

PROMOS/DAAD – Erfahrungsbericht

Studienfach: Medizin

Zielort: Norwegen, Trondheim

Art und Zeitraum des Auslandsaufenthaltes: Auslandssemester 06.01.2016 – 11.06.2016

Institution: Norwegian University of Science and Technology NTNU, Faculty of Medicine

Vorbereitung und Anreise

Nachdem ich während und nach der Schulzeit zwei längere Auslandsaufenthalte absolviert habe, stand für mich fest, dass ich auch im Studium ein Auslandssemester machen wollte. Ich hatte mich für Norwegen entschieden, da zu einem meine Großmutter Norwegerin ist und ich ihr Land und ihre Sprache besser kennen lernen wollte und zum anderen mich der Aufbau und die Inhalte an der Universität in Trondheim angesprochen haben. Da die MHH keinen ERASMUS Vertrag mit der NTNU Trondheim hat, habe ich mich dort als „free mover“ direkt bei der Universität beworben und mich für die finanzielle Unterstützung auf ein PROMOS Stipendium beworben. Auf der Homepage der Universität findet man detaillierte Informationen wie, wo und wann man sich bewerben muss (http://www.ntnu.edu/studies/exchange_students/how_to_apply), aber auch Informationen über das studentische Leben, Unterkunftsmöglichkeiten etc. Ich habe mich zur Bewerbungsfrist am 1. Oktober beworben und am 18. November die Zusage bekommen. Das Semester fing für mich schon am 4. Januar an, so dass es recht kurzfristig, aber dennoch genügend Zeit um alles Wichtige zu organisieren war. Die International Office der NTNU hat mich während dieser Zeit per Mail über alles was zu erledigen war informiert. Zusätzlich zur Bewerbung auf das Englische Semester „[MD4041 Semester IID for International Students](#)“ kann man sich auch noch auf einen norwegisch Kurs bewerben, der von der Uni angeboten wird. Es gibt allerdings nur begrenzte Plätze und ich selber habe diesen Kurs nicht besuchen können.

Als „free-mover“ muss man noch eine Semestergebühr über ca. 60€ zahlen, ich wusste das nicht im Vorhinein, es wird einem aber dort erklärt.

Von Deutschland aus kann man mit etwas Glück sehr günstig nach Trondheim fliegen, so zum Beispiel von Berlin mit Norwegian Airlines oder von Hamburg oder Hannover mit SAS. Gut zu wissen ist, dass es bei SAS einen Jugendtarif für Studenten unter 26 Jahren gibt.

Bei der Ankunft findet erstmal ein 5-tägiges Orientierungsprogramm statt, bei dem die letzten organisatorischen Fragen geklärt werden können, man Zeit hat die anderen Studenten kennenzulernen, und verschiedene Aktivitäten unternommen werden. Unter

anderem kann man dort auch sehr günstig über ESN (Erasmus Student Network Trondheim) eine „MyCall“ **Handy-SIM-Karte** erwerben, mit der man kostenlos zwischen MyCall Anbietern telefonieren und günstige Internetpakete kaufen kann. Die medizinische Fakultät fing jedoch dieses Jahr eine Woche vor den anderen Fakultäten mit den Vorlesungen an, so dass man sich im Voraus gut erkundigen sollte wann Vorlesungsbeginn ist.

Unterkunft und Verpflegung

Eine Unterkunft wird einem als Austauschstudent vom Studentenwerk SiT angeboten, sobald man sich an der Universität bewirbt. Es wird einem geraten sich auf ein möbliertes Studentenwohnheim (Schrank, Schreibtisch, Bett) in Moholt oder Steinan zu bewerben. **Moholt studentby** ist ein typisches „ERASMUS-Wohnviertel“, liegt etwas außerhalb (15 min mit dem Rad in die Innenstadt) und ist in Vierer-Wohngemeinschaften mit gemeinsamer Küche und Bad aufgeteilt. Es ist sicherlich der einfachste und günstigere Weg eine Wohnung zu finden und eine gute Möglichkeit ausländische Studierende (eher selten norwegische Studenten) zu treffen. Ich habe dort mit einer Französin und zwei Italienerinnen gewohnt. Von Moholt aus gibt es gute **Einkaufsmöglichkeiten**. REMA 1000 ist für norwegische Verhältnisse günstig und nicht weit entfernt, Bunnpris ist dagegen etwas teurer. Generell sind Lebensmittel in Norwegen teurer als in Deutschland, man kann jedoch gut auf günstigere norwegische Produkte zurückgreifen. Ich habe für Unterkunft und Verpflegung in etwa das doppelte pro Monat ausgegeben verglichen mit meinen Ausgaben hier in Deutschland.

TIPP: Küchenutensilien und Bettzeug sind nicht vorhanden, werden aber in der Facebook Gruppe „Students´ market Trondheim“ oft günstig abgegeben und IKEA ist auch nicht weit entfernt. Es lohnt sich schon vor Abreise nach Sachen zu suchen, z.B im Dezember, während die Studenten des vorigen Semesters noch in Trondheim sind.

Gastinstitution/Studium

Das englische Semester wird sowohl im Herbst als auch im Sommersemester angeboten, wobei im Sommersemester (Januar bis Juni) deutlich weniger Austauschstudenten studieren. Wir waren 10 Austauschstudenten und 50 norwegische Studenten, was meiner Meinung nach ein Vorteil war, um mit unseren norwegischen Mitstudenten in Kontakt zu treten. Zudem ist man in Kleingruppen aufgeteilt; immer acht Studenten haben mittwochs und donnerstags zusammen „**Clinical Teaching**“ auf Station und „PBL“ (Problem-orientiertes Lernen) in dem klinische Fälle diskutiert werden. Aller Unterricht ist auf Englisch

(Vorlesungen, Clinical Teaching und PBL) oder wird im Notfall übersetzt und findet im St. Olavs Hospital statt. Die Organisation ist sehr gut und übersichtlich und man findet alles Nötige im „[Semester handbook IIDSpring 2016](#)“. Zudem gibt es einen Online-Stundenplan (<https://timeplan.medisin.ntnu.no>), Spint- Schränke/Umkleiden (Schloss und Schuhe fürs Krankenhaus am besten mitbringen) und Leseräume für jedes Studienjahr. Die Fächer werden blockweise gehalten: Pädiatrie, Gynäkologie, Geburtshilfe, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Nephrologie, Urologie, Endokrinologie. Radiologie und Pathologie werden als Nebenfächer begleitend unterrichtet. Am Ende des Semesters gibt es für alle Fächer zusammen eine schriftliche (100 MCQ Fragen) und eine sehr faire, gute mündliche Prüfung (drei Bereiche). Prüfungen aus den vorherigen Jahren findet man mit den zugehörigen Lösungen auch im Internet (<http://www.ntnu.no/dmf/studier/medisin/eksamensoppgaver>). Das „Clinical Teaching“ wird von jedem Fach individuell gestaltet, generell kann man sagen, dass sich die jeweiligen Ärzte immer sehr viel Zeit genommen haben. Vollkommen neu waren für mich die wöchentlichen **PBL-Fälle**. In unserer Kleingruppe haben wir eigenständig pro Woche einen dieser Fälle diskutiert und konnten Fragen an einen anwesenden Tutor stellen. *Welche Informationen brauche ich von dem Patienten? Welche Differenzialdiagnosen kommen in Frage? Wie gehe ich vor? Welche Labortest ordere ich an? Welche diagnostischen Methoden/ bildgebenden Verfahren wende ich an? Muss ich den Patienten überweisen? Wie kann ich den Patienten behandeln? Wie ist das Follow-up?* Diese Fragen und viele weitere haben in ihrem Zusammenhang dazu beigetragen, dass ich in diesem Semester viele praxisnahe Dinge gelernt habe, besonders mein Wissen auch in klinischen Fällen anzuwenden, zu hinterfragen, zu diskutieren und zu kombinieren. Ich bin der Meinung dass diese Art von Lehre sehr wichtig für unser späteres Berufsleben ist und in unserem Studium oft viel zu kurz kommt.

Freizeit und Alltag

Neben dem täglichen Unterricht an der Uni (meist zwischen 8 und 16.00 Uhr) bietet Trondheim einem eine schöne kleine Innenstadt und jede Menge Möglichkeiten um draußen aktiv zu sein. Im Winter, der etwa bis Ende März anhält, ist es gut eine **Buskarte** zu haben. Die ist für Studenten und für längere Zeiträume günstiger, Einzelfahrten hingegen sind teuer. Man kann die Buskarte einfach über die ATB HandyApp oder eine Plastikkarte im ATB Shop im Zentrum kaufen. Bei bis zu -15 °C ist doch sehr kalt und die Straßen sind oft vereist oder verschneit, um mit dem Rad unterwegs zu sein. Ansonsten kommt man in Trondheim auch überall mit dem Fahrrad hin, die auch über Student´s market Trondheim gebraucht verkauft werden. Der Weg zum St. Olavs Krankenhaus dauert bergab mit dem Fahrrad nur ca. 10 min.

In Moholt kann man sich von ISN Trondheim auch **Langlaufski** für das ganze Semester leihen und im Winter die etlichen zum Teil auch beleuchteten Loipen in Estenstadsmarka (Loipe direkt von Moholt aus) oder auch Bymarka auszuprobieren. Die Norweger sind sehr sportlich und nutzen ihre schöne Natur mit Fjorden, Bergen und Wäldern jederzeit dazu.

Vom Hochschulsport Verein NTNUI gibt es ein Netz von kleinen bis größeren Hütten, zu denen man fahren/wandern/skilaufen kann um dort entspannte Tage oder ein Wochenende zu verbringen. Für Mitglieder kostet die Übernachtung 30 Kr für Nicht-Mitglieder 60 Kr. Von Trondheim aus kann man auch gut mit dem Auto kleine Touren machen (Roros, Geiranger, Alesund, Atlantik Straße...); über Sixt kann man ein Auto übers Wochenende zu Studentenkonditionen mieten.

Ich habe während meines Semesters in einem Studentenchor gesungen und auch sonst gibt es viele verschiedene Kurse und Angebote. Jeden Freitag bin ich zum Eisbaden im Sjøbadet in den Fjord gegangen und habe dort auch mein Norwegisch verbessern können. Die meisten Norweger sprechen gut Englisch, was die Kommunikation sehr einfach macht, dem **norwegisch Lernen** aber ein bisschen im Weg steht. Trotzdem sind sie froh, wenn man ihre Sprache lernen möchte und bleiben dann auch beim Norwegisch. Norwegisch an sich ist dem Deutschen in vielen Wörtern ähnlich und man kann es je nach Eigenmotivation mehr oder weniger gut lernen. Es gibt auch verschiedene online Kurse wie z.B. Norwegian on the Web (<http://www.ntnu.edu/now>), an dem sich auch der von der Uni angebotene Kurs orientiert.

Fazit

Mein Auslandssemester war, wie der Norweger sagen würde, „kjempefint“! Es war beeindruckend den Wandel in der Stadt während der Jahreszeiten Winter-Frühling-Sommer zu beobachten, denn hier gibt es wirklich große Unterschiede was Sonnenscheindauer, Temperatur, Vegetation und das Stadtleben betrifft. Ich habe es sehr genossen so nah an der Natur zu sein und das mit Selbstverständlichkeit jeden Moment nutzen zu können. Ich bin froh über die viele neuen Freundschaften die ich mit Norwegern, Italienern, Österreichern und auch anderen Deutschen geschlossen habe. Ich habe einen neuen und viel intensiveren Eindruck von diesem Land bekommen, als ich es vorher von meinen Urlauben her kannte und habe ein super Semester am St. Olavs Krankenhaus gehabt. Ich freue mich riesig eines Tages noch einmal nach Trondheim zu fahren, wer weiß, vielleicht ja auch für länger.