

PROMOS – Erfahrungsbericht über mein Chirurgie-PJ-Tertial am Kilimanjaro Christian Medical Center in Tansania (05.09. - 30.10.2016)

Vorbereitung:

Nachdem eine Freundin und ich entschieden hatten einen Teil unseres Chirurgie-Tertials am Kilimanjaro Christian Medical Center (KCMC) in Tansania zu machen war die Organisation ziemlich simpel: Wir haben etwa ein dreiviertel Jahr vorher eine Mail an Vera, die zuständige Dame am KCMC, geschrieben (international@kcmc.ac.tz) und mussten ihr nur unseren Lebenslauf, ein Empfehlungsschreiben vom Dekan unserer Uni, eine Übersicht über unsere bisher erbrachten Leistungen und eine Kopie unseres Reisepasses schicken. Schon war alles erledigt und unser PJ in Tansania stand fest.

Als Unterkunft bietet das KCMC eigene kleine Häuschen an, in denen man mit etwa 6-8 anderen Leuten wohnt, sodass man sich keine eigene Unterkunft suchen muss. Die Häuser sind zwar simpel, aber werden gut bewacht und sind sehr nah am KCMC.

Dafür und für so Sachen wie Arbeitserlaubnis und Visum muss man zu Beginn seines Aufenthaltes einen gewissen Betrag in US-Dollar zahlen (bei uns waren das etwa 800 US \$). Ich empfehle allerdings wärmstens weitaus mehr Dollar mitzunehmen, da auch viele touristische Unternehmungen, wie etwa Park-Eintritte für Safaris, in Dollar bezahlt werden sollen. Tendenziell würde ich eher mehr Dollar mitnehmen, als man vielleicht braucht, da Dollar überall akzeptiert werden und man sie auf jeden Fall los wird. Gerade in den letzten Tagen kann es hilfreich sein, da man keine tansanianischen Schillinge ausführen darf und so einfacher die letzten Ausgaben planen kann. Wichtig im Bezug auf das Thema Dollar ist noch, dass diese -warum auch immer- nicht älter als 2009 sein dürfen.

Sobald man weiß, dass es nach Tansania gehen soll, sollte man sich um seinen Impfschutz kümmern. Dafür braucht man am meisten Vorlaufzeit.

Das Visum kann man frühestens vier Wochen vorher beantragen, wobei man auch die Möglichkeit hat dieses am Flughafen zu erwerben.

Ein schwieriger Teil der Vorbereitung ist die Frage, was man mitnehmen sollte und wie viel. Zunächst braucht man Klinik-Sachen. Das heißt Kasaks für die Station und welche für den OP, man braucht auch ein extra Paar Schuhe für den OP (am besten so welche wie sie auch in Deutschland im OP getragen werden), Desinfektionsmittel (2-3 große Flaschen und eine kleine Taschenflasche für 8 Wochen sind schätzungsweise gut, zur Klinik aber immer nur die kleine Flasche mitnehmen), eine Brille für den OP, Kittel und am besten noch Handschuhe.

Ansonsten würde ich eine Malaria-Prophylaxe (am KCMC gibt es vergleichsweise wenig Mücken, aber man reist halt auch herum) und ein DEET-haltiges Repellent (wir hatten eins aus dem Rossmann, riecht nicht sooo gut, aber ist günstiger als das Nobite oder Antibrumm und der DEET-Anteil reicht aus) empfehlen.

Natürlich braucht man Sonnencreme, Après-Sun-Lotion und eine Sonnenbrille. Eine Kappe oder ähnliches, um seinen Kopf vor der Sonne zu schützen, würde ich auch definitiv mitnehmen.

Sonnencreme kriegt man, genauso wie Duschgel, Shampoo usw., sehr schwer und wenn dann total überteuert. Daher sollte man das tatsächlich alles mitnehmen.

Bezüglich der Anziehsachen muss man wissen, dass man seine Schultern und Knie bedeckt halten sollte. Leichte lange Hosen und Röcke sind prima. Ansonsten habe ich kürzere Sachen einfach mit einer dünnen, aber blickdichten 3/4-Leggings kombiniert. Jeder muss natürlich für sich entscheiden, wie sehr er sich daran hält. Sofern man allerdings mal doch die Schultern nicht bedeckt hat, so würde ich zumindest dann eine lange Hose dazu anziehen. Je nachdem wo man in Tansania ist, sind die Menschen mehr oder weniger tolerant. Man fällt allerdings aufgrund seiner hellen Haut so oder so immer auf, daher wollte ich nicht noch mehr Aufmerksamkeit durch meine (zu) kurze Kleidung erregen.

Die Unterkunft:

Wie schon geschrieben bietet das KCMC die Möglichkeit, dass man im sogenannten Doctors Compound unter kommt. Dies ist ein durch Hecken eingegrenzter Bereich, der durch eine Sicherheitsfirma überwacht wird, und nur 10-15 Minuten zu Fuß vom Klinikum entfernt ist. Auf diesem Gelände befinden sich etwa 35 kleine Häuser, in denen internationale Ärzte und Studenten leben. Als Student kommt man in Häusern unter in, denen 6-8 Personen leben. Diese sind relativ simpel, aber acht Wochen hält man es da definitiv aus. Die Studenten (viele Mediziner, aber auch Nurses usw.) die dort leben haben nicht nur häuserweise miteinander Kontakt, sondern sind eigentlich einfach eine große Gruppe, in der Ausflüge, Reisen, Abendgestaltung, sportliche Aktivitäten usw. geplant werden.

In jedem Haus gibt es eine Haushälterin, die das Haus putzt und gegen ein gewisses Trinkgeld Wäsche wäscht.

Strom kauft man vor Ort im Voraus und teilt sich die Kosten mit seinen Mitbewohnern. Leider kommt es regelmäßig zu Stromausfällen, sodass sich eine Powerbank und ein paar Kerzen lohnen. Heißes Wasser kann man anstellen, das verbraucht allerdings genauso wie Kochen ziemlich viel Strom und dieser ist relativ teuer.

Das Praktikum:

In der Chirurgie im KCMC gibt es meistens recht viele internationale Studenten, die sich tageweise auf die verschiedenen Bereiche aufteilen können: Die Verbrennungsstation, die Intensiv, die normale Station, der OP-Bereich und Dienstags und Donnerstags der Bereich für die ambulanten Patienten. Jeden Morgen gibt es um 07:30 Uhr eine Frühbesprechung, die etwa eine Stunde dauert. Da es im OP und auf den meisten Stationen allerdings dann erst um 09:30 Uhr los geht, gehen nach der Frühbesprechung erstmal alle Studenten (und die meisten Ärzte) in der Cafeteria frühstücken bzw. Tee trinken.

Auf den Stationen gibt es dann eine Visite, deren Dauer und deren Qualität im Bezug auf den Lerngewinn sehr von dem zuständigen Arzt abhängt. Danach läuft auf den Stationen nichts mehr, sodass man dann entweder noch in den OP oder zum Mittagessen gehen kann.

Die „Poliklinik“ geht bis nachmittags und ist so aufgebaut, dass in drei kleinen miteinander verbundenen Räumen sechs Patienten gleichzeitig von je einem Arzt betreut werden und dort ihre Krankheiten und mögliche Behandlungsoptionen besprochen werden. Die Patienten kommen oft von sehr weit her und leider meistens erst nach schon Jahre lang bestehenden Symptomen. Auch wenn man je nach Arzt nicht so viel erzählt bekommt, was die Patienten für Probleme haben, kann man gerade hier sehr ausgeprägte und eindruckliche Befunde sehen. Viele Patienten haben kein Geld für eine adäquate Therapie und kommen erst, wenn es gar nicht mehr anders geht. Untersucht werden Patienten allerdings extrem selten, sodass man die Zeit eher als passiver Zuschauer verbringt.

Im OP gibt es pro Tag maximal drei Operationen, oft aber auch nur zwei. Das Problem ist, dass es zwischen den Operationen ewig dauert, bis es weiter geht. Die kulturell bedingte Einstellung alles ganz in Ruhe und ohne Stress zu machen schlägt besonders da im Klinik-Alltag zu.

Erfahrungsgemäß wird bei Nachfragen, wann es weiter geht, immer „gleich“ geantwortet – dies kann allerdings auch gut zwei Stunden bedeuten. Es ist einem selbst überlassen, was man in der Zwischenzeit macht. Man kann im OP-Bereich warten und sich dort mit den Ärzten und Pflegern unterhalten oder aber nach draußen gehen um z.B. was zu essen. Im OP selbst guckt man oft nur zu, darf aber hin und wieder auch mit am Tisch stehen, wobei man da leider auch häufig lediglich die Instrumente anreichen darf. Wenn man Haken halten oder vielleicht sogar mal selbst was machen will, muss man energisch sein und konkret danach fragen. Natürlich hängt die Einbindung in die Operation aber auch wieder sehr von dem Arzt ab.

Insgesamt macht man ziemlich wenig selbst und guckt eigentlich nur zu. Vermutlich kann man

mehr machen, wenn man konkret einfordert, dass man Patienten untersuchen darf oder ähnliches. Ich persönlich fand das allerdings relativ schwierig.

Als wir vor Ort waren hatten die nationalen Studenten gerade Ferien, sodass die Ärzte mit der knappen Besetzung zu kämpfen hatten. Der Vorteil daran war, dass wir sonst vermutlich nichts hätten tun dürfen, weil es dann zu viele Studenten gegeben hätte.

Der Nachteil allerdings war, dass es mit den nationalen Studenten wahrscheinlich viel leichter gewesen wäre Anschluss an das Team zu finden. Die meisten Ärzte waren ziemlich distanziert und zeigten wenig Interesse daran die internationalen Studenten mit einzubinden. Einige Ausnahmen gab es natürlich und so konnte man sich einfach an diese Ärzte ranhängen, aber schade fand ich es dennoch. Vielleicht ist es in Tansania nicht so üblich, dass Studenten mit ins Team integriert werden. Eventuell lag es aber auch daran, dass immer wieder recht viele internationale Studenten kommen und nach wenigen Wochen dann schon wieder abreisen und das auf Dauer nicht so schön ist.

Alltag und Freizeit:

Im Regelfall war man als Student schon mittags aus der Klinik raus und hatte somit viel Freizeit. Diese kann man entweder mit Sport (Joggen gehen, Schwimmen oder im nahegelegenen Fitnessstudio trainieren), mit Entspannen (Lesen, in der Sonne liegen) oder in der Stadt verbringen. Dort hat man die Möglichkeit sich in den vielen Stoffläden schönen Stoff auszusuchen und sich dann günstig Anzihsachen schneidern zu lassen, auf einem der Märkte frisches Gemüse und Obst zu kaufen oder Souvenirs zu jagen. Es gibt auch einige gute Restaurants und Cafés, die man ausprobieren kann. Einige der Studenten haben die Zeit genutzt um ihre Doktorarbeit weiter zu schreiben oder für ihr Examen zu lernen.

Abends wird es schon gegen 18:30 Uhr Uhr dunkel und es ist tatsächlich gefährlich sich dann noch draußen aufzuhalten. In Restaurants oder in Clubs ist alles soweit in Ordnung, aber den Heimweg muss man dann definitiv mit dem Taxi planen. Zwar sind die Taxipreise günstig, aber einschränkend ist dies dennoch. Dementsprechend verbringt man die Zeit abends entweder in einem Restaurant bzw. in einer Bar oder einem Club oder ist zu Hause und kocht oder trifft sich mit Leuten vom Compound.

An den Wochenenden oder aber auch unter der Woche kann man Ausflüge für einen oder mehrere Tage machen. Egal ob es einfach zu den heißen Quellen geht, man eine Kaffeetour plant, den Kilimanjaro besteigen oder auf Sansibar entspannen will, man findet quasi immer andere Personen vom Compound. Dadurch hat man nicht nur eine Begleitung, sondern vieles wird auch günstiger, je mehr Leute mitkommen.

Tansania ist als Land wunderschön, deshalb kann ich es wärmstens empfehlen ganz viel zu reisen und alles mitzunehmen, was man kann. Gerade die Safaris und Kili-Touren kann man gut vom KCMC aus organisieren. Sansibar würde ich wenn es geht am Ende machen und dann von da aus zurück in die Heimat fliegen.

Fazit:

Um ein Fazit aus meiner Zeit in Tansania zu ziehen muss man erstmal vorweg sagen, was ich mir in von dieser erhofft habe: Um es kurz zu sagen wollte ich etwas anderes sehen und erleben. Ein anderes Land mit einer anderen Kultur, Sprache, Küche und eben einem anderen Gesundheitssystem kennenlernen. Das habe ich definitiv getan und bin daher froh, dass ich diese Erfahrung machen konnte.

Was ich allerdings auch sagen muss ist, dass mir nicht alle Teile davon gut gefallen haben:

Das KCMC gilt als das beste Krankenhaus in Tansania und hat einen ziemlich großen Einzugsbereich. Wenn man aus unserem Gesundheitssystem kommt und dies weiß, dann will man die anderen Krankenhäuser allerdings vielleicht lieber gar nicht erst sehen: Es gibt kein Händedesinfektionsmittel im gesamten Klinikum (außer Studenten lassen was da), die Patienten

liegen auf Feldbetten mit 14 anderen Personen in einem Zimmer oder planmäßig direkt auf dem Flur, in dem Bereich für die ambulanten Patienten ist Privatsphäre ein Fremdwort und traurigerweise scheint der Wissensstand der Ärzte auch nicht auf dem Niveau zu sein, wie es bei uns ist und wie es wahrscheinlich sein könnte.

Im Klinikalltag ist vieles durch die zu knappen finanziellen Mittel geprägt. Es gibt nicht die Möglichkeit den Immunsupprimierten in ein anderes Zimmer zu legen als in das mit dem Patienten, der eine offene Tuberkulose hat. Die Wundversorgung auf der Verbrennungsstation ist schrecklich, weil das Verbandsmaterial nicht so gut ist und somit an den Wunden klebt. Die Überwachung der Patienten im OP ist mit einem aufgeklebten Stethoskop, einem EKG und einem Sättigungsclip sehr spartanisch.

Auch wenn man sich im Voraus mental auf solche Sachen einstellt oder sich spätestens vor Ort an solche Dinge etwas gewöhnt, so gab es zumindest für mich auch später noch immer wieder Situationen, in denen ich schlucken musste, die mir nahe gegangen sind.

Die Einschränkungen, die dadurch entstehen, dass das Land relativ unsicher ist und man somit nach dem frühen Einbruch der Dunkelheit nicht mehr draußen sein kann, haben mir relativ zu schaffen gemacht.

In meinen Augen hat die Kultur sehr schöne Seiten – so sind viele Menschen unglaublich lieb, freundlich und hilfsbereit – aber auch recht nervige Seiten: Alles dauert ewig und weiße Menschen werden leider oft nur als Geldmaschine angesehen, sodass man fast immer einen überhöhten Preis zahlen muss, selbst nachdem man lange gehandelt und diskutiert hat.

Dies sind Dinge, mit denen ich persönlich nicht so gut zurecht gekommen bin.

Die Sachen, die mir aber positiv in Erinnerung geblieben sind, sind zum Beispiel die Menschen, die an mir als Person und nicht an meinem Geld interessiert waren, mit denen man spannende Gespräche führen konnte und die einfach super herzlich waren.

Tatsächlich bin ich auch froh über die Dinge, die ich in der Klinik erleben konnte. Auch wenn es traurig ist, dass sich die Patienten keine ausreichende Therapie leisten können, so fand ich es unfassbar spannend z.B. einen ausgeprägten Morbus Basedow oder riesige Tumoren zu sehen.

Es war interessant zu sehen, wie sehr sich die Kultur auf das Krankheitsverständnis der Menschen und auf die Arbeitsweise und -Moral der ausprägt. Krankheiten und Tod werden aus „von Gott gegeben“ angesehen und somit einfach akzeptiert. Selbst eine Mutter, die gesagt bekommt, dass ihr Kind sterben wird reagiert in unseren Augen recht kalt, weil dies ihrer Meinung nach Gottes Wille ist und es als solchen annimmt. Ein Menschenleben zählt allerdings auch insgesamt nicht so viel, wie es das hier tut, sodass die Ärzte nicht so sehr um die Erhaltung dessen kämpfen. Der Tod ist daher ein ständiger Begleiter.

Was mich tatsächlich aber wirklich überrascht hat ist, dass auch wenn die gegebenen Möglichkeiten, der Wissensstand und das Engagement der Ärzte nicht so sind, wie man es sich wünschen würde, dennoch erstaunlich viel irgendwie funktioniert hat. Von dem, was ich so erlebt und gesehen habe, bin ich z.B. eher davon ausgegangen, dass enorm viele Patienten Wundinfektionen nach ihrer Operation haben, aber dies war überraschenderweise gar nicht so oft der Fall. Ich kann nicht genau sagen wie, aber das meiste klappte dann halt doch - zumindest mehr oder weniger gut.

Zu guter letzt bin ich auch glücklich, dass ich so ein wunderschönes Land bereisen konnte.

Dadurch, dass man so lang vor Ort ist, kann man viel mehr und auch einfach andere Sachen sehen, als ein normaler Tourist, der seine zwei Wochen Urlaub macht. Natürlich waren die üblichen Sachen wie Safaris und die Tauchausflüge vor Sansibar atemberaubend, aber auch die kleineren Ausflüge zu Highlights in der Umgebung waren traumhaft und die würde ich nicht missen wollen.

Abschließend würde ich sagen, dass wenn man sein PJ dafür nutzen möchte möglichst viel von dem klinischen Stoff zu lernen und auf sein Arbeitsleben vorbereitet zu werden, ich es nicht empfehlen würde ein Tertial am KCMC zu machen. Wenn man aber über den Tellerrand hinausschauen möchte, in eine andere Welt eintauchen und ein bildschönes Land bereisen will, dann definitiv. Auch wenn ich für den Klinik-Alltag vielleicht nicht so viel gelernt habe und mir einige Aspekte

schwer gefallen sind, so freue ich mich doch, dass ich all diese Eindrücke sammeln durfte. Ein vorher gänzlich fremdes Land ist mir nun irgendwie vertraut und die Zeit in Tansania ist zu einem kostbarem Teil meiner Erfahrungen geworden.