

## Angaben zum Aufenthalt

Studienfach bzw. -fächer	Humanmedizin
Vorhaben (z. B. Studium, Praktikum, Sprach- o. Fachkurs)	Praktisches Jahr
Zielland, Stadt	Österreich, Gmunden
Gastinstitution	Medizinische Universität Graz
Aufenthaltszeitraum (mm/jjjj bis mm/jjjj)	11/2020 bis 03/2021

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?

Persönliche Beweggründe: Das sechste Studienjahr im Medizinstudium besteht aus einem Praktischen Jahr was in Tertiale aufgeteilt ist. Zwei davon sind Pflichtfächer (Chirurgie, Innere Medizin) und ein Tertial ist das Wahlfach. Mein Chirurgie Tertial wollte ich aus unterschiedlichen Gründen nicht in Deutschland machen. Der Ruf für das Chirurgie Tertial in Deutschland ist eher nicht so berühmt, meistens besteht die Arbeit eines PJers aus Hacken halten, was leider eher nicht so lehrreich ist, sondern eher eine billige Arbeitskraft für das Krankenhaus. Der Sinn des PJs für mich ist ein Bild von den verschiedenen Arbeitsfeldern in der Medizin zu machen um herausfinden zu können welche Richtung ich später schlagen will. Da meine Muttersprache Portugiesisch ist hatte ich zuerst geplant Chirurgie in Brasilien zu machen, leider wurde das Praktikum wegen der Pandemie abgesagt. Also machte ich mich auf der Suche nach einer guten Alternative und bin auf sehr positive Bewertungen über die Chirurgie Abteilung im Salzkammergut Klinikum gestoßen. Glücklicherweise war noch ein Platz für mich frei. Man muss dazu sagen dass ich Familie in Österreich habe und schon immer den Wunsch hatte mal länger in Österreich zu sein, also dachte ich jetzt ist die perfekte Chance.

Meine Überlegung war auch dass wenn jetzt wieder ein harter Lockdown kommen soll, was ja schon vorhersehbar war, will ich lieber in einer Region sein, wo es sehr viel und sehr schöne Natur gibt, anstatt z.B. in einer Stadt eingesperrt zu sein. Was noch für mich persönlich wichtig war, dass es ein eher kleineres Krankenhaus sein sollte. Für mich war die Priorität mich in einem Team wohl zu fühlen und auch als Teammitglied wahrgenommen zu werden. Außerdem war mein fachliches Ziel die häufigsten Krankheitsbilder gut kennenzulernen und zu beherrschen, anstatt die seltensten Krankheitsbilder zu sehen, was eher in großen Kliniken (Uniklinikum) vorkommt. Ein weitere Vorteil war dass es in Gmunden die Möglichkeit gab die vier Monate zu splitten und 2 Monate die Unfallchirurgie und die anderen 2 Monate die Allgemein Chirurgie kennenzulernen. So hatte ich die Möglichkeit gleich zwei chirurgische Fachrichtungen kennenzulernen.

### 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)

Im Vorfeld habe ich direkt die Sekretärin in Gmunden angeschrieben und mich bei ihr beworben. Sie hat mich dann an die Universität Graz weitergeleitet, da ich sozusagen an einer der Unis in Österreich immatrikuliert sein musste um mein PJ in Gmunden zu machen, da es ein Lehrkrankenhaus ist. Daraufhin habe ich mich beim International Office in Graz gemeldet und Sie konnten mir sehr gut helfen und in Zusammenarbeit mit dem International Office in Greifswald lief die Bewerbung für Erasmus dann auch gleich problemlos und unkompliziert, nur sollte man sich früh genug bewerben, da diese Prozesse immer auch festgelegte Termine haben. Sobald ich erfolgreich in der Grazer Uni immatrikuliert war lief die Bewerbung in Gmunden problemlos weiter, da die Sekretärin mir schon einen Platz gesichert hatte für den Zeitraum den ich brauchte.

Was nennenswert ist, dass das Krankenhaus für mich eine österreichische Krankenversicherung abgeschlossen hat, weil es bei mir hieß das es immer so erfolgt. Seltsamerweise mussten die anderen deutschen PJler keine abschließen, was wir nie wirklich verstanden haben.

Unterkunft ist in Gmunden sehr sinnvoll mit Wohnheim, da es sonst mit der Erasmus Förderung nicht machbar wäre, weil in Gmunden die Mieten sehr teuer sind. Für Österreich ist glücklicherweise kein Visum erforderlich.

Ich hatte leider ein Problem mit meinem deutschen Kennzeichen, da ich von der Polizei angehalten worden bin und sie mir erklärten, dass ich mein Auto hätte ummelden müssen. D.h. falls man in Österreich für den Zeitraum von 4 Monaten sein sollte würde ich mich vorher mit dem zuständigen Amt in Kontakt setzen und die Situation klären, die Polizei meinte zu mir es könnte vielleicht ein Ausnahme gemacht werden, weil es ja für 4 Monate nicht wirklich lohne.

Aber ein Auto allgemein ist natürlich sehr praktisch, aber meistens hat irgendeiner der PJler ein Auto. Denn ohne ist es teilweise schwer die Region zu erkunden. In Österreich ist das Autobahnnetz mit einer Vignette die man in verschiedenen Paketen kaufen kann, eigentlich nicht sehr teuer und lohnt sich auf jeden Fall für die 4 Monate.

Kosten allgemein sind natürlich abhängig was man vor hat, Skifahren ist teuer, Supermarkt ist sehr ähnlich zu Deutschland vielleicht etwas teurer, und das Mittagessen in der Kantine muss man selber bezahlen in der Mensa, ist aber echt gut und hat sich gelohnt.

Im Wohnheim hat man keine eigene Küche was zu Corona etwas blöd war aber an sich ging es. Ich war froh ein eigenes Bad zu haben, und sogar einen eigenen Balkon! Was vielleicht noch wichtig ist zu wissen, im Wohnheim gab es kein Internet, man musste sich selber eine WLAN Box anschaffen. Im nachhinein hätte man es gut vielleicht mit anderen Wohnheimbewohnern teilen können.

## **Welche Erfahrungen haben Sie bei Ihrem Auslandsaufenthalt gemacht?**

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

Während des Auslandsaufenthalt war ich im Krankenhaus in Gmunden auf der chirurgischen Abteilung tätig. Das Krankenhaus Gmunden ist ein Lehrkrankenhaus der Medizinischen Universität Graz.

Meine Tätigkeiten als PJler waren im regulären Abteilungsalltag teilzunehmen. Der Tag fing jeden Morgen mit einer Frühbesprechung an, in welcher der diensthabende Arzt von den stationär aufgenommenen Patienten und von den notfallmäßig operierten Patienten berichtet hat. Danach wurden die anstehenden OPs durchgesprochen und auf die jeweiligen Oberärzte aufgeteilt, im Anschluss wurden die PJler gefragt an welchen OP sie assistieren wollen. Als nächstes ist die morgendliche Visite durchgeführt worden, in welche die Entlassungen und der Tagesverlauf entschieden worden ist und die Verbände ärztlich beurteilt und gewechselt worden sind.

Allgemein konnte man sich aber als PJler eigentlich sehr frei einteilen, je nachdem welche Interessen man hat. Die einen wollten lieber den ganzen Tag im OP stehen und assistieren die anderen lieber in der Erstversorgung sein oder bei der Endoskopie helfen. Wer Lust hatte konnte auch bei den Sprechstunden zuschauen oder teilweise eigene Patienten betreuen. Für mich war die Adipositas Sprechstunde sehr beeindruckend, in der Übergewichtige Patienten sich für Bariatrische OPs vorstellen. Mich hat die komplexe Behandlung, Betreuung und Nachsorge dieser Patienten fasziniert. Diese Komponenten bestehen aus einem großen Team von Ernährungsberatern, Psychologen und spezialisierten Chirurginnen. Diese Arbeitsgruppe war ein sehr eingespieltes Team, was für das Outcome der Patienten sehr positiv war.

Was für mich auch sehr lehrreich war, war die Erstversorgung bzw. die Ambulanz. Dort konnte man ganz normal Patienten die ungeplant mit Beschwerden gekommen sind betreuen und bei diesen dann selbstständig die Anamnese, Untersuchung, weitere Diagnostik und Therapie durchführen. Man konnte immer Rücksprache mit den Ärzten halten und zusammen mit Ihnen Entscheidungen treffen. Am Anfang war es etwas beängstigend alleine einen Patienten zu begleiten, aber schnell konnte ich meine Fortschritte sehen und auch Feedback von den Ärzten und von der Pflege bekommen. Wenn man Interesse hatte konnte man sich auch freiwillig für Dienste melden oder einfach spontan länger bleiben und bei spannenden OPs mit operieren.

Kleine Lehrrunden gab es fast jede Woche, meist am OP-Tisch und in der Röntgenmittagsbesprechung. Teilweise als richtiges Seminar zu Unterschiedlichen chirurgischen Themen.

Selbständige Naht-Übungen waren jederzeit möglich, mit einem bereitgestellten Naht-Übungsset. Ein kurzes Naht-Einführungsseminar gab es auch mit der Oberärztinnen. Auf Fragen wurde immer wenn möglich ausführlich erklärt und gezeigt. Als PJler war man auch in den Weiterbildungen, die meist virtuell stattgefunden haben, herzlich eingeladen.

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

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

Meine Wahl nach Österreich zu gehen war schon darin bedacht keine große sprachliche Barriere im Klinikalltag mit den Patienten und dem Team zu haben. Da ich zweisprachig aufgewachsen bin, mit Portugiesisch und Deutsch, war für mich eine neue Sprache zu erlernen nicht die Priorität während meines PJs.

Trotzdem kann ich sagen, dass ich eine sprachliche Erfahrung gemacht habe, da in Oberösterreich ein besonderer Dialekt gesprochen wird. Mit meinem hochdeutsch haben mich Patienten teilweise nicht verstanden. Andersrum, v.a. in der ersten Woche, war es für mich schwer den Österreichischen Dialekt aus Oberösterreich zu verstehen. Was denke ich auch in beide Richtungen nicht geholfen hat waren die FFP2-Masken. Aber nach ein bis zwei Wochen hat sich mein Ohr an diesen Dialekt gewöhnt und auch ich habe mich an den Österreichischen Dialekt getraut und gelernt welche Wörter ich auf gar keinen Fall benutzen sollte. Ein paar lustige Beispiele sind zum Beispiel (hochdeutsch vs. österreichisch): Tüte vs. Sackerl; Brötchen vs. Semmel; Mülleimer vs. Mistkübel; Scherz vs. Schmäh, Etikett vs. Pickerl.

Insgesamt war es für mich eine sprachlich sehr lustige und spannende Erfahrung. Obwohl es eigentlich ein deutschsprachiges Land ist, gibt es trotzdem Unterschiede in einzelnen Wörtern, aber auch im sprachlichen zwischenmenschlichen Umgang. Zum Beispiel wie schnell man per DU ist, war auch ein spürbarer Unterschied zu Deutschland.

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

Etwas was mir sehr aufgefallen ist in meiner Zeit in Gmunden, ist die Arbeitskultur in Österreich. Ich war sehr positiv überrascht und hatte mir vorher gar nicht wirklich Gedanken gemacht ob es so einen Unterschied gibt zu der deutschen Arbeitskultur. Wahrscheinlich bin ich fälschlicherweise davon ausgegangen, dass es sehr viele Ähnlichkeiten zu Deutschland gibt. Ich hatte den Eindruck, dass in Österreich die Bevölkerung sehr viel Wert auf Hobbys bzw. Freizeit und Interessen außerhalb der Arbeit pflegt, was ich v.a. im ärztlichen Bereich in Deutschland bis jetzt sehr anders erlebt habe. Es hat aber für mich sehr viel Sinn gemacht, weil ich das Gefühl hatte die Menschen wären ausgeglichener in ihrem Arbeitsalltag und fast als wären sie positiver auf die Arbeit eingestellt. Ich denke es herrscht eine viel stärkere Kultur von "Work life Balance", die jetzt in Deutschland schon am kommen ist. Aber es ist in Österreich nicht nur in der jüngeren Generation spürbar, sondern auch in den älteren Generationen. Lustigerweise gab es viele deutsche Patienten mit denen ich gesprochen habe, die sozusagen aus Deutschland ausgewandert sind und genau aus diesem Grund nach Österreich umgezogen sind.

In der Region in der ich war habe ich besonders gemerkt, dass den Menschen dort die alltägliche sportliche Tätigkeit im Freien sehr wichtig ist. Es war sehr normal, dass man nach der Arbeit, noch eine kleine Skitour macht oder auf einen Berg steigt, oder noch eine Runde Skifahren geht oder eine kleine Wanderung macht. Lustigerweise war dieses Phänomen auch bei den Patienten in der Notaufnahme erkenntlich, da hatten wir viele Verletzungen durch Skiunfällen etc. Aber auch insgesamt hatte ich den Eindruck, dass die Bevölkerung fitter ist, und weniger Polymorbidität herrscht (z.B.: bei den Rentnern). Das habe ich bewertet indem ich das Gefühl hatte die Patienten haben insgesamt weniger regelmäßige Medikation einnehmen müssen, weniger Diagnosen wie z.B.: Diabetes, Bluthochdruck, Übergewichtigkeit usw. Was lustigerweise häufiger aufgetreten ist, waren Gallenblasenerkrankungen, ist aber anscheinend dort in der Region schon was bekanntes unter Österreicher.

Was mir sehr gut gefallen hat war der generelle Umgang miteinander, einerseits von Seiten der Patienten und dem Team und andererseits im Team untereinander. Meine Erklärung dafür ist, dass die Arbeitszeiten kürzer sind als in Deutschland und der sprachliche Ton einfach ein anderer ist und die Kultur auch eine ganz andere ist im Miteinander, irgendwie eine viel höflichere Art und Weise, was in Deutschland durch die Direktheit in der Kommunikation teilweise etwas untergeht. Aber insgesamt hatte ich den Eindruck es herrschte ein viel besseres Arbeitsklima als ich zuvor in Deutschland gesehen habe. Was dem wahrscheinlich sehr gut beiträgt ist wahrscheinlich, dass das Mittagessen in Österreich immer sehr wichtig ist und auch immer von dem Mitarbeitern wahrgenommen wird, sogar vom ärztlichen Personal, was in Deutschland auch oft eine Rarität ist. Noch dazu war das Kantinen Essen auch immer wirklich sehr köstlich.

Prägend für mich war auch die Erfahrung eines chirurgischen Fachs und auch die Vorteile davon kennenzulernen. Welche ich mir vorher nicht wirklich vorstellen konnte, aber durch die Erfahrung im Team in Gmunden und durch Gespräche mit verschiedenen Ärzten kennenlernen durfte.

Auch jetzt im Vergleich zu meinem jetzigen Praktikum habe ich gut die Unterschiede zu einem kleineren Krankenhaus, wie Gmunden, kennengelernt. Die familiäre Atmosphäre in einem kleinen Krankenhaus kann wirklich sehr viele Vorteile haben, auch im Sinne der Patienten, da es oft eine sehr gute und schnelle Kommunikation auch zwischen den Abteilungen gibt und jeder jeden kennt ist das Vertrauen in die Kollegen viel größer als in einem großen Klinikum.

Durch den Kontakt mit österreichischen Medizinstudenten habe ich den Aufbau des Medizinstudiums in Österreich im Vergleich zu Deutschland und auch der Berufsstart als Arzt näher kennengelernt. Für mich hat sich dadurch wirklich eine neue Option für die Zukunft geöffnet, mir vorstellen zu können auch in Österreich zu arbeiten. Mein Horizont ist durch diese Erfahrung noch weiter geworden.

Meine Erwartungen wurden jedenfalls erfüllt. Ich habe sehr liebe Menschen kennengelernt, habe meine praktischen Fähigkeiten vertieft und kennengelernt, und insgesamt eine sehr schöne und prägende Zeit in Gmunden gehabt.

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

Meiner Meinung nach ist ein Auslandsaufenthalt eine sehr persönliche Entscheidung und hat sehr unterschiedliche Beweggründe und Ziele, was für mich schwierig macht Tipps zu geben. Leider habe ich die Erfahrung nicht gemacht während des theoretischen Studiums ein Erasmus zu machen, deshalb habe ich keinen richtigen Vergleich. Kann deshalb nur für meine Erfahrung eines Erasmus im praktischen Teil des Studiums sprechen, was ich sehr empfehlen kann. Für mich war es wie gesagt schon sehr wichtig die sprachlichen Kenntnisse schon zu haben, da es im Patientenkontakt etwas schwer ist selbstständig zu arbeiten, ohne gute sprachliche Kenntnisse zu besitzen.

Was ich sehr wertgeschätzt habe, war die Verfügung eines Wohnheims, da es zwecks Pandemie wirklich schwierig geworden wäre, v.a. wenn Studierende planen in eher kleinere Orte zu gehen, wo es nicht wirklich ein Wohnungsmarkt für Studenten gibt mit WG Zimmern. Hierfür würde ich empfehlen immer im voraus schon zu fragen ob ein Platz im Wohnheim frei ist bzw. ob es überhaupt ein Wohnheim gibt. Wahrscheinlich ist für die Sicherstellung eines Wohnheimplatzes eine frühe Bewerbung sehr sinnvoll. Und falls die Option eines Wohnheims besteht, würde ich am besten auch gleich fragen wie die Ausstattung ist, in meinem Fall habe ich das nicht getan und es wäre besser gewesen. Ich wusste nur, dass ich ein eigenes Bad und eine geteilte Küche haben werde.

Bezüglich des Zeitpunktes ist es sehr Abhängig von dem Ort wo man ist. Für Gmunden ist es glaube ich etwas gleichgültig ob man im Sommer oder im Winter dort ist. Ich denke im Sommer ist sicherlich immer viel mehr los, aber dann vielleicht eventuell auch etwas überfüllt mit Touristen am See. Im Winter hat man immer die wunderschöne Winterlandschaft mit den wunderschönen Bergen zum Skifahren und teils sogar zum Wandern. Aber man muss wissen, dass das Salzkammergut mit den vielen Seen im Herbst und im Winter eine sehr nebelige Region sein kann, was mir persönlich zum Beispiel nicht bewusst war, und manchmal auch ein bisschen hart war. Aber oft wenn man aus diesen Seetälern weggefahren ist war schon kein Nebel, also sollte man den Mut nicht verlieren wenn man eine Wanderung vorhat und in Gmunden der Nebel steht. Im Winter gibt es angeblich einen wunderschönen Weihnachtsmarkt, den ich leider wegen der Pandemie nicht erlebt habe. Mir wurde auch von den Einheimischen erzählt, dass in Gmunden üblicherweise sehr viele kulturelle Veranstaltungen stattfinden.

Der Zeitpunkt für einen Auslandsaufenthalt während des Studiums hat sich für mich sehr gut im Praktischen Jahr ergeben. Für mich wäre es vorher nicht so gut vorstellbar, da die Universitätsmedizin Greifswald einen ganz eigenen Studium-Plan hat, mit Zusammenfügung von zwei Semestern in eins. Aus Erfahrungen von Kollegen hätte man deshalb auf jeden Fall ein extra Semester sich nehmen müssen, das wäre für mich aber nicht in Frage gekommen, da ich schon aus anderen Gründen länger studiert habe. Aber denke es ist sicherlich auch gut machbar schon früher im Studium ein Auslandsaufenthalt zu planen.

Für mich war es sehr essenziell die Finanzierung durch das Erasmus Programm gesichert zu haben, was gar kein Problem war. Was glaube ich bei mir auch eine finanzielle Entlastung war, war v.a. das preiswerte Wohnen durch das Wohnheim. Ich wollte mich in der Zeit meines Auslandsaufenthaltes nicht um einen Nebenjob kümmern, da meiner Meinung nach dann die Erfahrung nicht mehr so genießbar ist, wenn man mit Praktikum und Nebenjob, dann gar keine Zeit mehr hat die Umgebung und die Kultur außerhalb dieser Institutionen kennenzulernen.

Die Reisekosten waren in meinem Fall natürlich kein wichtiges Thema, da ich einfach mit dem Auto von Deutschland nach Oberösterreich gereist bin, was wirklich keine so weite Strecke ist und finanziell auch nicht belastend ist. Ich weiß daher aber auch nicht welche Unterstützungen es gibt falls man weitere Erasmus Länder bereist. Aber ich denke es gibt einen Zuschuss für diese Reisen.

Insgesamt kann ich nur jedem Studierenden, der das Privileg hat diese Erfahrung machen zu können, diese auch wahrzunehmen. Ich glaube im Studium sind die meisten noch ungebounden und haben auch die mentale Kapazität und Flexibilität diese Erfahrung zu machen. Für mich war es eine sehr lehrreiche Erfahrung die ich nicht missen will.