

Erfahrungsbericht LMUexchange Medizin

Gastland, Universität: Kanada, University of Alberta (Edmonton)	Zeitraum des Aufenthalts: 20.05. – 14.07.2024
Aufenthaltstyp (Semester, Famulatur, PJ, Forschung): PJ-Tertial	Fach/Fächer: Innere Medizin

Kontaktdaten (freiwillig)

Name: Moritz Trieb	E-Mail: moritz.trieb@outlook.com
-----------------------	-------------------------------------

▪ Ich bin damit einverstanden, dass der Bericht auch online gelesen werden kann: JA
--

VORBEREITUNG

1. **Allgemeine Tipps zur Planung** (Zum Beispiel: Auswahl des Landes und der Gastuniversität, Organisation, Bewerbung bzw. Anmeldung an der Gasthochschule, Sprachkurse zur Vorbereitung...)

Die University of Alberta (UoA) in Edmonton war zum Zeitpunkt meiner Bewerbung eine der wenigen englischsprachigen Partneruniversitäten der Medizinischen Fakultät der LMU München. Da es zu diesem Zeitpunkt keinerlei Erfahrungsberichte gab, fühlte sich die gesamte Organisation des Austauschprogramms wie ein Sprung ins kalte Wasser an. Mit diesem Erfahrungsbericht möchte ich detaillierte Einblicke in alle Schritte geben, die ich durchlaufen habe, um es zukünftigen Stipendiaten zu erleichtern.

Ich habe mein M2 im Frühjahr 2024 absolviert, und mein PJ-Tertial in der Inneren Medizin begann am 20.05.2024. Edmonton bietet nur halbe Tertiale (8 Wochen) an, und ich habe die erste Hälfte meines PJ-Tertials dort absolviert, also vom 20.05. bis 14.07.2024. Die Bewerbungsfrist für den LMUexchange war für mich der 01.06.2023. Für englischsprachige Länder findet ein separates Auswahlverfahren von LMUexchange statt. Diese Partneruniversitäten der LMU waren früher die StEP-Partnerunis fürs PJ und sind dementsprechend sehr kompetitiv.

Die Bewerbung für LMUexchange erfordert verschiedene Unterlagen, darunter Zeugnisse (Physikum), Leistungsnachweise (LSF), Lebenslauf (CV), Motivationsschreiben, Sprachnachweis (in der Regel reicht das Abitur aus) und ein Empfehlungsschreiben. Nach Sichtung der Bewerbungsunterlagen folgen Interviews mit den Programmbeauftragten (bei mir damals Dr. Angstwurm oder Dr. Braun). Besonders berücksichtigt werden extracurriculares Engagement und Forschung. Außerdem wird Wert auf ein Interesse an der Inneren Medizin gelegt, daher sollte man sich Gedanken darüber machen, wo man sein Wahlfach absolviert und welchen Bezug es zur Inneren hat.

Der bisher beschriebene Teil war der einfache. Nun begann der komplizierte Teil: Nachdem wir nominiert wurden, übermittelte das International Office der Medizinischen Fakultät der LMU unsere Kontaktdaten an die UoA. Damals war Kimberly Schreurs unsere Ansprechpartnerin, die jedoch während unseres Aufenthalts in den Ruhestand ging. Die Kommunikation mit Kimberly funktionierte sehr gut per E-Mail, und sie antwortete immer sehr schnell. Allerdings benötigt die UoA zahlreiche Dokumente und Tests (Tb, Hep. B., etc.), die man selbst bezahlen muss. Es ist von Vorteil, wenn ihr am LMU Klinikum angestellt seid (DA/Werkstudent), da die Kosten dann gegebenenfalls vom Betriebsarzt des LMU Klinikums übernommen werden können. Welche Dokumente ihr genau einreichen müsst, wird euch alles nach der Zusage von der UoA mitgeteilt. Auf weitere Unterlagen werde ich in den folgenden Abschnitten noch eingehen.

2. Visum (Zum Beispiel: erforderliche Unterlagen und deren Beschaffung, Dauer des Antragsverfahrens, Kosten etc.)

Für den Aufenthalt in Kanada von weniger als 90 Tagen benötigt ihr kein Visum, jedoch eine eTA (Electronic Travel Authorization). Die eTA könnt ihr über diesen Link beantragen:

<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/visit-canada/eta/apply-de.html>

Zusätzlich habe ich eine Immigration Medical Examination (IME) beantragt. Obwohl der eTA-Prozess normalerweise keine IME erfordert, müssen „health care students“ aus visumfreien Ländern trotzdem eine solche Untersuchung durchführen lassen. Health care students sollten die eTA erst nach Abschluss der IME beantragen. Weitere Informationen findet ihr auf der Übersichtsseite der eTA: <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/visit-canada/eta/overview.html>

Die IME kann nur von lizenzierten Ärzten durchgeführt werden. In meinem Fall hat dies Herr Dr. Renner aus München (<http://www.dr-renner.de/>) gemacht. Diese Untersuchung umfasst unter anderem ein Röntgen-Thorax, das dann an die kanadische Botschaft in London geschickt wird. Nach diesem Prozess erhaltet ihr eine UMI-Nummer (Unique Medical Identifier).

3. Anreise (Zum Beispiel: besondere Hinweise zur Anreise, Verkehrsmittel, etc.)

Vor meinem Aufenthalt in Edmonton habe ich eine Woche in Toronto verbracht und die Niagarafälle besichtigt, was sehr sehenswert war. Toronto selbst kann ich weniger empfehlen. Von Toronto aus bin ich nach Edmonton weitergefliegen.

Zum Zeitpunkt meiner Reise gab es keine Direktflüge von München nach Edmonton. Es gibt jedoch Direktflüge von Frankfurt mit „Condor“. Alternativ kann man über Toronto oder Vancouver nach Edmonton fliegen, was insgesamt etwa 14 Stunden dauert.

Vom Flughafen in Edmonton bis zur Innenstadt benötigt man etwa eine Stunde mit Bus und Tram.

4. Auslandskrankenversicherung

Ich habe bei meiner KV nachgefragt und Kanada war bei mir mit abgedeckt. Deshalb habe ich nicht extra eine Auslands-KV abgeschlossen.

WICHTIG: Ich würde euch empfehlen eine private Auslandshaftpflichtversicherung abzuschließen. Diese wird z.B. von der Deutschen Ärzteversicherung vertrieben. Solltet ihr beim Hartmannbund oder beim Marburger Bund Mitglied sein, können diese die HPV kostenlos für euch übernehmen. Bei der DÄV direkt kostet sie für zwei Monate allerdings auch nur ca. 5€.

5. Unterkunft (Zum Beispiel: Wohnheim, Privatunterkunft, Kosten, Hinweise zur Wohnungssuche etc.)

Die University of Alberta bietet leider keine Unterstützung bei der Unterkunftssuche an. Daher müsst ihr euch selbst darum kümmern. Für meinen 8-wöchigen Aufenthalt war die kostengünstigste Möglichkeit eine Unterkunft über AirBnB. Ich habe in einem Haus mit Terrasse gewohnt, zusammen mit sieben Mitbewohnern. Die Lage des Hauses war optimal: nur 7 Minuten mit dem Fahrrad zur Klinik, in der Nähe von Einkaufsmöglichkeiten und dennoch sehr ruhig gelegen.

Bei Interesse gebe ich gerne die Kontaktdaten der AirBnB-Besitzerin weiter.

IHR AUFENTHALT AN DER GASTEINRICHTUNG

6. Organisation des Studiums / klinischen Praktikums / Forschungsaufenthaltes an der Gastuniversität (Zum Beispiel: sprachliche Voraussetzungen und Unterrichtssprache, Kurswahl und Prüfungen, Betreuung und Unterstützung durch Gastuniversität/-klinik, wichtige Anlauf-/Infostellen, etc.)

Die Kliniksprache ist Englisch. Da ich zuvor vier Jahre im Ausland Medizin auf Englisch studiert hatte, fiel mir die Umstellung nicht schwer. Wenn man jedoch nur auf Deutsch Medizin studiert hat, kann es anfangs eine Herausforderung sein, insbesondere wegen der vielen Abkürzungen, die in der Klinik verwendet werden. Nach etwa ein bis zwei Wochen gewöhnt man sich jedoch daran. Es ist wichtig, immer nachzufragen, wenn etwas unklar ist – die Ärzte sind sehr rücksichtsvoll und erklären gerne.

An Klinikutensilien benötigt ihr lediglich ein Stethoskop, ein Notizbuch und einen Stift. In der Klinik gibt es keinen strengen Dresscode. Die meisten Ärzte tragen keine Kittel. Oberärzte (staff) kleiden sich in schicke Freizeitkleidung (Hemd, Stoffhose und ordentliche Schuhe), während die Assistenzärzte (residents) meist Kasack und Sneaker tragen.

Ich habe mir vor Ort ein Fahrrad über die Uni gemietet (15 \$ pro Woche). Dazu bekommt man ein Schloss und hat Zugang zu Reparaturdiensten. Fahrraddiebstahl ist in Edmonton leider sehr verbreitet, daher achtet darauf, wo ihr euer Fahrrad abschließt. Alternativ könnt ihr auch ein Fahrrad kaufen, am besten über Facebook Marketplace.

Ich würde euch empfehlen, direkt nach eurer Ankunft eine „OneCard“ zu beantragen (<https://www.ualberta.ca/onecard/get-a-onecard/index.html>). Sprecht eure betreuende Person vom International Office darauf an, da diese euch dafür freischalten muss, und beantragt die Karte dann im Student HUB in der Mall neben der Uni. Diese Karte ist quasi euer Studentenausweis und ermöglicht euch die Teilnahme an Uni-Trips, Ermäßigungen und gibt euch Zugang zu den Sporteinrichtungen der Uni. Gegen eine Gebühr von etwa 35 € pro Monat könnt ihr das Schwimmbad, das Fitnessstudio sowie weitere Sportangebote der Uni nutzen. Die Sporteinrichtungen sind sehr modern und ich kann euch definitiv empfehlen, euch dort anzumelden.

7. Beschreibung des akademischen Inhalts Ihres Aufenthaltes (Zum Beispiel: Besonderheiten im klinischen Alltag, Niveau und Methodik im Vergleich zur LMU, Arbeitsaufwand)

Nachdem ich nun auch das PJ in Deutschland kennengelernt habe, kann ich sagen, dass das Tempo im PJ in Kanada sehr viel entschleunigter ist als bei uns. Wenn ich auf eine neue Station kam, stellte sich mir das gesamte Personal, einschließlich Pflege, Sozialarbeiter, Physiotherapeuten, Klinikapotheker, etc., vor. Der Oberarzt lud die Assistenzärzte und mich zunächst zu einem Kaffee ein und interessierte sich sehr für meine Lernziele, was ich gerne sehen wollte und woher ich

komme. Diese Kaffeeeinladungen wiederholten sich häufig und waren oft mit Teaching zu bestimmten Krankheitsbildern verbunden, denen wir auf Station begegneten.

Generell ist die Teaching-Mentalität dort sehr verbreitet, und die Ärzte sind intrinsisch motiviert, den Studenten und Assistenzärzten etwas beizubringen. Oft lief dies einfach mit einem weißen Blatt Papier und einem Stift ab: ein Oberarzt, zwei Assistenzärzte und ich unterhielten uns über ein Krankheitsbild und den Pathomechanismus. Dabei habe ich sehr viel gelernt.

Blutentnahmen und PVK-Anlagen wurden in Kanada von der Pflege übernommen, sodass für das ärztliche Personal viel Zeit für das Medizinische blieb. Alles war digitalisiert und es war oft schwer, ein Blatt Papier oder einen Stift im Krankenhaus zu finden. Alle Krankenhäuser, Hausarztpraxen und andere Gesundheitseinrichtungen in Alberta nutzen dasselbe Kliniksystem. Das bedeutet, wenn ein Hausarzt eine Antibiose ansetzt und der Patient nach drei Tagen einen Unfall erleidet und in einer fünf Stunden entfernten Stadt ohne Unterlagen ins Krankenhaus eingeliefert wird, kann der behandelnde Arzt alle Vorbefunde direkt im System einsehen ohne den Hausarzt nach Vorbefunden zu fragen. So sollte Digitalisierung im Gesundheitswesen aussehen.

Ein weiterer Punkt, der mir in Kanada aufgefallen ist, dass die Patientenbehandlung auf viel mehr Schultern verteilt ist und diese Parteien wirklich zusammenarbeiten. Ärzte, Pflege, Ernährungs- und Sozialmediziner waren alle sehr eng an der Behandlung der Patienten beteiligt und haben sich in Besprechungen miteinander abgesprochen, um das bestmögliche Outcome für die Patienten zu erzielen. Die Ärzte gingen jeden Tag pünktlich nach Hause und mussten nicht täglich Überstunden machen, obwohl es eine Uniklinik war. Die Assistenzärzte hatten akademische Halbtage für Forschung, Fortbildung, etc. Das Klinikpersonal war sehr freundlich und höflich zu jeder Zeit. Wenn ich nach einer Station gefragt habe, wurde ich meistens persönlich dorthin begleitet.

Die kanadischen Ärzte sind extrem fit in den neuesten Erkenntnissen in ihrem Fachgebiet und sehr belesen in der neuesten Literatur. Manchmal haben wir ein „Journal Meeting“ abgehalten, bei dem wir Paper (teilweise erst ein paar Wochen alt) nach dem PICO-Schema besprochen haben und die Qualität und den Inhalt der Paper, meist aus NEJM, Nature, Lancet, diskutiert haben. Oft waren die Ärzte auch selbst Autoren in diesen Journals, was die hohe Qualität der Ärzte unterstreicht. Sie waren sehr nahbar und immer bereit, alle möglichen Fragen zu beantworten und Teaching zu machen. Das hat die gesamte Lernerfahrung enorm angenehm gemacht.

8. Anerkennung der erbrachten Leistungen

Für die Anerkennung der erbrachten Leistungen informiert euch bitte beim Prüfungsamt der LMU (<https://www.lmu.de/de/studium/wichtige-kontakte/pruefungsaeemter/pruefungsamt-medizin/>). Für die Anerkennung müsst ihr diverse Formulare von den dortigen Ärzten und der Dekanin der Universität unterschreiben lassen. Zudem müsst ihr euch eine Tätigkeitsbeschreibung unterschreiben und stempeln lassen.

Ich empfehle, das Logbuch Innere Medizin der LMU auf Englisch auszudrucken und während eures Aufenthalts zu führen. Dadurch könnt ihr den Fortschritt eurer Lernziele nachverfolgen und habt einen reibungslosen Übergang ins deutsche PJ.

9. Freizeit und Alltag

Alberta bietet eine Fülle an Freizeitmöglichkeiten. Ich war von Mai bis Juli dort. Der Frühling dauerte bis Mitte Juni, dann begann allmählich der Sommer, der sehr heiß werden kann und die Wildfeuersaison mit sich bringt. An manchen Tagen ist die Luftverschmutzung so stark, dass man das Haus nicht verlassen kann, aber glücklicherweise war ich davon nicht betroffen. Im Winter kann es bis zu $-40\text{ }^{\circ}\text{C}$ kalt werden.

Ich habe eine sehr nette Gruppe anderer internationaler Studierender kennengelernt. Mit ihnen habe ich viele Aktivitäten unternommen, darunter einen Kanuausflug und Camping in der Lac la Biche Seenlandschaft. Des Weiteren empfehle ich einen Ausflug nach Vancouver, eine atemberaubende Stadt. Die Rocky Mountains sind nur etwa vier Stunden mit dem Auto entfernt, und Orte wie Banff oder Jasper sind ein absolutes Muss, wenn man in Alberta ist. Für all diese Aktivitäten ist ein Auto essentiell. Es gibt günstige Car-Sharing-Möglichkeiten, z.B. mit Communauto oder Turo.

In der Nähe von Edmonton ist der Elk Island National Park sehenswert, ebenso der Wabamun Lake. Wenn ihr in die Rockies fahrt, empfehle ich Bärenspray mitzunehmen und in einer Gruppe von zwei bis vier Personen zu gehen, da dies zu manchen Jahreszeiten sogar vorgeschrieben ist. Die Natur und die Dimensionen in Kanada sind atemberaubend, und ich habe davor noch nichts Vergleichbares gesehen. In Edmonton ist das River Valley sehenswert, sowie eine kleine Insel südlich des North Saskatchewan Rivers, wo man schön schwimmen und entspannen kann.

10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen

Edmonton ist die Hauptstadt der kanadischen Provinz Alberta. Alberta liegt im mittleren Westen Kanadas und ist etwa doppelt so groß wie Deutschland. Es handelt sich um eine wohlhabende Region mit einer starken Ölindustrie und vielen „Rednecks“. Oft wird Alberta auch als das Texas Kanadas bezeichnet. Edmonton ist sehr bekannt für deren Ice-Hockey Mannschaft, die „Edmonton Oilers“. Solltet ihr die Gelegenheit haben zu einem Spiel oder einer Watch Party zu gehen, kann ich das sehr empfehlen.

Kanada scheint kulturell zwischen Europa und den USA zu liegen. Die Kanadier sehen sich oft als deutlich europäischer, als sie tatsächlich sind und haben viele Gemeinsamkeiten mit den USA. Viele Menschen fahren riesige Pick-Up Trucks, und es kann schwierig sein, sich gesund zu ernähren, da Fast-Food-Alternativen deutlich preiswerter sind. Die Portionsgrößen sind riesig; Medium-Portionen reichen oft für zwei Personen. Cave: Man gewöhnt sich schnell an diese Portionsgrößen!

In Edmonton wurden wir oft von Leuten bejubelt, wenn wir mit dem Fahrrad unterwegs waren (no joke). Die Fahrradwege sind spärlich und die meisten Kanadier legen fast alle Strecken mit dem Auto zurück. Die Kanadier sind sehr freundlich und höflich, was die Zusammenarbeit angenehm macht. Tiefergehende Freundschaften zu knüpfen, fand ich allerdings recht schwierig.

In Kanada wird sehr offen über Gehälter gesprochen, was mir in Deutschland nicht so begegnet ist. Kanadische Oberärzte verdienen sehr gut, während Assistenzärzte ein ähnliches Gehalt wie in Deutschland erhalten.

11. Persönliches Fazit

Mein PJ in Kanada war eine ganz besondere Erfahrung. Sowohl klinisch als auch abseits der Klinik habe ich viel gesehen und gelernt. Ich hatte die Gelegenheit, eines der fortschrittlichsten Gesundheitssysteme der Welt kennenzulernen und mit erstklassigen Ärzten zusammenzuarbeiten. Die Partneruniversität in Alberta hat mich herzlich willkommen geheißen, und ich konnte mein medizinisches Englisch erheblich verbessern.

Ich kann mir nun deutlich besser vorstellen, eines Tages nach Kanada oder in die USA zurückzukehren oder gar meine Facharztausbildung dort zu machen. Aus ärztlicher Perspektive laufen viele Dinge in Kanada sehr gut und erleichtern den klinischen Arbeitsalltag. Außerhalb der Klinik beeindruckt Alberta mit einem vielfältigen Freizeitangebot, einschließlich traumhafter Seenlandschaften, der majestätischen Rocky Mountains und der Nähe zu Vancouver.

Ich kann einen Aufenthalt in Edmonton nur empfehlen. Es war eine großartige Erfahrung für mich. Bitte zögert nicht, mich zu kontaktieren, wenn ihr Tipps oder weitere Informationen für euren Aufenthalt dort benötigt. Ich bin ein großer Befürworter davon, sich innerhalb der LMU-Community gegenseitig zu unterstützen und hätte mich gefreut, wenn ich solche Informationen damals bereits erhalten hätte. Schreibt mir gerne mit konkreten Fragen und wie ich euch helfen kann, idealerweise nachdem ihr angenommen wurdet.

Liebe Grüße
Moritz Trieb, 05.08.2024