLearn) und Programme Handbook (Antworten auf (fast) alle Fragen
OneMedLearn	= Lernplattform mit allen eLearning Sessions, Cases und Online-Modulen, die Bestandteil des aktuellen Placement sind
eForms	= online Laufzettel mit allen Sign-Off-Formulare für Anwesenheiten (App auf i-Pad downloaden und dieses stets für den Fall der Fälle im Rucksack haben.)

Studium und Alltag

Soweit es nicht anders vom Supervisor oder von Kommilitonen kommuniziert wird, sind die grey scrubs die studentische Arbeitskleidung. Zur Grundausrüstung auf Station gehören neben dem Stethoskop auch ein Notizblock und das i-Pad. Klinische Lehre steht absolut im Vordergrund. Daher sind Engagement, Mut zur Selbstinitiative und aktives Zeigen von Interesse ganz wichtige Begleiter. Es bieten sich sehr viele Möglichkeiten für das Üben klinischer Fähigkeiten (Anamnese, körperliche Untersuchungen, Patientenvorstellungen, etc.) unter professioneller Supervision mit anschließendem Feedback. Daraus lässt sich enormer, spürbarer Lernzuwachs ziehen. Trotz anfänglicher Sprachunsicherheiten macht sich Selbstbewusstsein gegenüber Patienten und Ärzten bezahlt. Kleine Fehler werden als Teil des Lernprozesses angesehen und wer danach sucht, bekommt jederzeit geholfen.

Die Studierenden im fünften und letzten Studienjahr absolvieren im Januar ihre schriftlichen und praktischen Abschlussprüfungen. ERASMUS-Studierende sind von diesen, sowie allen Portfolio Assignments, U-PSAs, WBAs und dem PSA ausgenommen. Die letzten drei können auf Wunsch jedoch durchlaufen werden.

Vor jedem placement in Year 5 wird mit dem jeweiligen Betreuer (Supervisor) per E-Mail ein erstes Treffen vereinbart, in welchem individuelle Lernziele, Zeitpläne für klinische Aktivitäten sowie Termine für weitere Treffen besprochen werden.

Auf chirurgischen Stationen beginnt der Arbeitsalltag um 8 Uhr, sonst um 9 Uhr mit der morgendlichen Übergabe. Anschließend findet eine mehr oder weniger ausführliche Visite statt, in welche Studierende je nach leitendem Facharzt mit eingebunden werden. Fragen können auch hier stets gestellt werden. Je nach Station wird von Studenten im 5. Jahr die eigenständige Präsentation eines Patienten während der Visite erwartet.

Zur Auffrischung des Wissens aus dem U-Kurs eignen sich hierfür insbesondere folgende Internetseiten: <https://geekymedics.com/> und <http://www.oscestop.com/index.html>.

Preston bietet hervorragende Zuganbindungen für Ausflüge nach Liverpool, Manchester, in den Lake District, York, Leeds und London. Bei akuter Reiselust lässt sich mit einer RailCard 16-25 (30% Rabatt auf Bahnfahrten, für 30 Pfund) zusätzlich sparen. Auch die Manchester International Society veranstaltet regelmäßig Busreisen zu den beliebtesten und bekanntesten (und schwieriger erreichbaren) Orten im Königreich.

Auf der „Preston Med Soc“-Seite auf facebook finden sich zahlreiche extracurriculare Aktivitäten, bei welchen neue Mitglieder immer willkommen sind. Ich kann das gemischte Netball-Team wärmstens empfehlen. Auch Fußball, Badminton, Yoga und Sport im Fitnessstudio sind möglich.

Fazit

Trotz der grundsätzlich verschiedenen Lern- und Arbeitsumgebung gilt es, nicht den Mut zu verlieren, Fragen zu stellen, wenn einem etwas unklar ist, und immer wieder – wenn nötig mehrfach täglich - neu herauszufinden, wie und wo man praktisch tätig werden kann, sowie gebotene Möglichkeiten für Patientenkontakt wahrzunehmen. Engagement und Eigeninitiative sind gern gesehen und im oftmals sehr geschäftigen Klinikalltag unbedingt notwendig, um nicht „übersehen“ zu werden. Der englische Ausbildungsweg bietet hervorragende Möglichkeiten, bereits sehr früh „Mini-Arzt“ zu sein und selbst Verantwortung zu übernehmen sowie Erfahrungen und Fehler zu machen. Das Motto heißt: Besser jetzt als später. Insbesondere der Vergleich des eigenen Wissenstandes mit dem der einheimischen Studenten war für mich aufgrund der Verschiedenheit der Ausbildungsgänge nicht immer hilfreich und kann verunsichern, da die Schwerpunkte anders gesetzt sind und wir an der MHH trotz aller Bemühungen noch immer wenig klinisch-praktisch ausgebildet werden. Die Zeit hier bietet eine optimale Gelegenheit, diese Lücke etwas zu füllen, was jedoch in der Kürze der Zeit niemals vollständig zu erreichen ist. Auch Freundlichkeit und Feingefühligkeit in der Kommunikation mit Ärzten und Kommilitonen zahlt sich aus.

Schließlich gilt es nie zu vergessen, dass auch in England trotz der beeindruckenden Lehre und den offiziell festgeschriebenen, hohen Erwartungen nur Menschen lernen und lehren und in Realität Vieles oft nicht so streng wird, wie es zunächst wirkt oder angekündigt wird. Gedanken daran lassen sich auch Rückschläge und sich anbahnende Herausforderungen aus einer weniger beängstigenden Perspektive sehen.

In diesem Sinne viel Spaß und eine tolle Zeit! Gestaltet sie aktiv mit und macht sie zu dem, was ihr im bisherigen Studium vermisst habt. Preston bietet die Gelegenheit.

Für Rückfragen stehe ich jederzeit gern zur Verfügung. Frau Steinhusen stellt auf Wunsch den Kontakt zu mir her.

P.S.: Auch die Consultants kennen nicht alle Akronyme! Also, Kopf hoch und weiter nachfragen, wenn ihr ein neues hört! ;-)