

## Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg Erfahrungsbericht Auslandsaufenthalt

Die Erfahrungsberichte werden von Studierenden verfasst und spiegeln nicht die Meinung der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg wider.

Persönliche Angaben	
Name, Vorname:	Mihatsch, Patrick
Studiengang an der FAU:	Medizin
Art des Aufenthaltes:	PJ
Gasteinrichtung:	Geriatrische Klinik St. Gallen AG
Gastland:	Schweiz
Aufenthaltszeitraum (WS, SS oder Jahr):	04.09.2017 – 24.12.2017 (WS2017/2018)

### 1. Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung)

Da sich die Schweiz als Zielland für PJ-Tertiale im Ausland großer Beliebtheit erfreut, ist ein frühzeitiges Bemühen um eine Unterassistentenarztstelle unerlässlich. Ich habe mich im Januar 2016, d.h. ca. 1,5 Jahre im Voraus beworben. Generell empfiehlt es sich bei geplantem Auslandstertial mindestens zwei Semester im Voraus bei den infrage kommenden Kliniken zu melden. Gelegentlich werden jedoch auch kurzfristig Stellen frei, i.d.R. an kleineren peripheren Spitälern.

Neben der Bewerbung an sich gibt es noch weitere Aspekte (Versicherung, Konto) zu organisieren. Dies kann jedoch kurzfristig, d.h. wenige Monate vor Antritt des Schweiz-Aufenthalts geschehen. U.a. sollte man sich bei seiner Krankenversicherung eine Bestätigung über den Versicherungsschutz im Ausland einholen. Des Weiteren stellt sich die Frage, ob für die viermonatige Dauer des Aufenthalts ein Konto in der Schweiz eröffnet werden muss. Viele Spitäler bieten inzwischen die Barauszahlung des Monatsgehalts an, sodass ein Konto nicht zwingend nötig ist. Andernfalls ist beispielsweise die PostFinance empfehlenswert. Vor Umzug sollte zudem an einen Sortenwechsel gedacht werden! Ich bin damals mit ca. 800,- CHF Bargeld „als Puffer“ für den ersten Monat in die Schweiz umgezogen. Dies war locker ausreichend.

### 2. Anreise, Visum, Anmeldeformalitäten vor Ort

Wer länger als 90 Tage in der Schweiz lebt und arbeitet, muss sich zeitnah nach Umzug in die Schweiz beim Migrationsamt der jeweiligen Stadt melden, welches dann die sogenannte „Zusicherung der Aufenthaltsbewilligung EU/EFTA“ zum Preis von 66,- CHF ausstellt. Die Geriatrische Klinik St. Gallen hatte in meinem Fall freundlicherweise die Organisation bereits in die Wege geleitet, sodass ich an meinem ersten Arbeitstag nur noch mit meinem Antrag und meinem Arbeitsvertrag in das Migrationsamt gehen musste. Am besten, man erkundigt sich im Vorfeld bei der jeweiligen Klinik, wie genau die Modalitäten vor Ort sind.

Ein Auto ist sicherlich sehr empfehlenswert für das Leben in St. Gallen, da die Ostschweiz eher ländlich geprägt ist. Die Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln (Zug, Flixbus) ist zwar gut möglich, aber deutlich zeitaufwendiger. Der am nächsten gelegenen Flughafen ist der Airport Zürich. Ich selbst hatte kein eigenes Auto, dafür jedoch in der Nähe wohnende Verwandte vor Ort.

### 3. Unterkunft (Wohnheim, privat)

Ich konnte für Schweizer Verhältnisse extrem günstige 370,- CHF/Monat im Personalwohnheim der Klinik leben. Dieses liegt ca. 30 Sekunden Fußweg vom Spital entfernt, relativ zentral auf dem eigenen kleinen Campus des Spitals. Die Organisation war denkbar einfach per E-Mail im Vorfeld erledigt. Das Personalwohnheim ist zwar nicht luxuriös, für vier Monate jedoch in Ordnung. Jeder Mitbewohner bekommt ein eigenes ca. 12 m<sup>2</sup> großes Zimmer. Des Weiteren stehen eine Gemeinschaftsküche sowie zwei Gemeinschaftsbäder/-WCs zur Verfügung. Diese teilt man sich unter den insgesamt max. 9 Bewohnern des Personalwohnheimes.

### 4. Beschreibung der Tätigkeit

Ich habe mein PJ-Tertial Innere Medizin an der Geriatrischen Klinik St. Gallen absolviert. Die Klinik hat insgesamt 88 Betten verteilt auf 3 Stationen. Als Unterassistentenarzt ist man hierbei die gesamten vier Monate über auf einer Station eingeteilt. Dies ist sehr gut, da man somit nur einmal eingearbeitet werden muss (jede Station hat ihr eigenes fixes interdisziplinäres Team). Eng an die Klinik angebunden sind das benachbarte Kantonsspital St. Gallen sowie mehrere Pflegeheime. Dies ermöglicht es einem, den Weg der Patienten über mehrere Wochen mitzuverfolgen - von der Akutdiagnostik bis hin zur Anschlussplanung (Rückkehr nach Hause? Umzug in ein Pflegeheim?). Das Arbeiten in einer Klinik mit geriatrischem Schwerpunkt ist sicher sehr reizvoll und lehrreich: in einem interdisziplinären Team bestehend aus Ärzten, Pflegekräften, Ergotherapeuten, Physiotherapeuten, Psychologen und Sozialdienst darf man aktiv an der multimodalen Therapie alter und ältester Patienten mitwirken. Bei diesem Patientenkollektiv sind viele Besonderheiten zu beachten: durch das Vorliegen mehrerer Vorerkrankungen (Multimorbidität) und die damit einhergehende Polypharmazie (Therapie mit einer Vielzahl verschiedener Medikamente) sind die Therapieoptionen oft erschwert. Es war eine wichtige Erfahrung für mich zu lernen, „dass weniger manchmal mehr ist“. Nicht jeder Patient profitiert von der Ausschöpfung sämtlicher diagnostischer und therapeutischer Möglichkeiten. Des Weiteren hat mir meine Zeit in der Geriatrie einen wertvollen Einblick in die Palliativmedizin und Sterbebegleitung gegeben – eine meiner Meinung nach wichtige Erfahrung für jeden Mediziner!

Sehr positiv fand ich persönlich den großen Stellenwert, der Fortbildung beigemessen wird. Jeden Dienstag findet eine 30-minütige Fortbildung statt, deren Teilnahme mit einer Urkunde und einem Fortbildungspunkt belohnt wird. Wer vorhat, den Facharzt für Innere Medizin in der Schweiz zu erwerben, kann hier bereits fleißig Punkte sammeln. Des Weiteren fand jeden Donnerstag eine 45-minütige interdisziplinäre Fortbildung am Kantonsspital St. Gallen sowie jeden Freitag ein Journal Club statt. Daneben gab es flexibel weitere Fortbildungen beider Spitäler, die ich je nach eigenem Interesse besuchen durfte.

### 5. Betreuung an der Gasteinrichtung

Nach anfänglicher Einarbeitung durfte ich während der zweiten Tertialhälfte bis zu 10 eigene Patienten eigenverantwortlich auf meiner Seite der Station betreuen – von Eintritt über das tägliche Visitieren bis hin zum Austritt. Hierbei hatte ich stets ein ausgezeichnetes Team bestehend aus einem Oberarzt, zwei Assistenzärzten und zahlreichen Pflegekräften um mich, die mich sehr gut unterstützt haben. Die größere Verantwortung im PJ in der Schweiz ist sicher manchmal stressig und anspruchsvoll. Dafür ist der Lerneffekt umso größer: man lernt eigenverantwortliches Handeln, was den Einstieg in den Arztberuf erleichtert.

### 6. Ausstattung der Gasteinrichtung

Während meiner gesamten Zeit an der Geriatrischen Klinik St. Gallen hatte ich einen eigenen Schreibtisch samt Computer im Arztzimmer zur Verfügung. Auf jeder Station gibt es einige Lehrbücher, allerdings hatte ich meist zusätzlich meine eigenen Bücher (Herold, ...) dabei. Von der Klinik bekam ich außerdem ein Lehrbuch für Geriatrie geschenkt.

## 7. Alltag und Freizeit (Sehenswertes, Kulinarisches, Geld-Abheben, Handy, Jobs)

Die Schweiz bietet ausgezeichnete Möglichkeiten der Freizeitgestaltung. Hierbei ist zu jeder Jahreszeit etwas geboten: im Sommer laden sowohl der Bodensee als auch die Berge (Säntis, Hoher Kasten, ...) zum Sport im Freien ein, im Winter kommen Wintersportler auf ihre Kosten.

St. Gallen ist eine Stadt mit ca. 75.000 Einwohnern, in der man sich schnell zurechtfindet und in der man die meisten Wege gut zu Fuß zurücklegen kann. Die Innenstadt lockt mit mehreren Museen, Parks und Restaurants. Im berühmten „Bermuda-Dreieck“ finden sich zahlreiche Bars, Clubs und Diskotheken. Ich hatte das große Glück in meinen Kollegen auch gute Freunde zu finden, sodass wir uns jede Woche ca. 2 Mal nach der Arbeit getroffen haben.

Im Personalwohnheim der Geriatrischen Klinik findet sich ein Fitnessstudio, welches für 70,- CHF/Quartal genutzt werden kann. Dies ist ein äußerst fairer Preis für die Schweiz und bietet eine unkomplizierte Möglichkeit zum Sporttreiben nach der Arbeit.

Da die Schweiz nicht zur EU zählt, ist es ratsam das „Roaming“ am Handy zu deaktivieren. Eine günstige Möglichkeit der mobilen Erreichbarkeit sind Prepaid-Karten von ALDI Suisse. Ansonsten gibt es für Mitarbeiter kostenfrei nutzbares WLAN auf dem gesamten Campus der Geriatrischen Klinik.

## 8. Finanzielles (Lebenshaltungskosten, Stipendien)

Die Vergütung der Unterassistentenärztstätigkeit betrug in meinem Fall 1.123,- CHF/Monat. Je nach Spital und Kanton kann dies jedoch deutlich variieren. Ein Zusatzverdienst durch Überstunden/Zusatzdienste ist an der Geriatrischen Klinik St. Gallen für „UHUs“ nicht möglich.

Die Lebenshaltungskosten in der Schweiz sind bekanntlich teurer als in Deutschland, man muss ca. mit dem 1,5- bis 2-Fachen rechnen. Empfehlenswert ist der Einkauf bei ALDI Suisse oder LIDL, die Schweizer Supermarktketten (Migro, Coop) sind deutlich teurer.

Für meinen Aufenthalt in der Schweiz habe ich zudem ein Reisekostenstipendium i.H.v. 400,- € aus Mitteln des „Fonds Hochschule International“ (Bayerisches Staatsministerium) erhalten.

## 9. Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Ehrlich gesagt gab es nicht „die eine“ positive Erfahrung. Vielmehr würde ich meine gesamte Zeit in St. Gallen als sehr schön und lehrreich bewerten. Wertvolle Erfahrungen waren der Einblick in ein anderes Gesundheitssystem sowie das Kennenlernen der Arbeitsbedingungen im medizinischen Bereich in der Schweiz. Im Gegensatz zum PJ in manchen deutschen Kliniken/Abteilungen ist man nicht einfach nur „der Studierende“, der hauptsächlich für Blutentnahmen sowie das Legen von Venenverweilkanülen zuständig ist. Stattdessen war ich ab Tag 1 ein vollwertiges, integriertes Teammitglied, dessen Input und Arbeit stets geschätzt wurde.

Meine einzige Negativerfahrung hat nichts mit Medizin zu tun: da das Personalwohnheim der Klinik (bekanntermaßen) etwas in die Jahre gekommen ist, sind die Wohnbedingungen nicht ideal. Aufgrund schlechter Isolation bildete sich an der Außenwand meines Zimmers Schimmel, sodass ich zwei Wochen vor Abreise aus der Schweiz zum Umzug in das benachbarte Zimmer gezwungen war. Das Problem ist der Klinik jedoch bekannt, hier will man in Zukunft nachbessern (wie mir beim Abschlussgespräch versichert wurde).

## 10. Wichtige Kontakte und Links

► [eldina.hadziavdic@geriatrie-sg.ch](mailto:eldina.hadziavdic@geriatrie-sg.ch)

Wer an einer Unterassistentenarztstelle an der Geriatrischen Klinik St. Gallen interessiert ist, findet in Frau Hadziavdic die richtige Ansprechpartnerin für sämtliche organisatorische

Fragen. Meine Fragen/Probleme wurden stets sehr ernst genommen sowie schnell, freundlich und gewissenhaft beantwortet.

► <https://www.pj-ranking.de/>

Dies ist generell eine sehr empfehlenswerte Plattform für PJ-Studierende. Für nahezu jede Klinik weltweit finden sich Erfahrungsberichte unserer Kollegen/innen, sodass man sich schnell ein Bild zu den Arbeitsbedingungen und zur Qualität der Lehre eines Krankenhauses machen kann.