

## **Erfahrungsbericht PJ Chirurgie im Ongwediva Medipark, Namibia**

Mein Aufenthalt bei den Ovambo in Namibia war eine besonders tolle Erfahrung. Die netten Leute, die tolle Lehre und das Reisen durch das wundervolle Land werden mir in bester Erinnerung bleiben.

### **Vorbereitung:**

Dass ich nach Namibia wollte, war mir schon seit Jahren klar und die Kombination mit einem PJ-Tertial fand ich besonders spannend. Ich versuchte eine Bewerbung zunächst über unser international office, aber der Uni-Partnerschaftsvertrag wurde scheinbar nicht verlängert, sodass es da etwas Schwierigkeiten gab. Ich bewarb mich dann also auf eigene Faust, so etwa ein Jahr im Voraus (obwohl der E-Mail-Verkehr oft stockend vorangeht und man hier schon viel Zeit einplanen muss, ist es theoretisch auch noch spontaner möglich, sich zu bewerben). Ich fand verschiedene E-Mailadressen online, letztendlich ist aber Dr. Sheehama (jsheehama@unam.na) der richtige Ansprechpartner. Ich hatte mich für Windhoek beworben, es war allerdings nur noch Platz im Ongwediva Medipark frei (im Nachhinein ein großes Glück!), den ich auch gerne annahm. Ein Visum brauchte ich für die 2 Monate nicht. Seit einiger Zeit muss man sich wohl beim medical council namibia anmelden als ausländischer Student, die haben mir aber auf mehrere Mails nicht geantwortet, sodass sich das bei mir irgendwie erledigte.

Anreise: Ongwediva liegt ganz im Norden Namibias an der angolischen Grenze, ca. 750 km nördlich von Windhoek. Ich nahm den günstigsten Flug nach Windhoek, den ich so finden konnte, mit mehrfach schnell umsteigen, was auch nur so mittelgut klappte (Studententarife bei STA-travel anzeigen lassen), es gibt aber auch etwas teurere und deutlich bequemere Direktflüge von Frankfurt nach Windhoek. Ich habe mir von dort aus einen Mietwagen genommen (wenn man nur auf der Hauptstraße und in Ongwediva bleibt, so wie ich, ist ein Kleinwagen auf jeden Fall ausreichend, zum Herumreisen sind größere, stabilere Modelle auf jeden Fall zu empfehlen). Die Hauptstraße B1 ist super ausgebaut und führt direkt aus der Hauptstadt bis in den Norden, hier sind die C-Straßen auch alle schön asphaltiert. Man sollte nicht im Dunkeln fahren, da es sehr viel Wildwechsel gibt und die Namibianer sehr riskante Überholmanöver durchführen. Deshalb splittete ich die Fahrt und verbrachte unterwegs eine Nacht in Tsumeb, bevor ich am nächsten Morgen nach Ongwediva weiterfuhr. Man kann auch von Windhoek nach Ondangwa fliegen, aber ich fand es schön, das Land mit dem Auto zu durchkreuzen und das Auto dann vor Ort zu haben. Rund um Ongwediva selbst, wenn man kein Auto hat, wird Taxi gefahren oder getrampt, was ganz normal ist und gut funktioniert. Wenn man die Hand an der Straße hebt, hält sofort jemand an, der einen mitnimmt. Die Gegend ist wirklich sicher und trampen ist auch kein Problem, aber da ich alleine unterwegs war, habe ich das selbst nicht gemacht fühlte ich mich im eigenen Auto wohler.

Gesundheit: Ich war über den September in Namibia, da regnet es nie, sodass sich die Anophelesmücke gar nicht vermehren kann. Ich habe also keine Malariaprophylaxe genommen. Ab Dezember regnet es sehr viel, sodass ich dann etwas vorsichtiger wäre. Als ich über Caprivi und Botswana gereist bin, habe ich dann auch die Prophylaxe genommen. Weitere Impfungen oder Ähnliches brauchte ich nicht. Ansonsten muss man daran denken, viel zu trinken, dort ist es extrem heiß und die Luftfeuchtigkeit beträgt nur 10%. Wenn man genug trinkt, kann man sich aber gut daran gewöhnen.

Unterkunft: Von Deutschland aus habe ich nicht wirklich was gefunden. Ich habe Dr Sheehama um Hilfe gebeten, aber der konnte auch nichts sagen. Ich habe mir von zu Hause aus dann für die erste Woche ein bed and breakfast geholt und wollte dann vor Ort gucken, was sich so machen lässt. Tatsächlich organisierte mir dann nach meiner Ankunft eine richtig nette Mitarbeiterin des Krankenhauses in der ersten Woche eine Wohnung direkt neben dem Krankenhaus. Das war einfach toll, sie hatte alles organisiert, von Bett, Schrank, Sofas, Tischen über Kühlschrank, Geschirr, bis zu Gardinen und Spülmittel hat sie mir alles organisiert und der Medipark hat auch noch die Miete bezahlt. So fühlte ich mich nach meinem Umzug hierhin direkt wohl und angekommen. Die Unterkunft hieß Punnesview, vielleicht lässt sich das ja auch schon im Voraus organisieren. Andere Studenten konnten z.B. etwas über das Afrika Stadthaus buchen.

#### Praktikum:

Bei meiner Ankunft traf ich mich zunächst mit Dr Sheehama, der mich der guten Seele des Krankenhauses, Mrs Booyesen vorstellte. Diese führte mich dann durch den kompletten Medipark und stellte mich jedem einzelnen Menschen vor. Alle waren sehr aufgeregt und stolz, da ich wohl die erste ausländische Studentin dort war. Die Mediparkmitarbeiter sind sehr stolz auf ihren Arbeitsplatz und was der Medipark für die Region bedeutet. Das Krankenhaus ist erst wenige Jahre alt und so viele Fachärzte wie hier gibt es sonst nirgends in Namibia (erst seit einigen Jahren kann Namibia selbst Ärzte und Fachärzte ausbilden, sodass bisher alle Fachärzte aus dem Ausland kommen mussten, meist andere afrikanische Länder), also der Medipark ist schon wirklich etwas Besonderes. Die erste Woche verbrachte ich bei Dr Marcel, dem Neurochirurgen, so lange die Allgemeinchirurgen auf einem Kongress waren. Danach ging es dann mit der Allgemein Chirurgie los, bei Dr Brown und Dr Kai. Die beiden sind richtig nett, sehr anspruchsvoll und Lehre ist ihnen sehr wichtig. Da ich ja im letzten Jahr war, wurde ich als Kollegin akzeptiert (im Gegensatz zu den namibianischen Studenten im 5. Jahr) und hatte die gleichen Rechte und Aufgaben wie die beiden Ärzte selbst. Ich durfte immer die Patienten betreuen, bei denen ich auch im OP mit eingewaschen war und auch die anderen interessanten Patienten. Die durfte ich bei Visite dann immer vorstellen und meinen Plan erklären. Bei jedem Patienten nahmen sie sich viel Zeit, das jeweilige Krankheitsbild durchzusprechen. Im OP selbst durfte ich mich immer einwaschen, kleinere OPs durfte ich auch selbst durchführen. Jeden Patienten sollte ich vorher kurz befragen und den Ärzten noch mal vorstellen, dann haben wir das jeweilige Krankheitsbild

noch genau durchgesprochen. Die Betreuung war also super, die beiden Ärzte arbeiteten immer im Team zusammen und haben mich immer super mit einbezogen. Die beiden haben auch das gesamte Spektrum der Chirurgie abgedeckt und zusätzlich die Gastroenterologie, sodass ich zum Schluss auch gastrokopieren konnte.

Mit mir waren meist noch zwei andere namibianische Studenten bei den beiden Ärzten, die mich auch immer zu ihren Seminaren am Oshakati state hospital mitnahmen, das war eine gute Abwechslung.

Am Ende des PJs wollte ich reisen, sodass ich an den Wochenenden arbeitete, um die freie Zeit auszugleichen. Da war ich dann immer in der Notaufnahme, wo ich auch richtig gut aufgenommen wurde. Ich bin dann mit den Ärzten der verschiedenen Fachrichtungen mitgelaufen, sodass ich viele verschiedene Eindrücke bekam.

Zum Abschied habe ich mich noch tausend mal bedankt und wurde mit den Worten „As long as you are happy, we are happy. Just let everyone know that you had a great time here“ verabschiedet.

#### Alltag & Freizeit:

Wie beschrieben, habe ich jeden Tag gearbeitet, um am Ende frei zu haben. Während ich in Ongwediva war hatte ich also nicht viel Freizeit. Tatsächlich gibt es in Ongwediva selbst nicht viel zu tun. Es gibt eine kleine Mall im Ort direkt und eine ganz in der Nähe. Dann ist da noch Benny's Park, ein Pool, an dem die meisten Leute ihre Freizeit verbringen. Mit den namibianischen Studenten und den internationalen Studenten vom Nachbarkrankenhaus habe ich die restliche Freizeit verbracht. Wenn man an den Wochenenden frei hat, kann man gut als Tages- oder Wochenendtrip in den Etosha Nationalpark fahren, um Tiere zu beobachten. Das nahm ich dann erst am Ende des Aufenthaltes wahr. Ich hatte zum Schluss drei Wochen frei zum Herumreisen. Dafür organisierte ich mir mit meinem Freund, der mit dazu kam, ein 4x4 mit Campingzelt auf dem Dach, womit wir durch ganz Namibia und Botswana reisten. Die Gegend ist wirklich wunderschön und abwechslungsreich, die Reise durch diese tollen Länder lohnt sich sehr und man sollte sich das irgendwie organisieren wenn man PJ oder eine Famulatur in Namibia plant.

Insgesamt war das halbe PJ-Tertial eine unglaublich spannende Erfahrung. Ich habe selten so ein nettes Volk wie die Namibianer kennengelernt und die Warmherzigkeit war überragend. Die Lehre war super, da das gesamte Spektrum der Chirurgie behandelt wurde und die beiden Ärzte alles mit mir durchgesprochen haben. Ich hätte nicht gedacht, dass man in so kurzer Zeit so viel in der Chirurgie lernen kann. Natürlich war die Reise durch das tolle Land noch ein besonderes Highlight, in drei Wochen kann man super einmal komplett durch Namibia und teilweise Botswana zu fahren.