

Erfahrungsbericht: Ein halbes PJ-Tertial Chirurgie am Groote Schuur Hospital, Kapstadt (03-05/2023)

Vorbereitung

Die Vorbereitung war leider recht mühselig. Eine Freundin und ich haben uns etwa 2,5 Jahre vor Tertialbeginn beworben und viel später hätte es auch nicht sein dürfen. Nach der Bewerbung haben wir erstmal lange nichts von der Administration gehört, da mussten wir sehr hinterher sein und regelmäßig Mails schreiben oder auch mal anrufen. Zudem braucht man einen Nachweis über seine Englischkenntnisse, diesen konnte man über Frau Doherty nach einem etwa einstündigen Gespräch auf Englisch und einem Motivationsschreiben zum Nachweis der schriftlichen Kenntnisse bekommen. Um ein Visum mussten wir uns glücklicherweise nicht auch noch kümmern, da wir nur für zwei Monate dort waren; das Touristenvisum, das man bei Ankunft in Kapstadt bekommt, gilt für drei Monate. Dann galt es natürlich noch, die Flüge zu buchen, die Impfungen auf den aktuellen Stand zu bringen und sich eine Unterkunft zu organisieren! Und auch die Studiengebühren mussten fristgerecht überwiesen werden. Wichtig ist auch noch die Krankenversicherung; ich war über das Studentenpaket der Apobank versichert, da ist im Studierendentarif eine Auslandskrankenversicherung inklusive für vier Monate, also für ein komplettes Tertial. Ich habe mir zudem über eine Reisebank noch Bargeld in Rand, also der Landeswährung, gekauft, das wäre zwar nicht nötig gewesen, aber es war trotzdem ein gutes Gefühl, nicht komplett nur auf die Visakartenzahlung angewiesen zu sein. Da wir uns flexibel in Kapstadt und Umgebung bewegen wollten und auch mal ein bisschen weiter entfernte Ziele ansteuern wollten haben wir uns zudem ein Auto gemietet bzw. das schon von Deutschland aus organisiert. Die meisten PJ-Studierenden mieten über ULF Car Rentals ihre Autos; das sind zwar eher kleine Autos mit wenig PS und wenig Knautschzone aber auf jeden Fall die günstigste Option (zumindest von dem her, was wir online gesehen haben). Ulf ist ein deutscher Rechtsanwalt, der nach Kapstadt ausgewandert ist und dort unter anderem Autos an PJ-Studierende vermietet, daher auch die günstigen Preise, wenn man ein Auto für beispielsweise zwei Monate mietet. Wir haben pro Person insgesamt im Monat ca. 125€ bezahlt und hatten maximal 250€ Selbstbeteiligung pro Person.

Unterkunft

Eine Unterkunft muss man sich selbst suchen, vom Groote Schuur Hospital (oder anderen Krankenhäusern in Kapstadt) wird keine gestellt. Da ich mit einer Freundin dort war wollten wir gemeinsam in einer Unterkunft wohnen. Wir haben zwar zuerst über AirBnB gesucht, das erschien uns dann aber doch als zu teuer. In einer Facebook-Gruppe haben wir dann von der Freeland Lodge gelesen und letztendlich dort zwei separate Zimmer gebucht. Die Zimmer sind groß, zweckmäßig eingerichtet und es ist ein netter Ort, um dort zu wohnen, wenn man am GSH arbeitet, weil man zu Fuß (nur tagsüber!) ins Krankenhaus gehen kann. Außerdem gibt's noch einen Garten mit einem Pool, das war sehr schön. Es gibt zwar auch deutlich günstigere Unterkünfte in Kliniknähe, wir fanden allerdings den Garten und auch den Kontakt zu einigen anderen Internationals, die auch dort gewohnt haben, richtig schön.

Sicherheit

Kapstadt wird für südafrikanische Verhältnisse als recht sichere Stadt gehandelt, als Europäer:in sieht man das allerdings anders ;) Kurz vorweg: Kapstadt ist eine fantastische Stadt, ich würde jederzeit wieder dorthin gehen! Man muss sich aber darüber im Klaren sein, dass man sich an gewisse Regeln halten muss und, dass die Gewaltbereitschaft und Kriminalitätsrate überhaupt nicht mit Europa / Asien / Südamerika zu vergleichen sind. Wir waren zu zweit dort und sind ab Anbruch der Dunkelheit wirklich nie nur zu zweit oder gar alleine herumgelaufen. Tagsüber ist es meist kein Problem, trotzdem wird geraten, auf das Tragen von Schmuck zu verzichten, sein Handy nicht offen in der Hand zu halten und immer auf seine Umgebung zu achten. Ich hatte tatsächlich häufig ein «Wegwerf-Handy» dabei, um es im ungünstigsten Fall direkt rauszugeben. Bargeld hatte ich nur in geringen Mengen dabei; auch hier wird geraten, im Falle eines Überfalls direkt alles herauszurücken. Der schnellste und beste Weg, um innerhalb der Stadt von A nach B zu kommen ist Uber, das ist auch recht sicher. (Bewaffnete) Überfälle kommen immer wieder vor, auch einigen Bekannten von mir ist etwas passiert, man sollte also wirklich vorsichtig sein. Ich denke allerdings, dass man gut damit fährt, die Einheimischen zu fragen, wo es sicher ist und sich generell eher in größeren Gruppen zu bewegen. Also: nicht abschrecken lassen aber dennoch vorsichtig sein! Auch beim Wandern sollte man vorsichtig sein und bei der Planung einer Route auch auf Einheimische und deren Tipps hören. Wir waren stets aufmerksam und vorsichtig, aber nicht ängstlich unterwegs und uns ist in den zwei Monaten nichts passiert, wir waren noch nicht mal in einer komischen/unangenehmen Situation.

Klinikalltag

An Tag eins ging es für uns erstmal zur sogenannten Orientation – da werden alle Studierenden der UCT begrüßt und bekommen eine generelle Einweisung von der diensthabenden Person des Elective Offices. Wir sind danach, gegen 11 Uhr, noch zur Klinik gegangen, um uns vorzustellen; dort sagte uns jedoch die Sekretärin, dass wir einfach am nächsten Tag um 7

Uhr zur Frühbesprechung da sein sollen. Damit beginnt täglich der Dienst; hier werden die Patienten des Vortags und der Nacht besprochen, manchmal gibt's auch eine mündliche Prüfung der Interns, das ist ganz spannend. Man wird generell einem Registrar zugeordnet, der für einen zuständig ist, und dieser gehört zu einer «Firm», einer Art untergeordneten Einheit. Es gibt beispielsweise eine Firm für die Wirbelsäulenchirurgie, eine für die Hüftchirurgie etc. Diese Firms haben dann unterschiedliche OP-Tage, bei uns waren das Donnerstag und Freitag. Die Stationsarbeit ist sehr begrenzt, weil jeder Registrar nur ein paar Patient:innen pro Tag hat (bei unserem Registrar waren das täglich ca. 3-6 Patient:innen), die man nach der Frühbesprechung jeden Tag visitiert. Wenn man dann keine OP-Tage hat, geht der Registrar dann in die Ambulanz, wo es aber auch recht wenige Patient:innen gab als wir da waren. Hier endet der Tag dann schon gegen 10/11 Uhr... Wir sind dann oft noch auf die Trauma (chirurgische Notaufnahme) gegangen, um etwas mehr zu sehen, dort sind aber auch viele Studierende eingeteilt, wodurch man auch oft weggeschickt wird. Im OP selbst kann man gelegentlich mit an den Tisch, oft stehen dort aber neben dem/der ersten Operateur:in bereits 2-3 weitere Ärzt:innen, wodurch man teils auch nur wenig sieht. Manchmal wurde auch, wenn wir uns einwaschen wollten, gesagt, dass sie keine OP-Kittel hätten und daher durften wir uns dann auch nicht einwaschen. Insgesamt hätte ich mir deutlich mehr Mitarbeit gewünscht, man hatte so aber auch viel freie Zeit und konnte sich auch andere Fachrichtungen / OPs anschauen.

Sprache

Die im Krankenhaus mit den Patient:innen meist gesprochene Sprache war Englisch, manche können allerdings nur Afrikaans, dann versteht man leider eher wenig. Ansonsten kommt man in das Medical English schnell rein, nur der Dialekt der Kapstädter:innen hat mir/uns manchmal Probleme bereitet, da sie deutlich mehr nuscheln, als ich das aus anderen englischsprachigen Ländern her kenne. Nachfragen war aber kein Problem :)

Freizeit

Kapstadt hat einen unheimlich hohen Freizeitwert! Die Stadt selbst liegt zwischen der Bergkette und dem Meer, schöner geht's kaum. Man kann in Kapstadt so viel machen.. von Wandern (auf den Tafelberg selbst gibt es einige Wanderwege, der Hike auf den Lions Head ist super schön, ...) über Surfen (schön in Muizenberg!), schöne Cafés und gute Restaurants, Billard spielen in Observatory, Skydiving oder Paragliding und noch viel mehr. Kurzum – alles geht! Tagestrips in die Umgebung, zum Beispiel nach Langebaan oder die Winelands (Franschhoek, Stellenbosch), zum Cape Hope, auf die ehemalige Gefängnisinsel Robben Island oder einen Sunset Drive entlang des Chapman Peak sind alles gute Möglichkeiten, den Aufenthalt gut zu nutzen :)

Wenn man weitere Touren machen möchte, bietet sich die Garden Route an (sehr sicher, sehr schöne Spots und auch mit dem Auto gut fahrbar); wir haben noch einen Ausflug nach Durban gemacht und uns von da aus die Drakensberge (Underberg) und den Hluhluwe-iMofolozi Nationalpark angeschaut.

Finanzielles

Ein (halbes) Tertial in Kapstadt ist eine eher teure Angelegenheit. Die Flüge kosten um die 800-1000€ retour, für die Unterkunft zahlt man im Schnitt 350-500€ im Monat, die Studiengebühren liegen bei ca. 800-900€/Monat und in Kapstadt selbst ist das Essen zwar deutlich günstiger als in Deutschland, es kommt dann aber doch einiges zusammen. Zudem möchte man auch viel erleben, was den Geldbeutel zusätzlich belastet. Ich war daher sehr dankbar über das PROMOS-Stipendium und bedanke mich ganz herzlich für die Förderung!

Fazit

Kapstadt kann ich für das PJ absolut empfehlen! Ich hätte im Nachhinein gern mehr Medizinisches mitgenommen; dafür ist die Trauma am GSH oder ansonsten die Krankenhäuser in den Townships (Mitchells Plain, Khayelitsha oder auch das Tygerberg) besser geeignet. Trotzdem war es für mich eine grandiose Zeit und man kann in Kapstadt wirklich locker zwei Monate oder auch mehr verbringen! Am besten natürlich im Sommer, vor allem in den Monaten von Dezember bis April, da zu der Zeit in Kapstadt schönes sonniges Wetter ist. :)