

## Erasmusbericht Innsbruck (Österreich) 09.05-03.06.2022

Im Mai dieses Jahres hatte ich noch kurz vor meinem bevorstehenden Examen die Möglichkeit ein Praktikum in Innsbruck zu machen. Hier konnte ich einen Blick auf eine kinder-kardiologische und neurologische Station werfen und in einem anderen Schichtmodell arbeiten. In meiner Freizeit habe ich tolle Touren gemacht und das super Wetter in Innsbruck genossen.



Als ich mit dem Zug in Innsbruck ankam war ich schon komplett begeistert. Überall wo man hinschaut sieht man ein tolles Bergpanorama. Egal, ob man nach dem Aufstehen aus dem Fenster schaut, zur Arbeit fährt oder einen Spaziergang am Inn macht. An diesem Bild werde ich mich auch die weiteren 4 Wochen noch nicht sattgesehen haben. Gewohnt habe ich in einer vierer WG, die ich über eine Facebook Gruppe gefunden habe. Die Wohnung war sehr gut gelegen und die Mitbewohner\*innen waren einfach toll. Wir haben uns auf Anhieb verstanden und einige Abende in unserer Loggia verbracht.

Vor meinem ersten Tag auf Station war ich dann ganz schön aufgeregt, ich musste erst einmal alle möglichen organisatorischen Dinge erledigen, bevor ich auf die Station gehen konnte. Dort angekommen wurde ich herzlich aufgenommen und im tiroler Dialekt begrüßt- den ich zu Anfang teilweise wirklich schwer verstanden habe. Aber da gewöhnt man sich schnell ein und ein paar Redewendungen schleichen sich auch in den eigenen Sprachgebrauch ein.

In der Klinik gibt es drei verschiedene Schichtzeiten, der Großteil der Besetzung arbeitet von 7<sup>00</sup> bis 19<sup>00</sup>, also 12 Stunden. Einige wenige haben nur einen Dienst bis 16<sup>00</sup>, 14<sup>00</sup> oder von 9:30 bis 19<sup>00</sup>. An den meisten Tagen habe ich einen 12 Stunden Dienst gearbeitet und mich als erstes gefragt: Was nehme ich denn da alles zu Essen mit? Und habe ich dann mehrere Pausen oder eine lange? Tatsächlich hat man eine 1,5 Stunden Mittagspause. Das finde ich total super! Man hat genug Zeit zum Essen und kann danach noch nach draußen gehen und sehr gut abschalten. Ich hatte meistens ziemlich gutes Wetter und habe daher viel Zeit meiner Pause auf dem Liegestuhl auf dem Balkon verbracht.

Aber jetzt von der Pause mal zur Arbeit. Auch das Arbeiten in den 12 Stunden Diensten fand ich wirklich gut und gar nicht mal so anstrengend wie ich zu Beginn vermutet hatte. Man arbeitet dadurch höchstens vier Tage am Stück und hat dann meist drei Tage frei. Man ist zwar den ganzen Tag auf der Arbeit, aber man kommt nicht zu spät nach Hause, sodass man am Abend noch etwas Freizeit hat. Und auch das Aufstehen um 7<sup>00</sup> macht einen Unterschied. Das Arbeiten auf der Station hat sich in den meisten Teilen gar nicht so doll von dem wie ich es schon kenne unterschieden. Die Abläufe waren natürlich teilweise anders, aber da habe ich mich schnell einfinden können. Auf der Station waren viele Kinder, die eine Epilepsie haben und deshalb unter stationärer Beobachtung sein mussten. Das war sehr interessant für mich, da ich an der MHH bisher wenig mit Kindern nach oder während eines Krampfanfalls in Kontakt gekommen bin. Außerdem waren auf der Station auch viele Kinder mit infektiösen Erkrankungen oder typischen Kinderkrankheiten, wie z.B. nach einem Pseudokrampf. Mit diesen Krankheitsbildern bin ich bisher wenig in Kontakt gekommen und konnte so auch einmal Kinder mit weniger speziellen Erkrankungen betreuen. Auf der Station haben die



Patienten oft gewechselt und ich konnte so lernen, mich auf immer wieder neue Kinder einstellen zu können.

In meiner Freizeit bin ich in dem riesigen und modernen Kletterzentrum klettern oder bouldern gegangen, aber vor Allem war ich in den Bergen unterwegs. Meine erste kleine Tour ging auf die



Hafelekar Spitze von der Seegrube aus, denn man kann eine Seilbahnhilfe in Anspruch nehmen und auf bis zu über 2000m fahren. Das war eine schöne Tour, bei der ich direkt ganz liebe Menschen kennenlernen durfte. In den letzten drei freien Tagen die ich hier hatte, habe ich noch einmal drei tolle Touren gemacht und dabei fast 40km zurückgelegt. Ich bin über eine kleine Kletterei zum Achselkopf hoch, zum Brandjochkreuz auf 2268m Höhe und habe den tollen Ausblick über Innsbruck und die angrenzenden Berge genießen können. Eine tolle Wanderung habe ich in den Stubai Alpen gemacht, an Wasserfällen vorbei bis zur Blauen Lacke, einem Bergsee auf 2289 Metern. Der Weg war so schön, man ist durch einen Märchenwald gegangen und dann an einem Fluss entlang bis zu der türkisfarbenen Blauen Lacke. Das war wirklich ein toller Abschluss, eines tollen Aufenthaltes.

Ich könnte noch viel mehr berichten, weil einfach alles ein Highlight war. Ich hatte eine wunderbare Zeit hier und würde so ein Auslandspraktikum immer wieder machen. Vor allem ist Innsbruck eine wunderschöne Stadt und man kommt mit ganz lieben Menschen in Kontakt.

