

Praktikumsbericht

(Auslandspraktika)

Angaben zum Praktikum der/des Studierenden

Studienfach:
(Bachelor/Master/Staatsex.):

Humanmedizin

Praktikumszeitraum:

15.11.2021 bis 07.01.2022

Praktikumstitel:

Praktisches Jahr als Medizinstudentin im Fachgebiet Chirurgie

Studienabschnitt

Praktisches Jahr/ 3. Staatsexamen

Praktikumsort:

Guadeloupe (Frankreich)

Alles eine Frage der Zeit

1. **Planung und Vorbereitung**

Ich war komplett im Examenslernplan gefangen und habe meine freie Zeit nicht wirklich mit Planungsvorbereitungen verbringen wollen. Trotzdem wünschte ich mir ein paar Wochen Auslandserfahrung mitzunehmen. Da wir uns aktuell in der Coronapandemie befinden, haben eine Freundin und ich kurzerhand überall auf der Welt nachgefragt, ob sie ein Plätzchen für 2 PJ-Studenten haben. Und siehe da, es wurde nach zahlreichen Absagen eine wunderschöne Insel in der Karibik: Guadeloupe. Meine Freundin kam auf dieses Fleckchen Erde, weil sie mit ihren Eltern als Jugendliche bereits einen Urlaub dort gemacht hatte. Die Vorteile sind eindeutig, wenn man sie kennt: Es handelt sich um ein Überseedepartment von Frankreich, was einem die Vorteile der EU einbringt. Man kann mit Euro bezahlen und muss sich keine Gedanken über eine fremde Währung machen. Mit Girocard lässt sich ohne anfallende Gebühren bezahlen, zumindest hatte ich da keine Probleme und habe ein Konto bei der Sparkasse. Man kann mit Personalausweis einreisen, braucht also nicht zwingend einen Reisepass. Jedoch wird am Flughafen schon auch sehr gerne mal nach dem Reisepass gefragt. Ich persönlich bin lieber mit dem Reisepass geflogen, es gibt aber auch Leute, die nur mit Personalausweis geflogen sind. Im Endeffekt funktioniert beides. Da Guadeloupe zu Frankreich zählt, wird auf der Insel französisch gesprochen. Ab und zu auch englisch, aber wirklich eher selten. Die Leute sprechen leider auch sehr schnell und es ist nicht immer einfach sich mit ihnen zu verständigen. Einen Sprachkurs habe ich nicht gemacht, ich hatte Französisch als Abschlussfach im Abitur belegt gehabt. Nach meiner siebenjährigen Pause war es sehr schwer dem schnellen, medizinspezifischen Französisch in der Frühbesprechung zu folgen, teilweise für mich auch nicht möglich. Viele Externes (Assistenzärzte aus Afrika oder dem Festland Frankreichs) habe ich noch schlechter verstanden, je nachdem, woher sie kamen. Die Externes aus großen Städten in Frankreich habe ich am besten verstanden, die aus Afrika am schlechtesten. Der Smalltalk hat sich aber über die Wochen verbessert, sowohl im Verstehen als auch im eigenen Wiedergeben. Die Bevölkerung spricht des Weiteren kreolisch. Die Bewerbung erfolgte über E-Mail-Kontakt. Wir haben uns ein Jahr im Voraus beworben, jedoch läuft die Kommunikation auf der Insel selbst nicht immer ganz reibungslos ab. Manchmal gibt ein Arzt eine positive Rückmeldung, dass man kommen kann und das Sekretariat weiß darüber nicht Bescheid. Dies führte in unserem Fall zu kurzer Verwirrung

vor Ort, weil dadurch keine Dossiers von uns angelegt waren. Viele PJler haben sich erst ein paar Monate vor Tertianium Beginn beworben, was den Vorteil hatte, dass ihre E-Mail nicht überlesen wurde und ihre Dossiers angelegt waren. Kann also beides gut sein, früh bewerben, damit noch Plätze frei sind oder spät bewerben, damit sie einen auf dem Schirm haben. Und ganz wichtig: Jeder, der sich bewerben möchte, muss eine eigene E-Mail verfassen. Meine Freundin hatte für uns beide eine E-Mail geschrieben, was dann für mich eigentlich gar nicht gezählt hat als Zusage. Dies hatten wir aber so nicht verstanden. Letztlich konnten wir aber vor Ort noch alles klären und sie haben unsere Auslandkrankenversicherung, die Berufshaftpflichtversicherung und den Personalausweis kopiert. Diese zwei Versicherungen muss man im Voraus an das erste Tertianium auch noch abschließen. Man kann sich beispielsweise über den Hartmannbund oder den Marburger Bund um eine Berufshaftpflicht kümmern. Ein Vorteil dabei ist, dass eine private Haftpflichtversicherung gleich dabei ist und man sie als PJ Student noch kostenlos bekommt. Wird dann erst als Assistenzarzt kostenpflichtig. Bezahlung und Mittagessen bekommt man unglücklicherweise beides nicht. Eine Kantine existiert nicht, dafür eine Mini Cafeteria, in der man sich einen Kaffee und ein Sandwich kaufen kann. Geflogen sind wir mit AirFrance, der reinste Saftladen aktuell. Wir hatten alles ordnungsgemäß ausgefüllt und überprüft und trotzdem durften wir am Ende mindestens 100 Euro extra fürs Gepäck zahlen, weil sie den Haken für „ein Gepäckstück inklusive“ irgendwie im Ausfüllprozess wieder weggelöscht haben. Dann kamen unsere Koffer nicht auf Guadeloupe an und standen sage und schreibe 4 Tage lang in Paris am Charles de Gaulle Flughafen, über welchen wir aus München kommend, geflogen sind. Wir bekamen ein Notfallset mit einer Zahnbürste, einem Deo und einem weißen T-Shirt und die Auskunft: „Die Koffer sind dann morgen Abend da.“ Die Koffer waren natürlich nicht da und wir insgesamt dreimal unnötigerweise am Flughafen, um ebendiese abzuholen. Es ging nie jemand ans Telefon am Flughafen und wenn doch, konnte keiner eine ordentliche Auskunft geben. Das Personal vom Flughafen, welches für die Gepäckstücke verantwortlich ist, hat unsere Vermisstmeldung einfach verlegt gehabt. Leider absolut unfähiges Personal. Für den dritten Abend war das Gepäck ein drittes Mal versprochen gewesen und sollte mit dem Taxi zu uns kommen, was auch nicht geschah. Das Gepäck stand in dieser Nacht am Flughafen ohne den versprochenen Transfer zu uns nach Hause. Am nächsten Tag erreichte der Fahrer unsere deutschen Handynummern nicht und das Gepäck wurde über die komplette Insel gekarrt, bis es endlich am vierten Tag gegen 23 Uhr bei uns im strömenden Regen

eingetroffen ist. Absolutes Fazit: Bikini ins Handgepäck! Leider kommt diese „Pünktlichkeit“ des Gepäcks anscheinend öfter vor.

2. **Praktikumsverlauf**

Der Tagesablauf beinhaltete die morgendliche Frühbesprechung um 7.30 Uhr und die anschließende Visite. Dann haben wir uns auf unterschiedliche Bereiche aufgeteilt, die da waren: Sprechstunde, OP und Notaufnahme. Im OP durfte ich einmal bei einer Unterschenkelamputation assistieren und das OP-Besteck anreichen, was für mich eine große Herausforderung darstellte. Es war aber gleichzeitig eine super Erfahrung. Viele elektiven OPs konnten aufgrund der Coronapandemie nicht stattfinden und somit war der OP-Betrieb sehr eingeschränkt. Ebenso waren oft benötigte Utensilien teilweise nicht steril oder nicht lieferbar, was die OPs noch zusätzlich einschränkte. In der Sprechstunde und in der Notaufnahme haben wir die Patienten körperlich untersucht und eine kurze Anamnese gemacht, was auch eine gute Übung für mich war. Ich hatte keine eigenen Patienten und dadurch auch keine Eigenverantwortung, was für mich persönlich genau das Richtige zu diesem Zeitpunkt darstellte.

3. **Unterkunft im Gastland**

Wir haben in einem Airbnb in Le Gosier gewohnt, welches ein Schlafzimmer, ein Wohnzimmer mit Küche und eine nette Terrasse hatte. Es war super schön und sauber, jeder von uns hat ungefähr 600 Euro pro Monat gezahlt. Unsere Vermieterin war sehr hilfsbereit und super schnell übers Handy erreichbar. Sie hat mit ihrer Familie über uns gewohnt. In WGs lässt es sich zwischen 300 und 700 Euro pro Monat wohnen. Die Wohnpreise sind somit tendenziell eher teuer auf Guadeloupe. Eine weitere gute Adresse, um eine Wohnung oder ein Zimmer zu finden, ist „Leboncoin“.

4. **Soziale Kontakte**

Der Umgang im Krankenhaus war, wie nicht anders gewohnt, sehr hierarchisch, kühl und gestresst. Sehr deprimierend war vor allem der Umgang mancher Externes mit den PJlern. Keine normale, respektvolle Kommunikation, sondern nur einzelne Befehle und teilweise

sogar nur auf die Finger eines PJlers klopfend mit einem Stift anstatt eine Bitte zu formulieren. Außerhalb des Krankenhauses hatten wir durch andere PJler, welche in einer WG mit lauter Franzosen von verschiedenen Orten gelebt haben, ein paar französische Kontakte. Wenn man französisch wirklich lernen möchte, ist dies die beste Gelegenheit: in eine WG mit Franzosen zu ziehen! Sonst haben wir viel mit den anderen deutschen und schweizerischen PJlern unternommen, wir hatten eine hervorragende gemeinsame Zeit.

5. **Alltag und Freizeit**

Die Insel sieht aus wie ein Schmetterling, daher auch als „Schmetterlingsinsel“ bekannt. Der „westliche Flügel“ nennt sich Basse-Terre und hat dem Regenwald und dem Vulkan sein feuchtes Klima zu verdanken. Hier regnet es täglich und die Wolkendecke hängt meistens ungefähr ab 16 Uhr über dem Soufrière (Vulkan). Hier findet man massig Wasserfälle, unbedingt den zweiten Carbet-Wasserfall anschauen, sehr imposant mit seinen 110m und eine schöne Wanderung obendrein. Auch toll sind die Cascade des Bois Bananes, die Ecrevisses Wasserfälle und Saut de l’Acomat, in welchen man baden kann, da sie jeweils ein kleines Becken haben. Einen traumhaften Ausblick über den Regenwald hat man, wenn man circa eine Stunde eine Wanderung bergauf zu den „Les Mamelles“ macht. Für alle Wanderungen auf Basse-Terre im Regenwald würde ich Wanderschuhe empfehlen, weil es sehr oft brutal schlammig und rutschig ist. La Grande Soufrière (Vulkan) ist auch eine sehr coole Wanderung, die Sicht oben und in Richtung Krater ist selten top. Wir sind im Regen hochgelaufen, hierbei empfiehlt sich eine Regenjacke. Die einzige Wanderung, bei der mir tatsächlich einmal kalt wurde und ich froh um die Regenjacke war. Man kann entweder innerhalb von 3 bis 4 Stunden den Gipfel erreichen und wieder absteigen oder man hängt noch 3 Stunden dran und sieht noch ein Flugzeugfrack, wobei man hier auch mit massiv viel Schlamm rechnen sollte. Küstenwanderungen kann ich auch nur wärmstens empfehlen: Es gibt superschöne Wanderungen entlang den absoluten Highlight-Stränden „Grande Anse“ und „Plage de la Perle“. Diese zwei Strände sind meine Favoriten auf Guadeloupe. Meilenweiter goldener Sand, Palmen am Meer und Blick auf den Regenwald, wenn man im Wasser ist.

„Grande Anse“ ist vom Wellengang wesentlich ruhiger und angenehmer als „Plage de la Perle“, somit zum Schwimmen und Relaxen wesentlich besser geeignet.

Das „Maison du Cacao“ ist auch zauberhaft. Man bekommt eine 45minütige Führung über die

Kakaobohne, ihre Verarbeitung und ihre Erzeugnisse und darf jede Menge unterschiedlicher Sorten von Schokolade probieren. Man kann Schokolade, Kakaobutter, Kakaoblöcke etc. vor Ort kaufen. Nicht zu vergessen „Réserve Cousteau“, welches man mittels einer 20minütigen Kajakfahrt vom „Plage de Malendure“ erreicht. Kajakvermietungen gibt es vor Ort gleich mehrere, wir waren mit Gwada Paddle unterwegs und haben für 4 Stunden 30 Euro bezahlt. Hier herrscht das reinste Schnorchel Paradies! Man sieht Unmengen an Papageienfischen, den einen oder anderen Kofferfisch, manchmal auch einen Barracuda. Es ist einfach nur herrlich. Am „Plage de Malendure“, welcher aufgrund des Vulkanes schwarzen Sand hat, kann man sogar noch riesengroße Schildkröten und immense Seesterne sehen. Perfekter Tagesausflug! Abrunden kann man das Ganze, indem man abends noch im „heißen Meer“ in der Nähe von Bouillante baden geht, ein Bierchen zischt und den Sonnenuntergang genießt. „Bain chaud de Bouillante“ heißt die Stelle, in welcher aufgrund des immer noch aktiven Vulkanes heiße Quellen ins offene Meer fließen. Eine exzellente Brauerei namens „la Lézarde“ in der Nähe von Vernou, Petit Bourg, ist definitiv einen Abstecher wert. Es gibt verschiedene Geschmacksrichtungen wie Rousse, Gingembre (Ingwer) und Whisky. Der Ausblick lädt gleich noch zum zweiten Bierchen beziehungsweise zur hauseigenen Limonade ein. Dann gibt es auch noch den „östlichen Flügel“ des Schmetterlings, auch bekannt als Grande-Terre. Hier ist das Klima trockener, aber es kommt auch durchaus vor, dass es jeden Tag einmal oder sogar mehrmals regnen kann. Ist aber meistens nicht weiter schlimm, da man sich bei Temperaturen zwischen 26 und 30 Grad aufhält. Es wird eigentlich immer gegen 18 Uhr dunkel. Auf diesem Teil der Insel gibt es zwei traumhafte Küstenwanderungen: einmal bei „Porte d' Enfer“, bei der man sich gleich in die Küste der Bretagne versetzt fühlt, so rau, wild und türkisfarben das Meer hier an die Küstenwand knallt und einmal „Pointe des Châteaux“, welche am östlichsten Zipfel der Insel liegt. Hier hat man vom Kreuz aus eine herrliche Aussicht auf Grande-Terre und auf Basse-Terre mitsamt dem Vulkan, ebenso auf die umliegenden Inseln wie „La Désirade“, „Petite-Terre“, „Marie Galante“ und „Îles des Saintes“. „Petite-Terre“ ist ein absolutes Muss! Wir sind mit Awak Tours hingefahren und haben ein super Mittagessen, natürlich mit viel Rum, wie kann es auch anders sein,

bekommen und waren permanent schnorcheln. Ein einziges Paradies, bestehend aus den verschiedensten Fischen, riesengroßen Thunfischen unter Booten, Barracudas, Schildkröten und Zitronenhaien direkt in Strandnähe. Das Wasser könnte nicht mehr klarer und türkisfarbener sein, ein einziger Traum! Auf der Heimfahrt haben wir sogar Delfine unter unserem Katamaran springen sehen, ein unvergesslicher Moment. „Îles des Saintes“, genauer

Terre-de-Haut, habe ich auch gesehen und würde ich sofort wieder hingehen. Absolut herrliche Insel mit zuckersüßen Häuschen und einem Traumstrand, dem „Plage de Pompierre“, auf welchen man von einem tollen Aussichtspunkt runterschauen kann. Zum Schnorcheln eignet sich der Strand „Pain de sucre“. Alles ist fußläufig erreichbar oder ganz beliebt per Golfcart, die über die ganze Insel flitzen. Man kann eine Fähre von Pointe-à-Pitre aus nehmen. Wir sind mit dem Unternehmen ValFerry gefahren, lief alles schnell und reibungslos. Überfahrt dauert so ungefähr eine Stunde. „Marie Galante“ war auch sehr schön, viel größer als die anderen Inseln, die ich besichtigt habe. Daher mietet man sich hier am besten ein Auto oder einen Roller, wenn man die Insel erkunden möchte. Viele bleiben auch ein oder zwei Nächte, ganz bekannt hierfür ist das Hängematten- Hostel für ungefähr 20 Euro pro Nacht. Wir waren wandern, was sich dort hervorragend anbietet und schnorcheln bei „Anse Cannot“, was eine tolle, kleine Bucht ist. Auch wunderschön auf dieser Insel ist der Strand „Plage de la Feuille“. Des Weiteren hat Grande-Terre sehr schöne Strände wie den „Plage de la Caravelle“, an welchem die Palmen bis fast ans Wasser vorreichen und das Club Med Hotel zu finden ist. „Plage de la Datcha“, von welchem man die Îlet du Gosier entweder per Kajak, kleinem Boot oder durch Schwimmen erreichen kann. Diese kleine Insel besitzt einen super süßen Leuchtturm, ordentlichen Ti Punch (absolutes Standardgetränk, bestehend aus Rum, Zucker und Limette) und einen kleinen, aber feinen Strand. Perfekt für ein paar nette Stunden. Der „Datcha“ ist ausgezeichnet, um nachmittags eine Runde zu entspannen und die anderen Pjler zu treffen, der sogenannte „Hausstrand“ für viele, da die meisten in Le Gosier wohnen. Le Gosier ist belebt, hat die perfekte Lage für alle Ausflüge und ist ein angenehmes Wohnviertel. Die meisten Pjler wohnen in Le Gosier oder in Bas du Fort oder in Pointe-à-Pitre, der Hauptstadt. Ich persönlich finde die Hauptstadt nicht sonderlich schön, sehr laut und etwas heruntergekommen. Sie hat bestimmt auch ganz nette Ecken wie die sehr kunstvoll und gut gestalteten Graffitis oder der Marché Couvert, auf welchem man meistens tolle Avocados findet, aber für mich war Le Gosier bombe. Und vor allem, wenn man fußläufig zum Datcha wohnt! In Bas du Fort gibt es anscheinend auch ein paar kleine, gute

Strände, aber meistens waren wir alle zusammen in Le Gosier anzutreffen. Freitags ist Nachtmarkt in Le Gosier, dienstags ist er in Saint François. Auch richtig schön ist der „Plage de Petit-Havre“, hier kann man auch an einem Yogakurs ein paar Mal die Woche am Abend teilnehmen. Die Kurse werden auf Instagram und Facebook wöchentlich bekanntgegeben. Ebenso hübsch ist der „Plage de Bois Jolan“, bei welchem man auch perfekt spazieren gehen kann. Ein weiterer wunderschöner Strand ist bei Port Louis, wenn man über den „Plage du Souffleur“ hinaus Richtung „Anse du Souffleur“ geht. Hier kann man eineinhalb Meter ins Wasser gehen und direkt ein bisschen schnorcheln. Herrlich klares Wasser und eine wunderbare Umgebung. Aber ACHTUNG: Heftiger Sandmückenalarm ab ungefähr 16 Uhr. Ich hatte ungefähr 70 Stiche, die so schlimm nachts jucken, dass ich dachte, ich hätte Flöhe. Und man hat nicht nur eine Nacht Spaß damit, sondern gleich 3 Nächte oder mehr. Also nach 16 Uhr würde ich mich nicht mehr in den Sand legen beziehungsweise super gut mit Nobite oder Antibrumm einsprühen. Was tatsächlich auch hilft, ist Sonnencreme oder Kokosöl. Da können die Mücken beschwerlicher durchstechen, wenn ein Fettfilm auf der Haut liegt. Also, was unbedingt ins Gepäck gehört meiner Meinung nach: Nobite (Mehrere Flaschen für das Einsprühen der Haut. Kleider habe ich kein einziges Mal imprägniert.) oder Antibrumm oder Autan. Kommt drauf an, wie sehr euch die Mücken lieben. Sonnencreme, Schnorchel Zeug und Wanderschuhe. Vor Ort gibt es diese Utensilien aber auch im Supermarkt oder in der Apotheke (außer Nobite), nur teurer als in Deutschland. Und es gibt einen Decathlon, bei dem ihr euch auch top ausrüsten könnt, was Wasseraktivitäten betrifft. Steckt nicht zu viele warme Klamotten ein, ich habe genau einmal einen Pulli getragen und einmal eine Regenjacke. Meiner Meinung nach reicht eine lange Hose und zwei Pullis vollkommen aus. Es gibt ein paar wenige Punkte, vor denen man sich in Acht nehmen sollte: ein Scolopendre (ein Tausendfüßler mit Panzer), dessen Stich einem hohes Fieber und unter Umständen einen kleinen Krankenhausaufenthalt bescheren kann. Ein Stachelrochen, der mit seinem Giftstachel schlimme Verletzungen verursachen und möglicherweise sogar tödlich sein kann. Schwarze Seeigel, da sie ebenfalls giftig sind. In Flüssen beziehungsweise Süßwasser könnte unter Umständen Bilharziose übertragen werden. Mücken können Dengue-, Zika-, oder Chikungunya- Viren übertragen. Daher lohnt es sich auch entweder unter einem Moskitonetz oder in einem klimatisierten Raum zu schlafen. Besondere Vorsicht gilt gegenüber dem Manchinelbaum, welcher wie ein Apfelbaum mit kleinen grünen Äpfeln aussieht. Auf gar keinen Fall weder die Äpfel essen (sehr giftig), noch die Rinde oder die Blätter berühren

(verursacht Verätzungen, Verbrennungen oder blasenbildende Hautkrankheiten). Selbst bei Regen darf man nicht unter den Baum stehen, da dies schon ausreicht, um der Haut zu schaden und einen ins Krankenhaus zu befördern. Um die Insel zu erkunden und flexibel in der Freizeitgestaltung zu sein, braucht man einfach ein Auto. Es gibt sehr viele Vermietungen, unter anderem die klassischen wie Sixt, Dollar, Thrifty und Hertz, die am Flughafen zu finden und auch am teuersten sind. Dann gibt es Auto Discount und Atlantis Location, welche

meiner Meinung nach in der Mittelklasse liegen, aber alles einigermaßen gut funktioniert. Bei Atlantis Location haben wir 25 Euro pro Tag für einen Zeitraum von 40 Tagen gezahlt. Es gibt noch günstigere Alternativen wie SevCar, RevCar und West Indies Car. Hier kann es dann schonmal vorkommen, dass der Schaltknopf halber fehlt oder das Auto mit 4 Personen nicht mehr den Hügel hochkommt. Aber 13 Euro pro Tag ist definitiv auch viel wert. Man sollte mit 850 bis 900 Euro Kautions rechnen. Die öffentlichen Verkehrsmittel werden durch Busse bedient, welche auf Grande-Terre relativ gut und regelmäßig fahren. Etwas unregelmäßiger, aber auch vorhanden auf Basse-Terre. Man kann sich die Karulis App für die Busse auf Grande-Terre herunterladen. Eine Fahrt kostet 1,20 Euro, egal wie lange man damit fährt. Umsteigen bedingt einen erneuten Ticketkauf, man kann das andere Ticket leider nicht wiederverwenden. Am Abend kostet es 1,80 Euro. Großes Manko an den öffentlichen Verkehrsmitteln ist, dass sie ab 19 Uhr gar nicht mehr fahren, samstags sehr unregelmäßig und sonntags gar nicht. Das ist sehr, sehr unpraktisch. Somit ist ein Auto wirklich die beste Empfehlung. Ich bin selber 2 Wochen Bus gefahren und habe mich dann sehr auf den Wechsel zum Auto gefreut. Zum Essen empfehle ich auf jeden Fall das einheimische Colombo de Poulet, eine Art Curry (Hühnchen mit Reis). Accras de morue, es handelt sich um frittierten Kabeljau, als Bällchen serviert und Boudin noir, eine französische Blutwurst. Als Nachtisch eignet sich immer ein Kokossorbet, manche haben einen leichten Marzipangeschmack. Generell gibt es öfter mal Nachspeisen mit Marzipangeschmack, scheint ein Faible der karibischen Küche zu sein. Früchte wie Ananas, Maracuja (gelbe Schale, statt lila wie bei uns) und Mango schmecken sehr gut, da sie vor Ort wachsen. Es gibt noch eine Frucht namens Corossol, diese schmeckt sehr eigen, tendenziell ein bisschen säuerlich. Knollengewächse wie Maniok enthalten sehr viel Stärke und die „Patate doux“ (Süßkartoffeln) sind lilafarben und sternförmig innendrin. Zum Trinken, neben dem Ti Punch,

gibt es Punch Coco (Rum mit Kokosmilch), Planteur (Rum mit Fruchtsaft) und Carib (Bier), einfach typisch für Guadeloupe.

6. **Kosten und Finanzierung**

Die Lebenshaltungskosten waren im Vergleich zu Deutschland höher, da Lebensmittel tendenziell teurer waren. Wahrscheinlich der Tatsache geschuldet, dass es sich um eine Insel handelt. Knollen und Früchte, die auf der Insel angebaut werden können, waren dagegen preiswert. Hinzu kommt noch die tägliche Miete des Airbnb und des Autos (ein Opel namens

Karl). Insgesamt, inklusive Flug, habe ich ungefähr 3600 Euro für 8 Wochen benötigt. Es gibt einen schönen, großen Supermarkt (Leclerc) in Bas du Fort. Wenn man nur ein paar Dinge benötigt, eignet sich einer der beiden Leader Price in Le Gosier. Etwas teurer, aber mit toller Auswahl, ist der Carrefour, welcher in der Nähe vom Flughafen oder auf Basse-Terre zu finden ist. An Supermärkten mangelt es generell nicht. Obst und Gemüse kann man wunderbar an kleinen Ständen einkaufen, welche überall auf der Insel zu finden sind.

7. **SINIK: Interkulturelles Seminar an der LMU**

Ich habe an keinem Seminar teilgenommen und kann daher zu diesem Unterpunkt keine weiteren Angaben machen.

8. **Praktikum und Studium**

Meine Einstellung zum zukünftigen Beruf, welche unglücklicherweise nicht sehr positiv ist, hat sich leider auch in der Karibik nicht verändert. Ärzte sind sehr oft gestresst, kurz angebunden und nicht immer sehr empathisch den Patienten gegenüber. Teilweise mangelt es ihnen an Respekt und Kommunikationsfähigkeit. Die Hierarchie ist nach wie vor oft genug zum Kotzen, auch wenn einem das Paradies direkt zu Füßen liegt.

9. **Fazit**

Ich hatte überhaupt keine Erwartungen, somit gab es einfach auch nichts zu erfüllen. Ich ging völlig erschöpft aus dem Staatsexamen und war mit allem überfordert. Die ersten 2 Wochen auf Guadeloupe waren ehrlicherweise schon eine kleine Katastrophe: keine Koffer tagelang, keine Organisation seitens des Flughafenpersonals und des Klinikpersonals, permanente Hitze, kein Auto und somit keine Flexibilität, Kakerlaken in der Wohnung (was auf Guadeloupe einfach normal ist, da diese Tiere dort überall rumrennen), eine fremde Sprache, die ich nicht immer verstand und Streiks wegen der kommenden Impfpflicht und dem Pass sanitaire. So eskalierende Streiks, dass Autos, Mikrowellen, Kühlschränke, Mopeds, Autoreifen, Bäume etc. brennend auf den Straßen lagen und man zeitweise nur noch zu Fuß unterwegs sein konnte und somit an seinem Standort festsäß. Doch wir konnten nach und nach alle Probleme lösen. Die Koffer kamen nach unzähligen Telefonaten und persönlichen,

vergeblichen Besuchen am Flughafen am 4.Tag bei uns an. Beim Klinikpersonal habe ich gelernt, gekonnt in den richtigen Punkten mit Ignoranz zu reagieren, an die Hitze hat sich mein Körper adaptiert, ein Auto haben wir mit Hilfe organisiert bekommen, die Kakerlaken haben wir erschlagen und mit Insektiziden bekämpft, sodass weniger vorhanden waren und mit der Sprache wurde man immer vertrauter. Die Streiks legten sich nach zwei bis drei Wochen, sodass wir dann mit Ausflügen beginnen konnten und diese wundervolle Insel von allen Seiten kennen und lieben lernen durften. Das Paradies hat mich umgehauen und mich zur Ruhe kommen lassen. Ich bin unfassbar dankbar für diese 8 Wochen und würde es rückblickend sofort wiedermachen. Ich kann allen nur wärmstens eine Auslandserfahrung im PJ auf Guadeloupe empfehlen, wenn man Erholung bitter nötig hat. Ich wollte vor lauter Stress nichts organisieren müssen und einfach nur zu Hause bleiben und bin so froh, dass ich mich anders entschieden habe, auch dank der Motivation meiner Freundin, und diese einmalige Erfahrung mitnehmen durfte. Eins haben die Guadeloupianer mit Sicherheit in manchen Lebensbereichen mehr als richtig verstanden: Savoir vivre!