

Erfahrungsbericht PJ Südafrika

Ich habe vom Dezember 2019 bis Februar 2020 ein halbes PJ- Tertial in der Traumatologie des Tygerberg Krankenhauses in Kapstadt absolviert. (Stellenbosch University)

Vorbereitung und Planung

Bewerbung

Die Vorbereitung für das PJ war sehr langwierig und mit vielen Email und Anrufen in Südafrika verbunden. Meine Bewerbung habe ich ca. 1 ½ Jahre vorher abgeschickt. Am Tygerberg Hospital läuft die Bewerbung per Mail (siehe Internetseite). Nach ca. einem halben Jahr habe ich eine positive Antwort bekommen und musste dann die Studiengebühren und einige Unterlagen dort hinschicken. Der Kontakt war immer sehr schleppend, telefonisch ging es dann immer schneller.

Ein Visum ist für ein zweimonatigen Aufenthalt nicht notwendig. Als Vorbereitung habe ich mir etwas Literatur besorgt und mir viele Tipps von Freunden und Bekannten geholt.

Impfungen brauchte ich nicht nachzuholen, jedoch ist es sicherlich ratsam, sich vorher dahingehend beraten zu lassen.

Unterkunft

Ich habe mich dazu entschieden, auf dem Campus der Uni in der International Lodge unterzukommen. Dort gibt es einfache Ein- und Zweibettzimmer. Das Zimmer ist sporadisch mit einem Bett, Schrank und Schreibtisch eingerichtet. Man teilt sich das Bad und die Küche im WG Stil mit vier bis sechs anderen internationalen Studenten. Insgesamt gibt es 8 dieser Einheiten, womit immer viele interessante Leute in der Unterkunft sind. Obwohl der Preis für die Unterkunft etwas überteuert ist, trumps die Unterkunft eben durch den direkten und einfachen Kontakt mit so vielen Menschen, die auch für eine bestimmte Zeit in Kapstadt sind. Man findet direkt Anschluss und Aktivitätsmöglichkeiten. Außerdem ist man nie allein unterwegs, wenn man nicht möchte, was in Kapstadt auch ein großer Vorteil ist. Es gab bei mir eine super Gemeinschaft, was den Aufenthalt natürlich umso schöner gemacht hat! Traditionell gibt es jeden Mittwoch ein Barbecue und auch sonst waren immer Ausflüge und Aktivitäten zusammen geplant!

Da die Unterkunft direkt am Krankenhaus ist, hat man den großen Vorteil immer zwischendurch auch nach Hause gehen zu können. Durch meine Arbeit in der Notaufnahme war häufig mal mehr oder weniger los, sodass ich zum Essen nach Hause gehen konnte oder spontan mal vorbeischaun konnte.

Der Campus ist sicherheitsüberwacht und es leben viele der einheimischen Studenten dort. Es gibt ein Fitnessstudio, Tennisplätze, ein Rugbyfeld, mehrere kleine Cafés, eine Bibliothek und Grünflächen.

Ein Nachteil der Unterkunft ist, dass er – wie das Krankenhaus auch – ca. 30 Minuten vom Stadtzentrum entfernt ist und man damit immer dreifach überlegt, wie, wo und wann man in die Stadt fährt und wie man zurückkommt. Ich war zwar eigentlich täglich in der Stadt zum essen o.ä., jedoch hätte ich bei einem Aufenthalt von länger als 2 Monaten die Unterkunft in die Stadt gewechselt.

Studium/Praktikum an der Gasteinrichtung

Ich war in der Traumatologie des Tygerberg Krankenhauses. Das bedeutete, dass man eigentlich nur im chirurgischen Teil der Notaufnahme eingeteilt war. Zusätzlich konnte man im OP assistieren. Wenn man engagiert ist, kann man aber in der Zeit auch in jede andere Abteilung rotieren und sich den Fachbereich anschauen!

Da das Krankenhaus eines der größten in der Gegend ist, kommen dort sehr viele schwere Notfälle an, am meisten Polytraumata aus Autounfällen oder Gewalttaten. Dies war medizinisch super spannend und man konnte sich einiges von den dortigen Ärzten anschauen. Meiner Meinung nach sind die südafrikanischen Ärzte und Studenten extrem gut ausgebildet und haben einem sehr viel erklärt. Zusätzlich gibt es eine gute Teachingkultur und viel nach dem Motto „see one, do one, teach one“ gearbeitet, sodass man sehr viel selber machen kann, eben so viel, wie man sich zutraut. Beim Rest wird man gerne angeleitet. Es gab täglich Tutorien für die lokalen Studenten, an denen man immer teilnehmen konnte.

Leider waren zu meiner Rotation sehr sehr viele andere ausländische Studenten dort, weshalb es manchmal etwas überlaufen war. Wir haben uns dann auf die Schichten aufgeteilt, was es dann etwas entspannt hat. Auch Nacht- und Wochenenddienste konnte man mitmachen.

Dahingehend muss man zum Tygerberg Hospital jedoch sagen, dass sie definitiv nicht auf internationale Studenten angewiesen sind und man nicht „so viel machen kann“ wie manche sich das vielleicht vorgestellt hatten.

Trotzdem habe ich medizinisch und menschlich sehr viel gesehen und gelernt und bin sehr froh, ein Teil meines PJs dort gemacht zu haben.

Alltag und Freizeit

Der Freizeitwert in Kapstadt ist wahnsinnig hoch. Ich habe in 2 Monaten nicht annähernd alles geschafft, was ich gerne erleben wollte und war trotzdem fast jeden Tag unterwegs.

Von Weinproben, Wanderungen, tollen Stränden und fantastischen Aussichtspunkten gibt zusätzlich auch noch so viele gute Restaurants und charmante Bars und Cafés.

Ich habe mich in Kapstadt ausschließlich mit UBER oder Mietwagen fortbewegt und würde das aus Sicherheitsgründen auch sehr empfehlen, sich einen Mietwagen zu besorgen. Wie schon erwähnt, ist der Campus ca. 30 min. entfernt, was bedeutet, dass man egal wo man wohnt, pendeln muss.

Ich habe mir spontan in Kapstadt mit einer anderen Studentin vom Campus ein Auto zusammen gemietet, was total unkompliziert und gut mit der lokalen Vermietung geklappt hat. Die Miete lag bei ca. 10 Euro pro Tag.

Das Thema Sicherheit schwirrt tatsächlich sehr oft im Raum und ist in Südafrika ein nicht wegzudiskutierendes Thema. Dadurch dass man in der Notaufnahme immer wieder die Gewalttaten zu Gesicht bekommt, ist man sicherlich zusätzlich sensibilisiert. In den zwei Monaten wurde ich nie Opfer von Gewalt, jedoch gab es schon einige eher unsichere Situationen und ich hatte subjektiv schon das Gefühl, dadurch in meiner Freiheit eingeschränkt zu werden.

Ich bin es gewohnt, alleine Dinge zu erledigen und auch alleine zu reisen. In Kapstadt wurde immer darauf hingewiesen, nur Dinge in Gruppen zu machen und nie alleine rauszugehen. Nach einiger Zeit hatte ich ein Gefühl für die Sicherheit der Stadt und habe mich mit den allgemein gegebenen Tipps und Tricks auch partiell alleine bewegt. Trotzdem muss man sich im Klaren darüber sein, dass man die Freiheiten und die Sicherheit aus Europa dort leider nicht komplett ausleben kann.

Fazit

Alles in allem war es ein toller Aufenthalt und ich war von dem Land und den Leuten begeistert. Trotzdem merkt man an sehr vielen Ecken die Konflikte und die Ungleichheit in dem Land, welches für mich am Anfang schlecht auszuhalten war.

Medizinisch habe ich einen tiefen Einblick in ein anderes Gesundheitssystem bekommen und viele andere Behandlungsweisen und Krankheitsbilder kennenlernen dürfen und fühlte mich sehr gut aufgenommen und angeleitet. Es war eine riesige Chance, so viele spannende Fälle zu sehen und mitbehandeln zu dürfen.

Aus meiner privilegierten Situation hatte ich fantastische 2 Monate, jedoch viel es mir manchmal schwer,, die Sicherheitslage und die Armut auszuhalten und keine Möglichkeiten zu Verbesserung zu haben. Eine Freundin stellte den Vergleich auf, dass Südafrika als Land gut das Abbild von Armut und Reichtum der Welt zusammenfasst, was ich für sehr wahr halte. Jeder muss denke ich für sich selber entscheiden, welche Schlüsse er für sich daraus zieht.

Ich bin sehr dankbar dafür, dass ich einen so besonderen Einblick in das Gesundheitssystem und auch in das Leben von den Menschen durch die Arbeit in der Klinik erhalten durfte und gleichzeitig das Leben in Kapstadt so genießen konnte.

Außerdem bin ich natürlich auch sehr dankbar für die Unterstützung durch das Stipendium, durch das der Aufenthalt finanziell partiell abgesichert wurde.

