

# Erfahrungsbericht

–dreimonatiges Praktikum in Los Angeles, USA–

City of Hope Medical Center, Department of Medical Oncology and  
Therapeutic Treatment

## Planung

Im Gegensatz zu vielen anderen, die sich selbst um einen Praktikumsplatz sorgen mussten, hatte ich großes Glück und konnte von Kontakten profitieren. Der Betreuer meiner Bachelorarbeit hat sich bereit erklärt Kontakt zu einigen seiner Kollegen in den USA aufzunehmen und nach einem Praktikumsplatz für mich zu fragen. So hatte ich schon ein Jahr im Voraus eine mündliche Zusage und musste nur noch einen Lebenslauf einreichen, um auch eine schriftliche Bestätigung für einen Praktikumsplatz zu bekommen. Als nächstes begann die Organisation des Visums. Ich glaube bei kaum einem anderen Land ist der Aufwand grösser ein Visum zu bekommen, als bei den USA. Man braucht nicht nur unzählige Dokumente, der ganze Prozess birgt auch viele Kosten, mit denen ich vorher nicht gerechnet hatte. Man sollte definitiv so früh wie möglich mit der Planung des Praktikums und auch des Visums beginnen. Bei mir hat der Prozess letzten Endes fünf Monate gedauert. Nachdem ich allerdings das Formular DS2019 erhalten hatte, ging alles recht schnell. Der Besuch bei der Botschaft war harmlos. Man sollte sich nur vorher genau erkundigen, welche Formulare man braucht und was man nicht mit zur Botschaft bringen darf. Wenn man sich an alles hält und erklären kann warum man ein Visum braucht, wird es auch bestätigt. Nur wenige Tage später findet man dann den eigenen Reisepass mit eingeklebtem Visum im Briefkasten.

Zwar wird von der Botschaft geraten die Flüge erst nach Erhalt des Visums zu buchen, ich habe allerdings direkt nach meiner schriftlichen Zusage gebucht, um einen nicht ganz so teuren Flug zu ergattern.

Da ich mein Praktikum in einem Medical Center absolviert habe, musste ich vor meiner Abreise diverse Untersuchungen über mich ergehen lassen, die ebenfalls einige

unerwartete Kosten mit sich gebracht haben. Daher hier bereits der Tipp: immer mehr Geld einplanen, als man glaubt zu benötigen, selbst wenn man großzügig plant.

Die Suche nach einer Bleibe in Los Angeles war nicht ganz einfach. Ich bediente mich der Website *craigslist* und fand zahlreiche Inserate. Wohnen in Los Angeles ist unfassbar teuer. Man muss nicht nur darauf achten in einem sicheren Viertel unterzukommen, sondern auch im Auge behalten, dass das öffentliche Verkehrsnetz lange nicht so gut ausgebaut ist, wie man es in einer Millionenstadt wie Los Angeles erwarten würde. Letzten Endes hat es mich nach Pasadena verschlagen. Ich fand ein Zimmer in einem kleinen Haus, welches ich mir mit zwei Mitbewohnern teilte. Die Miete betrug 800\$ pro Monat. Meinen Arbeitsplatz konnte ich mit der Metro in einer knappen Stunde erreichen.

### Alltag

Generell ist das Leben in Kalifornien deutlich teuer als in Deutschland, nicht nur die Mieten sind extrem hoch, auch die Lebensmittel sind sehr teuer, wenn man nicht zufällig in der Nähe eines günstigeren Supermarktes wie Trader Joe's wohnt. Die Unterstützung durch Promos reichte daher lange nicht aus, um alle Kosten zu decken. Man benötigt eigenes Vermögen und das sollte nicht zu knapp bemessen sein für die Zeit des Aufenthaltes.

Mit meinen Mitbewohnern habe ich mich sehr gut verstanden. Wir saßen oft abends zusammen, haben erzählt und Karten gespielt. An den Wochenenden haben wir regelmäßig etwas unternommen. Ich schätze mich sehr glücklich viele tolle Menschen kennengelernt und viele spannende Dinge erlebt zu haben.

### Praktikum

Mein Praktikum absolvierte ich im Labor von Dr. Cy Stein und betreut wurde ich von Dr. Daniela Castanotto. Ich wurde von allen Mitarbeitern äußerst herzlich aufgenommen und bekam jede Unterstützung, die ich brauchte. Die Forschung dieses Labors beschäftigt sich mit Gymnosis, also der zellulären Aufnahme von Oligonukleotiden ohne jegliche Unterstützung, wie beispielsweise Transfektionsreagenzien oder Elektroporation. Ich hatte mehrere kleine Projekte und konnte weitestgehend selbstständig arbeiten. Die Methoden meiner Projekte waren hauptsächlich Zellkultur,

Transfektionen, sowie Northern Blot. Ich habe allerdings auch Methoden wie Immunopräzipitation und zelluläre-nukleäre Fraktionierung gelernt. Des Weiteren habe ich versucht Spheroide, also dreidimensionale "Zellballen" zu züchten. Dies hat sich leider mit der verwendeten Zelllinie als äußerst schwierig herausgestellt.

Die Auswertung meiner Experimente erfolgte meist via Fluoreszenzmikroskopie oder im Falle des Northern Blot via Gelelektrophorese. Es gelang mir in den drei Monaten Praktikum zahlreiche Daten und Ergebnisse zu generieren, die teilweise sogar publizierbar waren. Die Betreuung war super! Daniela hat immer Zeit für mich gefunden und mir in der Zeit sehr viel beigebracht. Vor allem über die Herangehensweise an Fragestellungen und die Planung von komplexen Experimenten habe ich sehr viel gelernt. Die beruflichen Erfahrungen dieses Praktikums möchte auf keinen Fall missen.

### Reisen

Nach Ende meines Praktikums habe ich zusammen mit meiner Familie eine dreiwöchige Rundreise durch Kalifornien unternommen. Neben den großen Städten, wie San Francisco und Las Vegas haben wir auch Naturparks, wie den Yosemite National Park, Grand Canyon und Bryce Canyon besucht. Das heiße Klima im Juli hat das ganze zwar recht anstrengend gemacht, aber die Abenteuer waren unvergesslich.

### Fazit

Trotz einer sehr aufwendigen Planungsphase vorab würde ich jedem empfehlen ein Auslandspraktikum in sein Studium einzubauen. Allein schon die ganze Organisation bringt viele Erfahrungen mit sich und der Aufenthalt ist unvergesslich. Man lernt neue Leute kennen, kann ein fremdes Land erkunden und sammelt zusätzlich berufliche Erfahrungen. Ich bin sehr glücklich in genau diesem Labor gelandet zu sein und werde immer gerne an diese insgesamt vier Monate Kalifornien zurückdenken.

.....

Ort, Datum

.....

Unterschrift