

Praktikum bei AstraZeneca in Göteborg, Schweden (05.08.2019 – 04.10.2019)

Eckdaten:

Studienfach/Semester: 6. Semester Pharmazie (Staatsexamen)

Pflichtpraktikum?: Nein, freiwillig

Weitere Förderung: Fakultätsunterstützung zur individuellen Studiengestaltung

Anrechnung?: Nein, aber in Pharmazie möglich (z.B. als Wahlpflichtpraktikum)

Bezahlung?: Nein (Falls das Praktikum jedoch länger dauert, erhält man in der Regel nach erfolgreichem Projektabschluss 20.000 SEK von AstraZeneca als „Entschädigung“)

1. Erwerb des Praktikumsplatzes

Ich hatte eigentlich schon seit Studienbeginn Interesse daran, ein Praktikum bei AstraZeneca zu absolvieren, aber leider kamen die auf der Webseite angebotenen Summer Placement Programme aufgrund der späten LMU Semesterferien nicht in Frage - und auch die Verfasser der beiden vorherigen Praktikumsberichte zu AstraZeneca in Schweden auf der Student und Arbeitsmarkt-Webseite betonten, dass sie nur über Kontakte an ihre Praktikumsplätze gekommen waren, sodass ich mir keine großen Hoffnungen machte.

Deshalb war ich umso überraschter, als ich im Dezember auf eine Praktikumsausschreibung Astrazenecas auf der Student und Arbeitsmarkt-Webseite stieß - für 6 - 9 Monate an den Standorten Waltham (USA), Cambridge (UK) oder Göteborg (Schweden) in den Bereichen "Discovery Sciences" und "Drug Safety and Metabolism". Ich schrieb daraufhin die Kontaktperson an und erklärte, dass ich sehr interessiert wäre, aber leider nur 2 - 3 Monate in den Semesterferien Zeit hätte. Das stellte überhaupt kein Problem dar und ich wurde sofort mit einer Forschungsteamleiterin in Kontakt gesetzt (dreistes Fragen lohnt sich also durchaus in solch einem Fall!).

Für den Standort in Göteborg entschied ich mich, da ich noch nie in Skandinavien war und außerdem mit einer (eventuell industriellen) Promotion dort liebäugelte. Zudem waren die beiden vorherigen Praktikumsberichte auf der Student und Arbeitsmarkt-Seite sehr positiv und vor allem die gute Betreuung wurde hervorgehoben.

Die Vorbereitungen auf das Praktikum verliefen recht unkompliziert. Bewerbungsunterlagen musste ich kein einziges Mal vorzeigen, meine (im unteren Drittel angesiedelten) Studienleistungen waren ebenfalls irrelevant (ich hatte, als ich auf die Praktikumsausschreibung reagiert habe, sicherheitshalber den Link zu meinem LinkedIn-Profil mitgeschickt - doch ich weiß bis heute nicht, ob der Link jemals angeschaut wurde) und auch das Telefongespräch mit der Forschungsteamleiterin entpuppte sich nicht wie erwartet als Interview, sondern einfach nur als kurzes, entspanntes Kennenlerngespräch (das zweistündige Grübeln, was ich zu welchem Punkt in meinem Lebenslauf sage, hätte ich mir also sparen können).

2. Anreise und Unterkunft

Ich entschied mich für den schnellsten und unkompliziertesten Weg und buchte einen Direktflug mit Lufthansa von MUC nach GOT. Mit dem Flughafenbus kommt man innerhalb von 20 - 25 Minuten ins Stadtzentrum Göteborgs.

Ich weiß nicht, ob ich im April bereits sehr spät dran war mit der Suche nach einer Unterkunft, aber es gestaltete sich nicht sehr einfach, etwas Passendes zu finden. Die Forschungsteamleiterin, mit welcher ich zunächst in Verbindung stand meinte zwar, dass sie mich an Kollegen am Standort Göteborg weiterleiten könne für Unterkunftstipps, doch dies geschah trotz erneuter Nachfrage irgendwie nie sodass ich schließlich auf eigene Faust suchte. Die meisten noch verfügbaren Unterkünfte auf Seiten wie housinganywhere.com etc. waren jedoch recht weit außerhalb, oft auch erst ab drei Monaten Aufenthalt verfügbar, und ich hatte darüber hinaus niemanden, der sich diese im Voraus sicherheitshalber hätte ansehen können. Außerdem war ich nur zwei Monate dort und wollte in dieser doch recht kurzen Zeit kein Risiko eingehen, mich nochmals notgedrungen nach einer anderen Unterkunft umsehen zu müssen (ab drei Monaten hätte ich wohl nochmal etwas anders überlegt). Somit entschied ich mich letztlich für eine für Erasmus-Studenten wohl etwas unüblichere Option: AirBnB. Ich muss sagen, dass ich meine Entscheidung trotz der recht hohen Kosten nicht bereue –

die Lage direkt zwischen dem Stadtzentrum und AstraZeneca war ideal, ich hatte außerdem nur 7 Minuten zu Fuß zum Freizeitpark Liseberg und anderen Attraktionen und direkt um die Ecke war ein Discounter, der jeden Tag bis 22 Uhr geöffnet hatte. Meine Gastgeberin war ebenfalls extrem nett und hilfsbereit und ich konnte alle Haushaltsgeräte mitbenutzen. Zeitweise waren ihr Zimmer und das ihrer 14-jährigen Tochter an weitere AirBnB-Gäste verbucht, doch das stellte kein Problem dar. Für diese zwei Monate hatte es sich für mich persönlich also auf jeden Fall rentiert. Fairerweise muss ich an dieser Stelle aber auch sagen, dass ich die Monate davor einiges von meinem Job als Werkstudentin zur Seite legen konnte und außerdem noch Unterstützung von meiner Familie bekam, sodass ich mir eine solche Unterkunft tatsächlich leisten konnte.

3. Sprache und Leben in Göteborg

Ich hatte zwar mehrere Monate zuvor mit Duolingo etwas Schwedisch gelernt, sodass ich ein paar grammatikalische Strukturen nachvollziehen konnte und einige Wörter verstand, doch ich hatte mich nicht wirklich reingehängt. Da Schwedisch sich nicht allzu sehr von Deutsch unterscheidet, kann man ohne große Sprachkenntnisse allerdings bereits viele Begriffe beim Durchlesen erahnen und wenn man nur einzelne Wörter sagt, schafft man es teilweise auch die Leute glauben zu lassen, man sei des Schwedischen mächtig.

Skandinavien ist dafür bekannt, ein teures Pflaster zu sein. In vielen Fällen trifft das auch zu (eine reguläre, wenn auch wirklich gute Kugel Eis = 3,20€, 250g Butter fast 3€!) – ich muss jedoch zugeben, dass ich es mir preislich allgemein schlimmer ausgemalt habe – in Dänemark und Norwegen waren die Preise im Vergleich spürbar höher, was womöglich auch mit der Schwächung der SEK zu dem Zeitpunkt zusammenhing.

Die allgemeinen Öffnungszeiten der Geschäfte in Göteborg sind für mich als Münchner Studentin ein absoluter Traum gewesen – am Sonntag ganz normal einkaufen zu gehen ist eine Selbstverständlichkeit und Öffnungszeiten jenseits von 18 oder 20 Uhr sind keine Seltenheit. Etwas anders sah es allerdings bei den Öffnungszeiten von Restaurants, Cafes und Eisdielen aus: Die meisten schließen bereits zwischen 18 und 19 Uhr. Außerdem ist Schweden ein absolutes „Secondhand-Paradies“ – Besuche in den Rotkreuzläden und Secondhand-Ketten wie „Emmaus“ und „Ebbes Hörna“ sind ein Muss für Liebhaber von Gebrauchtem. Ich habe mir ein „Göteborg+“-Ticket für ca. 78€/Monat (Jugendlichen- und Studentenrabatt!) zugelegt, welches sowohl Göteborg als auch Mölndal und das restliche Umland umfasst. Ein Highlight ist, dass der öffentliche Nahverkehr ebenfalls die Fähren zu Göteborgs Inseln beinhaltet.

Sehr befremdlich war allerdings das Einkaufen von Alkohol – nachdem ich hoffnungslos im Asialaden nach Sake zum Kochen gesucht hatte, dämmerte mir irgendwann, dass alle alkoholischen Getränke jenseits von 3,5% ausschließlich vom nationalen Monopolunternehmen „Systembolaget“ angeboten werden. Natürlich haben gerade dessen Filialen die konsumerunfreundlichsten Öffnungszeiten (samstags bis 15 Uhr offen, sonntags ganztagig geschlossen).

Als „typisch Deutsche“ war für mich auch der weitgehende Verzicht von Bargeld als Zahlungsmittel zunächst gewöhnungsbedürftig. Anfangs habe ich vollständig auf Kreditkartenzahlung gesetzt, dann habe ich allerdings entdeckt, dass ich über die Google Pay-App auch mittels einer virtuellen MasterCard-Debitkarte gebührenfrei mit dem Smartphone bezahlen kann sofern die Möglichkeit besteht, kontaktlos zu bezahlen, und habe dann fast ausschließlich diese Methode verwendet. Ich habe lediglich 300 SEK in bar abgehoben um damit gegebenenfalls auf Flohmärkten bezahlen zu können (im Grunde genommen das Einzige in Göteborg, wo man nur bar bezahlen kann).

Anfang August finden übrigens jedes Jahr das Göteborg Kulturfestival und das Way Out West Festival statt. Das Way Out West Festival kann ich persönlich allerdings nicht so empfehlen – aufgrund des Praktikums konnte ich natürlich nur am Samstag hingehen, und die 80€ Eintritt war es einfach nicht wert mit den durchschnittlichen Performances und nicht allzu gutem Essen, außerdem wurde bei AstraZeneca schon im Voraus gewitzelt dass es während des Festivals traditionell immer regnet, und was soll ich sagen, das Ganze hat sich tatsächlich bewahrheitet und es hat in Strömen geschüttet.

Als „Sightseeing-Muffel“ kann ich zwar nicht so viele Tipps diesbezüglich geben, aber meine persönlichen Empfehlungen sind das Gothenburg Museum of Art (freier Eintritt unter 25 Jahren!), der botanische Garten, Skansen Kronan (vom Hügel aus hat man eine tolle kostenlose Aussicht auf Göteborg!), Jubiléums Parken (mit wirklich schönem kostenlosem Freibad und einer Textilsauna), den

Bereich um Brunnsparken und Stenpiren – und wer sich für Sci-Fi, Fantasy und Anime begeistert, ist im Geschäft „Sci-Fi Bokhandeln“ mit eigenem Cafe bestens aufgehoben. Jeden Samstag außerhalb der Sommerpause findet auch ein sehr schöner Street-Food und Design-Markt in Lindholmen statt. Die Landschaft um die Seen und das Meer sind natürlich auch sehr sehenswert. Ich bin zwar nicht wirklich ein Fan von Freizeitparks, habe mir aber für den Liseberg-Park eine Eintrittskarte zugelegt, da dort am Wochenende oft kostenlose Konzerte stattfinden von diversen Künstlern wie etwa Molly Sandén und Kraftwerk.

Von Göteborg aus gibt es sehr gute Verbindungen mit Bus und Zug nach Stockholm, Malmö, Oslo und Kopenhagen (jeweils ca. 3,5 Fahrstunden entfernt). Sehr empfehlen kann ich auch den 40 Minuten von Göteborg entfernten, malerischen Ort Alingsås mit einem Schloss und sehr schönen Cafes. Für die SJ-Schnellzüge gibt es außerdem Studentenrabatt.

4. AstraZeneca

An meinem ersten Praktikumstag war ich zunächst überwältigt von der Größe des Campus und hatte die ersten Tage Probleme, mich zu orientieren. Der Campus umfasst einen eigenen Laden mit Lebensmitteln, Glückwunschkarten etc., Sporthallen, in welchen Kurse wie etwa BodyCombat und Zumba angeboten werden (Zugang zu den Sporteinrichtungen ist für Praktikanten zudem kostenlos!), ein Fitnessstudio uvm. Essen konnte man natürlich entweder selbst mitnehmen oder etwas in der Kantine oder im Coffeelab kaufen. Getränke wie Saft, Tee, heiße Schokolade und Kaffee sind dabei kostenlos (für das Büro ist es ratsam sich eine eigene große Tasse mitzunehmen). Außerdem werden an den Wänden Kunstwerke von Mitarbeitern ausgestellt, welche dann teilweise sogar verkauft werden. Die Innenarchitektur der Gebäude ist wirklich schön und durchdacht, sodass die Campus-Atmosphäre sehr angenehm ist.

In meiner Abteilung gab es keine festgelegten Arbeitsplätze, sondern sogenannte „Open Workspaces“. Jeder hatte seinen eigenen Laptop, welchen man an jedem der Schreibtische an die jeweiligen Computerbildschirme anschließen konnte und die Laptops sowie das restliche Hab und Gut wurden bei Nichtbenutzung in den vorhergesehenen Spinden verstaut. Außerdem gab es jeden Donnerstagnachmittag eine feste Abteilungs-Fika (Fika = Kaffeepause), in welcher eine bestimmte Person Kuchen mitbrachte. Allgemein wird Fika als eines der wichtigsten Elemente des schwedischen Arbeitsalltags gesehen, sodass es auch vor oder während vielen Meetings heiße Getränke und Kuchen gab und ich nicht selten zwei oder mehr Fikas pro Tag hatte.

Die Hierarchien sind wie in Skandinavien zu erwarten sehr flach und entspannt, was einen teilweise sogar vergessen lässt, dass man es gerade mit einem Vorgesetzten zu tun hat. Ein weiterer Pluspunkt ist die schwedische Work-Life-Balance, die natürlich auch bei AstraZeneca großgeschrieben wird: Flexible Arbeitszeiten, möglichst Vermeidung von Überstunden, angemessen bezahlte Elternzeit – sowie ein recht unkomplizierter Wiedereinstieg ins Berufsleben nach der Elternzeit.

Für Praktikanten, Graduierte und Doktoranden gibt es die sogenannte AZ Youth Group, welche sich jeden Dienstag zum gemeinsamen Mittagessen treffen können und teilweise werden sogar After Work-Veranstaltungen und gemeinsame Wochenendausflüge organisiert.

Die Arbeitsatmosphäre hat mir persönlich sehr gut gefallen – es ist sehr ruhig und es wird einem sehr viel persönlicher Freiraum und Möglichkeit, selbständig zu arbeiten, gegeben, was ich als sehr angenehm empfand. Eine andere Praktikantin aus Deutschland kam damit jedoch weniger gut zurecht und meinte außerdem, dass sie lange gebraucht hatte bis sie Anschluss gefunden hatte, sowohl bei AstraZeneca als auch außerhalb, was ihrer Meinung nach an der „schwedischen Art“ lag. Ich persönlich denke allerdings, dass dies in erster Linie nicht unbedingt an der schwedischen Mentalität liegt, sondern an der Tatsache, dass man sich in einer Großstadt befindet und AstraZenecas Standort in Göteborg mit über 2000 Mitarbeitern enorm und dementsprechend auch einfach etwas unpersönlicher ist. Außerdem kommt man im Praktikumsalltag oft nur spärlich in Kontakt mit Graduierten und anderen Praktikanten (wobei das wahrscheinlich auch stark davon abhängt, in welchem Bereich man genau tätig ist!), die meist bereits in ihren eigenen Gruppen sind und einen als die x-te Praktikantin, welche ohnehin nur für kurze Zeit in der Firma ist, auch nicht unbedingt überschwänglich empfangen (es ist also wirklich zu empfehlen, selbst auf andere zuzugehen statt darauf zu warten dass diese den ersten Schritt machen, denn das wird verständlicherweise kaum passieren). Das muss man sich auf jeden Fall bewusst machen, bevor man möglicherweise etwas vorschnell urteilt. Ich habe die Schweden als sehr freundliches und hilfsbereites Volk kennengelernt –

natürlich nicht selten auch als etwas still und zurückhaltend (ich denke Bescheidenheit und Unaufdringlichkeit ist den Schweden sehr wichtig!), allerdings nicht im Unguten.

Was ich allerdings etwas kritisch sehe, ist dass man vor allem als „Kurzzeit-Praktikant“ kaum die Möglichkeit bekommt, einen Eindruck von dem Standort als Ganzes zu erhalten. Natürlich ist es nicht gerade einfach, Praktikanten einen Überblick über den riesigen Campus zu verschaffen – doch ich musste stets stark nachhaken um von allgemeinen Dingen wie der Existenz einer (leider recht oberflächlichen – aber besser als nichts!) Campustour zu erfahren und mich stark ins Zeug legen, Networking zu betreiben und Leute aus anderen Abteilungen anbetteln, mir ihr Arbeitsumfeld zu zeigen und meine Fragen zu beantworten. Ohne diese vehemente Form der Eigeninitiative bekommt man ansonsten nämlich fast nur die Vorgänge in der eigenen Abteilung mit, was doch etwas schade ist. Anderthalb Wochen vor Praktikumsende wurde ich zwar zu einer Veranstaltung namens „The Learning Journey“ eingeladen, bei welcher Leute aus verschiedenen Departments auf freiwilliger Basis in Gruppen eingeteilt wurden um sich dann über mehrere Monate hinweg regelmäßig zu treffen und einander das jeweils eigene Arbeitsfeld vorzustellen und zu zeigen. Allerdings war eine Teilnahme daran zu dem Zeitpunkt für mich nicht mehr sinnvoll was ich sehr bedauerte, da ich genau solch einen Austausch über die Department-Grenzen hinweg liebend gerne gehabt hätte.

5. Das Praktikum

Mein Forschungsprojekt bei AstraZeneca sollte ursprünglich im Bereich „Cardiovascular Safety“ stattfinden und das Arbeiten mit Herzmuskelzellen umfassen. Kurz vor Praktikumsbeginn wurde mir allerdings mitgeteilt, dass die mir zugewiesene Betreuerin in Mutterschutz gehen würde und der Fokus meines Praktikums somit kurzfristig etwas verschoben werden müsse. So wurde mir dann letzten Endes Bhavik als Betreuer zugewiesen, welcher im verwandten Bereich „Hepatic Safety“ arbeitet. Beide Bereiche sind Untereinheiten des CPSS (Clinical Pharmacology and Safety Science). Bhavik ist ein in vitro Senior Scientist und beschäftigt sich unter anderem mit der automatisierten Kultivierung eines 3D Sphäroid-Modells bezüglich primärer humaner Hepatozyten für effizientere und zuverlässigere Lebertoxizitätstests.

Das erste Projekt, in welchem ich mitgewirkt hatte, umfasste die Beurteilung der Messsicherheit des von Bhavik entwickelten automatisierten Vorgangs für Sphäroid-Modelle. 3D Sphäroid-Modelle sind in-vitro-Systeme mit einer besseren Funktionalität als herkömmliche 2D Monoschicht-Zellkulturen, da diese wie Organe im Körper eine räumliche 3D-Orientierung einnehmen, wodurch die Messbedingungen realistischer und sensitiver sind. Problematisch an der Kultivierung dieser 3D-Modelle ist allerdings die geringe Größe der Sphäroide, der schwierige Umgang, sowie der hohe Zeitaufwand und die Anwender-bedingten Messabweichungen, sodass eine Automatisierung dieses Vorgangs nötig ist um diesen effizienter zu gestalten und zuverlässigere Messergebnisse zu erhalten.

Im darauffolgenden Projekt ging es um die Beurteilung der Eignung des RealTime-Glo™ MT Cell Viability Assays der Firma Promega für im ersten Projekt bereits beschriebene Zellviabilitätsmessungen bei Lebertoxizitätstests. Im Falle einer Eignung könnte man viel effizientere Viabilitätsmessungen durchführen, da der Assay weder toxisch noch lytisch ist und die Zellen somit durch eine Messung nicht zerstört werden würden. Auf diese Weise könnte man dieselben Zellen mehrfach wiederverwenden und so zuverlässigere Vergleiche zwischen den unterschiedlichen eingesetzten lebertoxischen Wirkstoffen ermöglichen, da gewisse Messunsicherheitsfaktoren wie z.B. eine andere Beschaffenheit neuer Zellen nicht mehr ins Gewicht fallen würde.

Ich war sehr zufrieden mit der Praktikumsbetreuung und konnte mich wirklich glücklich schätzen, meinen Betreuer zugewiesen bekommen zu haben. Ich war seine erste zu betreuende Studentin, sodass das Ganze auch für ihn eine ungewohnte Situation war, doch wir gaben einander stets gegenseitig Feedback und es war ein sehr entspannter und respektvoller Umgang. Als Schwede konnte er mir praktischerweise auch viel zur Landeskultur und anderen Aspekten wie etwa dem Bildungssystem etc. erklären.

Der Rest der Kollegen war ebenfalls total nett, witzig und entgegenkommend. Ich wurde auch stets zu fast allen Meetings und Konferenzen mitgenommen. Eine große Überraschung war dabei, dass ich durch eine Videokonferenz mit Leuten des Standorts in Cambridge mitbekam, dass eine andere, mir bekannte LMU-Pharmaziestudentin, zum gleichen Zeitpunkt bei AstraZeneca in England auf Erasmus+ war (ebenfalls aufgrund der Ausschreibung auf der Student und Arbeitsmarkt-Website), mit welcher ich mich dann über die jeweiligen Praktikumserfahrungen austauschen konnte.

6. Fazit

Ich habe meinen Praktikumsaufenthalt wirklich sehr genossen und habe auf jeden Fall einiges dazugelernt. Nicht nur fachlich, sondern auch karrieremäßig. So würde ich zum Beispiel nun auch ein Graduate Programme in Erwägung ziehen, sofern es nicht sofort nach dem Studium mit einer Promotionsstelle klappen sollte. Außerdem habe ich erlebt, was eine ausgewogene Work-Life-Balance bedeutet und wie viel positiven Einfluss diese auf den Arbeitsalltag hat (insbesondere die Fikas und die Automaten mit heißer Schokolade werde ich schmerzlich vermissen!).

Ich kann sehr gut nachvollziehen, weshalb AstraZeneca bereits mehrfach als „Great Place to Work“ ausgezeichnet wurde, und ich könnte mir vorstellen, dort später selbst tätig zu sein, falls die Möglichkeit dazu bestehen sollte. AstraZeneca wäre auch in Zukunft auf jeden Fall bereit, Erasmusstudenten aufzunehmen, und ich kann ein Praktikum dort auf jeden Fall weiterempfehlen!