

Angaben zum Aufenthalt

Studienfach bzw. -fächer	Humanmedizin
Vorhaben (z. B. Studium, Praktikum, Sprach- o. Fachkurs)	Praktisches Jahr
Zielland, Stadt	Südafrika, Kapstadt
Gastinstitution	Tygerberg Hospital Stellenbosch University
Aufenthaltszeitraum (mm/jjjj bis mm/jjjj)	01/2025 - 03/2025

Bitte antworten Sie auf die Fragen jeweils im Fließtext. Pro Feld sollen mind. 750 Zeichen geschrieben werden.

Was waren Ihre persönlichen und akademischen Beweggründe für den Auslandsaufenthalt?

Schon während meiner Ausbildung zum operationstechnischen Assistenten wuchs mein Interesse an einem Aufenthalt in Südafrika während meines PJs. Die Berichte einer Chirurgen über ihre Zeit in Kapstadt weckten in mir den Wunsch, dort selbst medizinische Erfahrungen zu sammeln. Mein Ziel war es, einen tieferen Einblick in ein fremdes Gesundheitssystem zu erhalten, neue Behandlungsansätze kennenzulernen und mit Verletzungsmustern umgehen zu lernen, die in Deutschland seltener vorkommen. Die Tätigkeit im Tygerberg Hospital sollte mir genau diese Möglichkeit bieten – mit hoher Eigenverantwortung, praxisnaher Ausbildung und dem Umgang mit teils ungewöhnlichen Krankheitsbildern. Gleichzeitig wollte ich meine medizinisch-englischen Sprachkenntnisse verbessern, was für meinen weiteren beruflichen Weg und mögliche Forschungsvorhaben von großem Nutzen wäre. Auch auf persönlicher Ebene soll der Aufenthalt eine wertvolle Erfahrung darstellen: Ich möchte mich in einer neuen Umgebung zurechtfinden, kulturelle Unterschiede kennenlernen und Kontakte zu Menschen mit vielfältigem Hintergrund knüpfen.

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)

Es ist von Vorteil sich frühzeitig schlau über benötigte Unterlagen und Nachweise (Sprachnachweis etc.) zu machen, damit man zu Bewerbungsbeginn das meiste parat hat. Unter der folgenden Mailadresse bekam man allgemeine Infos für ein Elective am Tygerberg: TIOUGELECTIVES@sun.ac.za

Das Bewerbungsportal der Universität war dann recht übersichtlich gestaltet und man bekommt eine Anleitung geschickt, was man alles ausfüllen und anklicken muss. Dort gab es auch eine Übersicht der benötigten Unterlagen.

Wenn man die Bewerbung dann eingereicht hatte, hieß es warten. Das kann recht nervenaufreibend sein, da ein offizielles Angebotsschreiben der Universität recht spät kam und man die Studiengebühren etc. erst nach Erhalt und Annahme dieses Angebots überweisen sollte. Da man aber wahrscheinlich schon früher Flüge buchen will, habe ich häufiger Mails zuvor geschrieben und nachgefragt, ob alles klappt und ich meine Reise nach Südafrika planen kann. Das Antwortverhalten ist leider nicht so, wie man es sich in einer solchen Situation wünscht. Aber letztlich klappt eigentlich alles recht entspannt.

Ein Visum wurde für 90 Tage bei Einreise ausgestellt. Dies reichte auch für den Zweck das PJ im Land zu absolvieren. Aus Erzählungen weiß ich, dass die Beantragung eines Visums für einen längeren Zeitraum recht aufwendig ist. Genauer weiß ich aber nicht.

Ich habe eine Auslandskrankenversicherung über die Envivas abgeschlossen. Da ich anschließend noch 4 Monate in der Schweiz verbracht habe, hat diese mich circa 250€ für die gesamten 6 Monate im Ausland gekostet.

Die Kosten für Flüge beliefen sich auf circa 1000€ (Hin und Zurück).

Die Studiengebühren beliefen sich auf 1350€ für zwei Monate.

Die Unterkunft auf dem Campus kostete für diese Zeit 1450€.

Welche Erfahrungen haben Sie bei Ihrem Auslandsaufenthalt gemacht?

(Bedingungen der Hochschule/Institution, belegte Kurse und Prüfungen, Tagungen, Workshops)

Alles läuft dort etwas anders als man es auch Krankenhäusern in Deutschland gewohnt ist. Es ist ein wenig chaotischer, wodurch der Eindruck entsteht, dass man eher gemütlich arbeitet. Natürlich werden in der Notaufnahme instabile Patienten schnellstmöglich behandelt. Sind diese dann aber stabilisiert, kann die restliche Behandlung schon mal etwas länger dauern.

Bezüglich der Ausbildung von Studenten war ich sehr beeindruckt. Diese werden früh mit der Praxis konfrontiert und viel Wert auf Hands-On gelegt. Dadurch sind die sehr fit was die Behandlung und Untersuchung der Patienten angeht. Die regelmäßigen Seminare sind gut strukturiert und werden, abhängig von der Abteilung, auch mit einem gewissen Druck durchgeführt, um die angehenden Ärzte an stressige Situationen heranzuführen.

An diesen Seminaren durften wir als Internationals natürlich jederzeit gerne teilnehmen und uns beteiligen.

In der Notaufnahme und auf der Station durften wir selbstständig arbeiten, konnten uns aber auch jederzeit Hilfe holen. Wir wurden also nicht alleingelassen, was einem die notwendige Sicherheit gab.

Inwieweit sind Sie mit den sprachlichen Voraussetzungen vor Ort zu Recht gekommen?

(z. B. Angebote von Sprachkursen, Arbeitssprache vor Ort, Kommunikation vor Ort)

Vor Ort wurde meist Englisch oder Afrikaans geredet. Das einheimische Personal war in beidem firm. So konnte man bei Kommunikationsproblemen immer jemanden um Hilfe bitten. Andere Sprachen wie Xhosa wurden teilweise auch gesprochen, da fand ich aber häufig jemand, der übersetzen konnte.

Meine Englischkenntnisse sind nicht perfekt, aber haben wunderbar ausgereicht um mich zu verständigen und im Alltag sowohl innerhalb als auch außerhalb des Krankenhauses klarzukommen. Um das medizinische Vokabular etwas vorzubereiten habe ich zuvor an der Uni einen C1-Medical English Kurs besucht. Dieser hat mir bei Grundlagen geholfen, den Feinschliff hat man dann schnell im Krankenhausalltag gelernt. Die Mitarbeitenden waren aber auch lieb und verständnisvoll, wenn man etwas nicht sofort verstanden hat.

Außerhalb des Krankenhauses war die Kommunikation mit den anderen Internationals auch kein Problem. Es gab eine Menge deutschsprechender Studierenden, aber die meisten Unterhaltungen haben auf Englisch stattgefunden.

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

Auch wenn der Bewerbungsprozess etwas aufwendig und zeitweise sehr nervenaufreibend war, hat es sich absolut gelohnt. Ich bin sowohl von meinem Arbeitseinsatz als auch von dem Land an sich mehr als begeistert und würde jedem der darüber nachdenkt für eine Zeit im Studium ins Ausland zu gehen dazu raten es zu machen.

Im Krankenhaus haben die Patienten mich nachhaltig beeindruckt. Trotz ernsthafterer oder schmerzhafter Verletzungen waren sie stets freundlich und geduldig, auch wenn sie gelegentlich etwas länger warten mussten. Sie waren für jedwede Zuwendung und Behandlung extrem dankbar und haben dich das auch merken lassen. Das erfährt man in Deutschland leider immer weniger.

Kapstadt fand ich persönlich sehr toll. Es hat eine Menge zu bieten: man kann sich morgens in die Wellen stürzen und eine Runde surfen gehen, um dann Mittags auf einem Weingut die Seele baumeln zu lassen und den Anblick des Tafelberges zu genießen, den man dann zum Sonnenuntergang hinaufklettert. Auch kulturell und kulinarisch hat die Stadt eine Menge zu bieten, jeder kommt hier auf seine Kosten.

Das restliche Land lohnt sich ebenfalls zum Bereisen. Es finden sich traumhafte Küstenwege, schöne kleine Ortschaften und im Landesinneren neben langen Bergketten riesige Nationalparks, in denen man Elefanten, Zebras und viele andere Tiere Afrikas entdecken kann.

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

Zur Bewerbung:

Knappes Jahr zuvor über das Bewerbungsportal der Universität. Ich hatte aber bereits früher Kontakt via E-Mail, wurde dann aber auf das Portal und die Bewerbungsfrist ab Anfang April des Vorjahres verwiesen.

Frühzeitig über benötigte Unterlagen informieren.

Einen Sprachkurs belegen, um einen Sprachnachweis zu erhalten (TOEFL oder ähnliches (ich hatte einen DAAD-Nachweis von meinem C1-Kurs, der ebenfalls gereicht hat)).

Finanzierung: Erspartes ist ratsam, um auf der sicheren Seite zu sein. PROMOS bietet eine wunderbare Möglichkeit die Kosten Vorort zu begleichen. Dafür benötigt man dann ebenfalls einen Sprachnachweis, ein Motivationsschreiben und ein Quäntchen Glück bei der Bewerbung.

Bezüglich Sicherheit in Südafrika:

Wenn man sich über die Sicherheit und Kriminalität in Südafrika, gerade in Kapstadt, beliest, kann einem schon etwas mulmig werden. In vielen Reiseblogs wird dann aber auch darüber berichtet, dass wenn man sich an bestimmte Regeln hält, man eigentlich ziemlich sicher ist. Das kann ich nun im Nachhinein auch unterschreiben.

Wichtig ist dabei, sich auf seinen gesunden Menschenverstand zu verlassen und grundsätzliche Regeln zum Leben in einer Großstadt zu beachten. Ein Fremdenführer in Kapstadt meinte, man solle sich der Kriminalität bewusst sein und sich dementsprechend verhalten, aber man brauche sich nicht fürchten. Vor allem ist man als Tourist sowieso eher in Gegenden unterwegs, in denen viel für die Sicherheit getan wird. Ein guter Tipp zur Fortbewegung ist definitiv Uber. Die Fahrer wissen, wo sie wann langfahren können und was man wie wo machen kann und was nicht.

Abschließend lässt sich sagen, dass ich mich in meiner Zeit dort niemals unsicher oder unwohl gefühlt habe und meine vorangegangenen Sorgen eher unberechtigt waren.