

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

Persönliche Angaben	
Name, Vorname:	Schnellhardt, Sören
Studiengang an der FAU:	Humanmedizin
E-Mail:	soeren.schnellhardt@fau.de
Gasteinrichtung:	Manipal Teaching Hospital Pokhara
Gastland:	Nepal
Art des Aufenthaltes (z.B. Praktikum)	Famulatur
Aufenthaltszeitraum (WS, SS oder Jahr):	Februar-April 2016

1. Vorbereitung

Den ersten Gedanken an eine Famulatur in Nepal hatte ich bereits Anfang 2015, verwarf diesen jedoch zunächst nach dem Erdbeben im Frühjahr. Im Sommer fand ich dann die Website der Nepal German Medical Education Cooperation von Madan und Sushil Poudel, auf der es bereits viele Erfahrungsberichte, auch aus der Zeit nach dem Erdbeben, gab. Diese Organisation übernimmt den Kontakt zu den Krankenhäusern, bringt die ausländischen Studenten gemeinsam im Hotel ABC in Pokhara unter und sorgt für den Transport dorthin, steht vor Ort als Ansprechpartner zur Verfügung und organisiert während der Zeit in Nepal auch immer wieder Ausflüge und Health Camps. Das Ganze kostet allerdings 100€ als Organisationsgebühr. Meine Bewerbung für eine Famulatur in der inneren Medizin in Pokhara gab ich dann kurzfristig im November 2015 ab und bekam dann auch recht schnell die Zusage. Der Email Kontakt nach Nepal kann dabei etwas unregelmäßig sein und es kann durchaus mal 2 Wochen dauern bis man eine Antwort bekommt. Davon nicht verunsichern lassen.

Zu den wichtigsten Vorbereitungen gehörten dann sicherlich die Impfungen, mit denen man rechtzeitig beginnen sollte. Ich ließ mich gegen Hepatitis A und B, Typhus, Cholera, Tollwut und Meningokokken impfen. Besonders die Tollwut Impfungen sind mit 180€ teuer, werden aber von einigen Krankenkassen größtenteils übernommen. Da es in Nepal sehr viele Straßenhunde gibt, die in der Regel aber nicht aggressiv sind, war ich schon froh die Impfung zu haben. Medikamente zur Malariaphylaxe braucht man wenn überhaupt nur bei Besuch des Chitwan National Parks im Süden des Landes und kann man auch vor Ort kaufen. Meiner Meinung nach sind Insektenrepellents ausreichend.

2. Anreise

Die Anreise nach Pokhara erfolgt in der Regel per Flugzeug nach Kathmandu und die Weiterfahrt nach Pokhara per Tourist Bus am nächsten Tag. Man kann auch weiterfliegen, die 6 stündige Busfahrt ist aber wesentlich günstiger und je nach Bus auch recht komfortabel. Als Visum reicht ein Touristenvisum, das sich problemlos vor Ort am Flughafen ausstellen lässt solange man den passenden US Dollar Betrag

dabei hat. Generell kann ich nur dazu raten möglichst wenig einzupacken, speziell Kleidung und Trekking Ausrüstung kann man vor Ort sehr günstig kaufen und auch waschen lassen.

3. Unterkunft

In Pokhara wurden die deutschen Studenten von Sushil im Hotel ABC seines Onkels Hari untergebracht. Dort zahlte man 5-7€ pro Nacht (je nach Zimmer und ob man es sich teilt) und es herrschte eine sehr familiäre Atmosphäre, in der auch mal zusammen gekocht wurde. Allerdings muss man sagen, dass man in anderen Hotels auch günstiger unterkommen konnte. Im Allgemeinen haben die meisten Hotels in Nepal gegen Ende des Tages über Solarenergie heißes Wasser zum Duschen, Strom gibt es zu verschiedenen Zeiten für ca. 6-8 Stunden pro Tag und es gibt keine Heizung, was im Februar nachts durchaus für einstellige Temperaturen im Zimmer sorgte.

4. Praktikum (Tätigkeit, Betreuung, Ausstattung)

Ich hatte mich entschieden meine Famulatur im Manipal Teaching Hospital zu machen, da ich gehört hatte, dass man dort als Student gut eingebunden würde und auch etwas lernen könnte. Leider gab es in den vergangenen Jahren jedoch einen Personalwechsel des Elective Coordinators, worunter das Elective Programm sehr gelitten hat. Als ausländischer Student war man sehr auf sich alleine gestellt und musste sich immer stark an die zum Glück sehr netten einheimischen Studenten wenden, um Übersetzungen ins Englische zu bekommen oder auch mal selber etwas machen zu können. Meine Tätigkeit bestand meist darin an den verschiedenen Visiten im Laufe des Vormittags teilzunehmen. Des Weiteren gab es auch Vorlesungen auf Englisch, Bedside Teaching und man konnte die nepalesischen Studenten bei ihren Tätigkeiten unterstützen. Das Krankenhaus an sich ist sehr groß und hat fast jede denkbare Abteilung. Die Ausstattung ist jedoch nicht den westlichen Standards entsprechend und besonders in Sachen Hygiene sind die Unterschiede gravierend. Mittags konnte man entweder in der Studentenkantine, der Cafeteria oder einem der umliegenden kleinen Restaurants essen. Zwischendurch kurz ins Hotel zurück zu fahren war leider keine Option, da das Hotelviertel Lakeside eine gute Stunde per Bus vom Krankenhaus entfernt war. Die Rückreise trat ich meist am frühen Nachmittag an.

5. Freizeit & Leben

Pokhara ist durch seine Lage am See und die Nähe zum Annapurna-Massiv eine sehr angenehme Stadt zum Leben. Es gibt täglich tolle Sonnenuntergänge zu bestaunen, das Wetter ist im Frühjahr meist trocken mit ca. 25 °C und an klaren Tagen hat man einen guten Blick auf einige spektakuläre Berggipfel. Es gibt eine riesige Auswahl an Restaurants, Bars und Geschäften, die man in seiner Freizeit für relativ wenig Geld erkunden kann. Dabei ist fast jede kulinarische Richtung mehr oder weniger authentisch vertreten. Man sollte aber besonders bei Rohkost und Nahrungsmitteln, die gekühlt werden müssen, eine gewisse Vorsicht walten lassen. In und um Pokhara ist außerdem eine große Zahl an Aktivitäten möglich: Wanderungen, Boot fahren, Paragliding, Rafting, Fahrradtouren, Yoga und vieles mehr kann man vor Ort unkompliziert und günstig organisieren. Auch Wochenendausflüge wie z.B. eine Safaritour im Chitwan National Park sind problemlos machbar. Ein absolutes Highlight ist die Möglichkeit zum Trekken: Das nahe Annapurna-Massiv bietet auch Anfängern die Chance die spektakuläre Natur

Nepals in großen Höhen zu erkunden, ohne auf den Komfort eines Bettes und 3 warmer Mahlzeiten verzichten zu müssen.

Im Alltag musste man abgesehen von den Einschränkungen durch Strom und warmes Wasser kaum auf etwas verzichten. Fast jedes Restaurant bietet Wifi an und man kann für wenig Geld eine SIM Karte für sein Handy kaufen, mit der man fast überall ausgezeichneten Empfang hat. Es gibt viele Geldwechselstuben und in Pokhara finden sich auch zahlreiche Geldautomaten. Das schwere Erdbeben von 2015 hat Pokhara übrigens fast gar nicht betroffen. Die einzigen Erdbebenschäden, die ich im Land gesehen habe, waren an den alten Tempelanlagen in Kathmandu. Insgesamt lässt sich noch sagen, dass ich mich, obwohl Nepal ein sehr armes Land ist, niemals unsicher oder bedroht gefühlt habe.

6. Finanzielles

Generell ist das Leben in Nepal sehr günstig. Der Flug war mit ca. 800 Euro eine der größten finanziellen Hürden, für die es sich absolut lohnt sich auf ein Reisekostenstipendium z.B. beim DAAD zu bewerben. Vor Ort kann man mit sehr wenig Geld auskommen. Auch mit täglichem Essen in Restaurants, zahlreichen Aktivitäten und Ausflügen und Übernachtungen in Hotels waren meine Lebenshaltungskosten immer noch niedriger als in Deutschland. Als zusätzliche Kosten ergeben sich neben den Visa Kosten allerdings die Gebühren im Krankenhaus. Denn das Manipal Teaching Hospital erhebt, wie alle großen Krankenhäuser in Nepal, eine Gebühr von 50 US Dollar pro Woche Famulatur oder PJ.

7. Interkulturelles

Einer der schönsten Aspekte an meiner Reise nach Nepal war der enge Kontakt zu den Menschen dort. Die Nepalesen sind ein sehr freundliches und offenes Volk, ich habe in meiner Zeit dort nicht ein Mal einen Einheimischen sein Temperament verlieren sehen. An Regeln gilt es zu beachten, dass es für beide Geschlechter üblich ist lange Kleidung zu tragen (T-Shirts sind natürlich auch in Ordnung). Man bekommt zwar keine Probleme, wenn man sich nicht daran hält, allerdings fallen besonders Frauen mit freizügiger Kleidung einfach sehr stark auf. Ansonsten habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Einheimischen stets daran interessiert sind, sich mit Ausländern auszutauschen und etwas über deren Kultur zu lernen. Wenn man offen ist und auf die Leute zugeht, kann man so schnell Freundschaften schließen.

8. Fazit

Aus fachlicher Sicht konnte ich im Manipal Teaching Hospital nicht so viel machen, wie ich es mir erhofft hatte; der Einblick in ein fremdes Gesundheits- und Bildungssystem war dennoch äußerst interessant. Außerdem konnte ich einige spannende Fälle wie z.B. die von Tuberkulose Patienten oder Insektizidvergiftungen mitverfolgen, was in Deutschland sehr selten anzutreffen ist. Trotz der mangelnden Betreuung würde ich das Manipal Teaching Hospital weiterempfehlen, da der Kontakt zu den Studenten dort eine tolle Möglichkeit zum interkulturellen Austausch war. Selbstverständlich war nicht alles immer nur positiv. Nepal ist ein sehr armes Land mit vielen Problemen. Dazu gehören auch mangelnder Umweltschutz und große Verschmutzung, welche oft in starkem Kontrast zu der spektakulären Natur steht. Besonders Kathmandu ist mir diesbezüglich negativ in Erinnerung geblieben. Die Luftverschmutzung auf den Straßen dort erreichte mir bis dahin unbekannte Level

und an manchen Tagen war durch den Smog kaum die Sonne zu erkennen. Entsprechend glücklich war ich meine Famulatur in Pokhara absolvieren zu dürfen, was mir im Vergleich zu Kathmandu geradezu paradiesisch vorkam. Ich persönlich würde daher alleine aus gesundheitlichen Gründen schon niemandem empfehlen ein Praktikum in Kathmandu zu machen.

Eine meiner schönsten Erfahrungen hatte ich hingegen in einem abgelegenen Bergdorf namens Karkineta. Dort stattete eine Gruppe amerikanischer Optiker und Augenärzte vom Rotary Club das gesamte Dorf umsonst mit Brillen aus. Dank Sushils Kontakten konnten wir sie dabei unterstützen und verbrachten 2 Nächte im Haus einer der ansässigen Familien. Der Empfang, die Gastfreundschaft und die Dankbarkeit der Menschen dort waren unglaublich und die Arbeit hat mir großen Spaß gemacht. Es war äußerst interessant einen Einblick in die doch sehr simplen Lebensbedingungen der Dorfbewohner zu bekommen und sich mit ihnen auszutauschen.

Ich hatte während meiner Reise nach Nepal einige der schönsten Wochen meines Lebens und kann das Land für einen Auslandsaufenthalt nur weiterempfehlen. An die Einschränkungen z.B. in Sachen Strom und heißem Wasser gewöhnt man sich sehr schnell und bemerkt diese nach einiger Zeit gar nicht mehr. Nepal ist ein wunderschönes Land mit extrem freundlichen Menschen, das momentan weniger unter den direkten Folgen des Erdbebens, als vielmehr am Fernbleiben der Touristen leidet. Wer sich also einen Aufenthalt vorstellen kann, dem sei von meiner Seite versichert, dass man als Reisender so gut wie keine Einschränkungen durch Erdbebenschäden mehr zu erwarten hat und wer dem Land beim Wiederaufbau helfen möchte tut das am Besten in Form eines Besuchs!

Sören Schnellhardt, April 2016

9. Links

<http://www.egerclan.privat.t-online.de/famulieren.htm> - Die Website von Madan und Sushil

<https://www.manipal.edu.np/mcoms.html> - Die Website des Manipal Teaching Hospitals

<https://www.fau.de/international/wege-ins-ausland/studieren-im-ausland/stipendien-mit-bewerbungsort-fau/> - Das DAAD Promos Stipendium

In Karkineta sucht man übrigens nach Volunteers, die Englisch unterrichten möchten. Wer Interesse hat kann sich gerne bei mir melden. Für sonstige Fragen bin ich natürlich auch erreichbar.