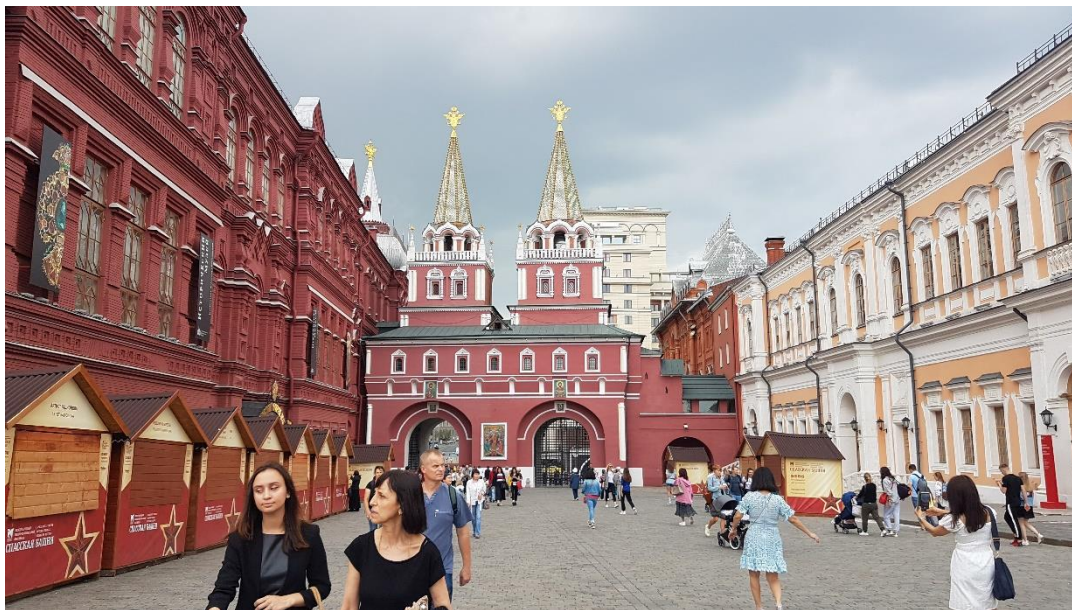
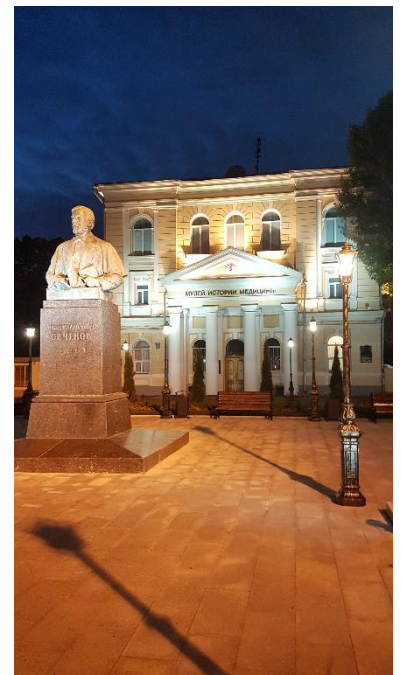


Allgemeine Informationen

- Ansprechpartner vor/während der Famulatur Daria Bugaeva (spricht Englisch)
- E-Mail: bugaeva.da@1msmu.ru; International Office Erdgeschoss, Gebäude an der 2-4 Bolshaya Pirogovskaya str. moscow, (Entweder durch die graue Eisentür draußen oder durch den Haupteingang links bis zu einer Dame, die den Einlass kontrolliert (immer Reisepass und Visum dabei haben! In Russland werden alle Universitätsgebäude kontrolliert), an ihr vorbei wieder links den Gang entlang bis zu mehreren Holzstüren dort befindet sich das Büro), Tel: +7 (495) 622 96 31, Whatsapp: +7 698069064
- Klinikhomepage: <https://www.sechenov.ru/eng/>
- Prof. Udo Jonas kümmert sich im Vorfeld in Hannover um die Einladungen aus Moskau und hat sich außerdem telefonisch bei mir gemeldet und ggf. Angelegenheiten/Fragen geklärt. An dieser Stelle nochmal ein herzliches Dankeschön dafür.
- Ansprechpartner an der MHH sind Cornelia Ziegler und Angela Steinhusen, die stets eine hervorragende Organisation gewährleisten. Auch hier möchte ich mich an dieser Stelle nochmal herzlich bedanken.



Roter Platz



Universitätsgebäude

Ankunft und Ablauf Famulatur:

Ein russischer Student kümmert sich um die **Abholung** am Flughafen/Metrostation. Ich bin Aeroflot (ung. 430€ im Reisebüro gebucht) nach Sherementjevo geflogen und bin dann anschließend mit dem Aeroexpresszug (Station direkt im Flughafen, eine Fahrt nach Moskau-City 500Rubel/6€) zur Metrostation Belorusskaya (braune Linie) gefahren und wurde dort abgeholt und zur Unterkunft gebracht. Der Whatsappkontakt wurde mir bereits in Deutschland vermittelt. So konnte ich im Vorfeld erfragen, ob es eventuell Wünsche für Mitbringsel aus Deutschland gibt. Darüber freuen sich die Studenten sehr. Ich wurde direkt bei der Abholung schon mit russischen Süßigkeiten, Postkarten und einer Matruschka beschenkt und war froh kleine Aufmerksamkeiten schon im Gepäck dabei zu haben (Lindt Schokolade (sehr begehrt), deutsches Make-up, Postkarten aus Hannover, Haribo usw.).

Fahrt zur Unterkunft: Zuvor habe ich mit der Studentin, die einen bis zum Wohnheim begleitet, eine „Troika“ gekauft am Schalter und mit 300 Rubel beladen. Eine Fahrt kostet 40 Rubel. von der Haltestelle Belorusskaya →drei Haltestellen Richtung Süden (Fahrtrichtung steht immer dran) und dann Umsteigen in die rote Linie Park Kulturi →wieder nach Süden fahren und Aussteigen **Haltestelle Sportivnaya**. Von hier sind es keine 10 Minuten zur Unterkunft. Diese liegt gegenüber von einer schönen Markthalle und Einkaufsmöglichkeiten.

Schlüsselübergabe findet durch den russischen Student statt. Dieser muss immer bei der Security am Eingang abgegeben werden, wenn das Wohnheim verlassen wird und wird bei Eintreten wieder übergeben. Es empfiehlt sich die Zimmertüren und Haustüren stets doppelt zu schließen und Wertsachen im Koffer einzuschließen bei Verlassen des Wohnheims. Die Tür zum Flur des Apartments ist für Reinigungskräfte (kommen jeden Morgen und nehmen den Müll mit, wenn man diesen in den Flur stellt) und Handwerker frei zugänglich.

Es lohnt sich eine russische **SIM-Karte** zu kaufen bei Bee-wifi (Logo schwarz-gelb gestreift, Gegenüber von der Haltestelle Sportivnaya). Kostet keine 10€ für einen Monat grenzenloses mobiles Internet. In der Unterkunft gibt es ein öffentliches W-Lan, welches sich jedoch nicht für Online-Banking etc. empfiehlt

Immigration im International Office am ersten Tag der Famulatur um 10 Uhr. Es werden Studentenausweis und Immigrationcard ausgehändigt, diese müssen stets mitgeführt werden, um sich am Eingang jeden Gebäudes auszuweisen. Zeugnis sollte eine Woche vor Ende beantragt und hier abgeholt werden.

Kontakt zu einheimischen Studenten wurde durch das international Office hergestellt. Wir haben bei unserer Ankunft bereits duzende Nachrichten bei Whatsapp von hilfsbereiten Studenten erhalten. Aufgrund der Flut an interessierten Studenten haben wir (Deutschen) uns bemüht mit jedem in Kontakt zu treten und uns zum Kaffee zu verabreden oder spazieren zu

gehen. Daraus entstanden großartige Freundschaften, die über den gesamten Aufenthalt hinweg wuchsen. Wir gründeten eine Whatsappgruppe, über die wir unsere Treffen/Aktivitäten planten, die am Ende die Kapazität einer Pizzeria sprengte. Wir hatten während unseres gesamten Aufenthaltes stets dutzende russische „Guides“, die uns die Stadt gezeigt, Unternehmungen geplant, Aktivitäten vorgeschlagen oder einfach ihre Hilfe angeboten haben. Die Anfragen haben sich überschlagen. Es kommt zu keinem Zeitpunkt Langeweile auf und auch wenn man sich entscheidet sich für diesen Austausch allein anzumelden wird man ständig unter netten Leuten sein.

Fachzuteilung

Stationswünsche werden berücksichtigt; Die **Urologie** empfiehlt sich nach Erfahrung aller die dort waren sehr! Hier gibt es eine Menge motivierter Ärzte, Einzelunterricht in CT-Befundung und Sonografie, Fortbildung, Eigenständige Präsentationen, Forschungsprojekte, Englischunterricht via Skype für Paper-Präsentationen, Vorlesungen von Professoren auch aus dem Ausland, Roboterchirurgie, ein breites Spektrum an Operationen und minimalinvasiven Eingriffen und vieles mehr. Jeder von uns ist von dem Engagement auf dieser Abteilung und dem enormen Wissenszuwachs begeistert gewesen. Jeder der ein wenig Interesse und Eigeninitiative mitbringt kann hier unheimlich viel mitnehmen.

Tagesablauf

- 8 Uhr Visite, 8:30 Uhr Case-Report, Anschließend nach Absprache freie Gestaltung des Lehrplans wie bereits erwähnt. Ich bin selten vor 17 Uhr nachhause gegangen, da hier eine hervorragende Lehre praktiziert wird. Zusätzlich verschiedene Veranstaltungen, die im Vorfeld bekannt gegeben werden. Ich kann nur empfehlen an diesen



teilzunehmen und sich zu engagieren/einzubinden (z.B. mit Vorbereitung von Präsentationen der eigenen Universität, des deutschen Gesundheitssystems, interessanten Ops aus der Heimatuniversität) Die Ärzte vor Ort sind sehr an dem deutschen Gesundheitssystem und Struktur/Alltag an euren Universitätskliniken und Forschungsprojekten interessiert. Es ist ein Geben und Nehmen! Nutzt die Chance und knüpft interessante Kontakte mit erfahrenen Ärzten und tauscht euch aus. Ich habe viele Ärzte kennengelernt, die ihre Erfahrungen geteilt haben, interessante Gespräche geführt und dies als eine Bereicherung auf fachlicher und persönlicher Ebene empfunden.

- Auf Wunsch können Nachtdienste mitgemacht werden.
- Generell sind alle bemüht jeglichen Interessen und Wünschen nachzukommen.
- Rotation durch die 3 urologischen Departments möglich.
- Mehrere Ansprechpartner, die bei Whatsapp zu jeder Zeit kontaktierbar waren und einen stets zu Lehrveranstaltungen, Operationen, spannenden Untersuchungen und auch privaten Unternehmungen eingeladen haben.
- Auf Nachfrage wird ein detailliertes Arbeitszeugnis ausgestellt
- Vor Antritt der Famulatur erhält jeder Student/in die Kontaktdaten seines Betreuers/in (Name, Station, Telefonnummer), diesen dann einfach auf der Station ansprechen
- Famulatur gemäß Approbationsordnung (31 Tage, ohne Unterbrechung; Cave: Unterschiedliche Vorgaben, je nach Landesprüfungsamt)
- Famulaturbescheinigung (deutsch/englische Version MHH Homepage runterladen) am besten direkt mitbringen und im International Office abgeben, Bearbeitungszeit ca. 1 Woche
- Reisen zum Beispiel nach St. Petersburg möglich nach Absprache mit dem Betreuer
- **Russische Sprachkenntnisse** sind absolut **kein Muss!** (aber natürlich hilfreich). Aus unserer Truppe von Studierenden konnten die wenigsten russisch trotzdem war jeder begeistert von dem Lernzuwachs und fachlichen Bereicherung. Viele russische Ärzte sprechen englisch sind jedoch scheu englisch zu sprechen, da sie selten Gelegenheit haben ihre Sprachkenntnisse zu üben. Generell ist hier Selbstständigkeit und Aufmerksamkeit gefragt, denn je interessierter man sich zeigt, desto mehr Zeit nehmen sich Ärzte/innen, Schwestern und Studierende, um zu übersetzen und Fragen zu klären.



Kleiderordnung

- Es werden keine Kleider gestellt. Es ist Pflicht einen weißen Kittel im Hörsaal für die Frühbesprechung zu tragen; weiße Hose, weißer Kasak, festes weißes Schuhwerk empfohlen, Op-Kleidung wird nicht gestellt, wenn vorhanden auf jeden Fall mitbringen.

Mitnehmen

- Unvoreingenommenheit, Aufgeschlossenheit und Interesse an einer neuen Erfahrung!
- Reiseapotheke
- Studentenausweis (Ermöglicht teilweise Ermäßigungen, Isaac)
- Evtl. Handwaschmittel, Waschmaschine jedoch im Keller vorhanden
- Geschenke aus Deutschland (Es wird viele Anlässe geben, zu denen man gerne Dankbarkeit in Form kleiner Geste ausdrücken möchte, da wir viel von den Studenten beschenkt wurden!)
- Powerbank
- Stecker in Russland passen wie in Deutschland
- Zeitumstellung: 1h
- Für das Ende der Famulatur (wer möchte): Formlose Dankeskarten und Lindt-Pralinen für die Stationen, auf denen man ausgebildet wurde. Es lohnt sich Karten mitzubringen, da es teilweise schwer zu übersetzen ist was auf den russischen Grußkarten steht.

Unterkunft

- Die Unterkunft (Studentenwohnheim, das beste in Moskau) wurde in der Nähe (5 Minuten) gestellt und ist bunt gemischt mit Studenten (Russen, Deutsche, Italiener, Mexikaner, Vietnamesen usw) Das ist großartig, da wir uns gegenseitig in unsere Apartments eingeladen haben zum Kochen/Kennenlernen und Austausch.
- Es ist eine Küche mit dem nötigsten vorhanden. Empfohlen: Mitnahme eines Schneidemessers.
- Bett/Deckenbezug wird gestellt
- Das Badezimmer wird sich untereinander geteilt mit max. 8 Personen. Da wir alle unterschiedliche Stationszeiten hatten, war das aber morgens kein Problem
Man schläft maximal zu Dritt in einem Zimmer

Reisepass

Aktualisieren (muss 6 Monate gültig sein) Auf der VFS-Global Website kann ein Studenten Visum beantragt werden. Dieses wird postalisch zugesandt aus Berlin. Dazu muss der Reisepass eingeschickt werden zusammen mit den auszufüllenden Dokumenten. Kosten: ca. 80€

Impfschutz

Es muss ein aktueller Tbc-Test vorliegen, Hep B Titer, Varizellen-, Masern-, Röteln-Titer, Syphilis Test, HIV Test. Alles nicht älter als ein Monat alt.

Versicherungen, Apps, Kreditkarte

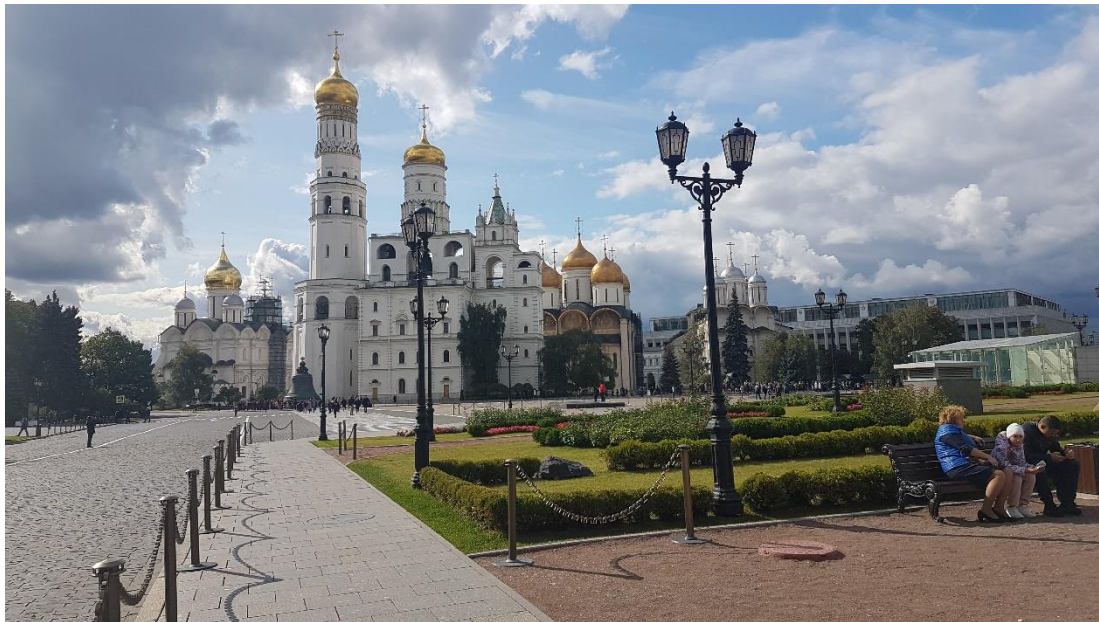
- Auslandskrankenversicherung (nach russischen Bestimmungen), Private und Berufshaftpflichtversicherung, Unfallversicherung (Marbuger Bund)
- DKB Kreditkarte
- App für die Metro runterladen, Translator, Aeroexpress App für Flughafentransfer



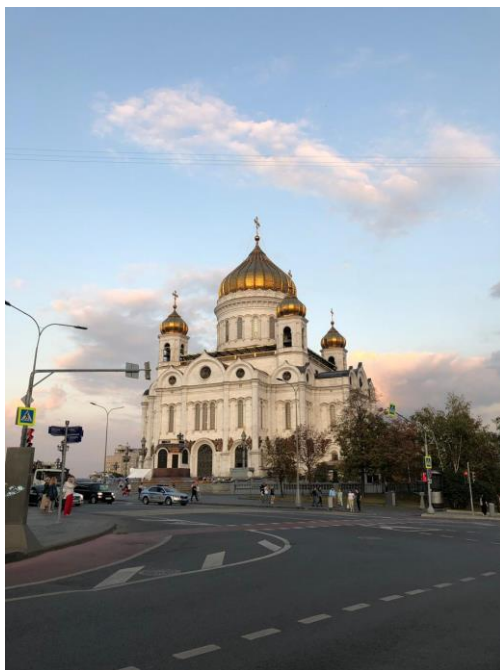
Operettentheater



Kaufhaus Gum



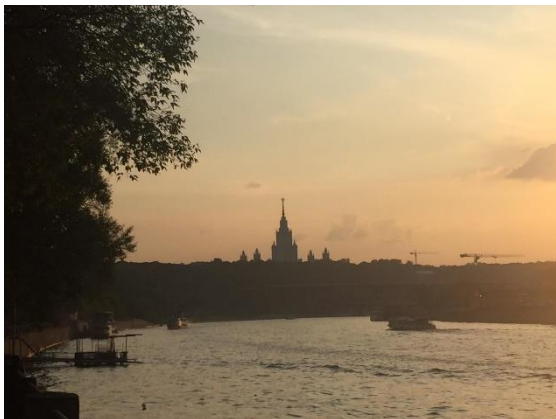
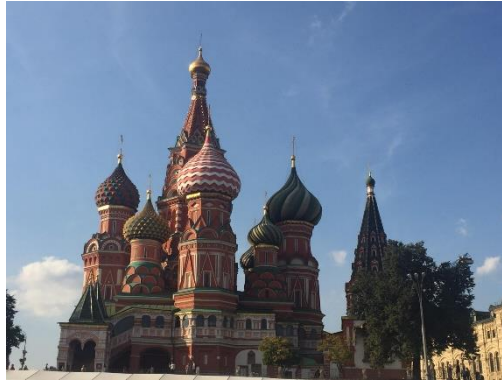
Kreml Festung



Zusammenfassend

War die Zeit in Russland einfach großartig. Man begegnet hier vielen aufgeschlossenen, engagierten, interessanten und neugierigen Menschen, die dich kennenlernen wollen. Zusätzlich hat man die einmalige Chance sich fachlich auf einem hohen Level weiterzubilden. Nachdem ich bereits die Möglichkeit hatte Famulaturen über das Promos Programm in Japan und China zu absolvieren, kann ich im Vergleich dazu auch diesen Austausch nur empfehlen. Die Möglichkeit, die uns die medizinische Hochschule bietet, ist einmalig. Ich hoffe, dass sich

mehr Studierende der MHH durch diesen Bericht angesprochen fühlen und Interesse haben nach Russland zugehen, sodass weiterhin ein reger Austausch zwischen beiden Universitäten fortgeführt wird. Keine Sorge bezüglich der Sprache! Auch mit Englisch und Händen und Füßen kommt man hier sehr gut zurecht, da es viele ausländische Studenten gibt und die russischen Studenten sehr gerne ihre Deutschkenntnisse üben möchten (viele hatten Deutsch als Schulfach). Ich möchte mich an dieser Stelle nochmal herzlich bei Cornelia Ziegler und Angela Steinhuisen bedanken, die sich für dieses Programm und uns Studierende tatkräftig einsetzen. Nutzt die Möglichkeit die russischen Studenten, die zu uns an die MHH kommen kennenzulernen und bietet eure Hilfe an. Da uns eine immense Gastfreundschaft in Russland entgegengebracht wurde, hoffe ich, dass wir zumindest einen Teil davon in Hannover zurückgeben können. Wer ungeklärte Fragen oder Interesse hat, kann sich gerne meinen Kontakt über das akademische Auslandsamt vermitteln lassen.



Moskau Nightlife



Medizin Museum

