

Erfahrungsbericht PROMOS – Malawi

Allgemeines

Ich wurde im Rahmen meines Praktischen Jahres (letztes Jahr im Medizinstudium) für meinen Auslandsaufenthalt in Blantyre, Malawi durch ein PROMOS-Stipendium gefördert. Malawi liegt im Südosten Afrikas und grenzt an Tansania, Sambia und Mozambique. Lilongwe ist nicht nur die größte Stadt des Landes, sondern auch die Hauptstadt. Das Krankenhaus, in dem ich gearbeitet habe, heißt Queen Elizabeth Central Hospital und liegt in Blantyre, der zweitgrößten Stadt des Landes. Da es mein letztes PJ-Tertial war, war ich gemeinsam mit einer Freundin für drei Monate (Anfang Juli bis Ende September) für den Chirurgie-Teil vor Ort. Mein Wunsch, einen Teil meines PJs im Ausland zu absolvieren, basierte vor allem darauf, Einblicke in ein anderes Gesundheitssystem außerhalb Europas zu erhalten. Malawi zählt zu den ärmsten Ländern der Welt, dementsprechend herrscht dort eine weit verbreitete Mangelernährung und führt gemeinsam mit einem niedrigen Bildungsniveau zu Erkrankungen, die im europäischen Raum nur selten bis gar nicht auftreten. Gleichzeitig wollte ich mein Englisch im medizinischen Umfeld verbessern. Von meinem PJ-Tertial dort habe ich sehr profitiert. Am Ende des Tertials war ich wirklich traurig, Malawi zu verlassen, weil mir Land und Menschen wirklich an's Herz gewachsen sind!

Vorbereitung (Planung, Organisation, Bewerbung)

Vorbereitet habe ich mich vor allem mithilfe der Erfahrungsberichte anderer PJ-Studierende über das PJ-Portal „PJ-Ranking“. Dort haben wir auch die E-Mail-Adresse der Studierendenbeauftragten am QECH gefunden. Nachdem wir ihr geschrieben hatten, hat sie sich schnell zurückgemeldet und uns eine Informationsbroschüre für ‚Electives‘ mitgeschickt. Dort waren unter anderem Unterkünfte, etc. aufgelistet.

Anreise/Visum

Die Anreise lief unkompliziert ab. Wir sind von Frankfurt aus nach Addis Abeba in Äthiopien geflogen und von dort aus weiter zum kleinen Flughafen Blantyres (Chileka Airport). Vor Ort wurden wir von einem Shuttle unserer Unterkunft abgeholt, den wir vorab buchen konnten. Seit Februar 2024 brauchen Einreisende mit deutscher Staatsbürgerschaft das Visum nicht mehr zu bezahlen bzw. es muss vorab nicht beantragt werden. Wir haben noch am Flughafen ein Visum für 30 Tage ausgestellt bekommen und konnten es später im Immigrations-Office unkompliziert verlängern.

Unterkunft

Die Unterkunft, die uns am meisten empfohlen wurde und für die wir uns letztendlich auch entschieden haben, war definitiv Kabula Lodge. Man kann je nach Bedürfnis zwischen verschiedenen Zimmern wählen – es gibt z.B. einige mit Küche, einige mit eigenem Badezimmer, etc. Da wir zu zweit waren, hatten wir jeweils ein Zimmer mit eigenem Bad in einem Appartement und haben uns dort die Küche mit zwei anderen Studentinnen geteilt. Die Angestellten sind nett und zuvorkommend. Alle zwei Tage wurden unsere Zimmer sowie das gesamte Haus gereinigt und wir haben neue

Handtücher bekommen. Frühstück war im Preis inbegriffen und fiel viel besser aus, als wir erwartet hatten: Neben Omelett gab es Bohnen, Toast, Pfannkuchen und Obst sowie Kaffee und Tee. Jeden Morgen um 7.30 Uhr fährt ein Shuttle zum QECH und setzt alle Medizinstudenten, internationale Ärzte, etc. am Krankenhaus ab. Um 16.30 Uhr kann man einen Shuttle zurück zur Lodge nehmen. In der Unterkunft selbst waren viele andere Studenten aus den verschiedensten Ländern, sodass sich schnell eine nette Gruppe für Spieleabende, Wochenend-Trips, etc. gebildet hat und man sich nie allein fühlte.

Finanzielles

In Malawi wird in Malawischen Kwacha bezahlt (1€ entspricht ca. 1880 Kwacha). Wir waren zunächst nur mit US-Dollar eingereist und haben vor Ort alles in Kwacha umgetauscht. Oftmals kann man Taxen oder lokale Tourguides auch in US-Dollar bezahlen, sonst sollte man aber eigentlich immer Kwacha dabei haben. In Supermärkten sowie vielen Unterkünften, in denen wir am Wochenende waren, ist auch Zahlung mit Kreditkarte möglich, in den kleineren, lokalen Shops bzw. auf dem Markt natürlich nicht. Lebensmittel im Supermarkt sind durch die Inflation fast annähernd so teuer wie Deutschland, auf den kleinen Märkten bekommt man oft günstigere Preise angeboten und kann verhandeln. Insgesamt ist das Leben günstiger als in Deutschland. Für das Studium am QECH mussten wir Studiengebühren bezahlen, die dann die jeweiligen Abteilungen für die Lehre erhalten (150\$ Registrierungsgebühr, 50\$ pro Woche Studiengebühren).

Studium und Lehre

Wir haben am QECH gearbeitet. Die Kommunikation über Gloria (Studierenden-Beauftragte) lief unkompliziert und sie war stets eine gute Ansprechpartnerin. Die Lehre bzw. der Arbeitsalltag hängt ziemlich von der jeweiligen Abteilung ab. Ich war zunächst in der Allgemeinchirurgie untergebracht. Dort konnte ich mich relativ wenig einbringen. Die Visite wurde oft durch Oberärzte auf der Landessprache Chichewa geführt, im OP konnte man sich nur selten einwaschen und war dann auch nicht an der OP beteiligt. Alles in allem fühlte man sich hier etwas unerwünscht bzw. einfach nicht gesehen. In anderen Abteilungen, wie z.B. der Kinderchirurgie war es deutlich anders. Die Visitenrunden waren super lehrreich, man konnte jederzeit Fragen stellen und durfte bei OPs assistieren. Es galt das gleiche Prinzip wie in Deutschland auch: Je mehr man selbst investiert hat, desto mehr konnte man sich auch einbringen. Gleichzeitig haben wir die Chance bekommen, neben Chirurgie auch noch andere Fachrichtungen zu sehen und konnten u.a. in die Pädiatrie, Gynäkologie oder ZNA gehen.





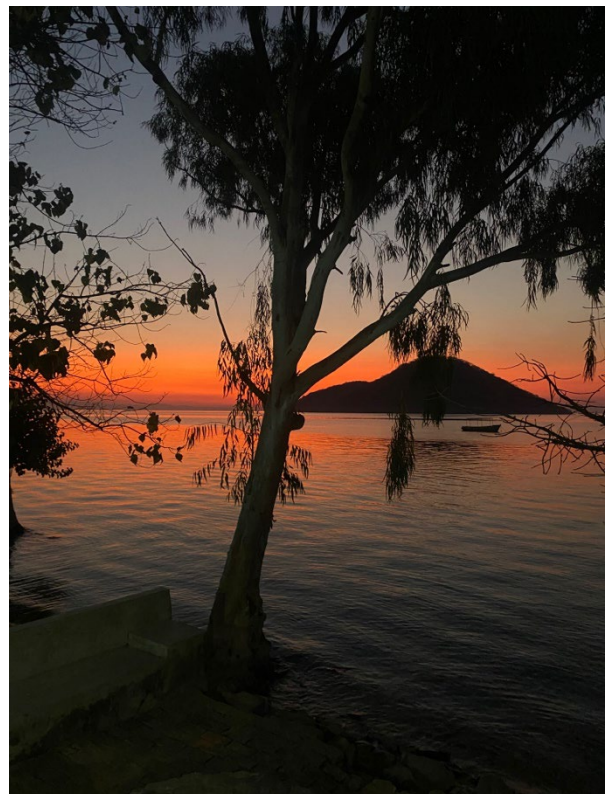
Alltag und Freizeit

Da in der Lodge viele Medizinstudenten wohnten, fiel die Vernetzung untereinander leicht. Blantyre selbst ist nicht die schönste Stadt, hat jedoch einen eigenen Markt, verschiedene Shops, usw. Wir waren vor Ort am Wochenende oft wandern (es gibt viele lokale Hiking-Guides), haben eine Tee-Plantage besucht oder sind auf dem Farmer's Market gewesen. Jeden Mittwoch gibt es einen Running Club, der immer

unterschiedliche Orte abläuft. Man kann außerdem das Fitnessstudio der Kamuzu Health University kostenlos benutzen. Wir haben donnerstags manchmal die Butterfly Foundation besucht, eine Organisation, die Mittagessen und Englisch-Unterricht für Straßenkinder anbietet. Außerhalb von Blantyre haben wir verschiedene Nationalparks, Lake Malawi und Mount Mulanje besucht. Direkt zu Beginn haben wir ein Dokument bekommen, in dem verschiedene Studenten vor uns die wichtigsten Nummern, die besten Unterkünfte sowie allgemeine Tipps gesammelt hatten.

Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Alles in allem war mein PJ-Tertial in Malawi eine der schönsten und beeindruckendsten Erfahrungen, die ich bisher gemacht habe, und ich würde es jedem empfehlen. Trotz einiger Momente im Krankenhaus, die sicherlich in Erinnerung bleiben, habe ich mich hier sehr wohl gefühlt. Auf die Bedingungen muss man sich zunächst einlassen, die Menschen hier haben es uns mit ihrer Herzlichkeit und Gastfreundschaft allerdings ziemlich leicht gemacht. Wir haben die schönste Natur gesehen, großartige Menschen kennengelernt und wissen das Gesundheitssystem in Deutschland nun noch mehr zu schätzen. Meine definitiv schönste Erfahrung war, als wir Elefanten und Giraffen in freier Wildbahn gesehen haben.



Hilfreiche Tipps und Links

- E-Mail der Studierenden-Beauftragten: secsmoh@kuhes.ac.mw
- Website Kabula Lodge: <https://kabulalodgemalawi.com/>
- Man muss auf jeden Fall eigene Kasacks mitbringen!

