

Erfahrungsbericht:

PJ-Aufenthalt in der Schweiz

Ich habe das Wahlterial „Frauenheilkunde und Geburtshilfe“ meines Praktischen Jahres in der Schweiz verbracht. Das Klinikum GZO Spital Wetzikon ist ein Lehrkrankenhaus des Unispitals Zürich (USZ).

Vorbereitung:

Der Kontakt lief völlig unkompliziert direkt über das Sekretariat der Frauenklinik. Nach einer ersten Kontaktaufnahme, musste ich meine Bewerbungsunterlagen per E-Mail schicken und habe dann eine Zusage erhalten. Alle weiteren notwendigen Unterlagen kamen per Post. Wichtig ist es zu wissen, dass man in der Schweiz als Unterassistent richtig angestellt ist. Man muss sich also bewerben und einen Vertrag unterschreiben. Da dies für alle Praktikanten gilt (egal ob PJ oder Famulatur) und die Schweiz super beliebt bei Studenten ist, empfehle ich wirklich, sich 1-1,5 Jahre vorher schon einmal zu bewerben.

Wenn man für mehr als 3 Monate in der Schweiz arbeitet, muss man sich dort Anmelden und einen Ausländerausweis beantragen. Dies läuft zunächst über die Kommune und dann über das Migrationsamt in Zürich. Wenn man sich erst einmal durch den bürokratischen Dschungel gekämpft hat, kriegt man dies aber ganz gut organisiert. Darüber hinaus muss man sich bei einem Aufenthalt von mehr als 3 Monaten krankenversichern. Man kann sich von dieser Pflicht befreien lassen, wenn man privat versichert ist. Hierbei ist es jedoch dringend zu empfehlen vorher mit der Versicherung in Deutschland zu klären, ob alle geforderten Punkte auch wirklich übernommen werden. Ansonsten kann man relativ unkompliziert über deutsche oder auch schweizer Versicherungen eine studentische Krankenversicherung abschließen, welche weitaus preiswerter als die Pflichtversicherung ist, und sich dann auch von der allgemeinen Versicherungspflicht befreien lassen.

Ich würde jedem empfehlen, ein Monatsabo für den Regionalverkehr abzuschließen. Die Infrastruktur ist wirklich toll und man kann mit der Bahn wirklich viel rund um den Zürichsee erkunden. Darüber hinaus habe ich mir einfach eine Pre-Paid Karte für mein Handy gekauft, da die Schweiz nicht zum EU-Roaming gehört und mein Handyvertrag auch keine Erweiterung für den Zeitraum angeboten hat. Ein schweizer Konto habe ich mir nicht eingerichtet, man zahlt dann bei der Überweisung des Gehalts zwar etwas Gebühr, aber für die 4 Monate hat es sich in meinen Augen nicht gelohnt.

Die ersten zwei Monate bekam man 1200CH, die zweite Hälfte 1400CH. Hiervon wurden Steuern und die Miete direkt abgezogen. Auch für die Überweisung auf ein deutsches Konto wurde ein wenig Gebühr abgezogen. Von dem Geld konnte man ganz gut in der Schweiz zurecht kommen, auch wenn man bedenken muss, dass alle möglichen bürokratischen Dinge – wie die Beantragung der Aufenthaltsgenehmigung und die Krankenversicherung – ebenfalls kostenpflichtig sind.

Unterkunft:

Eine Personalunterkunft für 450CH wurde vom Spital aus angeboten. Im Vergleich zu den Mietpreisen in Zürich selbst, ist das wirklich ein Schnäppchen. Die Personalunterkünfte sind zwei kleine Häuser mit Zimmern für 5 oder 9 Studierenden. Sie sind recht altmodisch, haben aber alles, was man braucht und sind durchaus sauber. Bettwäsche, Handtücher und Küchenutensilien werden gestellt und die Bäder und die Küche werden einmal pro Woche gereinigt. Die Vermietung klappt völlig problemlos und sowohl das Einzugs- als auch das Auszugsdatum sind flexibel vereinbar. Die Miete wird dann direkt vom Gehalt abgezogen. Ein weiterer positiver Aspekt ist, dass die Unterkünfte ca. 3 Minuten vom Spital entfernt liegen. Das ist natürlich besonders morgens sehr angenehm.

Praktikum:

Montags begann der Tag um 7:45Uhr, die anderen Wochentage um 7:30Uhr. Ich musste keine Wochenenddienste übernehmen, konnte aber freiwillig Spät- und Nachtdienste mitmachen, um dort Erfahrung zu sammeln. Der Tag endete immer um 17-17:30Uhr mit dem Nachmittagsrapport. Wenn danach nichts mehr zu tun war, konnte man gehen. Wenn man etwas wichtiger zu erledigen hatte, konnte man auch mal früher gehen, dies war aber eher die Ausnahme.

Man muss zwar immer lang arbeiten, aber da ich das Gefühl hatte, wirklich einen immensen Wissenszuwachs erreicht zu haben, war dies für mich völlig in Ordnung.

Das Team ist eher klein, sehr jung und super nett. Ich habe mich insgesamt sehr wohl gefühlt. Die Hierarchien sind sehr flach und im gesamten Spital wird sich geduzt. Das Spital ist mittelgroß und sehr familiär. Es ist eigentlich wirklich überall eine angenehme Stimmung und besonders die Pflege ist auffällig freundlich. Die Organisation im Spital ist wirklich super. Am ersten Tag bekommt man alle nötigen PC-Zugänge, seine Chip-Karte und einen Einführungstag. Auf Station wissen die Ärzte Bescheid, dass man kommt und man ist von vorn herein auch im Dienstplan eingeteilt. Dies ist super angenehm, weil man sich eher als Teil des Teams, als als Praktikant sieht.

Das Spital ist bezüglich der Gynäkologie ein B Spital. Jedes Krankenhaus wird in die Kategorie A oder B eingeteilt (je nach Größe und Vorhandensein einer Neonatologie) und die Assistenten müssen beide Kategorien durchlaufen haben, ehe sie den Facharzt machen dürfen. Dadurch ist die Fluktuation in den Häusern relativ groß. Ich habe mich an einem B Spital für den Anfang sehr wohl gefühlt. Zwar wurden keine Risikoschwangerschaften unter der 35. SSW betreut, aber das operative Spektrum der Klinik ist sehr groß. Ich hab es also als sehr angenehm empfunden, um die Grundlagen der Geburtshilfe zu lernen und dennoch einen Einblick in die Breite des Faches zu erhalten.

Die erste Hälfte meines Tertials war ich im Gebärsaal und dem Wochenbett eingeteilt, die zweite Hälfte im Op und der dazugehörigen Station.

Es wird stets versucht, viel zu teachen und wenn man sich interessiert zeigt, darf man auch einiges unter Supervision selbst machen (kleinere Operationen wie Curretagen, Ultraschalluntersuchungen, Spekulumuntersuchungen) und eigene Patienten betreuen (stationär, Notfälle und Aufnahmen). Blutentnahmen entfallen, da dies in der Schweiz von der Pflege übernommen wird. Insgesamt wird auf jeden Fall versucht, dass man viel lernt. Man kann sich jede Sprechstunde anschauen und darf wirklich immer Fragen stellen. Im

Gebärsaal kann man eigentlich immer bei Geburten dabei sein (wenn man vorher fragt und sich vorstellt), die U1 bei den Neugeborenen machen und viele Sonos (Lageschall und Biometrien) machen. Bei Kaiserschnitten ist man meist als 2. Assistenz eingeteilt. Im OP ist man je nach personeller Lage 1. oder 2. Assistenz und wird dort am Vortag fest zugeteilt. Wenn man sich auch hier interessiert zeigt, darf man relativ viel selbst machen. Ab und zu wird man abgefragt, aber eigentlich immer in einer sehr netten Atmosphäre und ohne Druck.

Freizeit:

Wetzikon ist mit dem Zug 20min von Zürich entfernt. Man kann sich ein Monatsabo für den gesamten Bereich rund um den Zürichsee für 134CH kaufen. Ich habe dies stets ausgenutzt und fast jedes Wochenende in Zürich verbracht. Aber auch rund um Wetzikon kann man die Freizeit gut verbringen. Die Stadt an sich ist eher klein, aber es gibt dennoch alles, was man braucht. Die anderen PJler sind immer interessiert an gemeinsamen Unternehmungen und Abendessen etc.

Je nachdem, ob man im Winter oder Sommer da ist, bietet die nähere Umgebung viele Freizeitmöglichkeiten. Da ich im Winter in der Schweiz war, konnte man die Wochenenden zum Skifahren oder Rodeln super nutzen. Zürich und die gesamte Gegend rund um den Zürichsee ist total lebenswert und man kann sich immer super beschäftigen, wenn man möchte. An Freizeitaktivitäten mangelt es wirklich nie!!

Fazit:

Insgesamt habe ich eine super Zeit in der Schweiz erlebt. Neben den Vorteilen, die die Ausbildung hier bietet (flache Hierarchien, Rotation zwischen A- und B-Spitälern, Anerkennung von Praktikanten, gute Lehre), habe ich die Lebensqualität rund um Zürich sehr genossen! Wenn man sich erst einmal an die absurd-hohen Preise gewöhnt hat und diese nicht mehr ganz so ernst nimmt, kann man die Angebote wirklich in vollen Zügen genießen.



Blick auf den Neubau



Blick aus dem Stationszimmer



Blick aus dem Studentenwohnheim



Blick auf den Zürichsee