

PROMOS – Erfahrungsbericht über mein halbes Chirurgie – PJ – Tertial am Sanglah General Hospital in Denpasar, Bali (21.05.2018 – 15.07.2018)

Vorbereitung/Organisation:

Ca. 1 Jahr zuvor entschied ich mit einer Freundin zusammen, dass wir uns auf Bali für die erste Hälfte unseres Chirurgie-Tertials bewerben. Ich verschickte eine kurze Bewerbung und erhielt kurze Zeit später eine inoffizielle Zusage zusammen mit den sog. Requirements. Dazu ein paar Punkte, die einem Zeit und Arbeit ersparen: Erstens das Empfehlungsschreiben braucht man nur von der Uni und nicht von der Indonesischen Botschaft. Zweitens kann man den „Letter of Statement“ auch selber formulieren und unterschreiben. Drittens die Kopie des Visums muss bzw. kann man noch nicht mitschicken (für den VISA-Antrag braucht man nämlich die offizielle Zusage). Unser Bewerbungsprozess hatte sich dann doch noch sehr verzögert, da unsere Ansprechpartnerin Mrs.Yanti sich leider nicht mehr meldete. Die Nervosität stieg und wir fanden über die Facebookgruppe „ PJ Bali“ endlich heraus, dass Mrs. Kadek Sri (bonbiyuabian@gmail.com) für die PJler am Krankenhaus zuständig ist. Anfang Mai bekamen wir dann endlich auf unzählige WhatsApp Nachrichten (Nummer ist in der Facebookgruppe) und Mails ein Lebenszeichen von ihr und ein paar Tage später konnten wir dann mit dem Letter of Acceptance (LOA) zur Botschaft das Visum beantragen. Wie wir später festgestellt haben, lief es anscheinend bei allen Studierenden ähnlich ab. Also keine Sorge, irgendwie klappt es immer noch!

Flüge haben wir ca. 3 Monate vorher gebucht. Wir sind mit KLM von Amsterdam nach Denpasar geflogen, eine sehr schnelle (15,5h) Verbindung mit kurzem Aufenthalt in Singapur. (Hin- und Rückflug 650 €)

Welche Impfungen sollte man für Bali haben? Neben Hepatitis B, finde ich Hepatitis A sehr wichtig. Da es einige streunende Hunde und viele Affen gibt, kann man auch über eine Tollwutimpfung nachdenken. Ggf. Malariaphylaxe bei Reisen außerhalb Balis (Bali ist aktuell kein Malariagebiet). Weitere Infos auf Seiten des RKI's.

Für generelle Informationen und Warnungen kann ich die Seite des Auswärtigen Amtes empfehlen. Da während meines Aufenthaltes der Vulkan hin und wieder aktiv war, hatte ich mich auch auf deren Seite zur elektronischen Erfassung von Deutschen im Ausland registriert (elefand.diplo.de).

Unterkunft:

Für die ersten Tage nach Ankunft lohnt es sich bereits von Deutschland aus eine Unterkunft zu buchen, damit man sich vom Jetlag ausruhen kann (+6h Zeitverschiebung). Wir hatten ein Hotel in Kuta gewählt, da die Stadt nah am Flughafen liegt, im Nachhinein nicht die beste Wahl, denn Kuta ist sehr laut mit vielen Clubs und Bars zum Feiern gehen.

Über die Seite www.auslandssemester-bali.de fanden wir dann unsere richtige Unterkunft, eine Villa in Canggu. Mit uns wohnten noch weitere Studierende aus Deutschland dort, die meisten waren für ein Auslandssemester auf Bali. Es gab einen Gemeinschaftspool und Loungebereich, zudem wurde täglich alles gereinigt und Handtücher/Bettwäsche gestellt. Wir haben uns sehr wohl gefühlt und das Preis-Leistungs-Verhältnis war sehr gut.

Von Canggu aus sind wir dann morgens immer mit dem Roller ins Sanglah Hospital nach Denpasar gefahren (ca. 30 min). Das Fahren hat sich definitiv gelohnt, denn Denpasar ist keine besonders schöne Stadt.

Beim Reisen haben wir alle Unterkünfte über booking.com gebucht und waren meist sehr zufrieden. Natürlich entsprechen gerade Badezimmer nicht den deutschen Standards, was v.a. an schlechteren Abwasserleitungen liegt, z.T. gab es auch nur Salzwasser.

Das PJ im Sanglah Hospital:

Am ersten Tag wurden alle PJler sehr herzlich von Mrs. Kadek in Ihrem Büro begrüßt. Neben Registrierung mit Visumsdaten und Reisepassnummer erfolgte die Zahlung der Studiengebühr für die erste Woche(n). Praktischerweise stehen einige Geldautomaten direkt vor der Klinik. Nach der Organisation folgte die Einführungsveranstaltung. Erst ein kleiner Vortrag über Bali, Religionen und die Feiertage. Ganz wichtig zu merken, denn dann hat man frei! Insgesamt ist es auch gewünscht, dass man reisen geht und die wunderschöne indonesische Insel erkundet. Danach folgte ein Vortrag über das Krankenhaus, Ansprechpartner und Verhaltensregeln. Von sehr hoher Priorität war hier die Händedesinfektion, die wir in einer 6-Schritt-Anleitung ausführlich lernen mussten und danach einzeln demonstrieren durften. Genauso amüsant war auch das darauf folgende Video zur Handhabung eines Feuerlöschers.

Zum Schluss der Dresscode: Rock kniebedeckend oder lange Hose (aber auf gar keinen Fall aus Jeansstoff), dazu Bluse bzw. Hemd. Ein kurzer Kittel wird vom Krankenhaus gestellt. Adrett gekleidet folgten wir Mrs. Kadek zur Führung durch die Klinik mit zahlreichen obligatorischen Gruppenfotos.

Wir mussten uns bis donnerstags immer bei Mrs. Kadek per WhatsApp melden, um ihr mitzuteilen in welche Abteilung man in der darauffolgenden Woche möchte. Hier ist man wirklich sehr flexibel. Gerade in der Onkochirurgie und Burn-Unit habe ich sehr spannende und außergewöhnliche Fälle gesehen. Ein normaler Arbeitstag ging von ca. 8-13 Uhr.

Morgens und mittags musste man im jeweiligen Sekretariat der Abteilung eine Anwesenheitsliste unterschreiben. Die meiste Zeit war ich entweder in der Notaufnahme, der Poliklinik oder im OP und habe dort den Ärzten über die Schultern geschaut. Gerade im OP sind immer sehr viele Ärzte und Medizinstudenten, da sind 20 Leute in einem OP-Saal keine Seltenheit. Die Kommunikation auf Englisch hat meistens gut geklappt, aber untereinander sprechen Ärzte/Pflege und Patienten nun mal eben Indonesisch.

Im Sanglah Hospital ist besonders v.a. das Klassensystem, denn es gibt komplett getrennte Stationen von „Third Class“ mit 6-12 Bettzimmern bis „VIP“ mit schicken Einzelzimmern. Zudem sind unglaublich viele Menschen in der Klinik unterwegs, so dass v.a. der Wartebereich der Poliklinik an einen überfüllten Bahnhof erinnert. Grund dafür sind die vielen Angehörigen, die die Patienten ins Krankenhaus begleiten und z.T. auch tagelang auf Isomatten vor der Intensivstation nächtigen. Auch wenn die Klinik schon relativ fortschrittlich ist, sind v.a. die hygienischen Standards nicht mit Deutschland vergleichbar. Es ist daher ratsam sich eigenes Händedesinfektionsmittel mitzubringen.

Freizeit:

DAS Fortbewegungsmittel auf Bali ist und bleibt der Roller. Wir haben fast alles mit dem Roller unternommen und hatten uns schnell an die „Verkehrsregeln“ gewöhnt. Wer Roller fahren möchte, sollte an einen Internationalen Führerschein denken, sonst kann es schon mal teuer werden. Aber es gibt noch weitere günstige Fortbewegungsmittel, dafür installiert man sich am besten die Apps Grab und Go-Jek. Grab ist ähnlich wie Uber und super günstig, leider in manchen Orten verboten. Go-Jek ist v.a. ein Roller-Taxi, liefert aber auch Essen. Taxen wie Bluebird sind zwar an jeder Ecke vorhanden, dafür aber auch teuer (Preise vergleichbar mit Deutschland).

Geld abheben und bezahlen geht auf Bali am besten mit Kreditkarte. In den größeren Orten findet man fast überall Geldautomaten. Leider sind die häufig auch mal leer und man sollte gut aufpassen und regelmäßig seine Finanzen checken. Denn es ist keine Seltenheit, dass Kreditkarten gehackt werden, ist mir am Ende nämlich auch passiert.

Essen auf Bali ist sehr vielseitig und auch ziemlich günstig, da lohnt sich selber kochen wirklich kaum. Ich liebe das einheimischen Essen in sog. Warungs (Imbiss), sehr zu empfehlen Nasi Campur mit ganz viel Tempeh! Hier ist satt essen für umgerechnet ca. 2 Euro möglich. Gerade Canggu und Ubud sind zwei Orte, wo man aber auch eine ganz andere moderne Küche kennenlernen kann mit sehr hippen Cafés und veganen Restaurants. Sport auf Bali: Surfen und Yoga. Für umgerechnet ca. 3 Euro kann man sich für 1-2h ein Surfbrett ausleihen und auch gute Yogakurse gibt es schon ab ca. 10 Euro. Ich kann beides nur empfehlen.

Und dann natürlich reisen! Bali ist sehr vielfältig: um Ubud hat man wunderschöne Reisterassen, Wasserfälle, Wanderwege und natürlich den Monkey Forest für alle die von Affen nicht genug bekommen können. Zudem gibt es unzählige Tempel zu bestaunen. Übrigens sind auch die traditionellen Zeremonien, die regelmäßig stattfinden, sehr beeindruckend. Eventuell hat man auch Glück und Mrs. Kadek nimmt einen mal mit. Der Süden bietet wunderschöne Strände, genauso wie die Inseln Nusa Penida und Nusa Lembongan an der Ostküste Balis. Wer Rochen von Nahem sehen möchte, sollte hier Schnorcheln gehen. Zum Tauchen bzw. für Tauchkurse haben einige Pler auch Amed sehr empfohlen. Ein weiterer unvergesslicher Ausflug war die Wanderung zum Sonnenaufgang auf den Vulkan Batur mit Sicht auf den aktiven Agung, vorausgesetzt man hat gutes Wetter. Zum Schluss kann ich nur noch Lombok empfehlen: der Süden mit wunderschönen, ruhigen Stränden und super Surfspots und der Norden mit Wassermelonenplantagen und tropischen Wäldern.

Viele Tipps zu Bali und Reisezielen hab ich vom Blog Indojunkie bekommen, dem Reiseführer Lonely Planet und über den Austausch mit Reisenden.

Insgesamt bin ich sehr froh, dass ich zwei Monate meines Chirurgie-Tertials auf Bali verbringen konnte. Ich habe Einblick in ein sich gerade weiterentwickelndes Gesundheitssystem bekommen, fortgeschrittene Krankheitsbilder gesehen und viele interessante Menschen kennen gelernt. Ich freue mich, noch lange von den dort gemachten Erfahrungen berichten zu dürfen.