

Angaben zum Studium/Praktikum

Studienfächer	Medizin
Zielland	Portugal
Aufenthaltszeitraum (mm/jjjj bis mm/jjjj)	11/2014 - 1/2015

Angaben zur Person

Name, Vorname	Ladda, Aija Marie
E-Mail	aijamarie.ladda@gmail.com

Antworten Sie auf die Fragen jeweils bitte im Fließtext.

Was waren Ihre persönlichen und akademischen Beweggründe für den Auslandsaufenthalt?

Aufgrund meiner vorherigen Erfahrungen (Urlaub und Famulatur) hatte ich mich entschieden einen Teil des PJ in Portugal zu absolvieren. Lissabn ist eine wunderbare Stadt und die Bewohner ein unglaublich liebenswertes Völkchen. Darum war es mir auch sehr wichtig meinen Portugiesisch-Kenntnisse zu vertiefen. Aus akademischer Sicht wollte ich gern noch mehr Einblicke in das portugiesische Gesundheitssystem gewinnen und auch den Ablauf der Ausbildung. Darüber hinaus habe ich mich auch für die Unterschiede im Spektrum der vorherrschenden Krankheiten interessiert.

Wie haben sich Ihre Vorbereitungen gestaltet? Worauf ist besonders zu achten? (Bewerbung an der Hochschule/Institution; Organisation des Visums, Flugs sowie der Unterkunft; Krankenversicherung; Kosten)

Da ich den Aufenthalt über Erasmus organisiert habe, war alles recht unkompliziert. Über den Uni-Verteiler erfuhr ich von Restplätzen ca. 6-7 Monate bevor es dann tatsächlich losging. Wer ein bestimmtes Ziel im Kopf hat sollte sich allerdings früher kümmern, ich schätze mal ein Jahr im Voraus ist ausreichend. Über den Erasmus-Kordinator vor Ort habe ich dann Informationen bekommen zum Studienplan der Nova-Universität sodass ich alles gemäß den Vorgaben des LPA abdecken konnte. Das war insofern schwierig als die Praktika des sechsten Jahres in Portugal jeweils maximal 8 Wochen dauern und ich deshalb nicht länger bleiben konnte. Wer gerne ein ganzes Tertial oder mehr dort ableisten möchte, sollte privat bei einem der Ausbildungskrankenhäuser anfragen und den Aufenthalt über die Praktikumsförderung finanzieren. Der Vorteil für mich war jetzt dass ich eine Woche Einführungsveranstaltungen mitnehmen konnte und zeitgleich mit ca. 15 anderen Studenten am Krankenhaus das Praktikum gemacht habe. Für die Unterkunft: es gibt mehrere Wohnheime in der Stadt, über den Erasmus-Koordinator bekommt man auch Infos über freie Betten/Zimmer. Die Angaben zu dem Krankenhaus an welches ich dann gehen würde haben sich mehrmals geändert und ich musste vor Ort dann nochmals nachfragen, aber letzten Endes hatte ich noch eine günstige Lage für die Anfahrt. Mit der europäischen Krankenversicherung ist nur das Nötigste abgedeckt, darum habe ich zusätzlich eine private Reiseversicherung organisiert, das hat über die Apobank noch nicht mal was gekostet und hat sich gelohnt. Flüge gibt es reichlich, mit welchem Anbieter man fliegt entscheidet dann das Budget gemeinsam mit dem Gewissen.

Welche Erfahrungen haben Sie bei Ihrem Auslandsstudium/-praktikum gemacht?
(Bedingungen der Hochschule/Institution; belegte Kurse und Prüfungen; Tagungen; Workshops)

Die Fakultät selber habe ich nie gesehen, aber das Krankenhaus in dem ich war war sehr neu und modern (2-Bett-Zimmer etc). Das Chirurgie-Praktikum war für die Studenten gut organisiert mit Abschnitten in verschiedenen Abteilungen. Aufgrund der Sprache hatte ich natürlich nicht die gleiche Selbstständigkeit und habe die meiste Zeit einfach meinen Tutor begleitet. Dabei habe ich Patienten zur Aufnahme in der Ambulanz untersucht, war in der Notaufnahme, habe Patienten auf Station und auf der ICU/IMC visitiert und habe viel Zeit im OP verbracht. Dort durfte ich dann auch Katheter legen, assistieren, nähen usw. usf. Ich war zu nichts verpflichtet und durfte nach Absprache quasi kommen und gehen wie ich wollte. Dadurch das alle unglaublich nett waren und mir viel gezeigt und erklärt haben bin ich aber auch gerne lange geblieben, besonders wenn noch eine interessante OP geplant war (im OP war immer lange Betrieb). Zusätzlich zu den Einführungsvorlesungen (die für mich sprachlich besonders bereichernd waren) gab es auch hin und wieder interessante Fortbildungen die wir besuchen konnten (Internationaler Diabetes-Tag, Fallvorstellungen etc.). Erwähnenswert ist auch das herzliche Miteinander der Belegschaft. Auch wenn es mal Knatsch gab waren doch alle immer sehr höflich, außerdem (und das ist mir besonders sympatisch) werden alle mit Vornamen angesprochen. Weniger ausgeprägt als in Deutschland ist wiederum die Struktur der Kommunikation. So gab es zum Beispiel keine Röntgenbesprechungen, und für auswärtige Kollegen, die nur einen Tag pro Woche zum Operieren kamen, hat der Assistenzarzt dann die Verläufe per whatsapp geschickt, naja... Mittagessen gab es in der Kantine für ca. 4 Euro und ist durchweg lecker (für den der die portugiesische Küche schätzt), unbedingt zur erwähnen ist auch der Kaffee der in Portugal ja nicht wegzudenken und ein soziales Ereignis ist (meistens gegen 10h). Einziges Manko war die Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, die gegenüber der Autofahrt von ca. 10 min. mit knapp einer Stunde zeitlich und auch finanziell zu Buche schlug (ich war in Loures, das liegt außerhalb der Zone Lisboa). Wurde allerdings dann auch wieder dadurch ausgeglichen dass es erst um 8h losging.

Inwieweit sind Sie mit den sprachlichen Voraussetzungen vor Ort zu Recht gekommen?
(z.B. Angebote von Sprachkursen, Arbeitssprache vor Ort, Kommunikation vor Ort)

Die Sprachkurse der Uni mit ca. 20 Teilnehmern schienen mir nicht so empfehlenswert und es gab auch keine Intensivkurse zum Zeitpunkt meiner Ankunft. Daher hatte ich mich über das lokale ESN bei Worldpuzzle angemeldet, einer sehr empfehlenswerten Institution. Für 200 Euro kann man einen 2-wöchigen Intensivkurs machen. Da ich in der zweiten Woche dann schon mit dem Praktikum anfangen musste ich die zweite Hälfte des Kurses auf zwei Abendtermine pro Woche verlegen, was aber überhaupt kein Problem darstellte. Meine Lehrerin war sehr kompetent und nett und hat sich auf das individuelle Kursniveau angepasst. Wir waren meistens nur 4 Leute pro Kurs, sodass das Sprechen auch nicht zu kurz kam. Im Klinikum dann habe ich zunächst überwiegend englisch gesprochen, zumindest mit den Ärzten. Da viele Lehrbücher auf englisch sind verstehen sie die Sprache ziemlich gut, und auch das Fernsehprogramm ist nur im Untertitel übersetzt. Zum Ende des Kurses hin waren meine Sprachkenntnisse aber dann so gut, dass nur noch mein Tutor englisch mit mir gesprochen hat. Die Dokumentation war natürlich auch auf portugiesisch, aber die Fachbegriffe sind meistens leicht zu übersetzen, sodass ich meinem Tutor beim Schreiben über die Schulter gucken konnte. Wenn man allerdings dann mal irgendwo außerhalb des Zentrums Besorgungen oder einen Arztbesuch macht, ist es schon von Vorteil wenn man des Portugiesischen mächtig ist, da die älteren Leute meistens kein Englisch sprechen.

Welche persönlichen Eindrücke bleiben von Ihrem Aufenthalt und wie bewerten Sie diesen? (Alltag vor Ort; Mentalität; prägende Erlebnisse; Wurden Ihre Erwartungen erfüllt?)

Durch meinen Platz im Wohnheim hatte ich viel Kontakt zu anderen (berwiegend ausländischen) Studenten, das fand ich sehr angenehm. Das Wohnheim selber wiederum hat mich nicht so begeistert, aber die Zentralheizung hat es wieder rausgerissen, denn die ist in Portugal ja kein Standard. Über Bekannte vor Ort und couchsurfing.org habe ich viele Leute kennengelernt und die Wochenenden gut zur Erholung genutzt. Es gab Hausparties, das Bairro Alto mit seinen unzähligen Bars, Clubs an den Docas und und und. Außerdem ist die Stadt von Museen und Sehenswürdigkeiten quasi übersät, wovon ich das Gulbenkian, das CCB und das Museum der "Artes Antigas" empfehlen kann. Am meisten beeindruckt hat mich jedoch die Mentalität der Portugiesen. Es war zwar nicht mein erster Aufenthalt, aber dieses Mal haben sich meine ersten Eindrücke nochmal bestätigt. Sowohl im beruflichen als auch im privaten Bereich waren die Leute sehr interessiert an dem was ich mache und wer ich bin, ohne sich jemals aufzudrängen. Das liegt sicher nicht nur daran das die Höflichkeit in Portugal ein wichtiger Bestandteil der Kultur ist. Was viele als negativ empfinden, z.B. dass alles immer ein bisschen länger dauert als geplant und überhaupt dass nicht alles immer einwandfrei durchorganisiert ist empfand ich persönlich als besonders entspannend, aber wer eher ein ungeduldiger Typ ist, der könnte Schwierigkeiten damit haben. Für mich war es jedenfalls ein wunderbare Zeit und hat mich soweit beeinflusst dass ich überlege für längere Zeit nach Portugal zu gehen um dort zu leben.

Welche praktischen Tipps würden Sie zukünftigen Studierenden für Ihren Auslandsaufenthalt geben? (z.B. zu Zeitpunkt, Finanzierung, sprachliche Vorbereitung, ...)

Auch wenn Sprachkenntnisse kein Muss sind, ich würde es jedem ans Herz legen sich entsprechend vorzubereiten, denn dann kann man wirklich maximal von dem Aufenthalt profitieren und steht nicht nur dabei und guckt zu. Im Sommer ist Lissabon ganz schön von Touristen überlaufen, sodass es sich empfiehlt einen Zeitraum außerhalb der Saison anzupeilen. Um fachlich leichter reinzukommen ist ein Aufenthalt im oder kurz vor dem PJ ideal, nur so hat man eine Chance die fachlichen Unterschiede gut einordnen zu können, z.B. bzgl.

OP-Techniken. Für die Auslagen der privaten Krankenversicherung und für weitere Reisen in den Ferien empfehlen sich ein paar hundert Euro als Rücklage (ein Besuch beim Augenarzt hat ca. 80 Euro gekostet). Über das

Erasmus-Netzwerk kann man z.B. nach Marokko fahren oder eine Europa-Tour machen.

Für die Metro rechtzeitig ein Monatskarte beantragen, Taxifahren vom/zum Flughafen kann man sich gönnen (ca. 10 Euro).