

PROMOS-Stipendium Erfahrungsbericht: PJ Tertial in Kapstadt, Südafrika September bis Dezember 2024

Mein zweites Tertial des Praktischen Jahres verbrachte ich von September bis Ende Dezember 2024 in der chirurgischen Abteilung des Groote Schuur Hospital.

Bereits nach dem Abitur habe ich ein Jahr in Kapstadt gelebt und durfte dort eine unfassbar tolle und lehrreiche Zeit verbringen. Und weil die Stadt einen so leicht nicht mehr loslässt, stand für mich schon lange fest, dass ich bei erneuter Gelegenheit zurückkehren würde. Einen Teil meiner medizinischen Ausbildung hier zu absolvieren, schien für mich daher die perfekte Gelegenheit.

Vorbereitung

Die Bewerbung für alle Lehrkrankenhäuser der University of Cape Town (UCT) läuft per Mail über die Koordinatorin für „health electives“ [REDACTED] (alle Informationen: <https://health.uct.ac.za/health-electives>). Die Unterlagen (eine beglaubigte Kopie des Reisepasses, Studienbescheinigung der Heimatuni, die Application Form und ein Lebenslauf) sollten schon frühzeitig verschickt werden, ich habe mich etwa 2 Jahre im Voraus beworben. Bei späterer Bewerbung kann es sein, dass der Wunschplatz nicht mehr frei ist, die besonders beliebten Plätze scheinen die in den chirurgischen Abteilungen, allen voran im Trauma Department (chirurgische Notaufnahme) zu sein. Die Antwortzeiten auf Emails sind teilweise sehr lang, zwischendurch einfach mal freundlich nachfragen und sich in Geduld üben, so hat bei mir auch alles problemlos geklappt. Die Studiengebühren sind leider sehr hoch, für das gesamte Tertial betragen sie zu meiner Zeit ca. 3200 Euro. Zum Glück hatte ich dank des PROMOS Stipendiums ein wenig finanzielle Unterstützung. Bei einem gesplitteten Tertial reicht das ganz normale Touristenvisum, welches man bei Einreise am Flughafen erhält. Für ein ganzes Tertial (> 90 Tage) muss man persönlich ein Study Visa bei der Botschaft in Berlin beantragen. Dafür werden diverse Unterlagen benötigt (hier nachzulesen https://www.suedafrika.org/downloads/Study_Permit.doc). Unter anderem wird eine südafrikanische Krankenversicherung benötigt, die konnte ich zum Beispiel hier unkompliziert abschließen (<https://www.momentum.co.za/momentum/personal/products/medical-aid/ingwe-option>).

Unterkunft

Während der ersten Hälfte des Tertials habe ich mit einer Freundin in einem schönen Airbnb in Woodstock gewohnt, zwischen Innenstadt und Krankenhaus. Lebenswerte Stadteile sind ansonsten bspw. Gardens, Vredehoek, Tamberskloof, De Waterkant, Sea Point, Green Point. Für die Wohnungssuche nutzen Südafrikaner:innen oft Property24, teilweise gibt es da auch möblierte short term Unterkünfte. Für die zweite Hälfte bin ich dann in die Freeland Lodge gezogen. Dort stehen verschiedenen Häuser auf einem Grundstück mit gemeinsamem Garten, wo man sich in ein Einzelzimmer oder ein Doppelzimmer zum Teilen buchen kann, es kommen Studierende aus aller Welt zusammen, ein guter Ort um andere Menschen kennenzulernen. Von dort aus kann man zum Krankenhaus laufen, außerdem gibt es in Observatory auch viele Bars, Cafés, Vintage Läden und Kneipen.

Studium/Lehre und Arbeitsalltag

Während meiner Zeit war ich jeweils 8 Wochen in der Orthopädie/Unfallchirurgie und 8 Wochen in der Plastischen Chirurgie/MKG eingeteilt. Generell würde ich sagen wie viel man lernt und für sich mitnimmt hängt – wie in Deutschland auch – stark von der eigenen

Motivation ab. In beiden Teams habe ich mich sehr wohl gefühlt, viele nette Ärzt:innen, die einem viel beibringen möchten, wenn man Lust hat. Die Atmosphäre ist insgesamt etwas entspannter als bei uns. In der Orthopädie fängt der Tag um 7 Uhr mit einem Morning Meeting an, man ist einer „Firm“ fest zugeteilt, sodass man einen der Registrars immer als Ansprechperson hat. Diesem bin ich dann an den meisten Tagen auf Visite und in die Ambulanz gefolgt. Falls viel zu tun war habe ich vormittags den Interns unter die Arme gegriffen und Blut abgenommen und Zugänge gelegt oder Wundversorgung gemacht. Ansonsten habe ich den Tag in der Ambulanz verbracht, dort z.B. auch viel gegipst. Einen Tag in der Woche habe ich im OP verbracht, dort darf man sich eigentlich immer einwaschen und das ein oder andere auch mal selber machen. Auch konnte ich mit meinem Registrar gut Studientage/Fehlzeiten absprechen. In der Plastischen ist das Team viel kleiner, es gibt im Gegensatz zur Orthopädie auch keine südafrikanischen Studierenden in der Abteilung, sodass man mehr ins Team eingebunden ist und viel mehr im OP stehen kann, wenn man möchte.

Ich war nicht überrascht, aber immer wieder beeindruckt, wie wahnsinnig gut die Oberärzt:innen sind, die haben richtig viel drauf und wenn man wirklich Chirurgie machen möchte, kann man von denen bestimmt sehr viel lernen. Die individuellen Herausforderungen als Mediziner:in in dieser Stadt zu arbeiten, wo Stich- und Schussverletzungen und Verletzungen durch Autounfälle, die komplexe Behandlung und Rekonstruktionen erfordern an der Tagesordnung sind, ein MRT für die gesamte Klinik zur Verfügung steht und infektiologische Diagnosen wie Tuberkulose und HIV viel verbreiteter sind, sind auch aus einem Public Health Aspekt sehr interessant und lehrreich.

Alltag und Freizeit

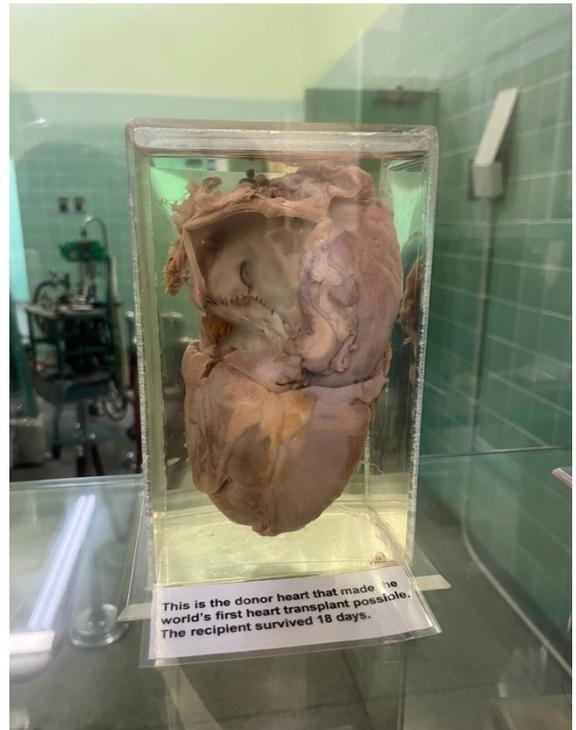
Kapstadt ist eine Stadt voller Ungleichheit und Kontroversen, nirgendwo wurde mir die Kluft zwischen arm und reich so eindrücklich vor Augen geführt. Diese anhaltenden Folgen der Apartheid zu überwinden ist Herausforderung der neuen Generationen. Die Stadt mit neuem kulturell diversem Leben zu füllen, wird in meinen Augen durch viel Kunst, Veranstaltungen, Musik, Festivals, etc versucht. So bietet die Stadt ganz viel zu entdecken. Das (leider sehr kalte) Meer mit wunderschönen Stränden, diverse tolle Wanderungen in den Bergen in der Stadt oder den umliegenden Nature Reserves, Musikfestivals, Surfen, diverse Märkte, tolle Restaurants und Cafés, Besuche auf den Weinfarmen und noch ganz viel mehr bieten viel Lebensqualität, sodass man sich eine unfassbare Zeit machen kann.

Fazit

Ein anderes Gesundheitssystem mit anderen sehr speziellen Herausforderungen kennenzulernen und dabei in dieser absolut beeindruckenden Stadt zu leben, viele tolle Menschen ins Herz zu schließen war für mich etwas ganz Besonderes, was ich nur jeder Person sehr empfehlen kann.



Groote Schuur Hospital



Museum über die 1. Herztransplantation der Welt, die hier durchgeführt wurde

