

Erfahrungsbericht: Ein halbes PJ-Tertial Chirurgie am Tygerberg Hospital, Kapstadt, Südafrika

Ich habe von März bis Mai 2019 ein halbes Chirurgie PJ Tertial am Tygerberg Hospital in Kapstadt verbringen können.

Vorbereitung und Planung

Wie den vielen Erfahrungsberichten im Internet zu entnehmen ist, läuft der Bewerbungsprozess durchaus etwas chaotisch ab. Das A und O ist, zunächst einmal die Bewerbungsunterlagen vollständig einzureichen – alle Hinweise dazu finden sich auf der Website des International Office der Stellenbosch University (dazu Medical Elective Tygerberg googlen). Gewünscht wird auch ein Empfehlungsschreiben des Dekans sowie ein Sprachzertifikat. Diese Beiden Dokumente können wir in Lübeck sehr unkompliziert über Frau Hartmann bzw. das Auslandsamt bekommen. Ich habe dann zunächst einmal lange nichts mehr gehört – und habe dann ungefähr im 4-wöchentlichen Rhythmus im International Office angerufen (Guthaben auf Skype laden) und mich nach dem Status der Bewerbung erkundigt – auf E-Mails bekommt man eigentlich generell keine Antwort. Nach meiner Ankunft hat sich dann auch gezeigt, dass es offenbar alle anderen Studenten, die ich kennengelernt habe, ebenso gemacht haben, sodass das Telefonieren scheinbar den Erfolg der Bewerbung beeinflussen kann. Behaltet auch im Hinterkopf, dass hier fast alles verhandelbar ist – wenn man nett nachfragt, kann man durchaus auch einmal in ein anderes Department schnuppern als ursprünglich geplant, auch Fristen sind nicht unbedingt so strikt wie aus Deutschland gewohnt. Die Studiengebühren müssen leider im Voraus überwiesen werden, eine Zahlung mit Kreditkarte funktionierte in meinem Fall nicht. Für Banküberweisungen nach Südafrika kann ich den Dienstleister <https://transferwise.com/> empfehlen, die Gebühren waren deutlich niedriger als bei meiner Bank. Ein Visum benötigt man für einen achtwöchigen Aufenthalt in Südafrika nicht (Stand Mai 2019), allerdings habe ich bei der Einreise nicht erwähnt, dass ich ein Praktikum absolvieren werde.

Unterkunft

Es gibt auf dem Campus eine International Student Lodge, die Anmeldeformulare hierfür bekommt man mit der Zusage für das Elective. Der Campus besteht im Prinzip aus der medizinischen Fakultät der Universität Stellenbosch und dem eigentlichen Tygerberg Hospital (es ist ein bisschen wie die Uni Lübeck und das UKSH) und liegt ca. 30 Autominuten vom Zentrum Kapstadts entfernt. In der direkten Umgebung der Lodge und des Campus gibt es keine zu Fuß erreichbaren Einkaufsmöglichkeiten, geschweige denn andere Freizeitaktivitäten. Man ist also wirklich auf ein Mietauto angewiesen und ich würde empfehlen, dieses über ein deutsches Mietwagen Portal zu buchen (z.B. Billiger-mietwagen.de) – es gibt einige (unseriöse) lokale Anbieter von denen andere Studenten ihr Auto mieteten, und den gleichen Preis für eine deutlich schlechtere Leistung gezahlt haben. Geht man direkt zu einer der großen Autovermietungen zahlt man unter Umständen kräftig drauf. Bucht euch unbedingt ein Versicherungspaket ohne Selbstbehalt dazu!

Ich habe nach dem Abschicken der Unterlagen für die Unterkunft in der Lodge Monate nichts mehr gehört – keine Panik, man hat die Bewerbung auf dem Schirm und reserviert ein Zimmer für euch, auch wenn man davon erst wenige Tage vor Abreise erfährt. Im Zweifel hilft auch hier Telefonkontakt.

Alternativ kann man sich auch auf eigene Faust eine Unterkunft in der Innenstadt organisieren, dies bietet sich unter Umständen insbesondere dann an, falls man in einer größeren Gruppe unterwegs ist. Zum Knüpfen von Kontakten zu den anderen internationalen Studenten ist die Campus Lodge jedoch wirklich gut geeignet.

Praktikum

Ich war jeweils für vier Wochen in der Bauch- und Traumatologie eingeteilt. Der Arbeitstag startete in der Bauchchirurgie morgens um 8:00 mit den Visiten und dauerte, je nach Interesse, bis in den frühen Nachmittag. Zusätzlich gab es jeden Morgen um 07:30 noch ein Tutorium für die lokalen Studenten, dem man sich gerne anschließen konnte. Neben Stationsarbeit konnte man auch je nach Interesse im OP assistieren. Es ist anfangs nicht einfach, sich zurecht zu finden – die einheimischen Studenten waren hier eine große Hilfe.

Die „Trauma“ hat wenig mit der uns bekannten Unfallchirurgie zu tun. Hier werden zum größten Teil Schuss- und Stichwunden sowie Autounfälle behandelt. Das Tygerberg Hospital ist ein Tertiäres Versorgungszentrum, und die meisten Patienten wurden in teilweise instabilem Zustand aus kleineren Krankenhäusern überwiesen. In der chirurgischen Notaufnahme, dem „Frontroom“, können die Medizinstudenten dann während des Tages oder auch nachts bei der Versorgung dieser Menschen helfen. Die Aufgaben bestehen dann hauptsächlich aus Blutabnahmen, PVKs, aBGAs, und Wundversorgung. Aufgrund der großen Anzahl internationaler und lokaler Studenten stand man sich hier allerdings auch häufig auf den Füßen und bei all dem Leid sollte man sich ggf. auch überlegen, ob die eigene Hilfe grade wirklich benötigt wird, oder ob hier nicht teilweise auch eine gewisse „Sensationslust“ der Studenten befriedigt wird.

Freizeit

Die Länge der Arbeitstage konnte relativ flexibel gestaltet werden und Kapstadt und Umgebung haben eine riesige Menge an Freizeitaktivitäten zu bieten. Zu meiner Zeit dort kursierte in der WhatsApp Gruppe der International-Lodge-Bewohner eine Liste mit einigen netten Tipps für Ausflüge, Restaurants und Aktivitäten, ansonsten lässt sich im Groben auch in jedem Reiseführer nachlesen was es zu tun gibt.

Wie schon erwähnt ist das Tygerberg-Hospital ein gutes Stück außerhalb der Innenstadt und da es fast keinen (sicheren) ÖPNV gibt, ist man auf ein eigenes Auto (das auch gut geteilt werden kann) angewiesen. Leider ist Kriminalität ein großes Problem in Südafrika und während meines Aufenthaltes sind einige Studenten Opfer von Überfällen und Diebstählen geworden. Man sollte sich nachts außerhalb der durch Sicherheitsdienste überwachten Zonen nur mit dem Auto oder Uber fortbewegen und niemals Wertsachen während Autofahrten offen zeigen. Ansonsten helfen natürlich gesunder Menschenverstand und die Erfahrungen der anderen Studenten.

Solltet ihr euch bei Anreise noch keinen Mietwagen gebucht haben, ladet euch unbedingt die Uber-App herunter. Damit kommt ihr dann sehr günstig vom Flughafen zur Lodge (kostenloses Wifi am Flughafen).

Ich hatte mir eine SIM-Karte vom Anbieter CellSea gekauft, hier bekam ich 50GB Datenvolumen für umgerechnet ca. 30EUR (war aber anscheinend ein Sonderangebot). Ich persönlich würde vom Anbieter Vodacom abraten, dort schien es relativ teuer gewesen zu sein, auch wenn die meisten anderen ihre SIM-Karte dort gekauft haben. In der Lodge gab es (sehr langsames) Eduroam-Wifi.

Ich habe mein PJ in Kapstadt von März bis Mai verbracht. Da die Jahreszeiten auf der Südhalbkugel genau entgegengesetzt zu unseren sind, entsprach das dem südafrikanischen Herbst. Das Wetter zu meiner Zeit war noch sehr gut, mit Temperaturen um die 26°C tagsüber und 13°C nachts. Vorteil zu dieser Jahreszeit ist, dass die größten Touristenmassen nicht mehr da sind, und man so einige günstige Angebote wahrnehmen konnte und nicht mehr Wochen im Voraus reservieren musste. Solltet ihr die Wahl haben, würde ich aus klimatischer Sicht einen Aufenthalt irgendwann zwischen November und Ende April empfehlen.

Fazit

Ich kann einen Aufenthalt für das PJ am Tygerberg Hospital durchaus empfehlen. Es war eine tolle und ereignisreiche Zeit! Nutzt die Chance, erkundet das wunderschöne Land und nehmt interessante Eindrücke aus dem Krankenhaus mit. Dank der finanziellen Unterstützung durch das Stipendium lassen sich die hohen Kosten für Flüge und Studiengebühren besser stemmen.