

## Erfahrungsbericht: Halbes PJ-Tertial Innere Medizin im Victoria Hospital in Kapstadt, Südafrika

### **Vorbereitung:**

Nachdem ich den Entschluss gefasst hatte, einen Teil meines PJs im Ausland verbringen zu wollen, begann zunächst die Eigenrecherche. Daraufhin stand der Beratungstermin bei Frau Minx im PJ-Büro der MHH an. Ich hatte mich bereits im Vorfeld dazu entschieden in ein englischsprachiges Land zu reisen. Nachdem Kanada und die USA aus organisatorischen Gründen für mich ausgeschlossen waren (Bewerbung mit hohen Kosten verbunden bzw. benötigte Dokumente werden von der Gast-Universität nicht unterschrieben) fiel meine Wahl auf Südafrika.

Als nächstes folgte die Wahl der Stadt und des entsprechenden Krankenhauses. Diese Wahl fiel mir nicht besonders schwer, da Kapstadt für mich den mit Abstand spannendsten Ort darstellte. Danach informierte ich mich über die vom LPA anerkannten Lehrkrankenhäuser über die MHH-Webseite und las anschließend Promos- und PJ-Ranking Erfahrungsberichte. Ich präferierte dabei ein eher kleineres Krankenhaus, da ich auf eine persönlichere Betreuung hoffte und wollte zusätzlich in einem relativ sicheren Bereich der Stadt arbeiten. Schnell fiel meine Wahl auf das New Somerset Hospital direkt an der Waterfront. Also kontaktierte ich per E-Mail ca. 1,5 Jahre im Voraus die entsprechende Koordinatorin Susan Rodrigues unter [rsusan@xsinet.co.za](mailto:rsusan@xsinet.co.za). Ich entschied mich bereits vorher, nur ein halbes Tertial im Ausland absolvieren zu wollen und präferierte zunächst das Fach Chirurgie, da ich dort auf viele praktische Erfahrungen hoffte und da ich mich später eher weniger in diesem Bereich spezialisieren möchte. Leider waren zu meiner Zeit alle Plätze bereits vergeben, sodass ich mich im Victoria Hospital bei Lauren van Stormbroek unter [Lauren.VanStormbroek@westerncape.gov.za](mailto:Lauren.VanStormbroek@westerncape.gov.za) bewarb. Leider erhielt ich auch hier eine Absage. Ich versuchte anschließend noch einen Platz im Fach Innere Medizin zu bekommen, da ich mir hier noch eine Chance erhoffte. Glücklicherweise bekam ich hier eine Zusage. Ich musste danach noch einige Formulare ausfüllen und im Laufe des Jahres noch ca. 1100 € für den Aufenthalt an das Krankenhaus überweisen. Weiterhin lies ich mich noch gegen die wichtigsten Infektionskrankheiten, wie Hepatitis A, impfen und versuchte selbstständig mein Englisch wieder etwas aufzufrischen.

### **Unterkunft:**

Nachdem ich eine vorläufige Zusage erhalten hatte, informierte ich mich über mögliche Unterkünfte. Dabei schloss ich zunächst alle Bezirke aus, die mir unsicher erschienen. Meine Wahl fiel schlussendlich auf „Newlands“, da es ein sehr sicherer Bereich ist, welcher in der Mitte zwischen dem Stadtzentrum und dem Krankenhaus in Wynberg liegt.

Da ich alleine reiste, suchte ich als nächstes nach einer Unterkunft auf AirBnB, die für eine Person ausgelegt war. Ich fand eine geeignete Unterkunft in 3 Pear Lane bei Dean und Francois. Hierbei handelte es sich um eine Art Adnex/Gartenhaus, welches sich neben dem Haupthaus befand. Das Apartment verfügte über ein multifunktionales Zimmer mit einer Grundausstattung und mit eigenem Balkon bzw. eigener Terrasse und einem kleinen Badezimmer. Der Komfort war nicht sonderlich groß und das Zimmer ist auch nicht mehr das Jüngste, aber für einen Zeitraum von zwei Monaten konnte man dort gut leben. Der Preis belief sich auf ca. 500 € pro Monat. Zweimal die Woche kam die Haushälterin Estelle vorbei und reinigte das Zimmer, was mehr als ausreichend war.

In Sachen Verpflegung habe ich mir entweder einfache Gerichte zubereitet oder mir Essen bestellt. Dies ist im Vergleich zu Deutschland deutlich günstiger, während die Produkte im Supermarkt ähnlich teuer oder sogar teurer sind.

## **Arbeit im Victoria Hospital Wynberg:**

Bezüglich der Arbeit im Krankenhaus gab es Unterschiede, je nachdem auf welcher Station man eingeteilt wurde. Mein Bericht bezieht sich dabei auf die Sander's Medical Female Ward, bei der es sich um eine internistische Normalstation für Frauen handelte. Ein normaler Arbeitstag beginnt um 8 Uhr bis 8:15 Uhr. Mittwochs konnte man zusätzlich an einem Journal Club teilzunehmen, welcher bereits um 7:30 Uhr startete, aber meiner Meinung nach sehr interessant war. Der Tag beginnt damit, dass man sich selbständig Patientinnen anschaut und untersucht, die sich auf der Station befinden. Dabei gibt es zwei Vierbettzimmer, zwei Einzelzimmer, die für Isolations-Patienten (i.d.R. Patientinnen mit offener Lungentuberkulose) vorbehalten wurden und zwei 8-Bett „Zimmer“, die den Hauptteil der Station ausmachten. Bei Untersuchungen konnte man die Betten durch Vorhänge voneinander trennen. Vor jeder Patientin gibt es einen kleinen Tisch mit einer analogen Akte und einer Kurve. Dort werden täglich Vitalparameter eingetragen und man findet ebenfalls die aktuelle Medikation und andere Informationen. Außerdem wird dort täglich ein ärztlicher Verlaufsbericht eingetragen. Es wurde auch von den Studierenden erwartet, sich nachdem man sich eine Patientin angeschaut hatte, dort einen Eintrag anzulegen. Dies war am Anfang etwas überfordernd aufgrund vieler medizinischer Abkürzungen und da ich zunächst nicht wusste, wie ich einen Eintrag strukturieren sollte. Man konnte aber immer jemanden um Hilfe bitten und bekam schnell etwas Übung. Als nächstes folgte die Visite. Hier konnte man nun die Patientin oder die Patientinnen, die man visitiert hatte, vorstellen. Auch hier brauchte ich zunächst ein paar Anläufe. Die Atmosphäre ist im Vergleich zu deutschen Krankenhäusern aber deutlich lockerer und so fällt einem das Präsentieren leichter. Man hat schnell das Gefühl bekommen Teil des Teams zu sein und die eigene Meinung und Einschätzung wurde sehr ernst genommen, aber trotzdem durfte man auch Fehler machen wurde immer unterstützt.

Als nächstes wurde die anfallende Stationsarbeit bearbeitet. Dabei hat es sich für die Studierenden hauptsächlich um Blutentnahmen, Zugänge, EKGs und Formulare ausfüllen (KG, Palliativ-Betreuung) gehandelt. Auch eine Lumbalpunktion konnte ich durchführen und arterielle BGAs und das Legen von Blasenkathetern wurde auch von den Studierenden übernommen. Briefe musste ich keine schreiben. Nach erledigter Arbeit durfte man dann nach Hause. I.d.R. war das zwischen 13 und 14 Uhr. In der Vorweihnachtszeit auch häufig schon gegen 11 bis 12 Uhr. Freitag war Studientag und man hatte den kompletten Tag frei. Insgesamt hatte man also sehr viel Freizeit, wobei ich trotzdem der Meinung bin, einiges gelernt zu haben. Gerade das tägliche eigenständige Untersuchen von Patientinnen mit anschließender Vorstellung bei der (Oberarzt-)Visite hat mir weitergeholfen.

## **Alltag und Freizeit:**

Kapstadt ist ein Ort mit einer Vielzahl an Möglichkeiten und einem wird in den zwei Monaten zu keinem Zeitpunkt langweilig. Dabei muss man erwähnen, dass ich im November und Dezember, also quasi Mai bis Juni der Nordhalbkugel, in Kapstadt war. In meiner Freizeit habe ich vor allem mit anderen PJ-Studierenden aus Deutschland und Studierenden aus Südafrika Dinge unternommen. So gibt es eine Vielzahl an möglichen Wanderungen, wie den Tafelberg, Devil's Peak und Lion's Head. Es gibt viele verschiedene Strände, die zum Abkühlen oder auch zum Surfen (wie z.B. in Muizenberg) einladen. Man kann sich aber auch anders sportlich betätigen, wie z.B. beim Padel-Spielen. Auch eine Safari auf dem Wasser (z.B. Ocean Wonder) oder eine „Safari light“ an Land (z.B. Aquilla Game Reserve) sind möglich. Generell gibt es eigentlich für jeden Geschmack etwas zu tun und die Landschaft und das Klima ist unglaublich schön.

Im Vergleich zu Deutschland oder generell Europa war der Sicherheitsaspekt der für mich der größte Unterschied im Alltag. An den touristischen Orten (wie z.B. der Waterfront oder an den Stränden) oder auch in Newlands habe ich mich stets sicher gefühlt, aber z.B. in der Innenstadt empfiehlt es sich, meiner Meinung nach, die meisten Strecken mit dem Uber oder dem eigenen Auto zurückzulegen.

Aber auch mit dem Auto sollte man umsichtig sein. Während meines Aufenthalts habe ich bspw. gehört, dass Leuten Kofferräume an der Ampel aufgebrochen oder Auto-Scheiben eingeschlagen wurden, wenn man dem „Parkplatz-Wächter“ nicht genügend Geld gegeben hat. Auch die öffentlichen Verkehrsmittel (bis auf den MyCiti-Bus) wurden mir nicht empfohlen, da es hier auch häufiger zu Überfällen kommt. Ich habe so gut wie alle Strecken mit dem Uber zurückgelegt, welcher vergleichsweise günstig und vor allem sicher ist. Insgesamt ist der Unterschied zwischen Arm und Reich nochmal um ein Vielfaches größer als in Deutschland, was man im Alltag deutlich spürt. So sind z.B. fast alle Häuser von einer Mauer, auf dem ein Elektrozaun montiert ist, umgeben, was ich bis zum Schluss als sehr befremdlich empfand.

**Fazit:**

Abschließend waren die zwei Monate in Kapstadt für mich unglaublich lehrreich und ich kann es auf jeden Fall weiterempfehlen. Man erhält viele neue Eindrücke, gerade auch im medizinischen Bereich, ohne dass der Unterschied zu deutschen Krankenhäusern unüberbrückbar ist. Auch sieht man viele Krankheitsbilder (leider) in deutlich fortgeschrittenen Stadien und sieht (leider) eine Vielzahl an Infektionskrankheiten (vor allem Tuberkulose und HIV).

Die Freizeit fühlt sich dabei wie Urlaub an und ich hatte das Glück zwei Monate des deutschen Winters in der Sonne verbringen zu dürfen. Man kann unglaublich viele verschiedene Dinge unternehmen und wenn man sich vorsichtig verhält und ein paar grundlegende Dinge beachtet, kann man sich auch sicher durch die Stadt bewegen.

Daher kann ich allen, die überlegen ein Teil des PJs im Ausland zu verbringen, Kapstadt und das Victoria Hospital in Wynberg ans Herz legen.



