

Erfahrungsbericht PJ Montréal

Kanada hat mich schon immer fasziniert. Als das PJ näher rückte und ich über einen Auslandsaufenthalt nachdachte stand für mich fest, dass ich die Kooperation der Charité mit der UdeM unbedingt nutzen wollte. Montréal, Kanadas Stern an der Ostküste, lockte mich dabei vor allem wegen der Sprache und seiner unvergleichlichen Kultur. Und so machte ich mich also daran, alles Nötige zusammenzusuchen, um diesen Plan zu verwirklichen.

Bewerbung:

Zugegebenermaßen war ich anfangs etwas erschlagen. Als ein Mensch, der nicht gut planen und organisieren kann, schien die Bewerbung mit all ihren Beglaubigungen und Bescheinigungen für mich anfangs unüberwindlich.

Folgt man jedoch den Anweisungen auf der Website der Charité und traut sich, sich direkt an Fr. Lacroix und Fr. Heller zu wenden, so kommt bald Licht ins Dunkel. Nachdem die erste Bewerbung abgeschickt war, stand das Bewerbungsgespräch mit Fr. Lacroix bevor, welches unter vier Augen und auf Französisch stattfand. Mir wurde anschließend sofort gesagt, dass ich als Kandidatin für das Auslandstertial vorgeschlagen würde. Alle weiteren Schritte sind dann im Guide de l'étudiant visiteur festgehalten (https://medecine.umontreal.ca/wp-content/uploads/sites/8/Stages_de_medecine_en_externat_etudiants_hors_quebec.pdf), wobei ich dringend rate, sich den Guide rechtzeitig anzusehen, um nicht, wie ich, im Examenslernstress damit beschäftigt zu sein.

M. Barrette, der Koordinator der Université de Montréal, hat stets schnell auf Mails geantwortet und war immer sehr hilfsbereit, sodass ich schließlich auch alle Dokumente zu Frau Lacroix bringen und abschicken konnte. Nachdem alle Dokumente eingegangen sind, beginnt von Seiten der UdeM die Suche nach geeigneten Praktikumsplätzen. Ich habe mich vor allem aus finanziellen Gründen entschieden, nur die Hälfte meines Innere Tertials in Kanada zu absolvieren, sodass für mich zwei 4-wöchige Praktika gesucht wurden.

Meine Praktikumsangebote bekam ich erst Anfang Februar zugeschickt, was mich ziemlich unruhig werden ließ, da von Seiten der Uni auch dringend dazu geraten wird, vor endgültiger Zusage keine Flüge zu buchen. Schließlich erreichten mich jedoch die Angebote für 4 Wochen Intensivmedizin und 4 Wochen Kardiologie im Hôtel-Dieu, dem ältesten Krankenhaus Montréal.

Nachdem ich die Angebote unterschrieben und eingescannt zurückgeschickt hatte, vereinbarte ich endlich einen Termin bei der einzigen in Berlin sässigen designierten Ärztin, welche die für die Einreise geforderte Untersuchung durchführen konnte (und sich dies mit knapp 260€ bezahlen ließ). Neben einem kurzen Gespräch, einer körperlichen Untersuchung und einem Augentest wurden auch Bluttests (HIV und Lues) sowie ein Röntgen Thorax (keine Tbc in Kanada, bitte!) durchgeführt. Schließlich fehlte mir nur noch die Immatrikulation am Collège des médecins für 100CAD und nachdem ich alle Dokumente, wie im guide de l'étudiant visiteur beschrieben, an die kanadische Botschaft in Paris gesendet habe, erhielt ich auch eine Mail mit Einreiseerlaubnis – und konnte starten.

Wohnungssuche, Anreise, Wetter und mehr:

Wie bereits erwähnt, habe ich meine endgültige Zusage erst sehr spät erhalten. Was genau der Grund hierfür war, weiß ich nicht, jedenfalls hatte ich nur noch knapp 4 Wochen, um Unterkunft und Flüge zu organisieren. Ich entschied mich für einen Flug nach Montréal über London mit Easyjet, dessen Preis so kurz vor Abreise unschlagbar war. Seit kurzem benötigt man für die Einreise per Flugzeug ein ETA, welches 6CAD kostet und sehr simpel auf der offiziellen Seite der kanadischen Regierung zu

beantragen ist. Die Bestätigung kommt in der Regel sehr schnell, ich rate aber dazu, nicht wie ich erst 3 Tage vorher daran zu denken, das verhindert graue Haare.

Meine Wg fand ich auf Airbnb, etwas, das bei mir gut funktioniert hat, ich jedoch nicht unbedingt weiterempfehle, da mein Zimmer zwar nicht sehr teuer war, aber für Montréal'ser Verhältnisse eben doch recht viel gekostet hat. Dafür hatte ich zwei nette Mitbewohnerinnen und wohnte im Village, direkt an der rue Ste Catherine, der Hauptstraße der LGBTQ+ Szene und nur 5 Minuten vom Parc Lafontaine, einem der größten Parks Montréal's, entfernt. Gute Angebote für Zimmer und Wohnungen findet man unter kijiji.com oder über Craigslist. Es lohnt sich definitiv, die umliegende Gegend etwas zu erkunden und auch den Arbeitsweg im Voraus mal zu checken!

Da ich aufgrund meines gesplitteten Tertials keine Urlaubstage nehmen durfte, beendete ich mein erstes Tertial etwas früher und reiste einige Tage vor Praktikumsbeginn an, mit dem festen Plan, die freie Zeit zu nutzen, um Québec zu erkunden...

...und musste prompt erleben was es heißt, wenn einem das kanadische Wetter einen Strich durch die Rechnung macht. Alles, was ich glaubte, über kaltes Wetter zu wissen, gelang es Kanada, in meinen ersten zwei Wochen in Montréal zu übertreffen. Ich kämpfte mich also bei -27 Grad von einem warmen Unterschlupf zum nächsten und erkundete so gut es ging die Stadt, wobei meine Winterschuhe sicherlich mein kostbarster Besitz waren.

Ich investierte in eine OPUS-Monatskarte, dank welcher man für etwas mehr als 80CAD jeweils einen Monat lang alle öffentlichen Verkehrsmittel nutzen kann. Hierbei gilt zu bemerken, dass jeweils der 1. des Monats der Startpunkt des Abonnements ist, also nicht erst Mitte des Monats investieren. Alle unter 25-jährigen können über die Uni außerdem eine Ermäßigung bekommen!

Im März habe ich dank der Temperaturen meine OPUS Karte viel genutzt, im April habe ich mir jedoch ein Fahrrad gewünscht. Mitte April werden die BIXIs, Kurzzeitleihfahrräder, überall in der Stadt verteilt, sodass ich diese oft genutzt habe, um von A nach B zu kommen, da ich zwar gut angebunden gewohnt habe, jedoch gerade die Busse abends nicht immer sehr zuverlässig waren. Auch hierfür gibt es Tages-, Wochen-, Monats- und Jahrestickets, die die Nutzung unfassbar einfach und bequem machen.

1. Praktikum: Soins intensifs

Mein erstes 4-wöchiges Praktikum absolvierte ich auf der Intensivstation des Hôtel-Dieu. Ich habe zwar mein Abitur auf einer deutsch-französischen Schule gemacht, aber keine Famulatur im französischsprachigen Raum – das habe ich zu Anfang auf der Unité soins intensifs sehr gemerkt. Die „externes“, zu denen wir als PJler zählen, werden dort sehr eingespannt, ich habe immer mit einem „patron“, also Stationsarzt, der jede Woche rotierte, und einem „résident“, Assistenzarzt, zusammengearbeitet und zwischen 2-4 Patienten allein visitiert. Am anstrengendsten waren für mich hierbei die unfassbar ausführlichen handschriftlichen (!) Dokumentierungen in der Patientenakte, die auf der USI schon mal jeden Tag 3 Seiten lang sein konnten und die mir zu Beginn ziemlich unverständlich erschienen. Mit etwas Gewöhnung konnte ich dem Ganzen aber durchaus etwas Positives abgewinnen, da die seitenlangen Protokollierungen sehr zur Strukturierung der eigenen Arbeit beigetragen hat, vor allem bei den multimorbiden und komplizierten Fällen auf der Intensivstation. Bei den heiß geliebten Abkürzungen und Akronymen und Vokabelfragen hat mir das Buch Französisch für Mediziner geholfen, das man als Kindle Version ganz einfach auf dem Handy dabei haben kann! Es gibt außerdem im OASIS, dem Krankenhaus-System, ein eigenes Abkürzungsverzeichnis, das dabei helfen kann, abstruse Kürzel zu entschlüsseln. (Da die meisten Akronyme jedoch ein Produkt kreativer Freiheit sind, hilft oft nur eins: raten.)

Die Betreuung durch résidents und patron war sehr gut. Es ist absolut klar, wer für einen zuständig ist und an wen man sich wenden kann, die Pflege, die in Kanada und vor allem auf der USI unglaublich autonom und kompetent ist, nimmt die externen auch als vollwertigen Ansprechpartner wahr.

Es gab viele Möglichkeiten zu „techniquer“ – also zu schallen, Patienten zu intubieren, ZVKs und arterielle Zugänge zu legen oder alle möglichen Punktionen zu üben. Mit der Eröffnung des „nouveau CHUM“, dem Superkrankenhaus, das die 3 Universitätskrankenhäuser vereinen soll, wird wohl eine eigene Etage Intensivstation eröffnet, auf der ca. 6 hochspezialisierte Intensivstationen liegen sollen, externes dürfen hier wohl auch rotieren. Jedem Intensivmedizininteressierten rate ich da auf jeden Fall zu einem Praktikum, da das sicherlich unfassbar spannend wird und die Intensivmediziner am CHUM alles in allem extrem kompetente und nette Ärzte sind.

Ein großer Minuspunkt der USI:

Die reguläre Arbeitszeit ist von 7 bis 18 Uhr. Jeden Tag. Früher gehen konnte ich in 4 Wochen etwa fünf mal, weil mein patron Mitleid hatte und die Sonne schien. Im Winter war das schon sehr deprimierend, da die gesamte Sonnenzeit an einem vorbeiging. Frustrierend außerdem, wenn am frühen Nachmittag gähnende Leere herrschte und nur Aufgaben anstanden, bei denen ich beim besten Willen nicht helfen konnte. Hier hätte ich mir ein bisschen Mitgefühl und den Satz „Geh doch schon mal nach Hause...“ gewünscht.

2. Praktikum: Cardiologie; étage & unité coro

Mein Monat in der Kardiologie, ebenfalls am Hôtel-Dieu, war deutlich überschaubarer als der Monat auf der ITS. Arbeitsbeginn um 8, Feierabend zwischen 16 und 17, ganz selten um 18 Uhr und genug Zeit für eine Mittagspause haben mir meinen zweiten Monat versüßt. Die ersten zwei Wochen war ich auf der étage, also auf der peripheren Station, eingeteilt und war dort vor allem mit Visite und Konsilen meiner Patienten beschäftigt, die anschließend mit dem patron besprochen und dann in der großen Gruppe nachmittags erneut kurz visitiert wurden.

Woche 3 und 4 verbrachte ich auf der Herzintensivstation, der unité coro. Hier waren die Arbeitszeiten wieder etwas strenger als auf der étage, es blieb aber trotz schwerkranken Patienten immer viel Zeit, um Fragen zu klären. Patienten wurden in großer Runde intensiv besprochen und die vielen résidents in Jahr 4 oder 5, die zeitgleich mit mir eingeteilt waren, haben sich sehr viel Mühe gegeben, Unterricht zu machen und Fragen zu klären. Da am HDM viele Herz-OPs durchgeführt werden, lagen auf der unité coro auch oft die prä- und postoperativen Patienten. Wer Interesse an Herzkathetern hat, ist hier ebenfalls gut aufgehoben und kann in der Regel auch mal dabei sein.

Die Kardiologie hatte zudem mehrmals die Woche Fortbildung für externes und résidents, die immer ziemlich lehrreich waren.

Meine garde im zweiten Monat absolvierte ich am Wochenende in der Rettungsstelle – sehr zu meinem Unmut am schönsten Tag des Aprils. Dienstbeginn war um acht, als ich meine résidente anrief, verkündete diese mir jedoch, dass meistens bis um 12 nichts los sei am Wochenende. Dies bewahrheitete sich auch, ich habe dann aber einige Patienten aufnehmen können und weitere Diagnostik usw. mit meiner résidente besprochen. Glücklicherweise durfte ich um 20 Uhr das Krankenhaus verlassen und musste meine 14-Stunden-Schicht nicht absitzen.

Fazit:

Meine Zeit in Montréal war unglaublich schön und unglaublich anstrengend. Die UdeM hat einen hohen Standard, was Lehre und Forschung angeht. Damit steigen jedoch auch die Anforderungen an die Studenten, ob einheimisch oder ausländisch. Anfangs fiel es mir schwer, mich da einzufinden.

Ich will nicht verschweigen, dass ich auch genervt war. Von den langen Tagen. Von den eigenartigen handschriftlichen Romanen, die man Tag für Tag in die Patientenakte schreibt. Von dem (niemals böswilligen!) Unverständnis dafür, dass ein nicht-frankophoner Student mehr Erklärungsbedarf hat, als ein kanadischer...

Nachdem ich jedoch aus meiner Schockstarre erwacht war, habe ich viel mitnehmen und lernen können, konnte mich einbringen und beteiligen und wurde mit meinen Einwänden und Fragen immer ernst genommen. Die kaum vorhandene Hierarchie machte es auch einfacher, über meinen Schatten zu springen, wenn die Sprachbarriere mal wieder Probleme machte, der freundliche Umgangston und die viele Zuwendung, die von Seiten der „Vorgesetzten“ gezeigt wurde, machten auch einen noch so langen Arbeitstag erträglich.

Ich rate jedem, der Interesse an Kanada hat, diese großartige Chance zu nutzen und den Einblick in ein gut funktionierendes Gesundheitssystem auf sehr hohem medizinischen Niveau zu gewinnen.

Ich wünschte, ich dürfte noch mal.

