

## **Chirurgie in Singapur- PJ im Ausland**

### Motivation

Etwa ein Jahr im Voraus entschied ich mich mich für ein halbes Tertiäl an der National University of Singapore (NUS) zu bewerben. Grund der Entscheidung für dieses Land war zum einen mein durch vorangegangene Reisen gewecktes Interesse für südostasiatische Länder und Kultur. Singapur erschien mir als guter Kompromiss zwischen akademischem Anspruch und der Möglichkeit eine zeitlang in einer sehr fremden und exotischen Kultur zu leben. Mit Englisch als Amtssprache und der bekanntermaßen exzellenten medizinischen Versorgung bietet es die Möglichkeit gleichermaßen fachlich als auch über Land und Leute eine Menge zu lernen.

### Vorbereitung

Beworben habe ich mich etwa ein Jahr vor Beginn meines Aufenthaltes. Obwohl diverse Krankenhäuser Singapurs auch die Möglichkeit bieten sich direkt über ihre homepage zu bewerben muss die offizielle Bewerbung über die National University of Singapore erfolgen. Auf der NUS-homepage gibt es eine Rubrik für Foreign Clinical Electives. Dort sind auch alle einzureichenden Dokumente und Formalitäten aufgelistet und ein Ansprechpartner genannt. Unter anderem sind eine Studienbescheinigung, eine Bescheinigung über eine gültige Krankenversicherung und Berufshaftpflichtversicherung, Nachweise über Impfungen, sowie ein HIV- und Hepatitis-Test, ein Lebenslauf, eine Kopie des Reisepasses und Bescheinigungen über das erfolgreiche Absolvieren eines Erste Hilfe Kurses und Hygienemaßnahmen (Richtiges Verhalten im OP, sterile Händedesinfektion, u.a.) einzureichen. Ausserdem war Fall ein Scheck über 60 SDollar als Bewerbungs- und Bearbeitungsgebühr einzureichen. Die Kommunikation mit der Ansprechpartnerin gestaltete sich als sehr schleppend, weshalb der gesamte Bewerbungsprozess einige Monate in Anspruch nahm. Man sollte sich davon aber nicht verleiten lassen zu glauben dass der fristgerechte Eingang der Dokumente locker gehandhabt wird, bei unserer Ankunft an der NUS wurden tatsächlich Clinical Electives nach Hause geschickt weil ihre Dokumente nicht vollständig waren. Singapur stellt in dieser Hinsicht ein Mittelding zwischen südostasiatischer Gelassenheit und britischer Genauigkeit dar.

Ein Visum muss für Singapur im Allgemeinen nicht beantragt werden. Einreisende aus der EU erhalten in der Regel ein 90 Tage Touristenvisum, selten auch nur 30 Tage. Es ist allerdings sehr wahrscheinlich dass ihr ohnehin während eurer Zeit in eines der umliegenden Länder (am einfachsten Malaysia) ausreisen werdet und bei der Einreise bekommt man automatisch erneut 90 Tage.

### Gesundheit

Singapur ist vermutlich das einzige Land in der gesamten geographischen Region für das man keine besonderen medizinischen Vorkehrungen treffen muss. In Puncto Sauberkeit/ Hygiene ist es in vielerlei Hinsicht fortschrittlicher als Deutschland und ich habe keinen einzigen Europäer in der Stadt getroffen der irgendwelche speziellen gesundheitlichen Probleme in Singapur hatte. Natürlich sollte man die gängigen Impfungen auffrischen lassen aber das wird in der Regel ja schon bei der PJ-Untersuchung in Deutschland geklärt. Das Leitungswasser ist sauber und trinkbar und das Essen macht keinerlei Probleme. Man sollte allerdings im Auge behalten dass man bei längerem Aufenthalt vermutlich auch Ausflüge/ Reisen in die umliegenden Länder machen wird, für die z.T. ganz andere Regeln gelten. Impfpfehlungen für Malaysia, Thailand, Vietnam, Kambodia, Laos, Indonesien, u.a. kann man der homepage des Robert-Koch-Instituts entnehmen oder bei einer Impfsprechstunde bekommen. Malariaprophylaxe ist nur in Ausnahmefällen vonnöten, abhängig von der Region. Generell ist Vorsicht geboten bei rohen Speisen und allem was mit (Trink-)Wasser in Berührung gekommen ist. Ich hatte bei meinen Reisen nach Malaysia und Thailand keinerlei Probleme, auch habe ich dafür keine speziellen Impfungen gebraucht- über Hepatitis A sollte man jedoch nachdenken.

## Sicherheit

Singapur ist nach meinem Gefühl eines der sichersten Länder der Welt. Auf Grund eines exzessiven Verbots- und Strafenregisters des Landes fühlt man sich stets sehr kontrolliert aber andererseits auch sehr sicher. Kleinkriminalität gibt es so gut wie gar nicht, es wird sicherlich weniger gestohlen, eingebrochen, ausgeraubt oder überfallen als in Deutschland. Man wird auf Schritt und Tritt von Überwachungskameras beobachtet und alles wird kontrolliert, was das Reisen z.B. auch für Frauen sehr unkompliziert macht. Es gab wirklich keinen Ort in der Stadt an dem ich mich zu irgendeiner Tageszeit unsicher gefühlt hätte und mir sind auch keine Geschichten von anderen Touristen bekannt die dahingehend Probleme hatten. Trotzdem ist der Einsatz des gesunden Menschenverstandes sicherlich in jeder Situation nützlich.

## Geld

Singapur ist eine der teuersten Städte der Welt und das macht sich auch bemerkbar. Man kann sicherlich auch als deutscher Student mit einem durchschnittlichen Budget eine zeitlang überleben aber man muss sich darüber im Klaren sein dass prinzipiell alles teurer ist als in Deutschland. Ein Zimmer zu finden ist nicht schwer, allerdings muss man 700-800 Euro pro Monat sicher einplanen (Zimmer, nicht Wohnung!). Essen kann man relativ günstig wenn man sich auf asiatisches Essen (Hawker Stalls) verlegt, einkaufen im Supermarkt und Essen gehen ist wiederum teuer. Das Abheben und Bezahlen mit Kredit- sowie ec-Karte ist nirgendwo ein Problem, Banken und ATMs gibt es überall.

## Sprache

Singapur ist ein sehr multikulturelles Land in dem viele verschiedene Menschen leben. Englisch ist ihre gemeinsame Sprache die abgesehen von manchen älteren Leuten alle sehr gut sprechen. Allerdings wird ein spezieller Dialekt, das sogenannte Singlisch gesprochen, an den man sich erstmal gewöhnen muss. Es ist allerdings kein Problem mit Englisch sowohl auf der Straße als auch im Krankenhaus zurecht zu kommen. Neben Englisch werden noch diverse andere Sprachen gesprochen, die häufigsten wären Mandarin, Hokkien, Hindi und Malai.

## Verkehrsverbindungen

Die öffentlichen Verkehrsmittel sind sehr gut ausgebaut und sehr sicher, so dass es kein Problem dargestellt hat sich in der Stadt sowohl mit der U-Bahn (MRT) als auch per Bus fortzubewegen. Taxis sind ausnahmsweise auch nicht sehr teuer so dass sie gelegentlich auch eine gute Option darstellen. Für die Singapurianer stellt die eigenständige Fortbewegung, sei es zu Fuß oder per Fahrrad, jedoch keine Alternative dar so dass es kaum Fußwege und gar keine Fahrradwege gibt. Es ist in jedem Fall besser auf öffentliche Verkehrsmittel auszuweichen.

## Unterkunft

Ein Zimmer findet man relativ einfach, z.B. über die Seite [www.airbnb.com](http://www.airbnb.com). Die Wohnungspreise sind hoch (siehe oben), darauf muss man vorbereitet sein. Viele singapurianische Familien vermieten Zimmer in ihren Wohnungen unter, die dann relativ preisgünstig zu haben sind. Ausserdem bekommt man so ggf. den Familienanschluss gleich mitgeliefert. Es gibt aber auch die Möglichkeit in WGs/Gemeinschaftseinrichtungen z.B. für ausländische Studierende/Praktikanten u.a. unterzukommen.

## Reise und Ankunft

Lief die Anreise glatt oder gab es Probleme? Wurdest du im Gastland empfangen und, wenn ja, von wem? Wann hast du dich im Krankenhaus vorgestellt (und ggf. mit wem)? Wie viel Zeit hattest du zwischen Ankunft und Praktikumsbeginn? Gab es noch bestimmte Vorkehrungen, die du nach der Ankunft treffen musstest? Was hast du sonst noch nach der Ankunft gemacht?

## Tätigkeitsbeschreibung und fachliche Eindrücke

Der Alltag im Krankenhaus war sehr anders als in Deutschland. Am ersten Tag haben sich alle Clinical Electives in der NUS getroffen und wurden dort begrüßt. Bereits im Vorfeld wurden wir auf die großen Krankenhäuser verteilt, das sind das Singapore General Hospital (SGH), das Tan Tock Seng Hospital (TTSH) und das National University Hospital (NUH). Alle drei Krankenhäuser liegen im Stadtgebiet und sind gut zu erreichen, allerdings sollte man bei der Wohnungssuche beachten wo man eingeteilt ist weil sonst recht lange Anfahrtswege zustande kommen könnten. Ich selbst war in der Chirurgie des Tan Tock Seng Hospital. Als ich da ankam wurden wir in verschiedene Teams eingeteilt. Die Chirurgie ist in Unterteams aufgeteilt, z.B. Trauma, Hepatobiliar, Upper GI, Colorectal, Plastics, Thoracics und Breast. Ich selbst bekam einen Ansprechpartner im Upper GI Team und sollte mich bei dem melden. Grundsätzlich ist es in Singapur von grundlegender Wichtigkeit ein Handy mit singapurianischer Sim-Karte und möglichst auch einem Datentarif zu haben. Ich empfehle ein Anschaffen noch bevor ihr im Krankenhaus beginnt weil jegliche Kommunikation über das Handy läuft. Es gab keinen einheitlichen Treffpunkt für die Visite morgens, alle haben sich gegenseitig angerufen oder geschrieben und so Treffpunkte verabredet. Ohne Handy kommt man wirklich nicht zurecht. Die SIM Karten kosten nur ein paar Dollar und das Telefonieren innerhalb Singapurs ist sehr günstig. Morgens ging es um halb 8 mit der Morgenvisite los. Im TTSH hab es 13 Levels mit jeweils 4 Stationen auf denen die Patienten der einzelnen Teams verteilt liegen. Es gibt keine chirurgische Station in dem Sinne, man läuft überall dahin wo Patienten von einem liegen. Nach der Visite (die zwischen 15min und 2h dauert) macht das Team eine gemeinsame Kaffeepause und danach geht jeder seinen eigenen Aufgaben nach. Die Ärzte sind nach dem amerikanischen System in House Officers (Assistenzärzte im ersten Jahr), Medical Officers (Assistenzärzte), Registrars (Fachärzte) und Consultants (Oberärzte und Chefärzte) organisiert. HOs machen ausschließlich Stationsarbeit, die wiederum fast nur aus Papierkram besteht, alle anderen operieren, machen Sprechstunden, u.a. Mir war es freigestellt was ich machen/ sehen wollte und ich konnte mich an mehr oder weniger jeden dranhängen. Allerdings ist sehr viel Eigeninitiative gefordert, man darf fast alles machen und überall hin folgen aber es wird einem selten angeboten, man muss immer fragen und sich selbst kümmern. Anfangs erschien mir das etwas verwirrend bis ich gemerkt habe dass alle Ärzte sehr freundlich und zuvorkommend aber eben auch asiatisch zurückhaltend sind. Ich habe sehr viel Zeit im OP verbracht. Selber machen kann man generell eher wenig, darüber muss man sich im Klaren sein. Ich war einige Mal bei kleineren OPs mit am Tisch aber meistens guckt man nur zu. Trotzdem kann man viel lernen. Am TTSH wurden sehr interessante OPs gemacht, unter anderem auch laparoskopisch sehr anspruchsvolle Eingriffe. Als Student hat man unabhängig von der ursprünglichen Einteilung die Möglichkeit durch die Teams zu rotieren und auf diesem Weg so viel zu sehen wie möglich. Der Tag endet offiziell mit den Exit Rounds um ca. 15, 16 Uhr. Es wurde in meinem Fall aber nicht erwartet jeden Tag so lange zu bleiben, wenn der OP für den Tag fertig war konnte ich häufig auch früher gehen. Die Erwartungen an die singapurianischen Studenten sind sehr hoch, sie werden häufig testiert und abgefragt, bei den ausländischen Studenten wird das je nach Team unterschiedlich gehandhabt. Meistens wird aber akzeptiert dass wir ein anderes System haben und die Ansprüche sind eher gering.

## Land und Leute

Die Stadt ist sehr außergewöhnlich und hat für deutsche Austauschstudenten eine Menge zu bieten. Einige Wochenenden kann man gut mit Sightseeing und Ausflüge z.B. nach Sentosa Island füllen. Allerdings würde ich unter allen Umständen empfehlen auch Ausflüge in die umliegenden Länder zu unternehmen. In Absprache mit dem Krankenhaus ist das auch in der Regel kein Problem. Nach Malaysia kann man in ca. 2 h mit dem Bus fahren, für die anderen Länder sind die preiswerten Flüge z.B. von Air Asia, Tiger Airways oder Jet zu empfehlen. Man merkt schnell das Singapur eine moderne, sehr entwickelte und fortschrittliche Enklave ist und es lohnt auf jeden Fall über den Tellerrand hinaus zu schauen. Die Stadt ist durch die vielen Menschen unterschiedlicher Herkunft sehr vielseitig. Little India ist ein Stadtteil in dem wirklich fast nur Inder leben und man die Küche und

das Chaos genießen kann. China Town ist wieder ganz anders und gut zum shoppen und stöbern. Es gibt eine Menge zu sehen und zu entdecken. Sehr zu empfehlen ist auch ein Ausflug in die Sky Bar des Marina Bay Sands Hotel die Mittwoch Abends Ladies Night hat (freier Eintritt und ein Freigetränk für Frauen) und einen spektakulären Ausblick auf Marina Bay und die Stadt bietet.

### Fazit

Die zwei Monate sind viel schneller als erwartet vergangen und ich bin mit vielen unschätzbaren Eindrücken und Erfahrungen nach Hause gekommen. Die Arbeit im Krankenhaus hat mir die Augen für ein anderes Gesundheitssystem und oftmals ein anderes Herantreten an die Behandlung von Patienten geöffnet. Ich habe viel lernen können, chirurgisch und allgemein akademisch. Beinahe noch wichtiger waren jedoch die Erfahrungen die ich mit der Kultur gemacht habe. Eine zeitlang in Asien zu leben vermittelt eine ganz neue Sichtweise auf die Kultur und die Menschen die einem von extern oft sehr fremd vorkommen. Ich habe mich nach dem anfänglichen Eingewöhnen sehr wohl gefühlt und viel mitgenommen. Ein (halbes) PJ Tertial in Singapur ist eine Erfahrung die ich in jedem Fall und vollem Umfang weiterempfehlen möchte.