

„Erasmus +“- Abschlussbericht

PJ-Tertial Chirurgie

Mayo University Hospital, Castlebar, Irland

von Elsa Obermeier

1. Bewerbung

Ich bewarb mich in etwa ein Jahr im Voraus ganz unverbindlich per E-Mail an medstudentsscoordinator@gmail.com für ein PJ-Tertial in der Allgemein Chirurgie. Die zuständige Sekretärin Clodagh Monaghan bat mir daraufhin an, mein Tertial auf die Allgemein Chirurgie und die Orthopädie aufzuteilen, was ich gerne annahm. Innerhalb eines Monats musste ich eine Gebühr von 37,50 Euro pro Praktikumswoche (Für vier Monate insgesamt 600 Euro überweisen). Außerdem wurden ein Empfehlungsschreiben der Universität, ein polizeiliches Führungszeugnis, Nachweise der Impfungen für Mumps, Masern, Röteln, Varizella zoster und Hepatitis B sowie ein MRSA-Abstrich gefordert.

Clodagh antwortete stets schnell und zuverlässig und sandte mir auch eine Liste mit zur Untermiete stehenden Zimmern in Castlebar zu.

2. Vorbereitungen und Anreise

Anreise mit dem Auto:

Ich bin mit meinem eigenen Auto angereist, was sicherlich umständlicher, teurer und langwieriger ist, als mit dem Flugzeug, aber einen eindeutigen Vorteil mit sich bringt: Man hat vor Ort dauerhaft ein Auto, was man bei dem nur mäßig ausgebauten öffentlichen Verkehrssystem in Mayo nicht unterschätzen sollte.

Ich fuhr über Belgien und Frankreich, setzte von Calais nach Dover (ca. 60 Euro) über, durchquerte das Vereinigte Königreich (Einreise mit dem Personalausweis möglich, eventuell Änderungen durch Brexit beachten!) und nahm die Fähre von Holyhead nach Dublin (ca.150 Euro). Für die Fahrt sollte man mindestens zwei bis drei Tage einplanen und bedenken, dass die Fährenpreise je nach Saison und Uhrzeit stark schwanken. Zwischen Holyhead und Dublin können die Fähren bei schlechtem Wetter auch abgesagt werden.

Wenn man sich Fahrstrecke sparen möchte, empfiehlt es sich, die Fähre direkt von Frankreich (Cherbourg-Octeville) nach Dublin zu nehmen.

Maut:

Nicht vergessen: Auf vielen Straßen in England und Irland herrscht Mautpflicht! Meistens handelt es sich um kleine Stationen, an denen man direkt mit Münzen oder Karte bezahlen kann. Es gibt jedoch einzelne Abschnitte (Darford Crossing bei London und M50 bei Dublin), an denen man anhand seines Kennzeichens registriert wird und ohne Aufforderung innerhalb von 24 Stunden den fälligen Betrag online überweisen muss. Unbedingt vorher darüber informieren, es können sonst hohe Strafsummen anfallen!

Das muss mit:

Bei einem Tertian in Irland darf natürlich die Regenausrüstung nicht fehlen: Regenjacke, Regenschirm, wasserdichte Schuhe und am besten auch Regenhose sollten unbedingt mit ins Gepäck! Auch im Sommer sollte man unbedingt dicke Pullis sowie Halstuch oder Schal einpacken, denn am Atlantik weht ein eisiger Wind.

Hat man vor wandern zu gehen, sollte man sich auch überlegen Handschuhe und ein Stirnband mitzunehmen, denn auf den ausgesetzten Gipfeln ist es auch schon ab 800m Höhe eiskalt. Feste Wanderschuhe und eventuell Stöcke sind ebenfalls zu empfehlen: auf dem unebenen und feuchten Moorboden wird man froh darüber sein!

Trotz Kälte, Wolken und Regen sollte man aber auch die Sonnencreme nicht vergessen: Im Sommer ist die Sonneneinstrahlung über Irland sehr intensiv und kann selbst durch die Wolkendecke hindurch Sonnenbrand verursachen.

Die Häuser sind meist schlecht isoliert und kaum geheizt. Wer schnell friert sollte deshalb an einen warmen Schlafanzug und eine Wärmflasche denken. Ich habe sie sogar in den Sommermonaten gebraucht!

Nicht vergessen: In Irland gibt es immer noch britische Steckdosen, deshalb unbedingt Adapter mitnehmen!

3. Unterkunft und Lebenshaltungskosten

Unterkunft:

Mit Hilfe einer Liste von Privathaushalten, in denen Zimmer an Studenten untervermietet werden, fand ich schnell eine Unterkunft. Die meisten berechnen 85 Euro pro Woche für ein möbliertes Zimmer und Mitbenutzung von Bad und Küche. Je nachdem, wo man wohnt, werden noch weitere Zimmer an andere Studenten untervermietet, so dass man ein bisschen Gesellschaft hat. Nicht bei allen Vermietern sind Besucher gerne gesehen: Am besten vorher abklären, ob es in Ordnung ist, dass Besuch kommt. Falls Besucher übernachten, verlangen viele Vermieter einen Mietzuschlag. Wasser, Strom und Internet sind im Preis meist mit inbegriffen.

Essen:

Die Lebenshaltungskosten sind höher als in Deutschland. Die meisten großen Supermärkte wie Tesco und Supervalve sind sehr teuer, es gibt jedoch auch Lidl und Aldi, bei denen sich die Preise kaum von Deutschland unterscheiden. Geht man auswärts essen kommt man selten auf unter 25 Euro pro Person, es gibt jedoch auch günstige Fish and Chips Buden und bodenständige Pubs mit gutem Pub-Food. Dabei sollte man beachten, dass in den Pubs die Küche oft schon um 8 oder 9 Uhr abends schließt.

Handyvertrag:

Da Irland zur EU gehört, fallen weder Roaming-Gebühren, noch zusätzliche Kosten bei Telefonaten und SMS an deutsche Nummern an, weshalb eine irische Sim-Karte eigentlich keine Vorteile bietet. Im Krankenhaus kann man sich zudem ins W-Lan einloggen.

4. Praktikum

Allgemeines

In Irland sind die einzelnen Abteilungen in „Teams“ untergliedert. Jedes Team besteht aus einem Chef, dem Consultant, ein oder zwei erfahrenen Ärzten, den Registrars, Assistenzärzten, den SHOs, und Ärzten im ersten Jahr, den Interns. Die Hierarchie ist sehr starr und die Interns sind meist ausschließlich für die Stationsarbeit zuständig, während die SHOs oft auch mit in den OP dürfen und die Registrars teilweise auch alleine operieren dürfen.

Generell unterscheidet sich der Status eines Studenten im letzten Jahr in Irland sehr von dem in Deutschland. Wie im gesamten angloamerikanischen Raum arbeitet man sehr wenig selbstständig und darf kaum praktische Tätigkeiten übernehmen. Dafür werden häufig Kurse und Teachings angeboten, an denen die Studenten teilnehmen können.

Allgemeinchirurgie:

Bei der morgendlichen Visite fühlt man sich meistens wie bei einer Völkerwanderung: Das gesamte Team inklusive Studenten und Krankenschwestern ist unterwegs, um die auf unterschiedlichen Stationen liegenden Patienten zu sehen. Oft ist es nicht ganz leicht, die letzten Visitenbesprechungen zu verstehen, wenn man in letzter Reihe steht. Je nachdem mit welchen Ärzten man unterwegs ist, werden den Studenten aber oft noch separat Details zum Patienten erklärt und ihnen Fragen zu den Fällen und Krankheitsbildern gestellt.

Anschließend ist das Team je nach Wochentag in einer anderen Funktion eingeteilt: OP, Endoskopie, Ambulanz oder Minor OPs (kleinere ambulante chirurgische Eingriffe). Nach den Tagen, an denen das eigene Team Hintergrunddienst hat, ist man jeweils nochmal im OP eingeteilt.

Im OP steht man leider meistens nur daneben und beobachtet. Je nach Chef darf man sich manchmal auch einwaschen und Haken halten. An OPs fallen vor allem kleinere Eingriffe wie Appendektomien, Cholezystektomien und Hernien-OPs an. In der Ambulanz begleitet man die Ärzte zu ihren Patientengesprächen. Teilweise darf man die Patienten mit untersuchen. Im Anschluss ist oft noch Zeit, um Fragen zu stellen und die Patienten mit dem Arzt zu besprechen. Bei den Minor OPs darf man oft assistieren, nicht jedoch selbstständig arbeiten.

Viele Consultants arbeiten nebenher noch einmal pro Woche in Privatkliniken, in die man sie begleiten darf. Mein Consultant war beispielsweise zusätzlich in der Symptomatic Breast Clinic in Galway tätig. Es empfiehlt sich auf jeden Fall mitzugehen, da man oft spannende Krankheitsbilder sieht und oft auch mehr praktisch machen darf als im Mayo University Hospital.

Orthopädie und Unfallchirurgie:

Der Alltag in der Orthopädie gliedert sich ähnlich wie in der Allgemeinchirurgie, aber es wird wesentlich mehr Hand angelegt: Als Student darf man fast immer mit in den Tisch und mithelfen. Insgesamt hat mir die Stimmung im Team deutlich besser gefallen und auch in den Ambulanzen wurde man mehr einbezogen und durfte mehr selbstständig untersuchen. Die Orthopädie am Mayo University Hospital ist dabei gleichzeitig die Unfallchirurgie, so dass alle Traumata hier versorgt werden und man viele spannende Fälle sieht.

Arbeitszeiten und Mittagessen:

Die normalen Arbeitszeiten für die Internes sind von 8.00 bis 18.30 Uhr. In der Notaufnahme durfte ich als Studentin aber immer bereits früher gehen. In der Médecine interne bin ich meist bis 18.30 Uhr geblieben, um

nicht die Aufnahmen und Eingriffe zu verpassen. Dafür konnte ich jedoch im Ausgleich auch einige Urlaubstage nehmen.

Zu Mittag essen kann man als Student kostenlos im sogenannten „Internat“ oberhalb des Krankenhauses. Dort trifft man dann auch unausweichlich irgendwann auf die anderen deutschen PJ-Studenten!

5. Kulturelle und gesellschaftliche Unterschiede

Sprache:

Zwar sind im ursprünglichen Westen von Irland alle Schilder zweisprachig gehalten, aber Englisch ist dennoch überall unbestrittene Umgangssprache. Nur wenige Iren können noch Gälisch sprechen und im Alltag wird es so gut wie gar nicht mehr verwendet. Trotzdem sind viele Iren stolz auf ihre eigene Sprache und freuen sich, wenn man als Ausländer Interesse daran zeigt und einige Wörter versteht.

Natürlich hat man trotzdem am Anfang ein wenig mit dem medizinischen Englisch zu kämpfen: Vor allem die unzähligen Abkürzungen muss man sich erst einmal einprägen, um sich in dem Dschungel zurecht zu finden. Trotzdem versteht man passiv jedoch das meiste und kann sich den Rest oft erschließen.

Nationale Identität:

Die Erklärung der Irischen Unabhängigkeit liegt noch keine 100 Jahre zurück und das macht sich auch im Nationalbewusstsein bemerkbar. Irland wirkt zu großen Teilen unglaublich „britisch“: Der Linksverkehr, die „Afternoon Tea“-Kultur, die Vorliebe für Fish and Chips und nicht zuletzt das irische Gesundheitssystem, das dem NHS erstaunlich nahekommt, lassen einen Irland unwillkürlich dem Vereinigtem Königreich zuordnen. Aber die Wunden der jahrhundertelangen Vorherrschaft sitzen tief und das Nationalbewusstsein wird dadurch umso größer. Das merkt man vielleicht nirgends in der Republik mehr als im County Mayo, dem ländlichsten Bezirk im spärlich besiedelten Westen des Landes, der am härtesten unter der großen Hungersnot im 19. Jahrhundert, in Irland „the great famine“ genannt, gelitten hat.

Am präsentesten ist der Konflikt jedoch nach wie vor in Nordirland, wo durch den Brexit nochmals erneut Öl ins Feuer gegossen wurde. Bei politischen Führungen in Belfast und in einer interessanten Ausstellung in der City Hall lassen sich die Konflikte und Auseinandersetzungen zwischen den Nationalisten und den Unionisten einprägsam nachvollziehen.

6. Freizeit

Die Wochenenden sollte man auf jeden Fall nutzen, um die Umgebung zu erkunden – soweit es das wechselhafte irische Wetter zulässt. Am besten ist es, wenn man hierfür ein Auto zur Verfügung hat. Wer nicht mit dem eigenen Auto nach Irland fahren möchte, kann sich jedoch auch in Castlebar ein Auto mieten.

Mit Bus und Zug lassen sich außerdem die Studentenstadt Galway und das malerische, direkt an der Küste gelegene Westport gut erreichen.

Der wilde Westen von Irland hat jedoch vor allem wunderschöne Landschaften mit weiten einsamen Mooren und rauen Steilklippen an der Küste zu bieten. Wenn das Wetter mitspielt, kann man in Mayo sehr gut wandern gehen, allerdings gibt es nur selten ausgeschilderte oder markierte Wege und oft muss man weglos gehen. Hierfür empfiehlt sich der deutschsprachige Wanderführer von Rother, der einem mit groben Übersichtskarten und ausführlichen Beschreibungen das Finden des Weges erleichtert. Detailliertere Karten für größere Touren kauft man am Besten vor Ort. Zu den schönsten Ausflugszielen in der Nähe von Castlebar zählen meiner Meinung nach:

- Achill Island: Größte irische Insel, die über eine Brücke mit dem Festland verbunden ist und mit spektakulären Klippen und wunderschönen Sandstränden aufwartet.
- Croagh Patrick: Berühmtester Pilgerberg Irlands, von dem aus sich bei gutem Wetter ein wunderschöner Blick über die Küste vor Westport bietet. Vorsicht: Am Wochenende oft überlaufen!
- Clare Island: Einsame Insel, auf der man eine schöne Rundwanderung machen kann.
- Connemara National Park : Wunderschöner Nationalpark mit vielen Wandermöglichkeiten, dem einzigen Fjord Irlands und einer der berühmtesten Abteien: Kylemore Abbey.

Ballycroy National Park: Einsamer Nationalpark mit kleineren Rundwegen (z.B. Letterkeen Loop Walk) und dem alten Handelsweg „Bangor Trail“.

- Mount Gable: Aussichtsberg bei Clonbur mit Blick über den Lough Mask.
- Cong: Kleiner idyllischer Ort mit Überresten eines alten Klosters und dem am See gelegenen Ashford Castle.

7. Fazit

Irland ist ein wunderschönes Land, das landschaftlich viel zu bieten hat. Die neuere Geschichte ist spannend, aber auch sehr spannungsreich, so dass mir mein Aufenthalt interessante Einblicke ermöglicht hat, die ich als Tourist wohl nicht bekommen hätte. Leider war die Ausbildung im Krankenhaus für mich persönlich jedoch zu wenig praxisorientiert und ich hätte mir gewünscht mehr am Stationsalltag teilnehmen zu können. Trotzdem konnte ich in der Zeit am Mayo University Hospital mein fachliches Englisch verbessern und einen Einblick in das irische Gesundheitssystem gewinnen. Ich würde jedoch empfehlen, lieber nur ein halbes Terial in Irland zu absolvieren. Für alle, die gerne mehr selbst machen wollen ist die Orthopädie/Unfallchirurgie eindeutig besser geeignet als die Allgemein Chirurgie!