

Erfahrungsbericht Australien

Acht Wochen PJ im Royal Adelaide Hospital (11/24-01/25)

Vorbereitung

Mein Wunsch, ein Teil des Praktischen Jahres im Ausland zu verbringen, stand schon lange fest. Ich wollte gern in ein englischsprachiges Land gehen und dort die Arbeitsweise in einem anderen Gesundheitssystem kennenlernen.

Bereits 1,5 Jahre vor dem Start des PJ's begann meinen Auslandsaufenthalt zu planen. Nachdem ich die Liste des LPA nach möglichen Krankenhäusern durchgearbeitet hatte, fiel meine Wahl auf das Royal Adelaide Hospital (RAH). Das Haus ist mit über 800 Betten nicht nur das größte Krankenhaus in Süd-Australien, sondern auch das teuerste Krankenhaus, das auf der südlichen Hemisphäre erbaut wurde. Der Umbau fand im Jahr 2017 statt und umfasste die Modernisierung der Ausrüstung, die Vergrößerung der Operationssäle und die technologische Weiterentwicklung im Hinblick auf die elektronische Patientenakte – sehr faszinierend ohne Papierakten :). Dies waren sehr gute Gründe dieses hochmoderne Krankenhaus für den ersten Teil meines PJ's auszuwählen.

Im Rahmen dieser Planung informierte ich mich Förderungsmöglichkeiten, da das RAH kein Gehalt zahlt. Parallel zu den laufenden Kosten in Deutschland, musste ich die Flüge, den Unterhalt und auch ein Zimmer finanzieren. Hier fiel mir sofort PROMOS ins Auge, da sie Studenten, die außerhalb von Europa ein Praktikum machen, fördern.

Es ist wichtig zu wissen, dass man früh anfangen muss, alle gewünschten Unterlagen zusammen zu stellen, um sich rechtzeitig für die Förderung bewerben zu können. Hat man alle Unterlagen zusammen, klappt eigentlich alles reibungslos. Die Unterstützung seitens des RUB war super :). Viele der Dokumente benötigte ich auch für das Krankenhaus, sodass man keine doppelte Arbeit hatte. Auch das Visum ist einfach zu erhalten. Mit einem Aufenthalt von acht Wochen bleibt man unterhalb der drei Monatsgrenze, sodass das Touristenvisum ausreicht. Die Bestätigungsmail des Visums hatte ich sogar noch vor der Einreichungsmail erhalten :).

Alltag im Royal Adelaide Hospital

Nach der 25 Stunden langen Anreise hatte ich nun die Möglichkeit, acht Wochen im Royal Adelaide Hospital in Australien zu arbeiten. Das Praktische Jahr (PJ) ist das letzte Jahr des Medizinstudiums, das man ausschließlich im Krankenhaus verbringt. Ich habe mein Chirurgie-Tertial in Adelaide begonnen und war vorwiegend auf der „Trauma and Orthopaedic Surgery“



eingeteilt. Dieses Gebiet war nicht nur fachlich äußerst spannend, sondern auch persönlich sehr bereichernd.

Der Arbeitstag begann meist früh am Morgen mit einer Besprechung, bei der die Fälle des Vortages sowie die geplanten Eingriffe besprochen wurden. Meine Aufgaben umfassten eine Mischung aus der Assistenz bei Operationen und Patientenaufnahmen. Besonders faszinierend war es, hautnah bei komplexen Frakturversorgungen oder Gelenkersatz-Operationen dabei zu sein. Die Ärzte und das Pflegepersonal waren unglaublich freundlich, nahmen sich Zeit meine Fragen zu beantworten und waren stets bereit, ihr Wissen zu teilen. Da die australischen Studenten Ferien hatten, gab es keinen Studentenunterricht und auch keine Studientage. Ich bekam daher die Möglichkeit meine Skills wie das Nähen zu erweitern, und durfte selbstständig kleine Tätigkeiten übernehmen, beispielsweise das Anlegen von Verbänden oder die Wundversorgung. So bekam ich das Gefühl vollständig in das Team integriert zu sein...selbst das Bohren und Schrauben wurde mir nicht vorenthalten. Das Arbeitsumfeld ist von flachen Hierarchien geprägt. Dies merkt man daran, dass sich alle Ärzte und das Pflegepersonal mit Vornamen ansprechen, und eine Atmosphäre des gegenseitigen Respekts gelebt wird. So wird sich beispielsweise nach jeder Kleinigkeit bedankt. Leider ist die Work-Life-Balance der Ärzte nicht optimal. In Australien gibt es kein „Arbeitszeitgesetz“, sodass es nicht unüblich ist, dass die Ärzte eine 70 Stunden Woche haben.

Freizeit und Leben in Adelaide

Nachmittags hatte ich oft die Möglichkeit, den Tag entspannt ausklingen zu lassen. Da ich in Port Adelaide bei einer Familie ein Zimmer hatte, war es nur ein kurzer Weg bis zum Strand, wo ich meine freie Zeit genießen konnte. Ob ein Spaziergang entlang des Wassers, einen Kaffee (den gibt es hier immer egal wann und wo – man sollte ihn dann nur nicht mit in den OP nehmen was aber selbst Assistenzärzte



geschafft haben ;)) in einem der kleinen Cafés oder einfach nur das australische Flair genießen – die Nachmittage und Wochenenden boten einen perfekten Ausgleich zum Klinikalltag. Da ich im australischen Sommer in Adelaide war, gab es zahlreiche Möglichkeiten ins Wasser zu springen :). Meistens ging es aber schnell wieder raus, da der „Shark Helicopter“ mich dann doch ein wenig verunsichert hat.

Mein Zimmer mit eigenem Badezimmer fand ich über die Website „flatmates“ und habe 175€ pro Woche gezahlt. Leider sind die Wohnpreise in ganz Australien momentan sehr hoch. Ansonsten sind die Preise vergleichbar. Allerdings bekommt man beispielsweise beim Essen eine viel bessere Qualität geboten.

Port Adelaide selbst ist eine recht ruhige Gegend mit einer Mischung aus historischen Gebäuden, gemütlichen Cafés und einer entspannten Atmosphäre. Ich habe es sehr genossen dort zu wohnen und die gute Anbindung an Adelaide machte es einfach, sowohl die Stadt als auch die Umgebung zu erkunden. Viele Nationalparks liegen in der Nähe und so hatte ich die Möglichkeit an den Wochenenden Nationalparks zu erkunden, zahlreiche Wanderungen zu unternehmen. Ich interessiere mich für die unterschiedlichsten Sportarten und habe einige Kurse gebucht. So bekam ich nicht nur in der Klinik, sondern auch in der Freizeit die Möglichkeit mit den „Locals“ in Kontakt zu treten. Schnell fiel mir auf, wie entspannt, freundlich und offen die Menschen sind. Das berühmte „no worries“ ist nicht nur ein Spruch, sondern wird tatsächlich gelebt. Stress und Hektik gibt's nicht wirklich und die Entspantheit der Australier wirkte oft ansteckend. Auf jeden Fall etwas, das man gut mit nach Deutschland nehmen kann.

Fazit

Mein PJ im Royal Adelaide Hospital war eine unvergessliche Erfahrung. Fachlich konnte ich viel lernen, besonders im Bereich der Orthopädie und Traumatologie. Die Möglichkeit, in einem anderen Gesundheitssystem zu arbeiten und neue Ansätze kennenzulernen, haben meinen Horizont definitiv erweitert. Ich fand es sehr gut, dass ich bei vielen orthopädischen Eingriffen nicht nur zuschauen, sondern aktiv mitarbeiten konnte. Leider bietet sich diese Möglichkeit in Deutschland seltener. Gleichzeitig war die Zeit in Australien auch persönlich eine große Bereicherung. Die Kombination aus einer intensiven, lehrreichen Zeit im Krankenhaus und entspannten Nachmittagen am Strand war perfekt, um sowohl zu lernen als auch die Schönheit Australiens zu genießen. Ich kann jedem, der die Möglichkeit hat, ein Auslands-PJ zu machen, diese Erfahrung wärmstens empfehlen – besonders, wenn man in die Trauma/Orthopädie-Chirurgie ans Royal Adelaide Hospital geht!

Der Bewerbungsprozess für mein PJ im Royal Adelaide Hospital war wie gesagt recht aufwändig, aber die Vorfreude auf die Zeit in Australien hat mich motiviert, all dies in Kauf zu nehmen. Rückblickend würde ich jedem, der über ein Auslands-PJ nachdenkt, raten, sich von den Unterlagen, die man vorher beschaffen muss, nicht abschrecken zu lassen – die Erfahrungen, die man dafür sammelt, sind unbezahlbar. Der Austausch mit anderen Kulturen und das Lernen in einem neuen Umfeld machen alle Mühen wett! Was gibt es schöneres als auf dem Weg vom Krankenhaus nach Hause Delfine vorbei schwimmen zu sehen? Und damit – viel Spaß bei euren Erfahrungen, die ihr sammeln werdet :)!