

Praktikumsbericht

Auslandspraktikum

Angaben zur Person und zum Praktikum der/des Studierenden

Studienfach: Medizin
Bachelor/Master/Staatsexamen: Staatsexamen
Praktikumszeitraum: 20/05/2024 – 08/09/2024
Praktikumsort: Paris, Frankreich
Praktikumsinstitution: Hôpital Armand Trousseau, Sorbonne
Universität

1. Planung und Vorbereitung (z.B. Bewerbungsprozess, Organisation der Unterkunft, Sprachkurs)

Die Bewerbung für mein Pädiatrie-Tertial an der Sorbonne in Paris lief über Erasmus ab. Wichtig ist hierbei zu beachten, dass hier dieselben Fristen wie auch für ein Auslandssemester gelten und man sich dementsprechend mit relativ viel Vorlauf bewerben muss. In meinem Fall habe ich die Bewerbung im Januar 2023 abgeschickt, die Förderzusage kam dann im April 2023. Anschließend musste ich nochmal gesondert eine Bewerbung bei der Sorbonne Universität direkt und beim LMU Career Service Praktika einreichen. Alternativ kann man sich aber soweit ich weiß auch direkt bewerben. Ein wenig mühsam war dann, dass ich für jede Rotation nochmal ein eigenes Motivationsschreiben verfassen musste. Doch der ganze Papierkram lohnt sich auf alle Fälle, für die Erfahrung, die man am Ende sammeln wird. Für das Gesundheitszeugnis musste ich neben den üblichen Impfnachweisen einen negativen Tuberkulose einreichen.

Die Suche nach einer Unterkunft hat sich bei mir relativ schwierig gestaltet, da ich die Info bekam, dass für Aufenthalte unter einem Jahr leider kein Studentenwohnheimzimmer der Sorbonne zur Verfügung gestellt werden kann. Dass in diesem Sommer gleichzeitig noch die Olympischen Spiele stattfanden, machte meine Suche nicht leichter. Letztendlich hatte ich dann das Glück über Bekannte von Bekannten meiner Eltern ein Chambre de Bonne im 8. Arrondissement mieten zu können. Neben dem französischen WG-gesucht „La carte des colocs“ gibt es Agenturen, wie zum Beispiel ChezNestor, über die man ein Zimmer mieten kann. Dies ist allerdings oft eher teuer.

Da ich vor meinem PJ in Paris bereits ein Erasmusjahr in Toulouse gemacht habe, habe ich keinen Sprachkurs gemacht. Eine gewisse Französisch Grundlage ist für ein erfolgreiches

Praktikum allerdings entscheidend. Dadurch, dass man vor Ort die ganze Zeit von der Sprache umgeben ist, verbessert man sich superschnell. Je sicherer man sich dann fühlt, desto eigenständiger kann man arbeiten und desto mehr nimmt man aus dem Praktikum mit. Empfehlen kann ich aber das Buch „Französisch für Mediziner“, welches man sich einfach in die Kitteltasche stecken kann und das für Formulierungen in Arztbriefen und Erklärungen von Abkürzungen sehr hilfreich ist.

Die Anreise nach Paris ist unkompliziert mit dem Zug möglich und es gibt sogar Verbindungen ohne Umstieg.

Die Organisation mit der Personalverwaltung des Krankenhauses verlief leider sehr zäh, sodass ich erst nach über einem Monat vor Ort meine Personalnummer bekam, obwohl ich alle dafür notwendigen Unterlagen bereits einige Monate vor Praktikumsbeginn eingereicht hatte. Problem ist, dass man diese Personalnummer für seinen Computerzugang, das Ausleihen der Wäsche und die Mensakarte braucht. Ich habe mir dann erstmal mit meinem eigenen Kittel ausgeholfen und für die Ganztagsrotation meistens was zu Essen mitgenommen oder beim Supermarkt gegenüber des Krankenhauses etwas besorgt, da der Preis für Externe in der Kantine recht hoch ist.

2. Praktikumsverlauf (Aufgaben, typischer Arbeitstag, Auslastung)

Im Rahmen meines PJ-Tertials habe ich auf meinen Wunsch hin vier einmonatige Rotationen in der Pädiatrie absolviert: Neuropädiatrie, pädiatrische Pneumologie, pädiatrische Nephrologie und pädiatrische Hämatologie und Onkologie.

Nach einer kurzen Eingewöhnung und natürlich auch je nachdem, wie viel man sich selbst zutraut, ist es Aufgabe der Studenten, die Neuaufnahmen zu machen und seine eigenen Patienten zu betreuen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Studenten als Teil des Teams angesehen werden und ihre festen Aufgaben haben, wodurch man wirklich viel lernt. Außerdem darf man wenn Eingriffe, wie zum Beispiel Lumbalpunktionen anstehen, diese unter Aufsicht durchführen. Meistens ist man mit französischen Studenten auf Station, sodass diese einem bei Fragen auch immer zur Seite stehen. Je nach Rotation sind die Arbeitszeiten entweder nur vormittags, wie auch für die französischen Studenten, oder ganztags. Blutentnahmen werden in Frankreich von der Pflege durchgeführt und sind daher nicht Aufgabe der Studenten.

Bei Fragen waren die Ärzte immer sehr hilfsbereit und nahmen sich sehr viel Zeit für Lehre. Außerdem gab es für die Studenten manchmal Prüfungssimulationen bei denen man einen Fall vorgelegt bekam und dazu dann Fragen beantworten sollte. Eine sehr gute Vorbereitung für das M3.

Das Verstehen von medizinischen Begriffen ist insgesamt einfacher als gedacht, da häufig lateinische Fachtermini verwendet werden.

3. Soziale Kontakte

Da den Sommer über wenige französische Studenten im Krankenhaus waren und ich erst zum Ende des Semesters kam, sodass so gut wie keine Veranstaltungen mehr über ERASMUS angeboten wurden, fiel es mir recht schwer Leute kennenzulernen. Die französischen Studenten, die da waren, standen kurz vor ihren Prüfungen und waren dementsprechend von früh bis spät mit Lernen beschäftigt. Meine Kollegen waren zwar alle sehr freundlich, aber die Kontakte verliefen recht oberflächlich und nicht über den Arbeitsalltag hinaus.

Ich habe dann stattdessen Bumble Friends genutzt, um mich mit anderen zu verabreden. Außerdem bin ich über Instagram auf zwei Gruppen gefunden: Zum Einen thegirlshowalk.paris mit denen ich sonntags spazieren gegangen bin, bis die Organisatorin wegen Olympia eine Sommerpause machte und amies_a_paris die immer wieder verschiedene Aktivitäten wie Bootsfahrten auf der Seine, Standup Comedy und gemeinsames Kaffeetrinken etc. anbieten.

4. Alltag und Freizeit

Meine Freizeit habe ich genutzt, um Paris in vollen Zügen zu genießen. Langweilig wird einem hier definitiv nie. Ganz im Gegenteil wächst die Liste mit Orten, die man noch sehen möchte eher je länger man vor Ort ist. Neben Cafés, Restaurants und Spaziergängen, habe ich vor allem das enorme Kulturangebot auskosten. Eines meiner Lieblingsorte ist definitiv der Canal Saint Martin. Immer wieder schön war es auch, sich einfach mit einem Buch in einen der zahlreichen Parks zu setzen oder die Leute zu beobachten.

Besonders begeistert war ich davon, dass als EU-Bürger unter 26 alle staatliche Museen und noch viele weitere Ausstellungen kostenlos waren. Außerdem gab es über die Stadt Paris im Sommer einen Jugendpass, eine Art Gutscheineheft für Kultur und Sport.

Ein Besuch der Oper ist in meinen Augen auch auf alle Fälle ein Muss und auch hier gibt es Möglichkeiten als Student an vergünstigte Tickets zu kommen, entweder über einen Online-Vorverkauf, da ist allerdings innerhalb weniger Minuten das Kontingent aufgebraucht, oder einfach vor Ort über die Abendkasse.

Mit dem Monatsticket kann man flexibel im Gebiet Ile de France reisen, sodass ich mir einige Schlösser in der Umgebung von Paris angesehen habe, wie zum Beispiel Versailles, Saint German en Laye und Fontainebleau.

Sehr empfehlen kann ich außerdem einen Tagesausflug mit dem Regionalzug zu dem Haus und den Gärten von Monet und zum Schloss Chantilly.

Auch die Kinokultur ist in Frankreich noch deutlich verbreiteter als in Deutschland, sodass ich mir hier die Neuverfilmung des Graphen von Monte Christo in einem wunderschönen Kinosaal ansah. Eine gute Gelegenheit fürs eigene Sprachverständnistraining.

Über das Goethe-Institut werden auch immer wieder Veranstaltungen angeboten. Während ich in Paris war, wurde in Zusammenarbeit mit der Schweizer Botschaft das EM-Fußballspiel Deutschland gegen Schweiz gezeigt.

Besonderes Highlight war außerdem ein Besuch beim Paralympischen Tischtennis. Die Stimmung in der Arena war sehr besonders und es war beeindruckend zu sehen, was für Tricks die Sportler sich angeeignet haben, um die Möglichkeiten ihres Körpers bestmöglich auszuschöpfen. Zudem waren in der ganzen Stadt Public Viewing Orte eingerichtet, an denen man die Olympischen und Paralympischen Spiele verfolgen konnte.

5. Kosten und Finanzierung (Lebenshaltungskosten, Tipps für Einkäufe)

Die Kosten in Paris sind insgesamt teurer als in Deutschland.

Neben dem Erasmusstipendium habe ich vom Klinikum ca. 300 € pro Monat und Unterstützung von meinen Eltern bekommen, sodass ich gut zurecht gekommen bin.

Größter Kostenfaktor war definitiv die Miete.

Für das Monatsticket für die öffentlichen Verkehrsmittel habe ich 84 € gezahlt. Je nachdem wann man anreist und wie lange man bleibt lohnt sich auch ein Studententicket.

Da die kleinen Supermärkte in der Stadt recht teuer sind, habe ich zusätzlich ab und an meinen Wocheneinkauf in größeren Supermärkten ein wenig außerhalb gemacht. Hier ist das Angebot deutlich besser und man bekommt Lebensmittel für einen günstigeren Preis. Außerdem war ich sehr begeistert von dem Angebot über Toogoodtogo.

Sehr viel Geld habe ich dadurch gespart, dass so gut wie alle Museumseintritte kostenlos waren.

6. Praktikum und Studium (Konnten Sie im Studium Erlerntes umsetzen, Wie haben sich durch das Praktikum Ihre Studienmotivation und/oder Ihre Einstellung zum künftigen Beruf geändert)

Ich habe während meiner vier Monate in der Pädiatrie sehr viele spannende Einblicke gesammelt und einiges gelernt. Vieles was ich in Theorie in den letzten Jahren gelernt habe, hat nun nochmal ein besseres Bild bekommen, indem ich reale Patientenfälle zu den Symptomen und Krankheitsbildern gesehen habe. Manchmal werden allerdings auch andere Medikamente

und Herangehensweisen als in Deutschland verwendet, von denen man sich nicht irritieren lassen darf. Gerade wenn Handelsnamen von Medikamenten verwendet wurden, musste ich öfters nachfragen, da diese nicht immer dieselben wie bei uns in Deutschland sind. Besonders in der Pneumologie und Hämato-Onko durfte ich sehr selbstständig arbeiten und habe dadurch viel Sicherheit im Umgang mit Patienten gewonnen.

Gerade im Hinblick auf zum Beispiel die Kleidung, die im Krankenhaus getragen wird, merkt man deutliche Kulturunterschiede. Auf Station war es üblich, dass in Sommerkleidern und Kitteln sowie Sandalen gearbeitet wurde. Auch werden außer wenn es um sterile Eingriffe geht, keine Handschuhe verwendet.

7. Fazit (wurden Ihre Erwartungen erfüllt, Herausforderungen, besonders prägende Erfahrungen, Tipps an zukünftige Praktikanten und Praktikantinnen)

Insgesamt kann ich ein PJ-Tertial an der Sorbonne sehr weiterempfehlen. Besonders herausfordernd war für mich das Knüpfen von Kontakten und es gab selbstverständlich den ein oder anderen Moment, an dem ich mich recht einsam und anonym in dieser Großstadt gefühlt habe. Doch gleichzeitig habe ich gelernt, offen auf neue Leute zuzugehen, denn in Paris sind wirklich unzählige, denen es so geht, wie einem selbst, man muss sie nur finden. Ein besonderes Highlight war natürlich in dem Sommer der Olympischen Spiele vor Ort sein zu dürfen. Die Stimmung in der Stadt war wirklich einzigartig. Während der Zeit vor Ort habe ich Orte in der Stadt entdeckt, die ich bei einer klassischen Reise als Touristin wahrscheinlich nie zu Gesicht bekommen hätte. In vier Monaten lässt sich die Stadt neben den klassischen Sehenswürdigkeiten ausgiebig erkunden.