

**Halbes PJ-Tertial am Trihuvan University Teaching Hospital, Nepal**

**21.11.2019 bis 12.01.2020**

**Vorbereitung**

Ich bewarb mich gemeinsam mit zwei Kommilitoninnen ca. 10 Monate im Voraus per E-Mail. Wir erhielten zeitnah eine Zusage, jedoch waren kurz vor dem Abflug noch etliche organisatorische Fragen offen (z.B. wo sollen wir wann am ersten Tag sein). Diese ließen sich dann per erneuter Nachfrage an die Verantwortlichen noch klären. Das Touristenvisum hatten wir online beantragt; am Flughafen zog sich die Einreise dennoch (ca 1,5 h). Wir benötigten ein Passfoto, das Formular des Online-Visumantrags und unseren Pass. An Kosten fielen neben Flügen und Visum auch ein Lehrgeld von ca 450 € für die beiden Monate an. Mit im Gepäck waren Desinfektionsmittel, Verbandsschere und Handschuhe für die Kitteltaschen, Arbeitskleidung und Krankenhausschuhe. Retrospektiv sind auch noch Krankenhausschlappen zu empfehlen, da auf einigen Stationen nur solche bzw Sockfuß oder Barfuß getragen wird. Insgesamt hätten wir uns im Vorhinein noch deutlich ausführlicher Informieren können, was durch Prüfungen und Promotion jedoch zeitlich limitiert war. Umso hilfreicher war für uns die nepalesische Gastfreundschaft, welche exorbitant groß ist und täglich unser Ankommen sowie den Lebensgenuss in Nepal vergrößerte.

**Unterkunft**

Wir wohnten in einem kleinen Haus, welches wir über AirBnB mieteten. Es lag logistisch praktisch zwischen Krankenhaus und Thamel, dem Touristen-Einkaufsviertel der Stadt. Beide Viertel waren fußläufig in zirka 20 Minuten erreichbar. Für die 2 Monate zahlten wir 700 € (pro Person ca 5 € pro Nacht), was für nepalesische Verhältnisse bereits sehr teuer ist. Allerdings hatte die Wohnung dank eines kleinen Gartens, einer westlichen Toilette und bequemen Matratzen auch einen Wohnkomfort, der an westliche Standards angepasst war. Dennoch überraschte uns in der Regel täglich ein oder mehrere Stromausfälle; meist weniger Minuten, manchmal auch wenige Stunden andauernd – die Situationen wurden dann dank Stirnlampen und Kerzenlicht wohnbar. Zweimal waren unsere Wassertanks leer. Jedoch half unser Vermieter äußerst engagiert mit einem Wassertanklaster innerhalb kurzer Zeit. Eine weitere Umstellung zu deutschen Häusern war die deutlich schlechtere Isolation. Insbesondere nachts wurde es sehr kalt, so dass sich Schlafsäcke und warme Klamotten rentierten.

**Praktikum**

***Das Krankenhaus***

Das Trihuvan University Teaching Hospital ist ein staatliches Krankenhaus, in welchem versucht wird, den Patienten mit möglichst geringen Kosten möglichst viel zu helfen. Für besonders extreme Verletzungen, welche ohne medizinische Behandlung wenig Überlebenschancen haben (Säureattackierte, Schwerverbrannte) gibt es limitierte medizinische Fonds des Krankenhauses oder einer Spendenvereinigung. Ansonsten muss jeder Patient seine anfallenden Behandlungskosten alleine tragen. Zudem mussten auch OP-Materialien (inklusive Handschuhe), Medikamente und Verbandsmaterial von Patienten oder

Angehörigen besorgt werden. Da die Analphabetenrate des Landes noch sehr hoch ist und das Bildungssystem insbesondere von der Landbevölkerung häufig nicht bezahlt werden kann, gab es mangels Verständnisses immer wieder verkehrte Besorgungen (z.B. Einmalhandschuhe statt steriler Handschuhe oder ein falsches Nahtmaterial). Es war sehr beeindruckend zu sehen, wie die Ärzte trotz zahlreicher materieller Limitationen das bestmögliche draus machten. Zudem liehen sich Patienten in freundlicher Solidarität beispielsweise sterile Handschuhe, um einen Verbandswechsel zur notwendigen Zeit trotz dem fehlenden Material durchführen lassen zu können. Generell war die Atmosphäre sehr anders zu den deutschen Krankenhäusern; die Angehörigen pflegten ihre familiären Krankenhauspatienten – sie brachten Decken, sie kochten, sie wuschen, sie machten die oft täglich anstehenden medizinischen Einkäufe. Viele von ihnen wohnten derweil auf den Fluren, campierten inklusive ihrer Kochutensilien auf den Krankenhausfluren. Daher war das Krankenhaus deutlich überfüllter als bei uns, jedoch auch viel menschlich belebter und die familiäre Unterstützung und Solidarität beeindruckte mich durchweg.

### ***Die plastische Chirurgie***

Ich verbrachte den größten Teil meines Aufenthaltes auf der plastischen Chirurgie. Die Ärzte sprachen mit den Patienten immer Nepali und untereinander ebenso häufig Nepali. Jedoch studieren sie bereits auf Englisch. Da es für viele medizinische Fachbegriffe keine nepalesischen Wörter gibt, ließen sich grobe Zusammenhänge auch in den Gesprächen auf Nepali erahnen. Zudem wurden medizinische Diskussionen und Fragen meist auf Englisch geführt. Im Verlauf unseres Aufenthaltes wurde es den Ärzten zunehmend selbstverständlich die wichtigsten Informationen für mich auf Englisch zu übersetzen. Zudem bot die plastische Chirurgie den riesigen Vorteil, dass sich bereits durch Anschauen der Wunden viel erschließen ließ bzw auch der Verlauf optisch zu verfolgen war. Während des Aufenthaltes dort sah ich zahlreiche Krankheitsbilder, mit welchen ich in Deutschland weniger oder gar keine Berührung hatte und vermutlich haben werde: Gasbrand-Gangrän, Erfrierungen mit beginnender Autoamputation, extreme Ulzera, Verletzungen durch Bombenexplosion, schwere Verbrennungen aller Art (Flammenverbrennung, elektrische Verbrennungen, Verbrennungen nach Säureattacken) und vieles mehr.

Ich lief vor allem mit. Auf Grund der sehr reduzierten materiellen Möglichkeiten sowie der anderen Krankheitsbilder war jedoch auch das sehr spannend. Helfen konnte ich aktiv am meisten beim Mitmachen von Verbandswechseln, welche in der plastischen Chirurgie ärztliche Tätigkeit waren. Das war insbesondere bei Patienten mit Verbrennungen von 40 bis 50 % der Körperoberfläche sehr einprägsam. Alternativ konnte ich recht frei entscheiden, nach der morgendlichen Visite ab 9.00 Uhr in den OP oder in den OPD (Outpatient Department; quasi eine ambulante Poliklinik) zu gehen. Im OP konnte ich beim Lagern der Patienten, beim Aufschneiden von Verbänden sowie den anschließenden Verbänden helfen. Zunehmend durfte ich auch selten mit an den OP-Tisch; jedoch ließ sich auch ohne steril gekleidet zu sein extrem gut beobachten weil die Hygieneauflagen wesentlich weniger streng waren als bei uns. Ich konnte in jeder Operation was neues für mich lernen und sah ein weites Spektrum der plastischen Chirurgie (Lappentransplantate (freie Lappen, Rotationslappen), Spalthaut- und Vollhauttransplantate, Amputationen, komplette operatives Management der Schwerverbrannten, kosmetische Eingriffe – an Extremitäten, Rumpf, Schädel...). Auch im OPD habe ich jedes Mal für mich neue Krankheitsbilder bzw -ausmaße gesehen; die Patienten kamen wegen der Kosten und deutlich beschwerlicher Anreisen in der Regel erst sehr spät zum Arzt.

Es kam auch immer wieder vor, dass eine OP oder eine Nachsorge nicht wahrgenommen wurde, weil die finanziellen Mittel selbst im staatlichen Krankenhaus nicht bezahlt werden

konnten. Oder Patienten bereits mit so drastischem Krankheitsausmaß kamen, weil sie entweder zuvor das Geld nicht aufbringen konnten oder schlichtweg nicht über die medizinischen Möglichkeiten informiert waren. Diese gravierenden Unterschiede zu unserem Gesundheitssystem machten mir bewusst wie großartig und zeitgleich wie wenig selbstverständlich unser deutsches Gesundheitssystem ist.

### ***Unwohlsein und spontane Planänderung***

Ursprünglich war geplant, dass ich die zweite Hälfte der Zeit auf der Gastrointestinal-Chirurgie verbringen würde. Jedoch war diese Station deutlich weniger offen, bezog mich wenig mit ein, zeigte mir auch auf Nachfrage die Funktionsräume nicht – trotz gleichen Engagements lernte ich innerhalb einer Woche viel weniger als bei den deutlich aufgeschlosseneren plastischen Chirurgen. Daher erklärte ich nach einer Woche des Versuchens dem Ansprechpartner für Elective students mein Problem. Er ermöglichte mir die Rotation zurück zu der plastischen Chirurgie, wodurch ich letztendlich 7 statt nur 4 Wochen dort die Eindrücke und Lehre aufso sowie die freundliche Atmosphäre genoss. Wem Schwierigkeiten in Nepal begegnen dem empfehle ich sehr, sie offen anzusprechen da die (allermeisten) Nepalesen sehr gastfreundschaftlich sind und stetig gerne helfen.

### ***Die Freizeit***

In Nepal ist eine 6-Tageswoche Standard. Da wir dadurch ohnehin über der deutschen durchschnittlichen Arbeitswoche lagen, war es nach Absprache problemlos möglich auch das Land erkunden zu können. Wir sahen eine großartige nepalesische Hochzeit eines Bekannten, erkundeten den Nationalpark Chitwan und machten eine Trekkingtour bei Pokhara. Die Nepalesen sind stolz auf ihre Kultur und Natur, weswegen sie uns unterstützen und freudig Anteil an unseren Reiserlebnissen nahmen – trotz ihrer zirka 60 bis 70 Stunden Arbeitswoche und viel schlechteren Arbeitsbedingungen. An unseren einzelnen freien Sonntagen sowie den Feierabenden erkundeten wie einige der zahlreichen Sehenswürdigkeiten in und um Kathmandu. Für die Vielfalt des Landes, den Krankheitsbildern und den Religionen waren die zwei Monate noch nicht ausreichend, aber sehr bereichernd.

### **Fazit**

Für mich war die Zeit in Nepal eine riesige Bereicherung. Medizinisch bekam ich sehr viel Input, bezüglich Gesundheitssystemen und familiärem Zusammenhalt lernte ich mir bis dato unbekannte Bandbreiten kennen. Mich überraschte immer wieder die unglaubliche Gastfreundschaft und die große Toleranz während der alltäglich sehr präsenten Religionen. Die Schönheit und Vielfältigkeit der Natur in absolut sehenswert und beeindruckend. Für all das lohnten sich die Abstriche im täglichen Lebenskomfort, der hektische Verkehr samt Smog und zahlreiche Müllfeuer samt noch mehr Smog sowie meine immunologischen Anpassungsschwierigkeiten der oberen Atemwege sowie meines Magen-Darm-Trakts zeitweilig. Ich bin sehr froh, diese Reiseerfahrung gemacht zu haben. Ich werde die herzliche Gastfreundschaft stetig in Erinnerung behalten, die Medizin ohne viele Mittel nicht vergessen und mit bewussterer Dankbarkeit den Luxus im eigenen Heimatland wahrnehmen. Wer nicht nur medizinisch im PJ lernen möchte, sondern auch anderen neuen Eindrücken und Erlebnissen Raum schenken will, für den ist ein Teil des PJs im Ausland sicherlich empfehlenswert. Nepal in meinen Augen insbesondere.