

Praktikumsbericht

(Auslandspraktika)

Angaben zum Praktikum der/des Studierenden

Studienfach: Studienabschnitt
(Bachelor/Master/Staatsex.):

_____Medizin_____

_____Staatsex_____

Praktikumszeitraum: Praktikumsort:
_____07.03.2022 bis 26.06.2022_____ _____Klinici Center Ljubljana,
Slovenia_____

Praktikumstitel (z.B. „Praktikum im Goethe Institut London als MitarbeiterIn in der Kulturabteilung“):
_____Mein chirurgischen PJ-Tertial in der gruenen und ueberraschenden
Slovenia_____

Ich kannte Slowenien schon als Land und hätte deshalb nie gedacht, dass es mich täglich überraschen und mir neue medizinisch und kulturell stimulierende und einzigartige Erfahrungen so nah aber auch so unterschiedlich von meiner italienischen Heimat anbieten würde. Dieses kleine vielseitige und facettenreiche grüne Land ist die perfekte Mischung aus europäischer und balkanischer Kultur, wo die Natur explodiert und sich in einem Triumph von Farben manifestiert und wo die abwechslungsreichen Landschaften von Gebirge und Meer zauberhafte Settings für die Sport- und Naturliebhaber/innen sind.

1. Planung und Vorbereitung

Die Idee in dieses balkanische Abenteuer einzutauchen entstand aufgrund einer zufälligen eigenständigen Wanderreise in Kroatien. Auf dem Weg nach Trieste zurück, habe ich mich bei einem spontanen Umweg nach Ljubljana in die Eleganz und frische Schönheit der Stadt verliebt. In Vergleich zu München handelt es sich um eine menschengemäß dimensionierte Stadt, wo immer an jeder Ecke Musik, Kunst und schöne Lokalen sind und die Menschen mich immer sehr lieb, freundlich und gesellig angesprochen oder zu mir sich gewandt haben. In Piran, der Perle der kurzen aber wundervollen slowenischen Strände, beschloss ich nochmal in dieses Land zu reisen, und dieses mal für

einen längeren Aufenthalt. Somit begann ich zu recherchieren und sah dass Ljubljana Klinicni Center einen sehr guten Ruf im chirurgischen Bereich hat und sogar LMU Erasmus Partneruniversität ist. Voller Motivation habe ich mich für einen PJ-Tertial im Erasmus Austausch beworben und glücklicherweise wurde ich angenommen. Die Universität Ljubljana bietet sehr praxisnahe Praktika in jedem medizinischen Fachbereich an und die Wünsche der Studenten werden netterweise betrachtet und erfüllt. Die Vertreterin vom Auslandsreferat Internationaler Angelegenheiten Frau C, war immer sehr freundlich und verfügbar um unsere Anliegen zu beantworten und auf unsere Praktikums Vorzüge nachzukommen. In dem Klinikum Pflege und Ärzte sprechen alle fließend Englisch, darüber hinaus aufgrund der eigenartigen und komplexen Geschichte von Slowenien, sprechen viele Patienten und Kollegen auch Deutsch und Italienisch, was für mich eine optimale Situation war, um meine Sprachkenntnisse einzusetzen (Deutsch und meine Muttersprache Italienisch). Kenntnisse von Slowenisch sind nicht vorausgesetzt, aber mir wurde persönlich nahegelegt sich einen Grundwortschatz anzueignen, um sich besser in diese tolle Kultur einzuleben. Ich habe einen kostenlosen Sprachkurs besucht, der sehr Spaß gemacht hat und dadurch habe ich auch viele andere internationale Studenten kennengelernt und gute Freundschaften geschlossen.

Vor der Anreise musste ich eine Versicherung abschließen (Kranken-, Haftpflicht und Unfallversicherung). Ich habe mich für das DAAD Paket entschieden. Des Weiteren muss man sich auch mit der Suche der WG beschäftigen. Die Universität stellt Zimmer in Studentenwohnheimen zur Verfügung, die leider sehr schnell vergeben sind. Ljubljana ist aber voller Studenten, deshalb kann man schnell ein Zimmer über die Erasmus Gruppen in Facebook suchen, wo Studenten Informationen austauschen und gleichzeitig Anzeigen von geschützten und kontrollierten Wohnungseigentümer veröffentlicht werden.

2. **Praktikumsverlauf**

Wer sehr praktisch arbeiten will und in unterschiedlichen medizinischen Operationen mit einbezogen werden will, für den ist Ljubljana Klinicni Center ein gefundenes Fressen! Ich kann total zustimmen, dass ich immer total ausgelastet war und ich mich immer mithilfe der Kooperation der netten Kollegen als Teil des Teams gefühlt habe. Jeder internationale Medizinstudent wird von einem Mentor begleitet, der je nach persönlicher Motivation und Engagement bei der Einteilung zu praktischen Übung und der Mitarbeit im OP hilft. Jeder Student rotiert in 3 bis 5 unterschiedlichen Abteilungen(bei mir wurden alle meine Wünsche erfüllt: Unfallchirurgie, Thoraxchirurgie, Herzchirurgie und Viszeralchirurgie). Der Tag ging

um 7.30 Uhr mit der Frühbesprechung los und dann je nach Aufgabe hatte man Dienst auf Station oder im OP Bereich. Die Chirurgen sind immer sehr zugewandt und aufgeschlossen gewesen, es gab immer eine ausführliche Erklärung und eine Einladung zum Kaffee zwischen den Eingriffen. Auf Station konnte man unterschiedliche fachabhängige Aufgaben übernehmen, oder man konnte an Simulationen in den Übungsräumen teilnehmen (Vats Technik, Neurochirurgische Techniken, Nähen üben usw).

Vom Nahttechniken bis zur selbständigen Einbau einer Hüftprothese kam ich mit erheblicher neuer medizinischer praktischer Erfahrung nach Deutschland zurück. Mein Englisch wurde fließender und hat sich an neuen und fachspezifischen Vokabeln bereichert. Zusätzlich traf ich so viele internationale Studenten aus der ganzen Welt mit denen man sich gut auf anderen Sprachen unterhalten kann.

3. Unterkunft im Gastland

Ljubljana ist an das Studentenleben gewöhnt und die dynamische internationale Atmosphäre erlaubt eine schnelle Verfügbarkeit von Unterkünften, in Studentenwohnheime oder im Privatmarkt. Ich schlage vor Kontakt mit Erasmus Gruppen in Facebook und Socials aufzunehmen, üblicherweise werden auch Anzeigen von geprüften WG Anbietern regelmäßig hochgeladen. Zusätzlich wird jeder Student in Verbindung mit einem Mentor/in gesetzt der/die auch Medizin studiert und gern auch bei der Suche Tipps gibt. Die Universität bietet auch unterschiedlichen Infoveranstaltungen zur Vorbereitung und Unterstützung vor der Anreise an, unter denen werden viele Tips bezüglich WG-Suche gegeben.

Vorsicht: leider gibt es auch viele Spammer, die von der mangelhaften Sprachkenntnissen der internationalen Studenten profitieren und erlogene Unterkunftsmöglichkeiten anbieten.

Immer die Existenz der Unterkunft überprüfen und absolut kein Geld im Vorfeld zuschicken!

4. Soziale Kontakte

Erasmus Austausch bedeutet sowohl Wissens- und Erfahrungsvermittlung als auch Erstellung von neuen sozialen Kontakten und Kultur fördernden Gelegenheiten. Die Universität bietet zahlreiche verschiedenen Kunst-, Musik- und Sprachprojekte und Veranstaltungen, die für Studenten fast kostenlos sind. Ja klar, in Ljubljana fehlen nicht Partys und Konzerte und organisierte Reisen innerhalb und außerhalb des Balkan, aber auch Meetings und Termine zur

Vertiefung und Entdeckung der slowenischen Kultur werden angeboten. Mir hat besonders die Degustation Veranstaltung gefallen, wo man etliche unterschiedliche leckere Kuchen der slowenische Konditorei verkosten konnte.

Die Stadt ist auch relativ schnell zu erkunden und das günstige Studenten Verkehrsmittel Abonnement (20 Euro monatlich) erlaubt eine schnelle Verbindung auch zu weit entfernten Stadtteilen. Dazu mit 3 euro Abonnement jährlich kann man grenzenlos Fahrräder ausleihen. Was man braucht ist nur ein Studentennummer die am Anfang des Austauschs jedem zugewiesen wird.

5. **Alltag und Freizeit**

Außerhalb der Arbeitstätigkeit in Krankenhaus, diese ist eine wunderbare Chance zum Reisen und Länder zu besichtigen die nicht immer so spontan in Betracht kommen. Slowenien grenzt an unterschiedlichen Ländern an: man kann in eine Stunde einen guten Kaffee auf der Piazza Unita d'Italia in Trieste schlürfen, mit dem Bus ans Meer fahren, sowohl in Slowenien als auch in Istrien, durch die eleganten Gärten Schönbrunn in Wien spazieren gehen oder ein Gulasch in Ungarn ausprobieren. Ein dichtes und effizientes Verkehrsmittelnetz (insbesondere Busse) führt schnell zu touristischen Zielen innerhalb und ausserhalb der Stadt und am Wochenende sind alle Busfahrten um 70 Prozent reduziert: mit 3 Euro kann man sowohl ans Meer als auch ins Gebirge fahren! Aber auch die Stadt selbst bietet jedes Wochenende Sport, Musik, Theater Veranstaltungen. Sehr berühmt und folkloristisch ist der Markt und die sogenannte "Odporta Kuhna", ein open Essen-Markt, wo Imbiss-Stände der allerbesten und köstlichen Pubs und Restaurants in Ljubljana in Offener Luft ihre Gerichte und Produkten eingerahmt von einer leichtlebigen und fröhlichen Atmosphäre und Musik bereitstellen. Für die Sportfans sind alle Sportarten zugänglich: Volleyball, Fussball, Baseball, Skikurse...alles mögliches und muss man sich nur an einem Verein oder Training anschließend; auch das Gym steht für Studenten kostenlos zur Verfügung! Übrigens kann man sich immer bei dem Erasmusstudenten organisatorischen Verein (ESN Ljubljana) wenden, um auf dem Laufenden hinsichtlich Feiern, Ausflüge oder Events gehalten zu werden.

6. **Kosten und Finanzierung** (freiwillig)

Das Leben in Ljubljana ist für ein Erasmus Student relativ günstig, und unvergleichbar in Vergleich zu München. Mit 1,50 Euro kann man überall einen echten schaumigen und cremigen Cappuccino trinken und überall sind vielfältige Restaurants, die ausgezeichnete Service und sehr appetitliche Mahlzeiten anbieten. Dazu genießen die Studenten das "BONUSSystem":

jeder Student/in erhält monatlich 30 BONI, reduzierte MENÜ bei Pubs, Cafes oder Restaurants in ganzer Ljubljana und Umgebung und man zahlt nur ein Drittel davon (1 bis maximal 4 euro)! Absolut zu probieren sind das arabische Restaurant " Abi Falafel" und das Indische Restaurant " Namaste" . Gesetzlich festgeschrieben muss jeder Student immer Suppe und Salat bekommen und die Portionen sind echt großzügig! Hofer und Lidl sind überall verstreut aber tatsächlich braucht man wenig kochen, da das Bonussystem und die etliche Pubs und Pizzerias die günstig und lecker sind schnell jeden Geschmack befriedigen kann.

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

Vor Beginn dieses Abenteuers nahm ich an einem interkulturellen Seminar der LMU teil. Ich fand es tatsächlich eine gute Anleitung und Vorbereitung, um wirksame Strategien zu entwickeln, um die kleinen und größeren Herausforderungen die diese Erlebnisse mit sich bringen zu bewältigen. Es war auch eine lässige und freundliche Gelegenheit um die entsprechende Erfahrungen, Sorgen oder Ratlosigkeit gegenseitig auszutauschen, zu offenbaren und durchzusprechen. Meiner Meinung nach sollte sich jeder Kandidat zum Austausch diese Auseinandersetzung und Beratung zunutze machen.

8. **Praktikum und Studium**

Während des Praktikums sind meine Vorerfahrungen und Vorkenntnisse ein guter Grundgerüst gewesen um mich schnell im Medizinischen Umfeld anzupassen und eingewöhnen zu können. Qualifizierte und nette Mentoren haben mich auf diesem Weg begleitet und mit Zuwendung und Bereitwilligkeit an allen möglichen praktischen Fertigkeiten teilnehmen gelassen. Nach dieser Rotation in dieser menschenfreundlichen und aufmunternden Umgebung habe ich eine neue und spannendes Interesse für die Chirurgie erweckt und chirurgische Felder in Betracht gezogen die mich in Deutschland relativ verängstigt haben. Gestärkt von der Praxis habe ich mit Spaß und Freude viel neues Wissen in der Chirurgie gesammelt, als auch sehr schöne wertvolle zwischenmenschliche Beziehungen geschlossen. Ich werde mich immer an die tollen Gespräche und persönlichen praktischen Berufserfolge erinnern!

9. **Fazit**

Diese niedliche, frische und lebhafte Stadt hat alle meine Erwartungen erfüllt: einerseits auf einer medizinischen Eben bin ich mit einem vollen Beitrag an neuen Kompetenzen und fachlich weiterentwickelt nach München zurückgekommen, andererseits auf einer sozialen Ebene habe ich tolle neue Freunde und Lehrer kennengelernt, die jede Situation und jedes Erlebnis positiv geprägt haben.

Ich empfehle aus ganzem Herzen eine Praktikumserfahrung in diesem Land, wo jederzeit Studenten aus der ganzen Welt herzlich willkommen sind und mit der Englischer Sprache sehr zurecht kommen können und in engen Kontakt mit der Balkanischen Kultur kommen. Beruflich habe ich mich sehr gefordert das Beste zu geben und immer die Neuheit mit Interesse und Neugierde mit einer positiven und bereitwilligen Einstellung trotz Herausforderungen auszufechten.