

Angaben zum Aufenthalt

Studienfach bzw. -fächer	Humanmedizin
Vorhaben (z. B. Studium, Praktikum, Sprach- o. Fachkurs)	Praktikum (PJ-Tertial)
Zielland, Stadt	Groß Britannien, Cardiff
Gastinstitution	University Hospital Wales, Cardiff
Aufenthaltszeitraum (mm/jjjj bis mm/jjjj)	03/2022 bis 05/2022

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?

Es hat mich schon immer fasziniert, in andere Kulturen einzutauchen und fremde Länder und deren Bräuche kennen zu lernen. Als ich von dem ERASMUS-Programm hörte, war ich mir sicher, dass auch ich die einmalige Chance nutzen möchte, um meinen Horizont zu erweitern, neue Eindrücke zu gewinnen und neue Bildungserfahrungen sammeln möchte.

Von einem solchen Studienaufenthalt erhoffte ich mir eine ideale Gelegenheit, den Arbeitsalltag in einem anderen Land und dessen Gesundheitssystem hautnah mitzerleben und einen Einblick in die Kultur Großbritanniens jenseits der bekannten Städte wie London oder Liverpool zu bekommen. Da ich während des Studiums die Universitäts Sprachkurse „C1 Englisch für Mediziner“ und „C1 Academic Writing“ belegt hatte, wollte ich nun die Möglichkeit nutzen, meine bisher erworbenen Sprachkenntnisse anzuwenden und weiter auszubauen. Außerdem sah ich in diesem Auslandsaufenthalt ebenfalls als eine Möglichkeit, die Zusammenarbeit in einem internationalen Team kennenzulernen, mich in Flexibilität und Teamfähigkeit zu üben und sich stetig neuen Herausforderungen zu stellen.

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)

Bewerbung: Die Bewerbung begann ca. 1 Jahr vor meinem geplanten Aufenthalt. Zunächst sollte man die Info-Veranstaltungen des International Office wahrnehmen, in denen die sämtliche Möglichkeiten zum Auslandsaufenthalt und dessen Finanzierungsmöglichkeiten dargelegt werden. Danach nahm ich mit dem zuständigen Koordinator für Medizinstudenten Prof. Lars Kaderali Kontakt auf. Anschließend erfolgte die Bewerbung problemlos online über ein Portal des IO und nach Bestätigung des Aufenthaltes nahm die zuständige Koordinatorin aus Cardiff Kontakt auf und leitete alle weiteren Schritte ein. Es waren dann unter anderem Impfnachweise und weitere Formulare notwendig.

Visum: Für einen Studienaufenthalt mit der Dauer von weniger als 6 Monaten war zum Zeitpunkt meiner Reise keine vorherige Beantragung eines Visums notwendig und man erhielt bei Einreise am Flughafen problemlos ein "Visa on Arrival".

Flug: Mein Flug erfolgte von Hamburg nach London Heathrow mit British Airways. Anschließend empfiehlt sich eine Busfahrt mit Megabus, National Express oder Flixbus nach Cardiff. Auch möglich sind direkte Flüge nach Cardiff oder Bristol, wodurch man sich eventuell die längere Busfahrt sparen kann.

Unterkunft: Während meines Aufenthaltes in Cardiff wohnte ich im "Centre for English Language Teaching", einer der Universität nicht angehörenden Sprachschule mit verfügbaren Zimmern. Diese Unterkunft ist nur zu empfehlen, da die Lage sowohl zum Krankenhaus als auch ins Stadtzentrum optimal, die Unterkunft sehr sauber und komfortabel und der Vermieter Greg Nelson sehr bemüht und äußerst zuvorkommend ist. Hier findet Ihr den Link zur Sprachschule, Kontakt kann per E-Mail aufgenommen werden: <https://www.celt.co.uk>

Andere Studenten wohnten unter anderem in Residenzen der Universität oder auch in Privatunterkünften.

Krankenversicherung: Ich hatte eine zusätzliche Auslandskrankenversicherung. Diese kann man u.a. kostenlos bei der Ärztesfinanz abschließen.

Kosten: Die Unterkunft in optimaler Lage kostete ca. 500 Pfund pro Monat. Die Lebensunterhaltungskosten sind etwas teurer als in Greifswald, vermutlich aber mit etwas größeren Städten in Deutschland vergleichbar. Wenn man an seinen Studentenausweis denkt, gibt es nahezu überall eine Vergünstigung und einige Museen und kulturelle Angebote sind sogar kostenlos.

Welche Erfahrungen haben Sie bei Ihrem Auslandsaufenthalt gemacht?

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

Die maximale Aufenthaltsdauer an der Cardiff University für Medizinstudenten beträgt 90 Tage. Da mein Aufenthalt im Rahmen des Praktischen Jahres stattfand, konnte ich jedoch nur für die Dauer von 8 Wochen bleiben. Dadurch war der Aufenthalt zu kurz für die Förderung durch das ERASMUS-Programm. Ich habe mich dann dafür entschlossen, mich auf das PROMOS-Stipendium der Universität zu bewerben und dieses auch erhalten.

Während meines Aufenthaltes war ich jeweils einen Monat in der Pulmologie und Kardiologie. Welche Rotationen man im Krankenhaus absolvieren möchte und für wie lange, kann man sich frei aussuchen. In der Inneren Medizin startet man in der Regel um 9 Uhr. Die Tagesgestaltung ist in beiden Abteilungen größtenteils frei möglich. So kann man zwischen Stationsvisite, Sprechstunden und Interventionen wählen. Die Mitarbeiter pflegerischer und ärztlicher Seite waren dabei durchweg sehr freundlich und zuvorkommend und nehmen sich Zeit Fragen zu beantworten und Zusammenhänge zu erklären. Auf Station ist es möglich, die praktischen Tätigkeiten zu erledigen, die anfallen. So durfte ich stets arterielle Blutgasanalysen abnehmen oder auch Harnwegskatheter legen. Die

eigenverantwortliche Betreuung von Patienten, wie es manchmal im PJ in Deutschland üblich ist, ist hier allerdings nicht vorgesehen.

Mir persönlich hat es in der Pulmologie etwas besser gefallen, da es dort nicht ganz so viele Auswahlmöglichkeiten wie in der Kardiologie gab und man so schneller Teil des kleineren Teams wurde. In beiden Abteilungen war auch ein langes Wochenende oder ein vorzeitiger Feierabend absolut kein Problem.

Aufgrund der Corona-Situation war es während meines Aufenthaltes möglich, Kasak und Turnschuhe in der Klinik zu tragen. Zuvor war es jedoch üblich, Stoffhosen und Bluse/Hemd zu tragen.

Darüber hinaus gibt es unter der Woche zahlreiche Teachings, die entweder Abteilungsintern oder übergreifend für junge Ärzte stattfinden. Diese sind meist sehr interessant und abwechslungsreich gestaltet und nicht selten gab es auch ein kostenloses Mittagessen.

Zusammenfassend hatte ich eine sehr lehrreiche und abwechslungsreiche Zeit in der Inneren Medizin in Cardiff. Es ist allerdings manchmal etwas Eigeninitiative erforderlich, sich über alle Möglichkeiten zu informieren und stets neu vorzustellen und einzubringen. Dies wird einem durch die außerordentlich lieben Mitarbeiter aber sehr leicht gemacht.

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

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

In Vorbereitung auf diesen Auslandsaufenthalt habe ich zwei der Universitätssprachkurse (C1Medical English und C1 Academic Writing) belegt und den DAAD-Sprachtest abgelegt. Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase stellte die Kommunikation vor Ort somit eigentlich kein Problem dar.

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

Meine zwei Monate in Cardiff bleiben mir durchweg als sehr positiv in Erinnerung. Sehr überrascht hat mich zunächst das sehr lebhaftes Stadtzentrum mit den zahlreichen Pubs, Restaurants und Bars. Die Six Nations Rugby Spiele, die im März 2022 in Cardiff stattfanden, sorgten für jede Menge Trubel. Und auch nach den regulären Sportevents (Rugby im Cardiff Arms Park oder Fußball im Cardiff City Stadium) tummeln sich die Zuschauer in den Straßen vor den Stadien. In meiner Zeit in Cardiff haben wir auch ein Rugby-Spiel und ein Fußballspiel besucht - beides absolut zu empfehlen.

Besonders geprägt wurde mein Aufenthalt auch durch die außerordentlich freundliche und zuvorkommende Art der walisischen Bevölkerung, die uns sowohl im Krankenhaus als auch im Alltag so gut wie nur möglich mit einbezogen haben und immer behilflich waren, sofern dies notwendig war. An den Wochenenden unternahmen wir oft Ausflüge mit dem Bus oder Zug nach Bristol, Swansea, Barry Island, Penarth Pier und London. Besonders überzeugt hat mich unser Tag in Bristol, einer sehr jungen und lebendigen Stadt mit zahlreichen Pubs und Cafés direkt entlang des Flusses und zahlreichen kulturellen Angeboten.

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

sprachliche Vorbereitung: In Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt in Großbritannien kann ich den zwei semestrigen Universitätssprachkurs "English for Medicine C1" sehr empfehlen. Dort bekommt man die Möglichkeit sich mit der Fachsprache vertraut zu machen und auf die Kommunikation vorzubereiten.

Finanzierung: Da mein Aufenthalt leider zu kurz für eine Förderung durch das Erasmus-Programm war, habe ich mich auf das PROMOS-Stipendium der Universität beworben und dieses auch erhalten. Die benötigten Unterlagen für die Bewerbung kann man online einsehen.

Weitere Möglichkeiten für eine finanzielle Unterstützung kann man unter anderem hier finden:

<https://www.praktischerarzt.de/auslandsstipendium-medizin/>

<https://www2.daad.de/ausland/studieren/stipendium/de/70-stipendien-finden-und-bewerben/>

<https://medizinernachwuchs.de/chancen-im-ausland/2021/09/auslandsstipendien-2022-foerderung-von-medizinstudentinnen-und-medizinstudenten>

Vor Ort: In Cardiff lohnt es sich oft, Wege mit dem Fahrrad zurückzulegen. Studenten der Universität Cardiff können die praktischen Ovo-Bikes kostenlos für 30 Minuten am Stück nutzen und an einer der zahlreichen Stationen austauschen. Ich habe für meinen Aufenthalt ein Fahrrad gekauft und dieses auch wieder problemlos im Facebook Marketplace für den gleichen Preis verkauft. So war man nie darauf angewiesen, dass morgens auf dem Weg zur Klinik auch noch ein Fahrrad verfügbar ist. Viele nutzten jedoch auch die kostenlosen Räder.

Während des Semesters gibt es zahlreiche kostenlose Veranstaltungen und Ausflüge, die von der Students Union organisiert werden. Diese sind oft auch eine gute Möglichkeit, andere Studenten kennenzulernen.

<https://www.cardiffstudents.com/whatson/all/>