



Praktikumsbericht

(Auslandspraktika)

Studienfach:

Humanmedizin

Studienabschnitt (Bachelor/Master/Staatsex.):

Staatsex.

Praktikumszeitraum:

13.03.2023 – 02.07.2023

Praktikumsort:

Paris

Praktikum als PJ-lerin im Tenon Hopital Paris in der Chirurgie

1. Planung und Vorbereitung

Ich habe mein Auslandspraktikum in Paris im Rahmen meines Praktischen Jahres des Medizinstudiums absolviert. Zur Auswahl des Ortes habe ich mich auf Unikliniken konzentriert und da Paris eine großartige Stadt für Studierende ist, wählte ich schlussendlich die Sorbonne Université Paris. Zur Bewerbung gab es einen Ansprechpartner auf der Website der Medizinischen Fakultät der Sorbonne und nach einer Bewerbung per Mail kam auch schon bald eine Antwort mit Zusage. Dabei hat mir geholfen, dass ich bereits fließend französisch sprechen konnte, da ich bereits während meiner Schulzeit viele Auslandsaustausche u.a. nach Frankreich unternommen hatte. Im Vorfeld musste ich eine Unterkunft finden sowie einige spezifische Anforderungen der Uni erfüllen. Hierzu gehörten bestimmte Impfungen und das Einreichen meiner Kontodetails, da ich ein kleines Gehalt erhielt. Die besondere Schwierigkeit hierbei ist, dass in Frankreich eine sogenannte RIB eingefordert wird, in Deutschland würde das einer schriftlichen Bestätigung der Bank, dass man dort ein Konto führt, entsprechen. Nach vielem hin und her konnte ich schlussendlich vermeiden, ein französisches Konto zu eröffnen. Da ich aus München komme, war meine Anreise mit dem Zug die einfachste und schnellste Möglichkeit anzureisen. Zudem konnte ich dadurch zwei große Koffer mitnehmen, im Flieger wäre dies sehr teuer geworden. Die allgemeine Organisation vor Ort lief dann eher mäßig, aber dank der großen Freundlichkeit der Franzosen und Französinen konnte man gut darüber hinwegsehen.

2. Praktikumsverlauf

In meinem Praktikum als Medizinstudentin in der Thorax- und Gefäßchirurgie durfte ich täglich den Operationen beiwohnen, oft als Assistent zum Haken halten oder zum Nähen. Allerdings muss erwähnt werden, dass ich mich zuerst beweisen musste, denn ich wurde nicht direkt als kompetent eingestuft, sondern als klassischer Praktikant, der jeden sterilen Tisch unsteril macht. Nach also anfänglicher Skepsis wurde ich herzlich ins Team aufgenommen und konnte jeden Tag interessante Dinge lernen. An einem typischen Arbeitstag kam ich um 8 Uhr morgens ins Büro, zog mir die OP-Kleidung an und fuhr mit dem Aufzug zum OP-Trakt. Dort wurde bis zur Inzision der Patient narkotisiert, intubiert und in seine OP-Position gebracht. Anschließend zog ich mich steril an, half bei der sterilen Waschung sowie Abdeckung und der generellen Vorbereitung. Während der Operation assistierte ich, wo Hilfe benötigt wurde, stellte

Fragen, durfte die Organe palpieren und am Ende das Fettgewebe, die Muskeln und die Haut zunähen. Da die Operationen oftmals mehrere Stunden dauerten, war nun bereits die Mittagszeit erreicht. Nach einer Stärkung in der krankenhauseigenen Cafeteria oder im sogenannten „Internat“, in welchem die jungen Assistenzärzte gratis essen konnten, ging es zurück in den OP-Trakt für die nächste Runde des zuvor beschriebenen. Die Doktoren waren jederzeit für Fragen verfügbar, es herrschte stets eine angenehme Arbeitsatmosphäre und ich konnte viel lernen. Da die Arbeitssprache französisch war und auch wenige besonders gut englisch sprachen, wurde mein französisch laufend besser, sodass wir zum Ende des Praktikums oft am OP-Tisch scherzten, vom Wochenende erzählten sowie komplizierte medizinische Inhalte besprachen.

3. Unterkunft im Gastland

Meine Unterkunft hatte ich tatsächlich über Instagram gefunden, auf einer Seite, die „flatsforfriendz“ heißt. Man füllt eine Schablone mit seinen Eckdaten aus, taggt die Seite, wird in der Story gepostet und danach passend zur Stadt in den Story-Highlights gespeichert. Circa 3-4 Wochen nachdem ich gepostet wurde, schrieb mich eine andere deutsche Studentin an, ob ich noch auf der Suche sei. Die Wohnung, die sie anbot, war sechs Gehminuten vom Eiffelturm entfernt, 11qm groß, möbliert und erschwinglich. Der Haken an der Wohnung (oder vielmehr die Haken) war, dass ich mir Toilette und Dusche auf dem Gang mit den unbekanntenen Nachbarn teilen musste, weder WLAN noch Waschmaschine hatte und circa 50 Minuten vom Krankenhaus entfernt wohnte. Trotz alledem war ich in dem Zimmer sehr zufrieden, denn unkomplizierter hätte es nicht laufen können. Es gibt meines Wissens nach auch Wohnheimplätze, für diese muss man sich aber wie in Deutschland im Voraus bewerben und sie sind schnell vergeben.

4. Soziale Kontakte

Der soziale Kontakt zu meinen Arbeitskollegen war von Anfang an unbeschwert und oberflächlich. Täglich aßen wir zusammen zu Mittag und nach ein paar Wochen gingen wir abends gemeinsam los „aller boire un verre“. Außerhalb der Arbeit nahm ich an allen möglichen Erasmusveranstaltungen teil und habe dort einige besondere Menschen kennengelernt, die ich schon bald zu meinen engsten Freunden zählte. Hierbei sind die Erasmusausflüge besonders hervorzuheben, denn hierbei verbringt man, wie auf Klassenfahrten, die kurze Zeit sehr intensiv miteinander. Zudem lernte ich beim

nächtlichen Ausgehen sowie beim Sport auch Franzosen und Französischen kennen. Allerdings war das Aufrechterhalten dieser Kontakte deutlich schwieriger als mit den Erasmusstudierenden, denn, so zumindest meine Einschätzung, waren diese nicht auf neue Kontakte angewiesen.

5. Alltag und Freizeit

Meine Freizeit habe ich vor allem mit dem Entdecken der Stadt verbracht. Ich besuchte also viele der Museen, die für mich als EU-Bürgerin unter 26 Jahre alt zu einem großen Teil gratis waren. Außerdem unternahm ich ein paar der Erasmusausflüge: über Ostern ging es nach Bordeaux, an einem Tag in die Normandie nach Etretat und zuletzt reiste ich für einen Nachmittag nach Giverny. Von Paris aus gibt es zahlreiche Möglichkeiten mit dem Zug oder einem Fernbus auch weitere Teile Frankreichs zu entdecken. Zwei dieser Trips waren durch das hiesige Erasmus Social Network bzw. der Voyagerie Parisienne organisiert, ich kann also nur empfehlen, deren Programm regelmäßig zu überprüfen. Darüber hinaus bin ich natürlich abends ausgegangen und habe spät in der Nacht ein Vélib (ein Mietrad) genommen, um an der Seine entlang zurück zu meinem kleinen Appartement zu fahren. An schönen Tagen und bei kürzeren Strecken mietete ich immer eins der überall verfügbaren Mieträder, denn eins ist in Paris auf jeden Fall klar: die Stadt ist sehr groß und man läuft teils stundenlang am Tag. Vélibs kann man sich für erschwingliche 2,10 € pro Monat mieten, muss allerdings ein Jahres-Abo abschließen, man zahlt also ca. 30 €. Dies erschien mir trotzdem als bessere Option, als z.B. ein Swapfiet zu mieten, denn zur Arbeit nahm ich die Métro, mit dem Pass Navigo im monatlichen Abonnement zahlt man 84 €. Hätte ich dazu noch ein permanentes Rad gemietet, hätte ich monatlich mehr als 100 € für Transportmittel ausgegeben und das wäre dann doch zu teuer geworden.

6. Kosten und Finanzierung

Das Leben in Paris ist generell deutlich teurer als in Deutschland. Man zahlt mehr für den Einkauf, für's Ausgehen und auch für's Essengehen. Mein Praktikumsgehalt (ca. 300 €) zusammen mit der Erasmusförderung haben aber ausgereicht, um gut klarzukommen und trotzdem viel zu entdecken. Da ja z.B. sehr viele Museen gratis für EU-Bürger unter 26 Jahre sind, entgeht einem dahingehend nichts. Bei meiner Unterkunft hatte ich ja ziemlich Glück, sodass ich gute 500 € pro Monat zum Leben hatte. Insgesamt ist es aber

empfehlenswert, ein bisschen Erspartes als Rücklage zu haben. Ich habe davon z.B. meine Ausflüge vorgestreckt, die insgesamt ein phänomenales Preis-Leistungs-Verhältnis hatten, aber dennoch meine eigentlichen Lebenshaltungskosten überstiegen hätten.

7. SINIK: Interkulturelles Seminar an der LMU

Ich habe leider an keinem SINIK Seminar teilgenommen, aber an einem anderen Vorbereitungsseminar für Aufenthalte in Frankreich: Campus France Webinar. Ich fand es schon recht hilfreich, da sich hieraus auch eine Whatsappgruppe mit anderen Deutschen in Paris ergeben hat, was vor allem am Anfang es leichter gemacht hat, Anschluss zu finden. Außerdem konnte ich ein paar Tipps aufschnappen und mich bei Schwierigkeiten der Administration auf die hieraus gewonnenen Informationen berufen. Ich habe hier (<https://www.allemagne.campusfrance.org/webinar-zur-vorbereitung-auf-das-studium-in-frankreich-dezember-auflage>) den Link zur Aufzeichnung des Seminars eingefügt.

8. Praktikum und Studium

Ich habe einiges von dem, was ich in meinem langjährigen Studium gelernt habe, umsetzen bzw. anwenden können während meines Praktikums. Es wird zum Teil aber unterschiedlich gehandelt bzw. es werden andere Medikamente verschrieben in Frankreich als in Deutschland. Aus diesem Grund habe ich auch lernen können, dass es verschiedene Therapieansätze gibt, die evidenzbasiert sind und funktionieren. Generell war ich aber am Ende recht erleichtert, dass ich Medizin in Deutschland gelernt habe, da es mir vor allem in Bezug auf Hygiene und Datenschutz den Magen umdreht, wenn ich an die Gewohnheiten der Franzosen und Französinen denke. Mein Blick auf meinen künftigen Beruf hat sich etwas geändert, denn ich sehe jetzt, dass es unerheblich ist, wo man als Arzt/Ärztin arbeitet, man macht unbezahlte Überstunden und die Ausbildung steht erstmal an dritter Stelle. Ich werde mein Studium im Herbst abschließen und dann darüber nachdenken, wo und wie ich mein Arbeitsleben starte. Mein Auslandsaufenthalt hat mir geholfen aus meinem gewohnten Umfeld herauszukommen und mein Leben aus einer Art Weitwinkelperspektive zu sehen.

9. Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ich mein Praktikum an keinem anderen Ort hätte machen wollen. Es ist eine wahnsinnig tolle Möglichkeit, eine Stadt, ein Land kennenzulernen. Als Schülerin war ich bereits in vielen Austausch, aber nun dies auch als Arbeitnehmerin zu machen, führt dazu, dass man das alltägliche Leben fast noch besser verstehen kann. Außerdem ist der Rahmen (4 Monate) sehr passend, denn man hat genügend Zeit, um sich auszukennen, wohlfühlen und aber auch sehr viel zu entdecken. Ich plane bereits meinen nächsten Aufenthalt, um meine dort gewonnenen Freunde zu besuchen und bin sehr glücklich darüber, dass ich ein Erasmus in einem nicht so weit entfernten Land gemacht habe. Andernfalls würde ich viele nie wieder sehen. Ich kann wirklich jedem empfehlen, dieses Angebot zu nutzen, ich glaube, ein jeder kann davon profitieren: man lernt eine Menge über sich selber, über die Gewohnheiten einer anderen Kultur und man kann sich auch ein berufliches internationales Network aufbauen. Zudem bin ich davon überzeugt, dass es immer hilfreich ist, wenn man über seinen Horizont hinaus segelt und neue Erfahrungen macht bzw. sich neuen Herausforderungen stellt und diese meistert.