

Erfahrungsbericht

Innere Tertial in St. John's, Neufundland, Kanada 2013

Einen Abschnitt meines Praktischen Jahres (PJ) wollte ich gerne im englischsprachigen Ausland absolvieren. Zunächst hatte ich an Großbritannien und Irland gedacht, musste dann aber feststellen, dass ich dafür schon zu spät dran war und alle Plätze bereits vergeben waren (3 Monate vor meinem eigentlichen PJ-Beginn). Durch Empfehlung einer Bekannten und Recherche im Internet wurde ich schließlich auf das Health Sciences Centre in St. John's aufmerksam. St. John's ist die Hauptstadt der Provinz Neufundland und Labrador in Kanada. Die Stadt hat ca. 100.000 Einwohner und gehört zu den ältesten Städten Nordamerikas. Das Health Sciences Centre ist das Universitätsklinikum der Memorial University of Newfoundland und damit ein Haus der Maximalversorgung. Außer dem Health Sciences gibt es in St. John's noch das St. Clare's Mercy Hospital als weiteres Lehrkrankenhaus der Uni. In St. Anthony, einer Stadt ganz im Norden Neufundlands, ist ein weiteres, kleines Lehrkrankenhaus, in dem man ebenfalls sein PJ absolvieren kann. Da ich viel unternehmen und sehen wollte, entschloss ich mich für ein Krankenhaus in St. John's. Denn St. Anthony ist zwar wunderschön gelegen und sehr gut zum Eisberge beobachten, aber war mir mit 2500 Einwohnern doch zu klein. Zu beachten ist noch, dass man in Kanada maximal 12 Wochen Praktikum im Gesundheitswesen absolvieren darf. Da man im Praktischen Jahr ein Tertial lediglich halbieren darf, kann man somit nur 8 Wochen des PJ in Kanada machen.



Bewerbung

Alle notwendigen Informationen und Fristen für die Bewerbung erhält man auf folgender Website: <http://www.med.mun.ca/UGradME/Visiting-Students.aspx>

Für die Beschaffung aller erforderlichen Unterlagen, sollte man unbedingt ausreichend Zeit einplanen. Der Bewerbungszeitraum ist frühestens 9 Monate und spätestens 4 Monate vor geplantem Praktikumsantritt. Mein 1. PJ-Tertial begann im Februar 2013 und ich wollte in meinem zweiten Tertial (Juni) nach Kanada. Meine Unterlagen habe ich Ende Dezember abgeschickt, im Januar eine Zusage per E-Mail bekommen und die endgültige, postalische erst Mitte April. Diese benötigt man jedoch für die Visumsbeantragung, welche zwischen vier bis acht Wochen in Anspruch nehmen kann. Die *Haftpflichtversicherung* („Malpractice

Insurance“) habe ich bei der ÄrzteFinanz abgeschlossen, da man diese bis zum Ende des Studiums kostenfrei erhält, sofern man Mitglied im Hartmannbund ist. (Marburger Bund ist vermutlich auch möglich) Dort kann man auch gleich eine englische Ausführung der Versicherungsbestätigung anfordern. Für die Erfüllung des *Immunization Records* benötigt man wirklich Zeit, denn es werden u.a. zwei TB-Skin Tests verlangt uvm. Diese kann man entweder beim Gesundheitsamt oder bei einem niedergelassenen Arzt machen lassen. Ich habe mich bei einem Pulmologen für je 17,50€ testen lassen, dies war günstiger als beim Gesundheitsamt. Die übrigen Angaben hat mir netterweise der Personalärztliche Dienst meiner Uni ausgefüllt und bestätigt, weil wir bei der PJ-Eingangsuntersuchung ohnehin vielseitig auf Infektionskrankheiten getestet wurden. Die *Passfotos* müssen mit Siegel/ Stempel vom Dekan verifiziert werden. Das „*certificate of good standing*“ darf erst 6 Wochen vor Praktikumsantritt ausgefüllt und eingereicht werden, sonst ist es nicht gültig. Ruhig öfter die oben genannte Website checken, denn die Anforderungen können sich schnell ändern, dann wird mal ein Passfoto mehr oder weniger benötigt und schon wird die Bewerbung nicht weiterbearbeitet, weil die Unterlagen nicht vollständig sind. Auf einen Hinweis aus Kanada bezüglich fehlender Unterlagen wartet man vergebens. Die *Visumsbeantragung* („Application for temporary resident Visa made outside of Canada“) benötigt auch wie oben bereits erwähnt mehrere Wochen. Die zuständige Abteilung dafür befindet sich in der kanadischen Botschaft in Wien. Nach Antragstellung bekommt man ein Schreiben zurück mit dem man zu einem zertifizierten Arzt der kanadischen Botschaft muss (siehe Liste im Netz, einfach googeln). Ich war bei Dr. Thomas Borberg in Hannover. Dort wird man untersucht, muss ein Röntgenthorax machen lassen und zahlt ca. 250€. Der Arzt füllt dann ein Formular aus, welches nach London geht, von dort gibt es grünes Licht und man bekommt anschließend eine E-Mail aus Wien, mit der Erlaubnis einreisen zu dürfen. Die Visumsbeantragung dauerte bei mir insgesamt ca. 6 Wochen. Bei manchen meiner Kommilitonen kam das Schreiben nicht rechtzeitig an, sie sind dann ohne jenes eingereist. Allerdings zeigen Erfahrungswerte in diesem Fall, dass es bei der Einreisekontrolle nicht hilfreich ist zu erwähnen, dass man ein Praktikum im Gesundheitswesen beabsichtigt. Falls man einen Zwischenstopp in den USA auf dem Weg nach Kanada macht, nicht vergessen ESTA zu beantragen. Selbst bei Transitflügen ist dies notwendig. Der Bewerbung ist ein *Scheck in Höhe von 100 kanadischen Dollar* beizulegen. Diesen kann man bei einer größeren Bank beantragen (mit einem sogenannten z-Formular) und auch hierfür ca. 1 Woche Zeit einplanen. Meine kleine Landsparkasse war damit allerdings gänzlich überfordert, in Städten sollte dies jedoch kein Problem sein. Außer dem Schreiben der Uni erhält man auch noch Post vom „*College of Physicians and Surgeons of Newfoundland and Labrador*“ bei dem man sich für 50 kanadische Dollar registrieren muss und anschließend die „*Medical Identification Number for Canada (MINC)*“ erhält. Meine bekam ich erst nach Beendigung meines Aufenthaltes zugeschickt. Wichtig ist nur, dass man sich vor Praktikumsantritt registriert! Als letztes muss man online noch ein „*Personal Health Information Act training*“ absolvieren und bekommt eine Art Zertifikat. Dabei geht es um Patientenrechte und Umgang mit sensiblen Daten. Darüber muss man sich keine Gedanken machen, man erhält vorher eine Einführung mit allen nötigen Informationen und muss kleine Übungen absolvieren. Erst dann darf man den Test kreuzen und kann praktisch nicht durchfallen.

Unterkunft, Land und Leute

Mit der schriftlichen Zusage erhält man von der Memorial Universität eine Liste möglicher Unterkünfte, die sehr hilfreich ist. Die Preise liegen zwischen 400-600 kanadische Dollar für ein Zimmer, also ca. 285-430€. Absolviert man sein Praktikum in Health Sciences, ist es empfehlenswert in der Nähe der Uni zu wohnen. Ist man im St. Clare's, bietet sich eine Unterkunft im Stadtzentrum an. Die Entfernungen sind in Neufundland wirklich sehr groß

und das Nahverkehrssystem vorhanden, jedoch nicht üppig. Vom Health Science bis zum Stadtzentrum benötigt man zu Fuß ca. 45 min, möchte man also jeden Abend noch in eine Bar, empfiehlt sich doch eher Downtown Nähe. Die Neufundländer erledigen alle Wege mit dem Auto und nur wer sich keines leisten kann, benutzt den Bus. Als Alternative gibt es noch Taxis, die man an den Wochenenden gut nutzen kann. Für den täglichen Bedarf wird es auf lange Sicht zu teuer. An die großen Entfernungen gewöhnt man sich relativ schnell und wer keine körperliche Anstrengung beim Erklimmen von Hügeln scheut, kann sich ein Fahrrad kaufen und ist um einiges schneller unterwegs. Ob man eine WG oder eine Unterkunft bei einer Privatperson bevorzugt, hängt von der eigenen Präferenz ab. Ich habe in einer WG mit zwei netten Mitbewohnern aus den USA gewohnt, mit denen ich viel unternehmen konnte und die mir die Gegend gezeigt haben. Eine Freundin wohnte bei einer alleinstehenden Frau, die ihr viel gezeigt hat und sie z.B. vom Flughafen abholte.

Die Landschaft Neufundlands ähnelt der in Skandinavien und lädt zu ausgiebigen Wandertouren auf dem East Coast Trail ein. Im Sommer sind angenehme 20-25 °C und die beste Reisezeit ist Juni bis September. Die Winter sind kalt und lang, sodass ein Praktikum in den Sommermonaten hinsichtlich des Freizeitprogramms vielseitiger ist. Außerdem kann man in den Monaten Juni/ Juli Wale vor der Küste Neufundlands beobachten und im Juli/ August treiben Eisberge entlang der Küste. Zur Freizeitgestaltung später mehr.

Neufundländer sind wirklich sehr nett und gelten als das freundlichste Völkchen Kanadas. Sie sind gastfreundlich, in allem hilfsbereit und überaus geduldig, wenn man sprachlich ein paar Umwege einbaut. Man kann jeden um Hilfe bitten oder nach dem Weg fragen, ich habe nie eine unfreundliche Erwiderung erlebt. In meiner WG war es sogar üblich NIE abzuschließen, auch wenn niemand im Haus war. Anfangs fand ich dies ziemlich ungewöhnlich, am Ende war es jedoch ungewohnt, in Deutschland wieder an den Schlüssel zu denken.

Klinikalltag

Die offizielle Arbeitszeit war von 08:00 bis 17:00 Uhr, je nach Team konnte es aber auch länger gehen bzw. manchmal hatte man auch Glück und durfte eher Feierabend machen. Die Kleiderordnung bestand bei den Frauen aus Bluse mit Rock bzw. Stoffhose oder Kleid, bei den Männern aus Hemd ggf. mit Krawatte und Stoffhose.

Zweimal täglich gab es Fortbildungen, zum einen von 08:00 bis 09:00 Uhr, diese wurde von den jüngeren Assistenzärzten gehalten, und von 12:00 bis 13:00 Uhr, hier hielten die älteren Assistenzärzte Vorträge. Die Themen waren sehr vielfältig und die Qualität schwankte je nach Referent. Alles in allem muss man jedoch sagen, dass die Mehrheit sehr gut und praktisch orientiert war. Außerdem hatten die Studenten jeden Mittwoch „*Half academic day*“ von 08:00 bis 11:00 Uhr. Hier wurden klinisch sehr relevante Themen von den Professoren in Seminarform noch einmal durchgesprochen. Freitags gab es dann noch die „*Grand rounds*“, bei denen oft ein Gastdozent zu einem bestimmten Thema referierte, und die „*ECG rounds*“. Der „*Half academic day*“ war Pflicht für alle Studenten, an der 8:00-Uhr-Fortbildung nahmen auch fast alle Teil, außer die Kardiologie PJler der „*active week*“ (siehe unten), mittags hing es immer vom Arbeitspensum ab. Die Mittagsfortbildung



war gleichzeitig die Mittagspause. Zwischen den einzelnen Fortbildungen wurde visitiert und alle sonstigen Aufgaben erledigt.

Jedem Studenten wurden eigene Patienten zugeteilt, für die er eigenverantwortlich sorgen musste, Anordnungen schrieb, Diagnostik veranlasste und Patientengespräche führte. Jede Anordnung muss am Ende von einem Resident (Assistenzarzt) gegengezeichnet werden, der noch einmal Indikation und Richtigkeit prüft, die Impulse dazu müssen jedoch von einem selbst ausgehen. Auch die Schwestern kamen mit allen Belangen und Problemen bezüglich des Patienten auf den verantwortlichen Studenten zu, sodass man von Beginn an das Gefühl hatte, verantwortlich zu sein. Die Schwestern sind sehr gut ausgebildet (*Studium in Kanada*) und übernehmen viele in Deutschland ärztliche Tätigkeiten (Magensonde legen, intravenöse Zugänge, Blut abnehmen...).

Jeden 4. Tag war man „on call“, das heißt ein Team (mind. 1 Oberarzt, 1 Assistenzarzt, 1 Student) war neben der Station auch noch für die Notaufnahme verantwortlich (außer Kardiologie). An diesen Tagen nahm man neue Patienten für sein Team auf, da alle internistischen Fälle (außer Kardio) von diesem „on call“ Team über den gesamten Krankenhausaufenthalt weiter betreut wurden (ganz gleich, ob Gastro, Nephro, Pulmo). Die entsprechenden Fachärzte wurden dann möglicherweise konsiliarisch hinzugerufen, jedoch erfolgte keine Verlegung in die entsprechende Fachabteilung. Dadurch waren die Fälle sehr abwechslungsreich und es war letztendlich egal auf welcher Station man landete.

In der Kardiologie wurde wochenweise gewechselt. Eine Woche war man „active team“, das heißt man war für die Kardio-ITS, alle kardiologischen Notfälle und die kardiologische Station verantwortlich. Diese Wochen waren die stressigsten und man hatte keine Zeit, überhaupt zu irgendeiner Fortbildung zu gehen. In der 2. Woche war man in der „inactive week“, die ruhiger war und in der man sich um die aufgenommenen Patienten aus der „active week“ kümmerte.

Die zuständigen Oberärzte wechselten alle 2 Wochen, sodass man verschiedene Arbeitsweisen kennenlernte und es sehr abwechslungsreich war. Je nach Typ, Lust und Zeit gaben diese ihrem Team auch kleine Unterrichtsstunden oder vergaben Vorträge.

Freizeit

Wie schon erwähnt ist die Natur Neufundlands atemberaubend und jeder der Outdoor Aktivitäten liebt, wird sich dort wohl fühlen. Wandern ist besonders beliebt entlang des East Coast Trails, aber auch die National Parks (z. B. Terra-Nova-Nationalpark, Gros-Morne-Nationalpark) bieten einzigartige Ziele. In den Sommermonaten ist eine Bootstour zum „whale and iceberg watching“ ein Muss. Weiterhin empfehlenswert ist *Sea Kayaking Adventures* mit Stan Cook, *North Atlantic Ziplining* in Petty Harbour, Sonnenaufgang am *Cape Spears*, eine Tour entlang des *Irish Loop*, ein Picnic auf Ferryland und ein Besuch des *Lantern Festivals*. Es gibt sicher noch vieles mehr zu erkunden, die oben genannten sind einfach meine favorites.

Fazit

Ein PJ-Tertial auf Neufundland ist absolut empfehlenswert! Die Leute sind unglaublich nett, hilfsbereit und offen



gegenüber Fremden. Deshalb muss man auch keine Angst haben, wenn man im Englischsprechen nicht perfekt ist. Man kommt sehr schnell rein und solange man offen und bemüht ist, verzeihen sie einem fast jeden sprachlichen Ausrutscher. Durch die Eigenverantwortlichkeit für die Patienten ist die Lernkurve steil und die zahlreichen Fortbildungen verknüpfen Praxis und Theorie toll. Am Anfang fühlt man sich damit vielleicht etwas überfordert, aber man kann jederzeit um Rat bitten und besonders komplizierte Fälle, werden ohnehin innerhalb des Teams diskutiert. Für mich war diese Zeit sehr bereichernd und ich würde jederzeit wieder diesen immensen organisatorischen Aufwand auf mich nehmen. Es lohnt sich!



Zuletzt noch eine Buchempfehlung für all jene, die sich sprachlich etwas vorbereiten möchten.

Professional English in Use, Medicine, Eric H. Glendinning, Ron Howard
Der „*Medical English Course*“ unserer Uni ist auch sehr zu empfehlen.