

Praktikumsbericht

Auslandspraktikum

Angaben zur Person und zum Praktikum der/des Studierenden

Name, Vorname:

E-Mail-Adresse:

Studienfach: Humanmedizin

Bachelor/Master/Staatsexamen: Staatsexamen

Praktikumszeitraum: 20.11.2023 – 10.03.2024

Praktikumsort: Schwaz, Österreich

Praktikumsinstitution: Bezirkskrankenhaus Schwaz/ Medizinische Universität Innsbruck

Den ersten Teil meines Praktischen Jahres im Rahmen vom Medizinstudium an der Ludwig - Maximilians – Universität München absolvierte ich vom 20.11.2023 – 10.03.2024 in der Allgemein Chirurgie in Schwaz in Österreich. Im folgenden Erfahrungsbericht möchte ich einen Einblick in mein Praktikum und in mein Leben vor Ort geben und freue mich darauf, meine Erfahrungen mit anderen Studierenden teilen zu können.

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

Meine Planung für mein Erasmus Plus Praktikum am Bezirkskrankenhaus Schwaz begann schon im Jahr 2021, als ich zum ersten Mal ein Praktikum in einem Krankenhaus in Österreich machte. Schnell wurde für mich klar, dass ich mir die Region Innsbruck und auch Innsbruck Land gut als Wohn- und Arbeitsort vorstellen könnte.

Von diesem Zeitpunkt an informierte ich mich über die verschiedenen Krankenhäuser in und um Innsbruck. Für mich war das Bezirkskrankenhaus Schwaz von Anfang an ansprechend, da ich eine familiäre Atmosphäre an einem kleineren Krankenhaus einem Universitätsklinikum vorziehe. Meine Bewerbung erfolgte über Frau Silke Ley, die Ansprechpartnerin vor Ort in Schwaz sowie über Frau Monika Schlager, die Erasmuskoordinatorin der Medizinischen

Universität Innsbruck. In diesem Zusammenhang fand ich heraus, dass PJ - Tertiale in Österreich immer im Rahmen von Erasmus Plus stattfinden und ich begann mich mit den Vorteilen einer Förderung im Rahmen von Erasmus Plus zu beschäftigen.

Meine letztendliche Bewerbung für Erasmus Plus schickte ich im August 2023 ab und mit Hilfe von Herrn Michael Brielmaier konnte ich schnell die erfolgreiche Anmeldung bewerkstelligen. Ich bin nach wie vor sehr dankbar über die Möglichkeiten und Vorteile, die ich durch meine Teilnahme an Erasmus Plus erhalten habe.

Nachdem der Start im November klar war, begann ich schon im Sommer, mich nach einem WG-Zimmer in Innsbruck umzuschauen und konnte einen Platz in einer Wohngemeinschaft in Uninähe in Innsbruck finden. Dies ist für mich auch deswegen praktisch, da ich auch meinen zweiten Teil des Praktischen Jahres in der Nähe von Innsbruck absolvieren werde und mich nun nicht wieder um ein Zimmer kümmern musste.

Ein Sprachkurs war für mein Praktikum im Schwaz nicht notwendig, auch wenn es teilweise trotzdem Verständnisschwierigkeiten bei der ein oder anderen Person aus dem Zillertal gegeben hat. Diese Sprachunterschiede lernte ich dann zum Glück vor Ort kennen und verstehen.

2. Praktikumsverlauf (Aufgaben, typischer Arbeitstag, Auslastung)

Mein Praktikum begann mit einer Einführung und der Ausgabe von Dienstkleidung am ersten Praktikumstag. Dann erfolgte die erste Vorstellung und das Kennenlernen der Ambulanz, dem OP-Trakt sowie der zwei chirurgischen Stationen im Bezirkskrankenhaus Schwaz. Ich wurde direkt in das Team aufgenommen und durfte einige ärztliche Aufgaben übernehmen:

Viel Zeit des Praktikums durften wir im Operationssaal verbringen. Dort gab es verschiedene allgemeinchirurgische Operationen zu sehen, von unkomplizierten Nabelhernien bis hin zu hochkomplizierten Operationen wie die Operation nach Kausch – Whipple, eine Pankreaskopffentfernung. Anfangs war der Einstieg schwer, da ich das lange Stehen im OP noch nicht gewöhnt war, doch mit der Zeit durfte ich mehr und mehr Aufgaben übernehmen, wie zum Beispiel Nähen und Knüpfen oder die eigenständige Entfernung von kleinen Lipomen, sogenannten Fettgeschwülsten.

Ansonsten war ich entweder in der Ambulanz oder auf Station eingeteilt. Die Stationsarbeit bestand aus Neuaufnahmen, von denen es an manchen Tagen bis zu 15 gab, oder

Aufklärungen über anstehende Untersuchungen sowie Blutabnahmen und das Legen von Venenverweilkanülen.

Besonders gefallen hat mir die Arbeit in der Ambulanz, hier gab es die volle Bandbreite der Allgemein- und Viszeralchirurgie zu sehen und ich konnte lernen, eigenständig Patient:innen einzuschätzen und zu behandeln. Mir hat dort vor allem die hands-on Tätigkeit sehr gut gefallen und ich konnte im Akutmedizinischen Bereich einiges lernen und Notfälle erkennen. Gegen Ende vom Praktikum merkte ich in allen drei Bereichen, dass ich zunehmend sicherer wurde und freue mich über die Fortschritte, die ich im Rahmen von meinem Praktikum sehen konnte. Da mir im Studium die praktische Arbeit sehr gefehlt hat, habe ich mich sehr gefreut nun endlich mehr praktische Erfahrung sammeln zu können.

3. Soziale Kontakte

Da ich bereits einige Kontakte in Innsbruck übers Klettern hatte, schon bevor ich mit meinem Praktikum begonnen habe, habe ich mich schnell wohl in meiner neuen WG und in meinem neuen Zuhause gefühlt. Über die vielen Freizeitangebote in Innsbruck war es außerdem leicht möglich, neue Freundschaften zu knüpfen und diese mit meinen Interessen zu vereinen. In dieser bergsportaffinen Stadt ist es ein Leichtes, motivierte Menschen für jede Art von Outdoorsport zu finden und in diesem Rahmen neue Freundschaften zu knüpfen. Mittlerweile fühle ich mich in der Stadt Innsbruck total wohl und freue mich, hier auch außerhalb meines Arbeitslebens guten Anschluss gefunden zu haben. Einen großen Beitrag dazu hat sicherlich auch meine Wohngemeinschaft geleistet, in die ich von Beginn an gut und herzlich aufgenommen wurde. Eine familiäre Atmosphäre an meinem Wohnort weiß ich sehr zu schätzen und ich genieße es sehr, nach einem langen Arbeitstag in ein Zuhause zu kommen, in dem ich mich auch wirklich zuhause fühle. Ich kann sehr empfehlen, sich nach einer Wohngemeinschaft in Innsbruck umzuschauen, da in der Stadt Innsbruck mehr los ist, als in Schwaz auf dem Land. Die morgendliche Anreise mit dem Zug ist mit nur 20 Minuten nicht sonderlich weit und für mich hatte das Leben in der Stadt Innsbruck gerade wegen der Freizeitangebote einen erheblichen Benefit. Es ist ansonsten aber auch möglich, sich beim klinikinternen Wohnheim in Schwaz zu bewerben, sollte ein Interesse bestehen, in Kliniknähe unterzukommen.

Auch während dem Praktikum konnte ich viele nette Mitstudierende und Kolleg:innen kennenlernen. Die anderen PJler:innen waren untereinander sehr hilfsbereit, was gerade am

Anfang sehr angenehm für mich war. Ich denke, dass ich weiterhin Kontakt zu einigen von ihnen halten werde und habe es sehr genossen, mich in meinem direkten Arbeitsumfeld wohlfühlen.

Auch von Seiten der Fach- und Oberärzt:innen haben wir einiges erklärt bekommen, auch wenn es doch merkbar war, dass im Arbeitsalltag teilweise keine Zeit für viele Erklärungen übrigbleiben konnte.

4. Alltag und Freizeit

Der neue Alltag war für mich eine Umstellung zum vorher bekannten Leben als Studentin. Da wir morgens um 7.00 bei der Frühbesprechung sein mussten, bedeutete das für mich Aufstehen um kurz vor 6.00, was ich vorher nicht gewöhnt war. Dafür ging der Arbeitstag nur bis circa 15.30 und so war auch danach Zeit für einige Aktivitäten, wenn ich nicht wegen dem frühen Aufstehen zu müde dafür war.

Innsbruck und Tirol haben an Freizeitaktivitäten einiges zu bieten, besonders was Bergsport betrifft. So ist es meistens leicht, eine:n Kletterpartner:in für den Nachmittag oder fürs Wochenende zu finden und auch zum Skifahren ist Innsbruck ein Traum. Mit dem sogenannten Freizeitticket können Studierende für vergleichsweise wenig Geld die nahen Skigebiete für ein Jahr lang besuchen, das nächste Skigebiet startet mit dem Lift fast direkt aus der Stadt. Aber auch sonst ist die Anbindung zu entfernteren Skigebieten super und auch die Anreise zum Skitourengehen ist durch öffentliche Verkehrsmittel gut machbar.

Außerdem habe ich über eine Onlineausschreibung eine Straßenband gefunden, die neue Mitspieler:innen gesucht hat und da mein Saxophon seit einiger Zeit nur noch in der Ecke gestanden ist, habe ich die Möglichkeit direkt ergriffen – und es nicht bereut. Die Band, das „Streetnoise Orchestra“ ist eine bunte und laute Straßenband und es hat mir großen Spaß gemacht in der Gruppe mitzuspielen. Über die Band konnte ich viele neue Kontakte knüpfen und einige Menschen kennenlernen, die für die Musik und das „Streetnoise Orchestra“ leben. Ohne die Teilnahme in der Band wäre mein Aufenthalt in Innsbruck auf jeden Fall weniger bunt, laut und lustig gewesen und ich bin sehr dankbar, so offen in diese Gemeinschaft aufgenommen worden zu sein.

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

Die Kosten in Innsbruck sind leider recht hoch, was auch mit den recht hohen Mietspreisen zu tun hat. Aber auch der normale Einkauf ist teurer als in München und dazu kommen die vielen Freizeitangebote, die zwar Spaß machen, jedoch alles andere als günstig sind.

Für mein WG-Zimmer in Innsbruck zahle ich beispielsweise 420€, das Freizeitticket hat dieses Jahr mit 613€ einiges mehr gekostet, als die Jahre zuvor und auch der Kletterhalleneintritt ist mit 13€ nicht günstig.

Wer früh genug schaut, hat aber gerade bei der Wohnungssuche Glück und wem das Skifahren im Skigebiet nicht so wichtig ist, der kann sich auch in diesem Bereich einiges an Geld sparen. Innsbruck hat auch abseits von teuren Freizeitangeboten viel zu bieten und umwelttechnisch wäre es sowieso zu empfehlen, auf das Skifahren in Skigebieten ganz zu verzichten.

Was Lebensmittel angeht, habe ich angefangen über die Organisation „Foodsharing“ Lebensmittel zu retten, was eine tolle Möglichkeit ist, der Umwelt etwas Gutes zu tun und noch dazu kostenlos Lebensmittel zu bekommen, die in den meisten Fällen noch in gutem und genießbarem Zustand sind.

6. Praktikum und Studium

Wie oben bereits angeschnitten, hat es mir sehr gut gefallen, das theoretische Wissen aus dem Studium im Praktikum anzuwenden und mehr praktische Fähigkeiten dazuzugewinnen. Die Sicherheit, die mir im Studium noch gefehlt hat, habe ich in vielen Bereichen dazugewinnen können.

Trotzdem war mir schon während dem universitären Teil meines Studiums schnell klar, dass die Chirurgie nicht das Fach ist, welches ich im späteren Beruf als Ärztin ausüben möchte. Dies hat sich mir auch während meinem Praktikum in der Allgemein Chirurgie in Schwaz bestätigt. Nichtsdestotrotz bin ich froh, dass ich während dem Praktikum einiges mitnehmen konnte und nun einen besseren Einblick in den Arbeitsalltag auf der Chirurgie habe. Auch das praktische Wissen nehme ich dankbar mit und freue mich nun auf mein Praktikum in der Psychiatrie in Hall, einem Fachbereich, den ich mir beruflich sehr vorstellen kann.

7. Fazit

Insgesamt war mein PJ-Tertial im Bezirkskrankenhaus Schwaz ein lehrreicher Teil meines Praktischen Jahres und ich bin froh dort gewesen zu sein. Auch die Region Innsbruck als

Standort gefällt mir hervorragend und ich möchte gerne später als Ärztin in dieser Region beruflich tätig werden.

Herausfordernd waren für mich definitiv die langen OP Tage und die teils gestressten Kolleg:innen, da es, wie in vielen medizinischen Bereichen, einiges an Arbeit für eine zu geringe Personenzahl zu tun gibt.

Ich bin ich dankbar, dass es im Rahmen meines Erasmus Plus Praktikums in Schwaz für mich möglich war, die ärztliche Arbeit in Schwaz kennenzulernen und ich freue mich nun auf den nächsten Teil meines Praktischen Jahres in der Psychiatrie in Hall.