

## Reflexionsbericht – Praktikum auf der Unfallchirurgie im Landeskrankenhaus Salzburg

Im Rahmen meiner Ausbildung hatte ich die einzigartige Gelegenheit, für vier Wochen ein Praktikum auf der Unfallchirurgie im Landeskrankenhaus Salzburg zu absolvieren. Diese Zeit war für mich sowohl fachlich als auch persönlich eine prägende Erfahrung, die mich in vielerlei Hinsicht weiterentwickelt hat. Besonders hervorzuheben sind die vielfältigen Eindrücke, die unterschiedlichen Aspekte der Patientenversorgung und die bedeutenden sozialen Interaktionen, die meine Zeit in Salzburg so bereichert haben.



Zu Beginn meines Aufenthalts sah ich mich einer Vielzahl neuer Eindrücke und Herausforderungen gegenüber. Die neue Umgebung wirkte zunächst überwältigend. Ich erinnere mich an die ersten Tage, in denen ich mich erst einmal orientieren musste. Die Abläufe auf der Station unterschieden sich erheblich von dem, was ich aus Deutschland gewohnt war. Hier fühlte ich mich oft verloren und unstrukturiert, was mich in eine Art Stress versetzte. Ich hatte Schwierigkeiten, die Dynamik der Station zu begreifen und den komplexen Anforderungen gerecht zu werden. Das Fehlen eines vertrauten „Safe Space“ verstärkte mein Gefühl der Unsicherheit. Das Umfeld war fremd, die Kollegen und Patienten waren mir unbekannt. Es war eine ständige Herausforderung, mich anzupassen und die Abläufe zu verstehen. Es gab Momente, in denen ich mich überwältigt fühlte, und ich hätte mir gewünscht, mehr Unterstützung in diesen ersten, zaghafteren Tagen zu erhalten.

Eine große Unterstützung in dieser Zeit waren die fünf Mit-Auszubildenden aus Göttingen, mit denen ich gemeinsam im Wohnheim untergebracht war. Obwohl die Wohnsituation anfangs gewöhnungsbedürftig war – das Wohnheim war einfach eingerichtet, und wir teilten uns Gemeinschaftstoiletten und Duschen – entwickelte sich dieser Ort schnell zu einem wichtigen sozialen Rückhalt. Die Verbindung, die wir durch das gemeinsame Kochen und die abendlichen Treffen aufbauten, war essenziell, um mein anfängliches Unwohlsein zu überwinden. Besonders prägend war auch das Gefühl der Gemeinschaft, das wir zusammen entwickelten; es half mir, die Herausforderung des neuen Umfelds besser zu bewältigen. Unsere gemeinsamen Aktivitäten in Salzburg spielten ebenfalls eine entscheidende Rolle. Wir erkundeten die Stadt, besuchten Restaurants und gönnten uns manchmal den Besuch einer

Bar. Diese Erlebnisse führten dazu, dass die Unsicherheit, die ich anfangs empfand, schnell schwand. Ich fühlte mich immer mehr in die Gruppe integriert und konnte willkommen und akzeptiert sein. Ein besonderes Highlight war unser gemeinsamer Skiausflug, der mir nicht nur sportlich neue Erfahrungen bot, sondern auch den Zusammenhalt innerhalb unserer Gruppe stärkte. Es war beeindruckend zu sehen, wie wir uns gegenseitig unterstützten, unabhängig von unseren unterschiedlichen Erfahrungslevels. Durch die guten Tipps und die Ermutigung von Fortgeschrittenen konnte ich schnell Fortschritte machen. Das Gefühl, Teil einer unterstützenden Gemeinschaft zu sein, erleichterte es mir, die Herausforderungen des Praktikums zu meistern.

Die Zeit auf der Unfallchirurgie stellte für mich eine bedeutende fachliche Herausforderung dar. Ich hatte zuvor noch nie in einem unfallchirurgischen Umfeld gearbeitet, was den Einstieg umso spannender machte. Die Station war während meines gesamten Praktikums durchgehend voll belegt, was den Arbeitsalltag intensiv und fordernd gestaltete. Dabei wurde ich mit einer Vielzahl von Krankheitsbildern konfrontiert, von typischen Sportverletzungen, wie sie bei Skiunfällen auftreten, bis hin zu schweren Traumata infolge von Autounfällen.



Die Behandlung von Patienten mit Kriegsverletzungen aus der Ukraine war eine besonders eindrückliche Erfahrung, die mir die Realität des Leids und der Verletzlichkeit in unserer Welt vor Augen führte. Es war bewegend zu sehen, wie stark die Menschen trotz ihrer Verletzungen waren und wie wichtig es war, ihnen die bestmögliche Pflege zukommen zu lassen. Diese Begegnungen prägten meine Sichtweise auf das Gesundheitswesen und verdeutlichten mir, wie wichtig Empathie und Mitgefühl in unserem Beruf sind.

Ein weiterer Schwerpunkt meiner Erfahrungen lag auf der Versorgung geriatrischer Patientinnen und Patienten. Hierbei erlebte ich intensive Momente im Umgang mit demenziell erkrankten Personen und Menschen im Delir. Diese Situationen erforderten viel Geduld, Einfühlungsvermögen und Flexibilität. Ich lernte schnell, dass Kommunikation nicht immer verbal erfolgen muss und dass es oft die kleinen Gesten sind, die den Unterschied machen können. In vielen Fällen war es notwendig, die Bedürfnisse und Sorgen der Patienten zu erkennen und darauf einzugehen, selbst wenn sie es nicht in Worte fassen konnten. Dies

stellte eine wertvolle Lernerfahrung für mich dar, da ich verstand, wie wichtig es ist, aufmerksam und sensibel gegenüber den Bedürfnissen der Patienten zu sein.

Die Kombination aus der körperlich anstrengenden Arbeit im Schichtbetrieb und herausfordernden pflegerischen Situationen machte die 12-Stunden-Schichten besonders anspruchsvoll. Ich musste lernen, meine Energie gezielt einzuteilen und mich in stressigen Momenten



zu konzentrieren. Diese Herausforderungen führten dazu, dass ich nicht nur meine fachlichen Kompetenzen weiterentwickelte, sondern auch meine persönliche Resilienz stärken konnte. Ich fand Strategien, um mit Stress umzugehen, und lernte, ruhiger zu bleiben, wenn die Situation angespannt war. Besonders positiv ist mir der Kontakt zu den Patientinnen und Patienten in Erinnerung geblieben. Viele zeigten großes Interesse an meiner Person und meinen Erfahrungen, was mir den Aufbau von Beziehungen erheblich erleichterte. In meinen Gesprächen mit den Patienten konnte ich schnell Vertrauen aufbauen und erlebte Momente, in denen ich das Gefühl hatte, wirklich etwas bewirken zu können. Diese Interaktionen sprachen nicht nur meinen Fachbereich an, sondern verbreiterten auch meinen Horizont, indem sie mir Einblicke in das Leben und die Sorgen dieser Menschen gaben.

Eine Erfahrung, die mir besonders ans Herz gewachsen ist, war die Betreuung eines älteren Patienten, der nach einem schweren Unfall auf der Station lag. Trotz seiner Schmerzen und der ungewissen gesundheitlichen Situation zeigte er eine bemerkenswerte Lebensfreude und Dankbarkeit für die kleinsten Dinge. Unser Austausch über sein Leben, seine Familie und seine Hobbys ließ mich erkennen, wie wichtig es ist, auch in herausfordernden Zeiten eine positive Perspektive zu bewahren. Diese Begegnung hat mir nicht nur die Bedeutung von Empathie vor Augen geführt, sondern auch, wie bereichernd der Kontakt zu den Patienten sein kann.

Zusammenfassend kann ich sagen, dass die vier Wochen in Salzburg eine intensive, lehrreiche und bereichernde Erfahrung für mich waren. Ich habe nicht nur mein fachliches Wissen erweitert, sondern auch gelernt, mit neuen und herausfordernden Situationen umzugehen. Besonders wertvoll empfinde ich die persönliche Entwicklung, die ich in dieser Zeit durchlaufen habe. Ich habe gelernt, mich schneller auf neue Umgebungen einzustellen,

offener auf Menschen zuzugehen und auch in schwierigen Momenten durchzuhalten. Rückblickend bin ich sehr dankbar für diese Erfahrung. Sie hat mir nicht nur neue Perspektiven auf mein zukünftiges Berufsleben eröffnet, sondern auch meine Einstellung zum Umgang mit Menschen in Notlagen geprägt. Ich würde mich jederzeit wieder für ein solches Praktikum entscheiden und empfehle anderen Auszubildenden, ähnliche Erfahrungen zu sammeln.

