



Abschlussbericht des Auslandspraktikums in Riga (Lettland) mit Erasmus+ von Hannah

Zeitraum: 24. August 2019 bis 21. September 2019

Im Rahmen des Erasmus+ Programms der Medizinischen Hochschule Hannover habe ich im Sommersemester 2019 von August bis September ein vierwöchiges Auslandspraktikum in Riga (Lettland) am *Pauls Stradiņš Clinical University Hospital* absolviert. Zu diesem Zeitpunkt befand ich mich im 2. Ausbildungsjahr zur Medizinisch-Technischen Assistentin für Laboratoriumsmedizin an der Medizinischen Hochschule Hannover. Ich habe das Praktikum gemeinsam mit noch drei weiteren Mitschülerinnen aus meiner Ausbildung aus Deutschland absolviert und organisiert. Wir hatten uns dazu entschieden bereits ein Wochenende vor dem offiziellen Praktikumsbeginn anzureisen, damit wir etwas Zeit dafür haben, uns einzuleben und den Alltag in Riga für die kommenden Wochen zu organisieren. Wir sind mit dem Flugzeug angereist und starteten am Samstagmorgen gegen acht Uhr vom Hannoveraner Flughafen Richtung Frankfurt, um dort dann in den Flieger nach Riga zu wechseln. Die Anreise dauerte insgesamt ca. viereinhalb Stunde und funktionierte glücklicherweise ohne größere Komplikationen oder Gepäckverlust. Leider hielt die Freude über die reibungslose Ankunft nicht lange an, denn wir wurden leider von dem Taxifahrer, der uns vom etwas abgelegenen Flughafen Rigas zu unserer Unterkunft bringen sollte, direkt abgezockt. So zahlten wir anstatt der üblichen 15 Euro für die Strecke mehr als das Dreifache. Später gab uns unser Host noch einige Empfehlungen, welche Taxis und Transportmöglichkeiten man in Riga bedenkenlos zu fairen Preisen nutzen könne. Leider kamen diese Informationen für uns etwas zu spät. Daher würden wir jedem empfehlen, der eine Reise nach Riga plant, sich bereits vor Antritt der Reise ein wenig über die örtlichen Taxiunternehmen zu informieren. Als wir dann endlich etwas frustriert an unserer AirBnb-Unterkunft ankamen, die in einem vorstädtischen Teil von Riga gelegen war, war die Besitzerin der Unterkunft zu Glück vor Ort und lies uns nach einem kurzen Telefonat in die Wohnung. Die Wohnung bestand aus zwei Schlafzimmern mit Doppelbett, einem kleinen Wohnzimmer, Duschbad und Küche. Auch gab es einen kleinen Balkon zum Innenhof raus. Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln könnten wir innerhalb von ca. 15 Minuten die Innenstadt Rigas erreichen und innerhalb von ca. eine halbe Stunde gelangten wir mit dem Linienbus zu unserer Praktikumsstelle. Die Bushaltestellen waren fußläufig nicht mehr als 5 Minuten von unserer Unterkunft entfernt. Da das öffentliche Verkehrsnetz in Riga sehr gut ausgebaut ist, und man damit wirklich problemlos von A nach B kommt, empfiehlt es

sich für die Praktikumszeit eine Monatsfahrkarte für 50 Euro von der Rigaischen Verkehrsgesellschaft *Rīgas satiksme* zu erwerben. Mit der Fahrkarte kann man dann alle Linienbusse und -bahnen innerhalb Rigas nutzen und auch beliebig umsteigen. Leider fanden wir erst in unserer ersten Praktikumswoche heraus, dass man die Monatskarten nur in einem Kundencenter der Verkehrsgesellschaft und nicht am Automaten kaufen kann. Daher haben wir die Tage zuvor noch die deutlich teureren Tagesfahrkarten aus dem Automaten genutzt.

Am ersten Montag vor unserem offiziellen Praktikumsbeginn machten wir uns dann mit dem Bus auf den Weg Richtung Pauls Stradiņš Clinical University Hospital. Pauls Stradiņš war ein angesehener lettischer Professor, Arzt und Chirurg. Das Zentrallabor des Krankenhauses, in denen wir unser Praktikum in den Bereichen klinische Chemie, Hämatologie und Immunhämatologie absolvierten, befand sich in der 2018 neu eröffneten, architektonisch auffälligen Poliklinik des Paul Stradiņš Universitätskrankenhauses. Das Zentrallabor bearbeitet überwiegend die Proben von Patienten der örtlichen Stationen, als auch eingesendete Proben aus Arztpraxen und kleineren Krankenhäusern der näheren Umgebung. Nachdem wir uns einer Arbeitssicherheits- und Hygiene-Belehrung auf Lettisch mit einer englisch-sprechenden Dolmetscherin an unserer Seite unterzogen hatten, trafen wir auf unsere Erasmus-Koordinatorin Aiga, mit der wir bereits in den Monaten und Wochen vor Praktikumsbeginn Kontakt per E-Mail hatten, um alles Organisatorische, auch bezüglich der Formalitäten, zu klären. Aiga stellte auch den Kontakt zur Praktikumsstelle her. Sie begrüßte uns sehr herzlich und wir erfuhren, dass sie Lehrerin an einer Schule für medizinische Ausbildungen im Gesundheitswesen in Jurmala sei und dort unterrichtete. Aiga vergewisserte sich sehr aufmerksam danach, ob mit unserer Anreise und der Unterkunft alles in Ordnung sei und gab uns ihre Handynummer. Anschließend führte sie uns zum Zentrallabor. Dort übergab sie uns an Ieva, der Laborleitung. Ieva war unserer Hauptansprechpartnerin für die nächsten vier Wochen und wir wurden auch sehr freundlich von ihr auf Englisch begrüßt. Wir stellten uns kurz vor und Ieva zeigte und erklärte uns kurz die unterschiedlichen Arbeitsbereiche, an denen wir die technischen Mitarbeiter in den nächsten vier Wochen unterstützen sollten. Dazu zählte der Bereich der Probenannahme, an welchem die Proben ankamen, sortiert wurden, ins System aufgenommen und mit einem passenden Barcode versehen wurden. Es folgte ein großes Labor mit Automaten aus dem Bereich der klinischen Chemie und Hämatologie sowie ein kleineres Labor, in dem Harnsediment- und Stuhl Analysen sowohl manuell als auch automatisiert durchgeführt wurden. Außerdem führte Ieva uns noch kurz durch die Räumlichkeiten der Mikrobiologie und Immunhämatologie und zeigte uns unseren Aufenthaltsraum für die Pausenzeiten. Zum Schluss teilte sie uns noch einen Plan aus, dem wir entnehmen konnten, in welcher Woche wir an welchem Arbeitsplatz eingeteilt waren. Außerdem wurden wir für jeweils einen Tag in der Mikrobiologie, im immun hämatologischen

HLA-Labor, sowie am ELISA-Platz zur Hospitation eingeteilt. Wir waren während unseres gesamten Aufenthaltes die einzigen Erasmus-Praktikanten im Zentrallabor.

Im Laufe des Praktikums erfuhren wir dann, dass an den jeweiligen Arbeitsbereichen und Arbeitsplätzen abhängig vom Probenumsatz 1-4 technische Arbeiter/-innen eingesetzt sind. Im gesamten Labor waren somit ungefähr 20 Mitarbeiter/-innen und ein hauptverantwortlicher Arzt in wechselnden Schichten beschäftigt. Die normale Dienstzeit begann um 8 Uhr und endete um 16 Uhr. Außerdem wurde uns erzählt, dass es in Lettland auch für die Labormitarbeiter normal sei, dass diese 24 h Schichtdienste übernehmen müssen. Wir mussten zum Glück nur innerhalb der normalen Dienstzeiten anwesend sein. Insgesamt wurden wir von den meisten Mitarbeitern vorerst eher zurückhaltend empfangen, wobei uns im Laufe der Praktikumszeit auch von Ieva erzählt worden ist, dass die Letten eher ein zurückhaltendes und Fremden gegenüber misstrauisches Volk seien. Außerdem stelle sich die Verständigung auf Englisch manchmal als etwas komplizierter als erwartet heraus, da manche Mitarbeiter nur wenig bis gar kein Englisch beherrschten. So konnten uns an manchen Arbeitsplätzen die Arbeitsabläufe nur im wahrsten Sinne des Wortes gezeigt werden, jedoch nicht die genauen Abläufe erklären werden. Trotz der Sprachprobleme waren die meisten Mitarbeiter jedoch stets nett und hilfsbereit und manche auch offen dafür, auf andere verbale, wie auch digitale Mittel der Kommunikation zur Verständigung zurückzugreifen. Manche der älteren Mitarbeiter konnten tatsächlich sogar noch ein wenig Deutsch aus der Schulzeit. Konnten dann jedoch auch auf diesem Wege nicht alle fachlichen Fragen hinreichend geklärt werden, waren die Ärzte stets zur Stelle. Diese konnten hingegen alle sehr gut Englisch sprechen und erklärten uns mit Begeisterung die Analysegeräte im Detail und ließen uns auch an spannenden Fällen teilhaben.

In Lettland tragen medizinisch-technische Assistent/-innen die Berufsbezeichnung *bīomedical technicians*. Dafür müssen diese eine zweijährige Ausbildung an einem Berufscollege absolvieren. Anschließend spezialisieren sie sich dann in der Regel im Labor auf einen Bereich und sind dort für die korrekte Probenbearbeitung, Gerätebedienung, Materialaufführung, Qualitätssicherung mittels Qualitätskontrollen, sowie Validation und Überprüfung der Plausibilität der Ergebnisse verantwortlich. Die Interpretation der Ergebnisse und Diagnosestellung ist, etwas anders als in Deutschland, komplett den Ärzten vorbehalten. All die Tätigkeitsbereiche der technischen Labormitarbeiter zählten während des Praktikums auch zu unseren Tätigkeiten. Dementsprechend gestaltete sich ein normaler Arbeitstag für wie folgt: Morgens um 8 Uhr wurden die Analyse-Geräte gestartet, Qualitätskontrollen wurden bearbeitet, validiert und im Anschluss daran wurden die Proben abgearbeitet, die Ergebnisse validiert und für die Ärzte freigegeben.

In den ersten zwei Wochen unseres Aufenthaltes in Riga haben wir in unserer Freizeit das sommerliche Wetter dazu nutzen können, mit der Bahn an den 30-minütig entfernten Badeort Jūrmala zu fahren und dort das Ostsee-Flair zu genießen. Ansonsten gestaltete sich unsere Freizeit in den folgenden Wochen je nach Interessen und ich unternahm sowohl etwas mit der Gruppe, als auch alleine. Da ich in meiner Freizeit sehr gerne sportlich aktiv bin, habe ich mich zum Beispiel in einem Fitnessstudio in Riga angemeldet und war dort regelmäßig trainieren. Dort habe ich sogar einmal an einem Fitnesskurs komplett auf Lettisch teilgenommen, was mich zwar einiges an Überwindung gekostet hat, aber trotz geringer lettisch-Kenntnisse funktioniert hat. Auch die nahe unserer Unterkunft gelegenen Parkanlagen, haben sich zum Joggen angeboten. An den freien Wochenenden blieb für mich natürlich auch das klassische Sightseeing nicht aus, da ich sehr gerne fotografiere und dabei gerne neue Orte und Motive entdecke. Daher hat es mir auch besonders die malerische Altstadt von Riga angetan, mit ihren vielen wunderschönen Gebäuden im Jugendstil und gemütlichen Gässchen. Zu meinen Highlights zählt der *Livenplatz*, mit seinen zahlreichen Restaurants und Cafés, ein Spaziergang durch den Operngarten und das *Schwarzhäupter Haus*. Aber nicht nur der historische Kern Rigas war sehenswert. Wir durften jeden Tag auf dem Weg zur Arbeit mit dem Bus, während der Überfahrt über die *Dūna* die moderne Architektur der Stadt wie zum Beispiel die Staatsbibliothek bewundern. Auch wenn Riga wirklich viele tolle Restaurants und Cafés zu bieten hat, von denen man leider in den vier Wochen nur einen Bruchteil besuchen konnten, haben wir häufig den Kochlöffel in unserer Wohngemeinschaft selbst geschwunden. Eingekauft haben wir in den umliegenden Supermärkten, die eine ähnliche, wenn auch etwas kleinere Auswahl haben, wie die deutschen Supermärkte. Zu empfehlen ist außerdem ein Besuch des Zentralmarktes in Riga. Das ist ein riesiger Lebensmittelmarkt von regionalen Obst- und Gemüse Händlern, die zu fairen Preisen frische Ware anbieten. Auch haben wir die Gelegenheit genutzt, mit dem Bus in den eine Stunde entfernten *Kemeri-Nationalpark* zu fahren. Dafür wurden wir sogar von der Laborleitung für einen Freitag freigestellt. Dort haben wir über Holzstege eine Rundwanderung durch eine beeindruckenden Moorlandschaft gemacht. Dies war eine willkommene Auszeit vom trubeligen Stadtleben in Riga.

Insgesamt hat mir die Zeit in Riga zu vielen wertvollen Erkenntnissen, sowohl über das Berufsleben im Allgemeinen, das Berufsbild der medizinisch-technischen Assistentin im speziellen und auch über mich persönlich verholfen. Ich bin dankbar dafür, eine kulturell sehr sehenswerte Stadt wie Riga so ausführlich erkunden und kennen lernen zu dürfen. Die Praktikumszeit im Ausland hat mir dazu verholfen, meinen Alltag noch strukturierter zu planen und zu organisieren und offener für neue, kulturelle Erfahrungen zu werden. Ich kann Riga und das *Pauls Stradiņš Clinical University Hospital* Praktikumsstelle jedem empfehlen, der die Arbeit in einem modernen Zentrallabor kennen lernen möchte und Neugierig auf das Leben und den Alltag in einer größeren, internationalen Stadt ist!



