

**Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg**  
**Erfahrungsbericht Auslandspraktikum & Abschluss-/Studienarbeit**

Persönliche Angaben	
Name, Vorname:	Hoffmann, Julia
Studiengang an der FAU:	Humanmedizin
E-Mail:	Jule.und.strolchi@gmx.de
Gasteinrichtung:	Clinic Nepal Meghauri
Gastland:	Nepal
Art des Aufenthaltes (z.B. Praktikum)	Famulatur
Aufenthaltszeitraum (WS, SS oder Jahr):	21.02.16 bis 04.04.16

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

Die Anmeldung erfolgte für uns relativ Zwanglos mit einer Email an Herrn Bandhary, der uns um einen Lebenslauf, ein Motivationsschreiben und eine offizielle Bewerbung gebeten hat, alles via mail.

In dieser Hinsicht ward er Organisationsaufwand sehr gering.

Allerdings gibt es dafür sehr viel anderes zu erledigen, bevor man nach Nepal reisen darf:

Impfungen vorher sind essentiell und erfordern u.U mehrere Wochen Vorlaufzeit: HepB und A, Typhus, Tollwut, Japanische Enzephalitis in der Sommerzeit, Cholera, sowie die Grundimpfungen Tetanus-Pertussis-Diphtherie-Polio. Und eine Malariaprophylaxe mitnehmen.

Infos hierzu:

[http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/Nodes/NepalSicherheit\\_node.html#doc393704bodyText6](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/Nodes/NepalSicherheit_node.html#doc393704bodyText6)

Wichtig: vorher bei der Kasse fragen, was übernommen wird! Impfstoffe sind echt teuer!

Auch sollte man sich über Einreisebestimmungen, Bordgepäckbestimmungen und Flug rechtzeitig informieren.

Was man unbedingt mitnehmen sollte sind Medizinische Kleidung, diese wird nicht gestellt und Handschuhe, darüber freut sich die Clinic sehr, sie haben nämlich immer Knappheit.

### 2. Anreise (Flug, Bahn), Visum, Anmeldeformalitäten vor Ort

Das Visum für Nepal kostet für 90 Tage 105€ inkl Bearbeitungsgebühr, wobei bei unserer Tätigkeit und Aufenthaltsdauer ein Touristenvisum völlig ausreicht.

Es sollte mindestens 1-2 Monate vorher bei einem Honorargeneralkonsulat der Republik Nepal (z.B in München) beantragt werden, genaue Informationen, was alles mitgeschickt (!) werden muss, wie Original-Reisepass (keine Kopie, den Reisepass, hab ich zuerst falsch gemacht! =), am besten per Einschreiben.), findet ihr auf der Homepage des Konsulats:

<http://www.nepalkonsulat-muenchen.de/>

Die Anreise erfolgt per Flugzeug und liegt preislich bei rechtzeitiger Buchung bei etwa 650€ hin und zurück. Wir sind von Nürnberg aus geflogen und einmal in Istanbul umgestiegen, am besten bucht man trotz Vergünstigungen bei Internetreisebüros besser bei der Airline selbst, in unserem Fall TurkishAirline aber auch FlyDubai, wir hatten da von Nepal mit dem Rückflug einigen Ärger...

Vor Ort bewegt man sich per Taxi (immer gut handeln, die Preise sind zum Teil doppelt so hoch, wenn Touristen danach fragen) oder nach Meghauri per Fernbus, der sehr günstig ist, aber u.U. viiiiiiiel Verspätung hat.

Vom Flughafen wurden wir aber abgeholt von Familienmitgliedern von Hari Bandhary, die einem auch sonst bei allen organisatorischen Dingen, wie Busticket, SimCard oder was auch immer kaufen helfen und über alles Auskunft geben.

### **3. Unterkunft (Wohnheim, privat)**

In Kathmandu haben wir im privaten Haus/gleichzeitig Hostel von Sirjana und Hari Bandhary gewohnt, in Meghauri ist man in den Familien von Haris Geschwistern untergebracht. Wir durften in Bishnu Lehmhütte wohnen, was sehr zu empfehlen ist, sie ist sehr sehr nett und es ist dort viel schöner (unserer Ansicht nach) als in Rams Haus. Dort wohnen die meisten Volunteers oder Praktikanten, weil es mit mehr westlichen Standards eingerichtet ist.

Die Familien berechnen einem 1000 NR pro Tag, was etwa 9Euro entspricht, das beinhaltet aber Vollverpflegung und Wohnen, ist also sehr günstig. Es ist alles super organisiert, sauber, das Essen lecker, vegetarier oder Veganer zu sein ist dort auch kein Problem, sie nehmen auf alles Rücksicht, wenn man es sagt.

Trotz Vollverpflegung freuen sich alle natürlich, wenn man im Haushalt etwas hilft, auch wenn sie es einem am Anfang aus lauter Höflichkeit nicht erlauben. =)

### **4. Praktikum (Beschreibung der Tätigkeit)**

Die Organisation Clinic Nepal betreibt eine kostenlose Friendship Clinic (von den Dimensionen am ehesten mit einem MVZ mit Allgemeinmedizinischer Versorgung vergleichbar), wo wir nachmittags und Samstags gearbeitet haben, sowie einen kostenlosen Kindergarten, wo wir am Vormittag mitgeholfen haben.

Die Arbeit in der Klinik besteht vorwiegend aus Patientenaufnahmen und gestaltet sich durch die Sprachbarriere zT etwas schwierig und eher passiv, da der Arzt übersetzen muss.

Was wir selbstständig durchführen konnten waren Wundversorgung und Verbandswechsel, bei ambulanten Eingriffen des Augen/Zahnarztes konnten wir auch assistieren.

Darüberhinaus haben wir ein Maximalversorgungs-Krankenhaus in Bahratpur sowie ein Lehrkrankenhaus in Kathmandu besucht und einige Tage im von der Organisation betriebenen Kinderheim in Daldale verbracht.

Auch werden immer wieder Health-Camps in abgelegenen Teilen des Landes mit schlechter medizinischer Versorgung veranstaltet, wo man sehr viele Patienten an einem Tag untersucht, meist zu einer bestimmten Krankheitssparte, wie kardiovaskulär/orthopädisch etc. Hier ist man als Praktikant auch dabei, Blutdruck messen, körperliche Untersuchung, EKG-Auswertung, Sono, überall kann darf man mitmachen.

### **5. Betreuung an der Gasteinrichtung**

Das Praktikum in der Klinik, das muss man ganz vorneweg sagen, ist rein medizinisch vielleicht nicht sooooo informativ, wie in einem hiesigen Krankenhaus,

wegen der Sprachbarriere und der zT schwierigen Infrastruktur im Land, da kommt manchmal ein Arzt nicht durch zur Klinik, weil es kein Benzin gibt .

Man muss viel Eigeninitiative und Geduld haben, denn die Ärzte lassen einen zwar viel machen, man muss aber danach fragen.

Aber wenn man sich Mühe gibt und interessiert ist, wird einem viel gezeigt, die Medizinischen Assistenten zeigen einem viel handwerkliches und die Ärzte beziehen einen mit Fragen immer wieder in die Untersuchungen und Anamnese mit ein.

## **6. Ausstattung der Gasteinrichtung (eigener Arbeitsplatz, Kantine)**

Es gibt neben der Allgemeinmedizinischen Sprechstunde eine kleine Chirurgie-Einheit, wo wir Wunden ambulant versorgen durften, sowie Labor, Röntgen, Physiotherapie.

Regelmäßig werden auch Sprechstunden von Augen-, Haut- und Zahnärzten und eben auch HealthCamps angeboten, wo man sehr gerne viele Fragen stellen und mithelfen kann (aktiv nachfragen!).

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

Nepal ist ein wunderschönes Land und man kann es nicht in 5 Sätzen beschreiben, man muss es selber erleben.

Sehenswürdigkeiten gibt es viele und man hat in Kathmandu aber auch von Meghauli aus immer wieder die Möglichkeit viele Kulturkleinodien, wie Tempel, alte Paläste und Märkte zu entdecken.

Nepals Natur ist alles andere als geschützt, aber trotz der u.U massiven Verschmutzung unglaublich schön und immer noch sehr wild: wir konnten in Meghauli mehrere Wanderungen durch den Dschungel und den Royal Chitwan Nationalpark unternehmen, das kostet zwar Geld, lohnt sich aber total, da die Führer viel Leidenschaft und Fachwissen haben.

Auch eine mehrtägige Trekkingtour durch den Himalaya von Pokhara oder Kathmandu aus ist definitiv etwas, was man mit einplanen sollte. Wir haben dort wahnsinnige Ausblicke erlebt und total witzige liebe Menschen kennengelernt.

Das Essen ist super, DhalBad ist das Dauergericht (Linsensoße mit Reis und Gemüse), aber man lernt es lieben und es hat die sonderbare Eigenschaft, dass es auch nach 6 Wochen immer noch gut und jedesmal anders schmeckt, je nach dem wo man es isst!

Wenn man sich an die Ratschläge der Gastfamilien hält und nichts rohes ungewaschen oder von Straßenverkäufern verzehrt und nur abgekochtes Wasser trinkt, ist man auch vor Verdauungsbeschwerden sicher.

Zum Geldabheben sollte man unbedingt mindestens eine VisaCard zB von der DKB vorher beantragen und mitnehmen, bei einigen Geldautomaten ist das Abheben kostenlos (standard chartered?) an anderen wie der NabilBank kann auch größere Summen auf einmal abheben. Ab und zu funktioniert aber der Automat nicht, so dass man immer genug Bares für den Notfall dabei haben sollte.

Auch von Deutschland aus sollte man sich Euros mitnehmen, vllt so 2-300 Euro, die man in Kathmandu problemlos umtauschen lassen kann, für den Anfang und falls das Abheben nicht klappt.

Wlan gibt es in Haris und Rams Haus, das ist aber recht langsam zuweilen, Skype geht aber in Kathmandu ganz gut. Eine nepalesische Simcard ist auf jeden Fall wichtig, damit man mit den Betreuern kommunizieren kann, wenn

man etwas braucht. Mit der Balance kann man auch relativ günstig nach Deutschland telefonieren, je nach Anbieter.

#### **8. Finanzielles (Lebenshaltungskosten, Stipendien)**

Man muss das Wohn- und Essensgeld mit jeweils 1000Nr pro Tag mit einbeziehen, sowie Fahrtkosten und Eintrittspreise von Sehenswürdigkeiten und was man sich sonst noch Alles in allem habe ich c.a 1800 ausgegeben, mit Flug.

#### **9. Interkulturelles (Was ist z.B. beim Umgang mit Kollegen im Gastland zu beachten?)**

Die Nepalesen sind allesamt sehr höflich, bescheiden und zuvorkommend, was man am besten auch ist, sonst kann schon mal über einen hinter dem Rücken gelästert werden (das ist uns Gottseidank nur im positiven Sinne passiert.).

Die Privatshpäre der Patienten ist allgemein sehr gering, immer stehen mindestens 4 Leute mit im Zimmer und schauen über die Schulter. Wir haben uns bemüht, das nicht noch zusätzlich zu verschlimmern und allen Patienten, Angehörigen, Ärzten und den Leuten die wir privat getroffen haben mit Respekt zu begegnen, aber das versteht sich ja von selbst.

Ab und zu wird man in den größeren Städten angequatscht ob man nicht etwas Geld hat oder nicht diese oder jenes kaufen will, aber ein höfliches aber bestimmtes Nein-Danke reicht meist aus, die Leute los zu werden.

#### **10. Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)**

Alles in allem lohnt sich das Praktikum aus 1000 Gründen sehr, man hat viele spannende Erlebnisse und nimmt viele neue Eindrücke medizinischer, sozialeversorgungs- und technischer und kultureller Art mit nach Hause.

Die schönsten Erfahrungen waren die Gespräche und Aktivitäten mit unserem Betreuern und den Gastfamilien sowie den Freunden, die wir vor Ort kennengelernt haben. Die Leute, die wir dort getroffen haben, sind durch die Bank lieb und engagiert und kümmern sich rührend um einen.

Schade war, dass wir uns angesichts der Armut vieler Leute oft hilflos gefühlt haben, aber nicht viel zur Verbesserung von deren Lebensumständen tun konnten.

Deswegen sind Organisationen wie Hari Bandharys Verein umso wichtiger, dass die Leute die Möglichkeit haben, sich selbst zu helfen und irgendwann nicht mehr unter Krankheit und Armut leiden müssen.

#### **11. Wichtige Ansprechpartner und Links**

Bei Interesse schreibt Hari eine Email:

**haribhandary@hotmail.com**

oder besucht ihn auf Facebook:

<https://www.facebook.com/Clinic-Nepal-466717603339757/?fref=ts>

Webseite eines Fördervereins, für Infos und Eindrücke:

<http://www.clinicnepal.de/>

Nützliche Links:

<http://www.nepalkonsulat-muenchen.de/>

[http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-  
http://www.nepal.de/Reiseinformationen/](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-<br/>http://www.nepal.de/Reiseinformationen/)

Ein Reiseführer bietet sich auch an, am besten über das Kathmandutal und oder ganz Nepal, das schmökern vorher macht schon viel Spaß, und ein Nepalesischwörterbuch, zB vom Kauderwelschverlag ist echt hilfreich!