

## PROMOS Erfahrungsbericht: PJ-Tertial am New Somerset Hospital, Kapstadt, Südafrika von Januar-April 2018

### Vorbereitung

Ich wollte schon immer ein Teil meines praktischen Jahres in Kapstadt verbringen. Ich hatte mich circa zwei Jahre vorher an einem anderen Krankenhaus beworben und bin leider nicht angenommen worden, so habe ich der Elective Officer des New Somerset Hospitals Susan Rodriques ([rsusan@xsinet.co.za](mailto:rsusan@xsinet.co.za)) circa anderthalb Jahre vorher das erste Mal geschrieben. Die Bewerbung ging ganz formlos per Mail und sie hat einem dann alle nötigen Unterlagen geschickt. Man muss sehr hartnäckig sein, oft antwortet sie monatelang gar nicht oder auch überhaupt nicht, es hilft auch sehr, sie persönlich anzurufen. Das war eben ein Vorgeschmack auf die südafrikanische Bürokratie.

Nach vielen Emails und Telefonaten und Zahlung der (immer steigenden) Studiengebühren hatte ich aber dann endlich die definitive Zusage für mein PJ-Tertial in der Gynäkologie und Geburtshilfe am New Somerset Hospital.

Da ich länger als 90 Tage in Südafrika sein würde, musste ich mich auch um ein study visa kümmern. Dies kann man leider nur persönlich bei der Botschaft in Berlin beantragen. Hierfür muss man wieder allerlei Unterlagen (sogar ein Röntgen Thorax muss man anfertigen lassen) zusammensuchen und sollte tunlichst darauf achten, alles richtig ausgefüllt und komplett dabei zu haben, wenn man in Berlin ist, da die dortigen Mitarbeiter sehr penibel sind.

Danach hieß es nur noch voller Vorfreude auf den Abflug warten!

### Unterkunft & Ankunft

Generell kann man über Susan, die wirklich sehr nett und hilfsbereit ist, im Schwesternwohnheim des Krankenhauses unterkommen. Dort hat man möblierte Einzelzimmer mit Külschrank und Gemeinschaftsbäder und –küche. Das Wohnheim ist direkt neben dem Krankenhaus und sehr sicher. Die Lage ist sehr gut, da das Krankenhaus direkt neben der Waterfront liegt und somit sehr zentral und für Ausflüge und Unternehmungen optimal ist.

Ich war mit Freunden in einem Apartment in Bo Kaap untergekommen, was wir von vorherigen PJlern übernommen haben. Auch Bo Kaap ist sicher und zentral und ein cooles Viertel mitten in der Stadt.

Viele andere PJler wohnen in Student Lodges im Studentenviertel Observatory in der Nähe der Uniklinik oder in der Innenstadt, Green Point, Tamboerskloof oder Gardens.

Generell sind die Mieten nicht so günstig wie gedacht, man zahlt mindestens so viel wie in Deutschland.

Nach der Ankunft und vor Arbeitsbeginn muss man sich noch an der schönen Uni von Kapstadt einen Ausweis machen lassen (den man immer im Krankenhaus und auf dem Unigelände tragen sollte) und sich bei der Elective Officer der Uni Jade Rolfe ([jade.rolfe@uct.ac.za](mailto:jade.rolfe@uct.ac.za)) vorstellen, die auch sehr nett ist und für die Koordination der Electives an allen anderen Krankenhäusern in Kapstadt, besonders dem Groote Schur, zuständig ist.

### Arbeit im Krankenhaus

Die Gynäkologie und Geburtshilfe ist eine der größeren Abteilungen des Krankenhauses mit mehreren Stationen und besonders im Kreißaal ist immer etwas los. Die Elective Students können sich aussuchen, in welcher Abteilung sie wie viel Zeit verbringen möchten und werden am Anfang einem Consultant (Oberarzt) als Ansprechperson zugeordnet. Des Weiteren gibt es noch die Interns (die ersten zwei Jahre nach der Uni rotiert man als Intern durch verschiedene Abteilungen), die Medical Officers und die Registrars (Ärzte in der Facharztweiterbildung).

Generell dürfen die Studenten sehr viel Praktisches machen und werden auch dazu angeleitet. Das ist für deutsche Studenten besonders in der Geburtshilfe interessant. Ich konnte die Patientinnen im Kreißaal aufnehmen und eigenhändig untersuchen und dann dem zuständigen Arzt vorstellen und die Patientin mit ihm durchsprechen. Außerdem kann man mit den Hebammen zusammen die Geburten betreuen und dabei assistieren. Bei den Kaiserschnitten ist man immer erste Assistenz im OP. Auf den prä- und postnatalen Stationen kann man eigene Patientinnen visitieren und dann den Oberärzten vorstellen. Außerdem kann man bei den verschiedenen Sprechstunden teilnehmen und Patientinnen untersuchen, bei speziellen gynäkologischen Untersuchungen zugucken und auch selber Spekulum-Untersuchungen und PAP-Abstriche machen.

Auch in der Gynäkologie nehmen die Studenten die neuen Patientinnen auf, vervollständigen die Diagnostik (Blutabnahme, EKGs etc.) und visitieren die Patientinnen, um sie den Oberärzten vorzustellen. Auch hier kann man viel im OP assistieren und den verschiedenen Sprechstunden beiwohnen.

Generell kann man sagen, dass das Teaching in Südafrika sehr viel besser ist, als in Deutschland. Die Oberärzte legen sehr viel Wert darauf, den Studenten etwas beizubringen und es werden auch viele Seminare und Bedside-Teachings für die südafrikanischen Studenten im klinischen Abschnitt gegeben. Das hat großen Spaß gemacht und ich habe so viel lernen können.

Das Krankenhaus ist ein public hospital und somit werden Patienten aus allen Schichten und auch aus den Townships behandelt, was sehr interessant ist. Dadurch ist die Notaufnahme auch immer brechend voll. Das Krankenhaus ist vielleicht nicht so modern wie ein Deutsches und bietet nicht so viel Komfort, trotzdem hatte ich nicht das Gefühl, dass die Patientinnen und Patienten schlechter versorgt sind. Im Detail der Krankenversorgung, im Bezug auf einige Ressourcen und im Gesundheitssystem gibt es dann natürlich doch Unterschiede.

### Alltag und Freizeit

Auch die Freizeit kommt in Kapstadt nicht zu kurz und das ist auch gut so! Denn es gibt unzählige Dinge, die man hier unternehmen kann. Von surfen und am Strand relaxen über Bergwanderungen, Trailrunning, Camping, und Shopping ist für jeden etwas dabei. Die Natur in Südafrika ist spektakulär und man entdeckt immer wieder Neues. Auch Ausgehen und Essen wird in Kapstadt groß geschrieben! Es gibt tausende tolle Restaurants, Bars und Cafès, Clubs und Foodmärkte, im Sommer gibt es viele schöne Festivals in Kapstadts Umgebung und Winetastings in Stellenbosch und Franschhoek sind natürlich ein Muss! Auch der Rest des wunderschönen Landes sollte erkundet werden, denn es gibt so viele tolle Nationalparks, Berge, Städte und Strände!

Für Medizinstudenten kann ich noch empfehlen die Organisation SHAWCO zu kontaktieren. Das sind südafrikanischen Medizinstudenten, die ein paar Mal in der

Woche in verschiedene Townships fahren und dort eine kleine und einfache mobile clinic zur kostenlosen Erstversorgung der Townshipbewohner betreiben. Es arbeiten Studenten im vorklinischen und klinischen Abschnitt zusammen und sehen und untersuchen die Patienten. Danach werden sie einem Arzt vorgestellt und der Fall besprochen. Es gibt einige Medikamente, die die Patienten umsonst haben können, ansonsten werden sie zur weiteren Behandlung an Krankenhäuser verwiesen. Auch hier lernt man den selbstverantwortlichen Umgang mit Patienten und es ist eine tolle Erfahrung mit so wenigen Mitteln den Bewohnern der Townships zu helfen, die wirklich sehr dankbar dafür sind.

Was am Anfang ein bisschen eine Umstellung war, ist, dass man sich nicht so frei bewegen kann, wie in Europa. Abends und nachts sollte man immer ein Uber (die wirklich sehr günstig sind) nehmen und generell bewegt man sich eigentlich nicht viel zu Fuß und nimmt immer das Auto/ein Uber, auch weil die öffentlichen Verkehrsmittel nicht sehr gut ausgebaut sind und weil man immer plötzlich in eine „komische“. Ja, es gibt natürlich viel Kriminalität in Kapstadt und Südafrika, aber man sollte keine Angst davor haben. Wie in anderen Ländern auch, sollte man wissen, wie man sich richtig verhält und gut auf seine Sachen aufpassen, nichts im Auto liegen lassen und immer abschließen. Mir ist Gott sei Dank nichts passiert, aber natürlich kann jeder, den man trifft, Geschichten über Überfälle und dergleichen erzählen. Man muss halt einfach vorsichtig sein.

Darüber hinweg tröstet einen aber die Freundlichkeit und positive Einstellung der Südafrikaner! Ich habe mich wirklich sehr wohl gefühlt in Kapstadt, die Stadt ist sehr vielfältig und multikulti und das Leben hier macht einfach Spaß!

#### Tipps für zukünftige Studierende

Leider werden die Studiengebühren der Universität Kapstadt immer teurer, so dass es immer schwieriger wird, sich einen viermonatigen Aufenthalt zu leisten. Ich bin sehr froh, dass ich das PROMOS Stipendium hatte. Bewerbt Euch also auf jeden Fall auch um ein Stipendium!

So weit ich es mitbekommen habe, wird die Bewerbung für Electives in Kapstadt jetzt komplett umgestellt (ich weiß allerdings nicht, ob es stimmt) und es soll alles online ablaufen. Ich habe aber trotzdem gelernt, dass es in Südafrika hilft, hartnäckig zu sein und oft nachzuhaken. Lieber einmal zu viel anrufen, als zu wenig. Es ist allerdings so, dass man sich sehr frühzeitig (2 Jahre im Voraus) bewerben sollte. Manchmal hat man Glück und man kann sich kurzfristig auf Plätze von abgesprungenen Studenten bewerben. Gebt also nicht auf! Denn die Zeit in Kapstadt war eine der besten meines Lebens und ich vermisse die Stadt, das Land und die Leute jetzt schon!