

## **Erasmus Placement**

### **60 Tage in der Hafenstadt Cardiff in Wales**

#### **Vorbereitung**

Ungefähr 1 1/2 Jahre eher habe ich angefangen nach einem Praktikumsplatz für mein Praktisches Jahr im Vereinigten Königreich zu suchen. Ich wollte keinen TOEFL Test machen, weil der Preis unangemessen ist und ich es eine Unverschämtheit finde, dass alle auf diesen Test, den jeder einfach auswendig lernen kann, bestehen und Sprachkurse an der Universität nichts zählen. Das schränkte die Auswahl arg ein. Also wenn ihr unbedingt an einen bestimmten Ort wollt, dann kommt ihr wahrscheinlich nicht um den TOEFL zu herum...

#### **Praktikum**

Am ersten Tag wurden wir vom Verantwortlichen für ausländische Studenten in Empfang genommen und bekamen Namensschilder ausgedruckt und unsere Stationen mitgeteilt. Alle außer mir kamen an das Heath Hospital direkt neben der Bibliothek und 1 km weg vom Cambrian Point, wo ich wohnte. Ich kam leider ans Llandough Hospital ungefähr 8 km weit weg. Dort bin ich dann mäßig überrascht von der Gastroenterologie Station empfangen worden. Ich habe keinen Schrank oder gar einen Schreibtisch angeboten bekommen. Habe da meinen Rucksack in irgendeine Ecke verfrachtet. Ich bin dann täglich mit der Visite mitgelaufen und habe versucht, selbst in die Notizen der Patienten zu schreiben. Leider sind die "Junior Doctors" dort sehr überfordert gewesen (sie hatten alleine 30 Patienten zu betreuen) und konnten darum überhaupt nichts erklären. Die Oberärzte "Consultants" haben auch nicht viel mehr erklärt. Aber wenn ich Fragen gestellt habe, haben sie immer versucht mir zu antworten. Man muss eben immer Eigeninitiative zeigen. Nachmittags hab ich dann auf Station bei so manchen Job geholfen, Blut abnehmen, Rezepte (TTH) ausfüllen, Botengänge, oder ich bin in die Endoskopie gegangen und hab mit ÖGDs, Koloskopien oder Anlage eine PEG angesehen. Aber Achtung: nichts für einen leeren Magen, denn sie machen all das ohne Narkose. Sprich: eine ziemlich brutale Viecherei!...

Nach ca. 4 Wochen bin ich dann an die Rettungsstelle (MEAU) gewechselt. Dort war alles ganz anders. Morgens gab es dort auch eine kurze Visite, weil dort auch 12 Betten (in einem großen Raum, wie immer) sind für Patienten, die auf anderen Stationen noch kein Bett haben. In dieser Visite wurde mir immer viel erklärt, und die Ärzte haben mich nach jedem Patienten selbst gefragt, ob ich noch Fragen habe und ob ich alles verstanden habe. Das fand ich unglaublich nett. Nach der zackigen Visite (max. 2 h) durfte ich in der Rettungsstelle je nach Consultant eigenständig Patienten aufnehmen, die ich dann direkt dem Consultant Dr. K. vorgestellt habe und soweit es ging Untersuchungen angefordert habe (EKG, Rö Thorax, etc). Dr K. hat mich viel gelobt und sich bei mir bedankt. Das war ein tolles Gefühl, helfen zu können. Wenn Dr. L. Dienst hatte, musste ich es vorher immer einem der anderen Ärzte vorstellen (und ich sollte irgendwie auch nicht in die Akte reinschreiben, aber das hat er mir nie direkt gesagt und ich hab auch nicht gefragt...). Das kam den anderen Ärzten natürlich dämlich vor, weil der Patient dann in 1 h dreimal die gleiche Story erzählen musste. Aber mir hat das natürlich trotzdem voll viel gebracht, weil ich dann gesehen habe, was ich evtl. noch vergessen hatte und wie die anderen so

untersuchen. Allerdings hatte man immer das Gefühl, dass Dr. L. einem sehr kritisch auf die Finger guckte, wenn man in die Akte reinschrieb. Das wurde mit der Zeit ein bisschen besser. War mir immer ein bisschen unangenehm, sodass ich dann oft wenn er Dienst hatte nur mit den anderen Ärzten mitgegangen bin, das war dann aber oft langweilig. Die Untersuchung hielt sich bei den meisten Ärzten in Grenzen. Herz, Lunge und Bauch abhören und Bauch palpieren, beide Arme kurz hochhalten, Zunge rausstrecken, Jugularvenen und Beine anschauen, selten noch Kapillarierungszeit testen. Das war eine "gründliche Untersuchung". Manchmal auch nur Herz und Lunge abhören.

### **Unterkunft**

Ich habe im Cambrian Point Student Living für 120€ pro Woche gewohnt. Ich hatte mein eigenes Zimmer und Bad. Beides war ordentlich und sauber. Die Küche musste ich mit 6 anderen teilen, die furchtbar dreckig war. Aber naja, für ein paar Monate hält man es schon aus... Das Studentenwohnheim liegt in Cathays nahe am Heath Krankenhaus. Ich habe mir gleich ein Fahrrad mit Gumtree besorgt, sodass ich gut ans Llandough Hospital fahren konnte. Sonst wäre der Bus auf Dauer super teuer geworden...

### **Alltag und Freizeit**

Ich habe im Krankenhaus mich nur mit einer Nurse ein bisschen angefreundet, die mich auch mal zum Mittagessen zu ihr nach Hause eingeladen hat. Ansonsten nur mit anderen ausländischen Studenten aus dem Wohnheim. Ein Koreaner und drei Spanier mit denen ich mich dann oft getroffen und zusammen gegessen habe. Ab und zu sind wir ausgegangen, zB in die *LifeLounge* oder zu *Burger and Beer* (gibts dort beides für 6€ und Gesellschaftsspiele umsonst). Für Ausflüge haben wir meistens Busse gebucht Richtung Westen und uns Swansea, Tenby, Three Cliffs Bay und Rhossili angesehen. All diese Ausflüge sind stark vom Wetter abhängig. Bei schönem Wetter ist es toll und man kann baden gehen. Bei Regen muss man optimistisch bleiben... Ansonsten ist es schwierig einheimische Studenten zu treffen, weil die im Sommer alle wie vom Erdboden verschwunden sind....

### **Fazit**

Die ersten 4 Wochen waren etwas langweilig, aber ich konnte immerhin medizinisches Englisch hören. Die letzten 5 Wochen haben mir dann auch viel für meine Fähigkeit als Arzt gebracht. Die Zeit auf der Gastro war ich zu lang, weil ich kaum in die tägliche Arbeit integriert wurde. Die Zeit auf der Rettungsstelle war gut. Wenn immer Dr. K. dagewesen wäre, wäre ich gerne noch länger geblieben, aber da Dr. L. die letzten zwei Wochen immer Frühdienst hatte, war ich dann auch zufrieden, dass es zu Ende war. Ich habe sowohl mein medizinisches als auch mein alltägliches Englisch sehr stark verbessern können! Alles in allem war es eine großartige Zeit!

## Tipps für den Praktikanten:

### 1) Vorbereitung:

#### **Praktikumssuche (inkl. Bewerbung)**

Ungefähr 1 1/2 Jahre eher habe ich angefangen nach einem Praktikumsplatz für mein Praktisches Jahr im Vereinigten Königreich zu suchen. Ich wollte keinen TOEFL Test machen, weil der Preis unangemessen ist und ich es eine Unverschämtheit finde, dass alle auf diesen dämlichen Test bestehen und Sprachkurse an der Universität nichts zählen. Das schränkte die Auswahl arg ein. Cardiff bietet immer im Sommer (von Mitte Juli bis Anfang September) Plätze im Krankenhaus an. Der Ansprechpartner war sehr nett, antwortete meist schnell auf E-Mails, teilweise aber etwas schlecht organisiert.

#### **Anreise**

Ich bin mit Easy Jet von Berlin nach Bristol geflogen und von dort habe ich einen Greyhound Bus genommen. Der fährt aber nur alle 2 Stunden. Preisgünstiger wäre vielleicht von Berlin nach London und von dort einen Megabus zu nehmen. Der kostet wenn man früh genug bucht nur 5-7 Pfund und dauert 3,5 Stunden.

#### **Wohnungssuche**

Ich habe in verschiedenen Studenten Accomodations angefragt. Die meisten in der Nähe vom Krankenhaus waren schon völlig ausgebucht. Ich habe dann glück gehabt und noch ein Zimmer im Cambrian Point Student Living bekommen. Ich hatte ein kleines Zimmer mit Bett, Schreibtisch und Regal, sowie ein kleines Bad mit Dusche für mich. Alles ordentlich und sauber als ich ankam. Die dreckige Küche musste ich mir mit 6 Leuten teilen, die leider alle nicht besonders gesprächig waren. Kann aber daran liegen, dass sie alle nicht besonders gut englisch konnten. Immerhin wurde der Abwasch immer gleich von allen erledigt. Aber ich war die einzige, die mal geputzt oder gewischt hat. Dementsprechend war der Boden und die viele Ablagen meistens klebrig...

#### **Versicherung**

Ich habe mich bei MLP nach dem "Starter Pack" erkundigt, weil ich davon in Erfahrungsberichten gelesen hatte. Dieses Starterpack gibt es so nicht mehr, aber sie haben mir ein ähnlich gutes Angebot gemacht, sodass ich mit einer Mitgliedschaft und einmalig 4,99€ für die Auslandsrankenversicherung alle nötigen Versicherungen zusammen hatte. (Muss die Mitgliedschaft nach bevor ich arbeiten gehe dann entweder kündigen oder 12€ monatlich zahlen. Darüber denke ich dann noch mal nach...)

#### **Sonstiges (bitte präzisieren).**

Ich habe mir das Buch "Medical English" vor der Reise ausgeliehen. Das fand ich aber nur so mittelgut, weil es keine Bilder gibt und ich die strikte Trennung zw. Englisch und Deutsch eher langweilig fand. Außerdem hab ich einen HU-Sprachkurs C1 absolviert. Ich bin von diesen Sprachkursen immer absolut begeistert gewesen, da es immer äußerst motivierte und freundliche Muttersprachler waren. Viel Arbeit, keine Frage, aber es lohnt sich total!

## 2) Formalitäten vor Ort

### Telefon-/ Internetanschluss

Im Cambrian Student Living gab es ASK4 Wireless umsonst. Allerdings musste man sich wöchentlich neu anmelden, was ich nach einigen Wochen ziemlich lästig fand. Aber eigentlich ok.

Telefon lag rum, hab ich mich aber nicht getraut zu benutzen. Mit meiner normalen Simyo PrePaid Karte konnte ich für 9 Cent pro Minute oder SMS jeden anrufen.

### Bank / Kontoeröffnung

Habe mir eine Visa Karte von der Postbank angeschafft (war sehr umständlich Online Banking zum Laufen zu bringen!). Ansonsten beim Abheben auf den Wechselkurs achten! Bei manchen Automaten steht „Free Cash Withdrawal“, aber sie haben einen sehr schlechten Wechselkurs, sodass es fast 30 € kostet abzuheben, im Vergleich zu normalen Wechselkursen! ☹

### Sonstiges

Ich habe bis zum Ende meines Praktikum weder Zugang zu den Patientendaten noch zum Internet auf dem Krankenhausgelände bekommen, obwohl der Verantwortliche am Anfang gesagt hatte, dass er sich um den Login kümmert. Darum konnte ich auch die Computer in der Bibliothek nicht benutzen und somit nichts ausdrucken. Ich habe ihm deswegen dreimal eine E-Mail geschrieben und ihn zweimal persönlich besucht und er hat immer gesagt: "Ich kümmer mich drum", aber es ist nie was passiert... :( Naja, hat wahrscheinlich viel zu tun der arme Mann...

## 2) Alltag / Freizeit

### Ausgangsmöglichkeiten

"Live Lounge": Bar mit täglich LiveMusik und coole Kellner und Toiletten. ;-)

"Beer and Burger" Restaurant/Bar direkt am Cambrian Point mit Gesellschaftsspielen und Burger plus Getränk für 5£.

Prince of Wales: ehemaliges riesiges Theater umgebaut zu einem geräumigen Restaurant. Es gibt immer mal wieder günstige Angebote als Menü, sodass es gar nicht so schlimm teuer ist und die Portionen sind riesig!

### Sonstiges

Cardiff im Sommer ist großartig! Wir haben uns gleich am Anfang gebrauchte Fahrräder (für 60£) gekauft. Damit konnten wir vom Llandough Hospital aus innerhalb von 20 min zur Cardiff Bay oder zum Kiesstrand Swanbridge baden. Aber Achtung: Man kann nur bei Flut baden. Wenn Ebbe ist kann man in 20 Minuten zur Insel laufen. So groß ist der Höhenunterschied dort!

Darum ist das Wasser in der ganzen Bristol Bucht leider auch eher etwas schlammig, dafür aber 1-2 Grad wärmer als in Swansea.

In Swansea gibt es lange Sandstrände! Und kommt man mit verschiedenen Bussen (Greyhound oder National Express) gut und günstig (7£ hin und zurück) hin. Ansonsten hat die Stadt nicht zu viel zu bieten. Wir waren auch einmal für ein verlängertes Wochenende in London. Der Megabus fährt einen für 10-14£ hin und zurück, ein Weg 3,5 h. Aber

Achtung: Die Unterkünfte sind suuuper teuer! Sogar die Hostels! Wir haben ewig gesucht bis wir was Bezahlbares bei airBnB gefunden haben. Wenn man erstmal da ist, ist London super eindrucksvoll. Geht unbedingt ins British Museum. Dort kann man eine kleine Weltreise und Zeitreise gleichzeitig machen. Hat mit großen Spaß gemacht!!