

Praktikumsbericht

(Auslandspraktika)

Studienfach:

Medizin

Studienabschnitt:

Staatsexamen

Praktikumszeitraum:

13.03.2023 bis 30.06.2023

Praktikumsort:

Hôpital Bicêtre, Paris

Praktikumstitel:

Praktisches Jahr (PJ) in Medizin

1. Planung und Vorbereitung

Ich hatte mich frühzeitig dafür entschieden 2 Tertiale meines PJs im Ausland zu absolvieren, und für das zweite Tertial im Fach Chirurgie war Paris meine Wahl. Erstens weil mir die Stadt mit ihren vielen Kultur- und Freizeitmöglichkeiten bei meinen Besuchen immer sehr gut gefallen hat, und zweitens, weil französisch meine zweite Muttersprache ist und ich somit hoffte mich gut integrieren und mit Patienten und Ärzten gut kommunizieren zu können. Um mich für ein Krankenhaus zu entscheiden, schaute ich nach Partnerunis der medizinischen Fakultät der LMU in Paris. Als zweiten Schritt suchte ich mir die jeweiligen Unikliniken raus, die eine Allgemeinchirurgische Abteilung haben und eine große Bandbreite an OPs anbieten. Zuletzt überprüfte ich noch, ob die jeweilige Klinik in dem NRW-Katalog aufgelistet ist. Die Entscheidung fiel zum Schluss auf das Hôpital Bicêtre der Université Paris-Saclay.

Die Organisation des Tertials lief dann ziemlich reibungslos dank der Arbeits- und Hilfsbereitschaft der Erasmuskoordinatoren beider medizinischen Fakultäten der LMU sowohl der Uni Paris Saclay. Die korrekten E-Mail-Adressen sind auf den offiziellen Seiten der jeweiligen Fakultäten zu finden. Lediglich die schriftliche Zusage des Chefarztes der Allgemein Chirurgie war schwierig zu erhalten. Ich bekam selbst nach dreifacher E-Mail keine Antwort und musste letztendlich die Sekretärin auf Station anrufen, um dann gleich ein paar Tage später die Zusage per Mail zu erhalten.

Zuerst wurde mein Learning Agreement von der LMU unterschrieben, da es die Uni Paris Saclay so verlangte. Diese füllte aber dann sofort ihren Teil aus und ich konnte mich somit auf der MoveOn Plattform für ein Erasmus Stipendium bewerben.

Wichtig zu wissen ist, dass ich eine private und berufliche Haftpflichtversicherung bei der Uni in Paris nachweisen musste und, dass man vor Praktikumsstart einen Termin beim Betriebsarzt ausmachen muss (reicht auch am ersten Praktikumstag).

Angereist bin ich dann mit dem TGV der direkt von München nach Paris fährt und konnte mich somit auch für den Green-Travel Zuschuss bewerben.

2. Unterkunft im Gastland

Eine Unterkunft in Paris zu finden ist nicht einfach. Die Nachfrage übersteigt die Angebote und die Preise sind dementsprechend wahnsinnig hoch. Weiterhin gibt es sehr viele Betrügereien und falsche Wohnungsanzeigen, also unbedingt darauf achten und keine Vorzahlungen tätigen, wenn man die Wohnung noch gar nicht gesehen hat. Mir wurde gesagt eine live Videokonferenz wäre auch nicht verkehrt als Besichtigung, sonst am besten Freunde oder Bekannte hinschicken, wenn möglich, oder erst zahlen, wenn man vor Ort ist.

Ich habe mir selbstständig eine Wohnung in Paris gesucht über eine App, die mir von Freunde empfohlen wurde: „JINKA“. Diese App empfehle ich auf jeden Fall weiter. Ich fand sie sehr hilfreich und benutzerfreundlich; sie vereint Anzeigen mehrerer Immobilienseiten und es ist möglich seine Suchkriterien einzugeben um bei neuen Inserate eine Mitteilung zu bekommen. Somit habe ich sehr viele Wohnungsanbieter ziemlich schnell angeschrieben und letztendlich eine kleine 1-Zimmerwohnung im Zentrum gefunden. Die Wohnung war wie erwartet relativ teuer, ich habe sie trotzdem angenommen, weil ich die Lage super fand und sonst sehr viele Absagen bekommen hatte. Ein weiterer Punkt war, dass der Vermieter sehr unkompliziert war und mir vieles vereinfacht hat. Viele Vermieter wollten meistens zahlreiche Dokumente (Gehaltsnachweis, Bürgschaft, etc...) oder bevorzugen langfristige Mieter. Mein Tipp lautet: konsequent bleiben und rechtzeitig so viele private Mieter (keine Immobilienmakler) wie möglich anschreiben. Außerdem gibt es auch einige Studentenwohnheime in Paris wo man sich bewerben könnte und mir wurde später erzählt, dass die Cité universitaire Zimmer für ausländische Studierende anbietet und die Stimmung da sehr schön ist. Der Vorteil ist zudem, dass man nicht alleine wohnt und internationale Kontakte mit anderen Studierenden knüpfen kann.

3. Praktikumsverlauf

Ich war auf der Allgemeinchirurgischen Station tätig und mein Tag begann immer um 8 Uhr mit dem Staff, also die Teambesprechung, und danach gab es erstmal eine Kaffeepause mit allen. Das Team bestand aus dem Chefarzt (Chef de Service) der auch Professor war, sowie zwei andere Professoren. Alle drei waren für die Beaufsichtigung und oft auch Durchführung von wichtigen OPs verantwortlich sowie für die Lehre und weitere Organisatorische Tätigkeiten. Weiterhin gab es mehrere Fachärzte, die bei Routine Eingriffen operierten oder je nach Erfahrungsgrad auch bei schwierigeren OPs. Die 6 Assistenzärzte (Internes) übernahmen die erste Assistenz im OP und die Patientenversorgung auf Station. Die Medizinstudierenden ab dem 3. Jahr heißen in Frankreich Externes und absolvieren regelmäßig Praktika, sodass immer mindestens 4 französische Externes in der Allgemeinchirurgie waren. Zufällig waren auch zwei andere deutsche PJ-Studentinnen da und somit unser Team stets gut besetzt.

Als Externes (zu denen wir auch gehörten) durften wir uns im OP steril anziehen und mithelfen. Je nachdem wer operierte und ob es noch OP-Helfer*innen gab oder nicht, variierten unsere Aufgaben. Zum Abschluss konnten wir freiwillig auch immer nähen. Es fand eine sehr weite Bandbreite an OPs statt, von Appendektomien bis hin zu Gastrektomien, Kolektomien und Whipple-OPs. Da sich jeder auch aussuchen durfte, wann und bei welcher OP er dabei sein will und ich bei den längeren OPs mehr machen konnte, stand ich an OP Tagen manchmal bis zu 7 Stunden am Tisch. Auf Station hatten wir vormittags mindestens einmal täglich Unterricht von einen der 3 Professoren. Diese haben sich für die Lehre stets eingesetzt und die Kurse waren qualitativ hochwertig. Ich konnte selber sehr viel davon mitnehmen. Am Mittwoch fand dann speziell für uns Externes eine Lehrvisite statt wo jeder seine Patienten vorstellen konnte. Es waren die Patienten, die man selber am Anfang aufgenommen hatte (samt Anamnese und körperlicher Untersuchung) und die man während ihres Aufenthalts auf Station verfolgt hatte. Der Prof stellte jedem dann fragen zu Diagnostik und Therapie der jeweiligen Krankheitsbilder. Diese Visite dauerte circa 2:30 Stunden und was sehr lehrreich. Was ich auch noch als sehr interessant empfand waren die ambulanten Sprechstunden der jeweiligen Profs, die entweder vormittags oder nachmittags stattfanden. Da wurden neue chirurgische Patienten ausführlich aufgeklärt oder Kontrolluntersuchungen bei bereits operierten Patienten durchgeführt.

Den Professoren war es vor allem wichtig, dass wir viel neues erlernen und nicht, dass wir Stationsarbeiten erledigen; das war Aufgabe der Internes. Somit konnten wir am Nachmittag

frei entscheiden ob wir noch auf Station einen interessanten Patienten aufnehmen möchten, uns eine spannende OP anschauen oder einfach früher nach Hause gehen. Ich fand dadurch waren wir nie überlastet und konnten aus eigener Motivation länger bleiben um was spannendes zu lernen. An anderen Tagen hatte man dafür mehr Freizeit, um Paris zu erkunden.

4. Soziale Kontakte

Die Stimmung im Team war stets ausgelassen und freundlich. Außerhalb des Krankenhauses habe ich mich aber nur einmal mit den französischen Externes getroffen, da diese viel Zeit mit Lernen verbringen. Das Medizinstudium in Frankreich, im Vergleich zu Deutschland, gibt ihnen wenig Freiheit ihre Praktika und Prüfungen zu gestalten. Die Zeiträume sind streng vorgegeben und, an der Universität Paris Saclay zum Beispiel, wechseln die Medizinstudierenden ab dem 3. Jahr zwischen 7 Wochen Praktikum und 7 Wochen Unterricht ab. Weiterhin absolvieren sie nach dem 6. Jahr die ECN (Épreuves Classantes Nationales), und werden danach klassifiziert. Also die Person mit den meisten Punkten bekommt den ersten Platz und dementsprechend bekommt die Person mit den wenigsten Punkten den letzten Platz. Diese Prüfung darf nicht mehr wiederholt werden, und je nach Platznummer dürfen sich die Medizinstudenten dann ihre zukünftige Assistenzarztstellen aussuchen. Sowohl Fachrichtung als auch Stadt sind daher davon abhängig, wie gut der Studierende im Test abgeschnitten hat. Beliebte Fachrichtungen wie z.B. Ophthalmologie oder Kardiologie, sowie beliebte Städte wie z.B. Paris oder Lyon, sind also schwer zu bekommen.

Als mir diese Unterschiede bewusst wurden, habe ich dann auch verstanden warum die französischen Medizinstudierenden insgesamt sehr fleißig und angespannt sind.

Mit den zwei anderen deutschen PJ-Studentinnen meiner Station habe ich im Gegensatz viel unternommen, und wir haben auch noch eine vierte PJ-lerin aus der Gynäkologie kennengelernt, sowie eine griechische Erasmus-Studentin.

Ansonsten habe ich viel mit meinen Freunden aus der Schulzeit unternommen, da ich auf einer französischen Schule war und viele meiner damaligen Freunde in Paris wohnen. Über diese hatte ich dann auch Kontakt mit Franzosen.

5. Alltag und Freizeit

In meiner Freizeit war ich meistens mit Freunde was essen oder trinken. Paris besitzt eine enorme kulinarische Vielfalt und es gibt so viele leckere Gerichte zu probieren. Auch die Stimmung am Abend, selbst während der Woche, ist lebhaft und gelassen. Menschen sitzen auf Terrassen und trinken ihren Apéro während sie sich mit Freunde unterhalten und lachen. Mir hat dieser Lebensstil sehr gut gefallen.

Selbstverständlich habe ich auch viele tolle Museen besucht wie z.B. der Louvres, die Orangerie und den Musée Rodin. Ich war im Pantheon, habe in der Opéra de Bastille und im Palais Garnier jeweils ein Ballett angeschaut, und den wunderschönen Blick auf Paris vom Arc de triomphe aus genossen. Wenn man unter 26 ist, kann man in Paris viele Museen und Monumente umsonst oder für einen reduzierten Preis besichtigen. Für Studenten insgesamt gibt es auch oft Vergünstigungen.

An Ausflügen hat es mir in Paris auch nicht gefehlt. Ich bin z.B. an die Normandie gefahren, nach Bordeaux und nach Giverny. Im letzten befindet sich das Haus von Monet mit einem wunderschönen Garten sowie das Museum der Impressionisten. Den Ausflug hatte ich über Erasmus Places gebucht (<https://erasmusplace.com/region/paris/>) und diese Seite würde ich auch jedem empfehlen. Dadurch hat man die Möglichkeiten für gute Preise und mit dem Bus viele Reiseziele zu entdecken und gleichzeitig sich neue Freunde aus aller Welt zu machen. Eine weitere Seite, die ich empfehle, ist ESN (Erasmus Student Network) Paris (am aktuellsten über die Facebook Seite mit dem gleichen Namen). Dort werden für Erasmus Studierende viele Veranstaltungen innerhalb von Paris und Umgebung angeboten wie z.B. Picknicks, Feiern, Sportkurse, Museumbesuche. Als Tipp: Das Café Oz ist während der Woche eine angesagte Ausgeh-Location für internationale Studenten und dort herrscht eine sehr gute Stimmung.

Als Transportmittel habe ich in Paris die öffentlichen Verkehrsmittel benutzt und dafür die Monatskarte für 84 Euro gekauft. Komischerweise gelten diese Karten immer nur für einen vollen Monat (also z.B. für den ganzen März aber nicht vom 13. März bis zum 13. April). Das ist wichtig zu wissen, wenn man sich so eine Karte kaufen will. Kommt man Mitten im Monat an, ist es besser erstmal jeweils Wochenkarten zu kaufen oder eine Streifenkarte.

Die Öffis in Paris zu nutzen war nicht meine beste Erfahrung, da selten der Fahrplan stimmt, es oft Ausfälle gibt und die Züge und Busse meistens vollgepackt sind. Ich finde man gewöhnt

sich im Verlauf ein bisschen daran und erfreulicherweise hat die Stadt viele positive Seiten, die diese Erfahrung kompensieren.

6. Praktikum und Studium

Wie bereits erwähnt, gaben sich die Profs immer Mühe uns was Neues beizubringen und das schätzte ich sehr. Der Unterricht gestaltete sich meistens interaktiv (sehr oft als Quiz), sodass ich immer aufgepasst habe und motiviert war die Fragen richtig zu beantworten. Ich konnte dadurch mein chirurgisches Wissen um das Vielfache erweitern.

Am wichtigsten für mich war es allerdings, endlich nähen zu dürfen. Ich hatte es in der Vergangenheit nur an einer Kunsthaut geübt. Im Praktikum durfte ich es wirklich machen und dann gleich so oft, dass ich mich jetzt dabei sicher fühle.

Bei den OPs war es am Anfang schwierig den Ablauf zu folgen und ganz zu verstehen. Glücklicherweise wurde es im Verlauf immer besser, sodass ich Richtung Ende oft wusste was die nächsten Schritte sind. Ich konnte nach diesen 16 Wochen wirklich begreifen was die Chirurgie so spannend und aufregend macht. Insgesamt ist mir aber auch bewusst geworden wie körperlich anstrengend diese Fachrichtung ist. Ich bleibe weiterhin bei meiner Entscheidung Internistin zu werden.

7. Fazit

Frankreich ist ein vielfältiges Land und Paris als seine größte Stadt reflektiert das auch. In der Metropole kommen sehr viele Kulturen zusammen, es sprudelt an Leben an fast jeder Straßenecke und man wird regelmäßig mit neuen Eindrücken konfrontiert. Es war eine wirklich sehr bereichernde Erfahrung die Sitten und Kulturen dieses Landes zu erleben.

Auf der anderen Seite war es für mich oft stressig, in so einer großen Stadt zu leben. Ich vermisse vor allem die Möglichkeit innerhalb der Stadt irgendwo ins Wasser reinzuspringen (außer Schwimmbäder), vor allem bei der starken Hitze. Zum Glück habe ich vor kurzem in einem Artikel gelesen, dass Baden in der Seine ab 2025 möglich sein wird. Das ist eine tolle Nachricht und meiner Meinung nach wird das die Lebensqualität in Paris enorm verbessern.

Weiterhin war es für mich persönlich auch sehr schön mit meinen alten Schulfreunden wieder viel unternehmen zu können und somit viele Freundschaften zu stärken.

Die intensiven Gespräche mit den dortigen Medizinstudenten bezüglich der unterschiedlichen Gesundheitssysteme und Studienabläufe fand ich auch sehr wichtig. Einerseits lernte ich dafür dankbar zu sein für die Verläufe, die in Deutschland sehr gut funktionieren. Andererseits konnte ich viele neue positive Aspekte der medizinischen Versorgung sehen und somit bekam ich einige Ideen für mögliche Verbesserungen im deutschen Gesundheitswesen.

Akademisch fand ich das Praktikum sehr pädagogisch angesetzt und dadurch auch sehr lehrreich. Gleichzeitig gab es mir viel Entscheidungsfreiheit was die Gestaltung des Nachmittags angeht und somit die Möglichkeit mich auch mit extrakurrikulären Aufgaben zu beschäftigen. Der Chefarzt ist sehr begeistert darüber deutsche Studierende aufzunehmen und auch bereit, dass in Zukunft weiterhin zu machen. Mir hat er auch erzählt, dass er wenn möglich, immer gerne 2 PJ-Studierende aus Deutschland für den gleichen Zeitraum aufnimmt, um uns somit die Integration ins Team zu vereinfachen. Ich fand das super.

Insgesamt finde ich, dass man aus allen Erfahrungen im Ausland, gute oder schlechte, vieles lernt, über sich hinauswächst und anpassungsfähiger wird. All das sind sehr wichtige Aspekte für mich und unter anderem deswegen wollte ich auch ins Ausland gehen. Ich würde jedem zu Herzen legen ein Auslandspraktikum zu machen. Die schönen und aufregende Momente sind es Wert sich dafür ein bisschen mehr organisatorische Mühe zu geben und sich zu trauen den Schritt zu machen.