

Halbes Chirurgie-Tertial in Galle, Sri Lanka (Jan 20 – März 20)

Vorbereitung

Bewerbung:

Die Bewerbung gestaltete sich recht unkompliziert, über ein online-Formular der University of Ruhuna. Beachten sollte man hierbei nur, dass man sich einige Monate vor dem gewünschten PJ-Start bewirbt. Ca. vier Wochen später habe ich die Zusage per Mail, in Form eines offiziellen Confirmation-Letters erhalten.

Außerdem bekam ich eine E-Mail von Rohini, mit Informationen zu ihrem Homestay. Sie arbeitet im Krankenhaus und vermietet in ihrem Haus in der Nähe des Krankenhauses Zimmer an ausländische Studenten.

Flug & Visum:

Ich bin direkt aus Neuseeland angereist, wo ich meine erste Tertialhälfte verbracht hatte, daher kann ich zu den Flugpreisen aus Deutschland nicht viel sagen. Das Visum habe ich aber trotzdem ganz normal in Deutschland beantragt. Das war allerdings etwas komplizierter, da man zur Beantragung die Freigabe vom Controller of Immigration & Emigration in Sri Lanka braucht, (ein Schritt, den die Universität vor Ort organisiert und auf den man somit keinen Einfluss hat) und diese gibt es erst ca. 30 Tage vor Praktikumsbeginn. Da mir das vorher bewusst war, hatte ich mir noch in Deutschland einen zweiten Reisepass beantragt, um während der Visumsbeantragung in Neuseeland nicht ohne dazustehen. Meine Gründe dafür hat das Amt auch akzeptiert und das war somit kein Problem. Sobald ich die Freigabe hatte (dazu gab eine Info per Mail, in der auch stand, welches Visumsformular man benötigt), habe ich also meinen Pass mitsamt Visumsantrag an die Botschaft in Berlin geschickt. Das Studenten-Visum kostet derzeit 25 Euro. Dort ging die Bearbeitung zum Glück sehr schnell, sodass der Pass innerhalb weniger Tage bei meinen Eltern landete, die den Weitertransport zurück nach Neuseeland organisierten. Zum Glück hat letztlich alles rechtzeitig geklappt, war aber mit viel Aufregung, Kosten und Aufwand verbunden. Das ist aus Deutschland direkt natürlich etwas unkomplizierter. Man soll aber eigentlich das Visum auch bei einer anderen Botschaft beantragen können, wenn man vorher schon im Ausland unterwegs ist. Die in meinem Fall zuständige australische Botschaft hat allerdings auf meine Anfragen diesbezüglich nicht reagiert und daher war mir das zu unsicher und ich habe lieber den Umweg über Deutschland in Kauf genommen. Das Visum, das man zur Einreise bekommt, gilt dann aber leider auch nur 30 Tage und man muss es vor Ablauf in Colombo verlängern lassen. Dafür muss man vor Ort nochmal einen zusätzlichen Tag für die Behördengänge einplanen. Das kann man leider noch nicht gleich bei der Ankunft erledigen, da man zuerst Formulare von der Uni braucht, die man am ersten Tag ausfüllt und nach ca. zwei Wochen unterschrieben zurück bekommt und damit dann erst die Visumsverlängerung beantragen kann. Die kostet leider noch einmal 100 Euro. Dafür hat man dann aber ein Residence-Visum und bekommt den Eintritt in Nationalparks um ein Vielfaches günstiger als zu den doch recht hohen Touristen-Preisen. Die Nationalparkbesuche für nach der Visumsverlängerung aufzusparen, lohnt sich also!

Mobilität vor Ort:

Die öffentlichen Verkehrsmittel sind gut ausgebaut und man kann fast alles per Bus oder Zug erreichen. Dafür muss man allerdings Zeit einplanen. Es gibt meist keine festen Fahrpläne, aber Busse fahren, zumindest tagsüber, sehr regelmäßig und man muss nur jemandem sagen, wo man hinmöchte und man wird auf den richtigen Bus verwiesen. Tickets kauft man im Bus, wo immer ein Schaffner mitfährt, der das Geld einsammelt. Pläne für die Züge gibt es online auf der Sri Lankan Railways website. Für die Züge muss man Tickets vor Fahrtantritt im Bahnhof kaufen. Generell ist das Reisen auf diese Weise sehr sehr günstig. Oft kommt man für Centbeträge von A nach B und auch für weitere Strecken bezahlt man nur wenige Euro. Es ist auch eine schöne Art, das Land zu bereisen. Besonders das Zugfahren ist sehr empfehlenswert; die Züge fahren langsam und man kann sich in die offenen Türen stellen oder setzen und so die wunderschöne Landschaft genießen. Teilweise sind Busse und Züge allerdings auch sehr überfüllt und dann ist es weniger idyllisch, sondern eher anstrengend und mit sehr viel Körperkontakt verbunden. Da

man das allerdings vorher nicht weiß, würde ich raten, es unbedingt auszuprobieren und dann wird man sicherlich solche und solche Fahrten erleben und kann die entspannteren Fahrten dann umso mehr genießen. Eine komfortablere, schnellere, aber auch wesentlich teurere Möglichkeit, um ans Ziel zu kommen, sind die TukTuks oder Taxis. Tuktuks sind motorisierte Dreiräder, wo hinten auf der Rückbank drei Leute Platz finden. Hierfür gibt es eine praktische App, „PickMe“, über die man oft zu sehr günstigen Preisen Fahrten findet. Leider ist PickMe in den Strandgebieten rund um Galle meist nicht verfügbar, aber dafür an den meisten anderen Orten, wie auch am Krankenhaus.

Unterkunft

Für die erste Woche habe ich mich im oben schon erwähnten Homestay von Rohini eingebucht. Dies kann ich auch nur empfehlen, gerade wenn man alleine nach Sri Lanka geht, da dort meist, wie auch in meinem Fall, noch andere Studenten unterkommen und man so schnell Anschluss findet. Ich habe dort zwei andere deutsche PJ-lerinnen kennen gelernt, mit denen ich dann fast meine gesamte Zeit in Sri Lanka zusammen verbracht habe. Ab der zweiten Woche haben wir uns dann gemeinsam eine Unterkunft in Strandnähe in einem Hostel gesucht (Taru Surf Hostel), was sehr nett war. Uns tat es gut, nach der Arbeit aus der Stadt herauszukommen und im Hostel war es sehr nett, mit den Inhabern, (ein Singhalesisch/ deutsches Paar) hat es sich nach kurzer Zeit angefühlt, wie in einer WG. Die beiden haben uns auch einen TukTuk-Fahrer organisiert, der uns jeden Morgen zu einem guten Preis abholt und zum Krankenhaus gebracht hat (2,50€ für 25 min Fahrt). Hier mussten wir dann auch nur von Montag bis Freitag bezahlen, wenn wir Wochenendtrips geplant hatten und konnten unser Gepäck dort lassen.

Praktikum

Am ersten Tag im Krankenhaus meldet man sich als erstes um 08.00 Uhr morgens im Deans Office. Dieses befindet sich im Erdgeschoss im Gebäude der Universität, die sich praktischerweise direkt gegenüber dem Krankenhause, auf der anderen Straßenseite befindet. Hier muss man dann allerhand Formulare ausfüllen, in erster Linie diejenigen zur Visumsverlängerung. Im Anschluss daran wurden wir zu einer anderen Stelle geschickt, wo wir ein Namensschild bekamen und uns wurde erklärt, wo wir am nächsten Tag morgens zu erscheinen hatten. Ab dem zweiten Tag begann also der Alltag auf der Allgemeinchirurgie. Es begann gegen 09.00 Uhr mit einer Visite der Patienten auf den chirurgischen Stationen. Der leitende und für die Studenten zuständige Arzt nahm sich an diesem Tag auch etwas Zeit für uns ausländische Studenten, ging mit uns den Stundenplan durch und bot an, dass wir auch für jeweils zwei Wochen in die verschiedenen chirurgischen Spezialisierungen rotieren könnten und sprach das dann telefonisch mit den zuständigen Ärzten ab. Wir nahmen das Angebot wahr und rotierten ab der zweiten Woche in die Kinderchirurgie, plastische Chirurgie und Neurochirurgie. Auf der Allgemeinchirurgie gab es montags bis donnerstags jeweils morgens die große Visite, während der sämtliche Patienten der Stationen plus der Neuaufnahmen in der Notaufnahme visitiert wurden. Dabei wurden wesentlich mehr Patienten gesehen, als das in deutschen Krankenhäusern der Fall ist. Dementsprechend kurz gehalten wird der einzelne Patientenkontakt und man muss sich als Student schon anstrengen, etwas mitzubekommen. Dienstags fand nach der Visite dann ein Teaching für die Studenten statt, bei dem eine/r der Studierenden einen Vortrag zu einem Thema hielt und darüber diskutiert und vom leitenden Arzt Fragen gestellt wurden.

Mittwochnachmittags bis Donnerstagmorgen fand das sogenannte Casualty Theatre statt, eine Art Not-OP-Zeit für kleinere Eingriffe, wie etwa Schnittwunden, Seeigel-Stachel-Entfernung, Frakturen richten, Wundreinigungen. Dies war spannend und hier bot sich auch am ehesten Gelegenheit, für uns Studenten, zu assistieren, da meist zwei bis drei Patienten gleichzeitig in einem OP-Saal versorgt wurden und daher helfende Hände gerne gesehen waren. Während der normalen, elektiven OP-Zeiten darf immer nur ein Student assistieren und da die Gruppe der inländischen Studierenden recht groß war, gab es hier für uns eher die Möglichkeit, nur zuzuschauen. Da war das casualty theatre eine nette Abwechslung. Freitags war clinics day, d.h. eine Sprechstunde, in der Patienten ambulant gesehen werden. Diese wurden meist von den

Studenten untersucht und dann dem Arzt vorgestellt, der dann über das weitere Prozedere entschied.

In der Neurochirurgie gab es montags, mittwochs und freitags die Visiten, die ähnlich abliefen, wie in der Allgemeinchirurgie, nur dass hier der Fokus auf den CT-Bildern lag, die sich, anders als bei uns, ausgedrückt am Patientenbett befinden und auch hier im Rahmen der Visite befundet werden. Der zuständige Arzt hier hat die Patienten recht viel mit einbezogen, viele Fragen gestellt und wir mussten auch selber im Rahmen des Teachings CT-Bilder befunden. Dienstag und Donnerstag waren die OP-Tage der Neurochirurgie, hier wurden von 08.30 bis 17.00 Uhr mehrere Fälle pro Tag operiert, vom Hirntumor bis zur Wirbelsäulenstabilisierung. Es war interessant hier zuzuschauen; assistieren dürfen in diesem Bereich allerdings nur andere Ärzte und es war uns Studenten leider nicht erlaubt, mit an den Tisch zu treten. Was das angeht, haben meine Freundinnen in der Plastischen und in der Kinderchirurgie bessere Erfahrungen gemacht, sie durften regelmäßig assistieren.

Freizeit

Neben der Zeit im Krankenhaus blieb oft noch genügend Zeit, um auch Freizeitaktivitäten nachzukommen. Surfen stand bei mir ganz oben auf der Liste und nachdem ich an dem örtlichen Stadtstrand (Sahana oder Dewata-beach) mit den Wellen nicht so zufrieden war (hier ist es allerdings super, um surfen zu lernen!) habe ich manchmal nachmittags noch mit dem Bus Ausflüge zu anderen Orten nördlich oder südlich von Galle, Hikkaduwa oder Midigama unternommen, um dort abends noch eine Runde surfen zu gehen. Das Wasser ist 28 Grad warm, einen Neoprenanzug braucht man also nicht, nur guten Sonnenschutz! Surfboards auszuleihen ist, wie das meiste in Sri Lanka, ebenfalls sehr günstig und an vielen Orten möglich. An den Wochenenden haben wir meistens Ausflüge zu etwas weiter entfernten Orten gemacht, wie in den Udawalawe-Nationalpark (sehr gut, um Elefanten zu sehen), nach Sinharaja für eine Regenwald-Wanderung oder nach Weligama, einen schönen Küstenort. Außerdem haben wir auch das Inland ein wenig bereist, was auch sehr zu empfehlen ist. Hier kann man wunderbare Wanderungen auf die verschiedenen Berge/ Felsen unternehmen, Teeplantagen besuchen und unter Wasserfällen baden. Hier ist es nochmal ein ganz anderes Flair, als an den Küstenorten oder Städten und auch die etwas kühlere Luft ist eine nette Abwechslung, da es ansonsten doch sehr sehr heiß ist in Sri Lanka. An die tropische Luft musste ich mich auf jeden Fall erstmal gewöhnen! Unbedingt empfehlenswert ist es hierfür, weite, luftige Kleidung mitzubringen, da kurz und knapp kulturell nicht so gerne gesehen wird. Ich persönlich fand es auch angenehmer, sich den kulturellen Gepflogenheiten ein wenig anzupassen, da man ohnehin schon auffällt und habe mich in langen Hosen wohler gefühlt.

Fazit

Ich habe meine Zeit in Sri Lanka genossen, auch wenn es zu Beginn ein ziemlicher „Kulturschock“ für mich war, da es das erste asiatische Land war, in das ich gereist bin, und ich mich erst einmal an den anderen Lebensstil und die Hitze gewöhnen musste. Aber nun werde ich definitiv nicht nur das landestypische Rice&Curry-Mittagessen vermissen. Insgesamt war es eine sehr interessante Erfahrung, nicht nur ein anderes Land und eine ganz andere Kultur kennen zu lernen, sondern auch zu sehen, dass Medizin auch ganz anders funktionieren kann, als wir es in Deutschland gewöhnt sind und ich bin dankbar, diese Erfahrungen gemacht haben zu dürfen.