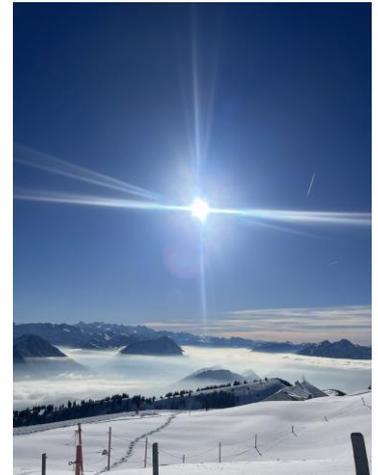


Erfahrungsbericht Luzern, Schweiz - gefördert im Rahmen des PROMOS Programms Praktikum in der Chirurgie von Januar 2025 bis März 2025

Motivation für den Auslandsaufenthalt

Meine Motivation ein Auslandstertial zu absolvieren bestand unter anderem darin meine persönlichen Ziele bezüglich Facharztwahl und Berufsalltag klarer festzulegen. Hinzu kommt besonders das Vorantreiben sozialgerechter Arbeit, sowie die interdisziplinäre und individualisierte Versorgung der PatientInnen. Im Rahmen meines Aufenthalts würde es mir möglich sein ein anderes, aber dennoch auf DRG basierendes Gesundheitssystem kennenzulernen. Durch positive Erfahrungsberichte bezüglich Lehre und effizienter Arbeit, sowie guter Freizeitgestaltung habe ich mich für das Kantonsspital Luzern entschieden.



Vorbereitung (Planung, Organisation, Bewerbung)

Ich entschied mich für Luzern, eine wunderschöne Stadt in der Zentralschweiz. Die Stadt bietet eine perfekte Balance zwischen urbanem Leben und Natur. Die direkte Anbindung an die Berge, sowie die Möglichkeit grössere Städte wie Zürich und Basel jederzeit besuchen zu können gefiel mir besonders. Der Aufenthaltszeitraum war an die Fristen des LPA Düsseldorf gebunden. Meine Bewerbung erfolgte mit Motivationsschrieben direkt über das Portal des LUKS. Ich hatte Glück kurzfristig den Platz noch zu bekommen, da normalerweise eine Bewerbung 1 – 2 Jahre vorher üblich ist.

Anreise und Visum

Ich reiste mit dem Zug in die Schweiz, was eine entspannte und umweltfreundliche Möglichkeit war, nach Luzern zu kommen. Die Anreise war hektisch durch viele Umstiege, aber sobald man in Basel ankam, war das Ziel nicht mehr weit. Ein Visum ist als EU-Bürger nicht nötig. Wichtig ist nur, dass man sich wenn man länger als 90 Tage in der Schweiz befindet anmelden muss. Da mein Praktikum kürzer ist brauchte ich das nicht. Ich kam am Freitag vor Beginn meines Praktikums an, um meine Wohnungsschlüssel abzuholen, sowie Mietvertrag nochmal vor Ort unterschrieben zu können.

Unterkunft

Alle Mitarbeiter des Kantonsspitals Luzern haben die Möglichkeit, im Personalwohnheim unterzukommen, wenn man sich früh genug bewirbt. In der Regel teilt man sich mit anderen Mitbewohnern die Dusche und die Küche. Es ist wichtig, eigene Elektrogeräte wie einen Wasserkocher mitzubringen, da die Grundausstattung in der Gemeinschaftsküche begrenzt ist. Auch Geschirr und Besteck sind selbst mitzubringen. Die Zimmer sind ansonsten echt geräumig und im Winter recht angenehm, nicht zu kalt nicht zu warm.

Finanzielles

Über die Schweiz muss man wissen, dass der Alltag recht teuer ist. Ich hatte das Glück durch das Stipendium freier im ÖPNV unterwegs zu sein. Man wird monatlich pauschal vergütet, da es keine Dienste in der Mund-Kiefer-Chirurgie gibt, kommt da auch nichts hinzu. Mit den Abgaben für die Wohnung bleiben ungefähr 700 CHF übrig.

Arbeitsalltag

Arbeitstag beginnt mit einem Morgenrapport um 7:30 Uhr, bei dem der vorherige Dienst, sowie der heutige Tag besprochen wird. Oft werden Patienten für die Radiologie- und Tumorkonferenz auch vorgestellt. Danach werden alle Patienten visitiert. Im morgendlichen Ablauf werden die Patienten nochmal präoperativ freigegeben. Zur Freigabe gehörte beispielsweise das Markieren des Operationsgebiets sowie die Kontrolle der Nüchternheit des Patienten.

Ich war mit einem anderen Unterassistenten, sodass wir uns aufgeteilt haben in Ambulanz/Station und OP. Die Einteilung für die Operationen erfolgt meist eine Woche zuvor durch die Unterassistenten und Operateure. Ob man eigene Patienten betreut, hängt von einem selbst ab und der Motivation, die man an den Tag legt. Prinzipiell ist es erwünscht den Patientenverlauf zu verfolgen. Durch die stark besuchte Ambulanz ist es auch möglich den Prozess von Diagnose – Behandlung und Nachkontrolle sehr gut zu verfolgen. Durch das komplett digitale System ist es möglich sich für die Sprechstunde und Nachkontrolle genügend vorzubereiten. Dazu gehört auch das selbstständige Ausarbeiten der Austritte (Entlassungen).

Die zuständigen Oberärzte, Assistenzärzte und Dentalchirurginnen haben sich stets Mühe gegeben die erledigten Aufgaben zu kontrollieren und wenn nötig auszubessern. Besonders muss ich betonen wie faszinierend der Bereich der Dentalchirurgie zu meinem Erstaunen war. Hier wird Wert gelegt auf offene Kommunikation mit den Patienten. Insgesamt konnte man viel aus seinem Arbeitsalltag machen, man konnte in der Ambulanz Patienten betreuen, teils selbstständig und im OP viel lernen. Mein Highlight war die Sprechstunde zur Lippen-Kiefer-Gaumenspalte. Durch die komplexen und interdisziplinär geführten Patienten konnte ich viel über langfristige Behandlungen lernen und mich aktiv mit Lebensqualität verbessernden Massnahmen auseinandersetzen. Jeden Montag Nachmittag/Abend gab es eine Fortbildung aus verschiedenen Bereichen, von künstlicher Intelligenz bis Infektiologie waren alle Themen mit Expertenwissen gedeckt.

Betreuung und Ausstattung

Am ersten Tag wurde ich herzlich im Sekretariat empfangen, dort mit allem ausgestattet und von dem anderen Unterassistenten durch die Ambulanz und die wichtigsten Räume geführt. Normalerweise gibt es am Anfang jedes Monats einen offiziellen Einführungstag mit Fortbildung, da ich etwas später gestartet habe, habe ich das Onlinesystem durch Videos

kennengelernt. Die Arbeitskleidung wird vom Krankenhaus gestellt und besteht aus Kasack, Hose und Kittel. Das gesamte Team der Ärzt:innen ist sehr freundlich und in der Abteilung herrscht eine gute Stimmung. Man arbeitet eng zusammen als Team bestehend aus Oralchirurginnen, Kieferchirurgen, Dentalassistenten, TOAs und Sekretärinnen. Das gesamte Team war jederzeit bemüht Probleme zu lösen. An Erklärungen, Teaching Situationen und Integration in den ärztlichen Alltag hat es nicht gemangelt. Die nun mal mir unbekannte Welt der Zahnmedizin als

Humanmedizinstudentin konnte ich in der Ambulanz gut kennenlernen. Keine Angst mehr vom Zahnarztstuhl. Es wurde immer Rücksicht darauf genommen, dass man beispielsweise gemeinsam essen gehen konnte. Trotz offiziell langer Arbeitszeit wurde Wert daraufgelegt, dass man seine Pause einhält. Im Monat gibt es 2 Urlaubstage, die man sich nach Absprache mit der Abteilung flexibel nehmen kann. Grundsätzlich kann man sich alles je nach Interesse organisieren.



Alltag und Freizeit



Nach der Arbeit bin ich am Vierwälderstattsee spazieren, war Fahrradfahren oder bin abends noch was trinken gegangen. Die meisten Aktivitäten fanden am Wochenende statt. Die Zentralschweiz bietet zahlreiche Möglichkeiten, um Kunst und Kultur sowie die Natur zu genießen, von der Antike bis Picasso ist alles dabei. An den Wochenenden konnte man die Zeit gut nutzen, um in die Berge zu fahren, Wintersport zu machen oder

einfach ausgiebig wandern zu gehen. Sightseeing in den bekannten Städten Zürich oder Basel hat mir besonders gefallen.

Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Es gab wenige schlechte Erfahrungen, im OP kann es teils stressig werden, aber das kennt man. Luzern ist eine wunderschöne Stadt. Die meisten Läden schließen früher als man es in Bochum gewohnt ist, dafür gibt es umso mehr Möglichkeiten abends was feines zu essen oder entspannt in einem Cafe zu sitzen. Zusätzlich würde ich empfehlen mit dem Auto zu kommen, wenn man vieles unternehmen möchte. ÖPNV ist nämlich echt teuer. Ich würde die Zeit vor Ort nutzen, um neue Aktivitäten auszuprobieren, an die man in Deutschland nicht sofort denkt. Dafür bietet sich die Schweiz hervorragend an. Zusätzlich hat man nicht jeden Tag einen See vor dem Fenster, über dem man den Sonnenaufgang betrachten kann. Fazit: Ich fand die Lehre in Luzern und das Team gut und habe mich wohl aufgehoben gefühlt im Spital.

Die Zeit in der Schweiz war für mich eine Challenge an der ich gut gewachsen bin. Ich konnte neue Fähigkeiten lernen, das Team im Kantonsspital Luzern war freundlich und unterstützend, und ich konnte viele wertvolle Erfahrungen sammeln. Die Arbeitsatmosphäre war geprägt von einer flachen Hierarchie, was den Austausch erleichterte. Was die Freizeitgestaltung betrifft, hat Luzern durch seine Kombination aus städtischem Leben und Natur eine perfekte Grundlage für Erholung und Abenteuer geboten. Ich würde das Praktikum jedem empfehlen, der sich für die Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie interessiert und eine gute Mischung aus intensiver Arbeit und abwechslungsreichen Freizeitmöglichkeiten sucht.

Hilfreiche Tipps und Links

Halbtax-Ticket für Gondelfahrten. ÖPNV usw.

Luzerner Museumspass: an zwei aufeinanderfolgenden Tagen alle Museen für nur 40 Franken besuchen zu können ist super gut.

Museumssonntage am ersten Sonntag gibt es auch hier! Eine Fahrt nach Basel lohnt sich am Museumssonntag besonders, da Basel als Museumsstadt schlechthin viel zu bieten hat.

Für günstige Einkäufe TooGoodToGo nutzen.

E-Sim vorher organisieren! Sonst wirds teuer.

Mobilität ohne Probleme mit Fahrrad möglich. Falls man kein eigenes mitnehmen kann/will ist die Buchung über Nextbike möglich (Für Studierende der RUB kostenlos).