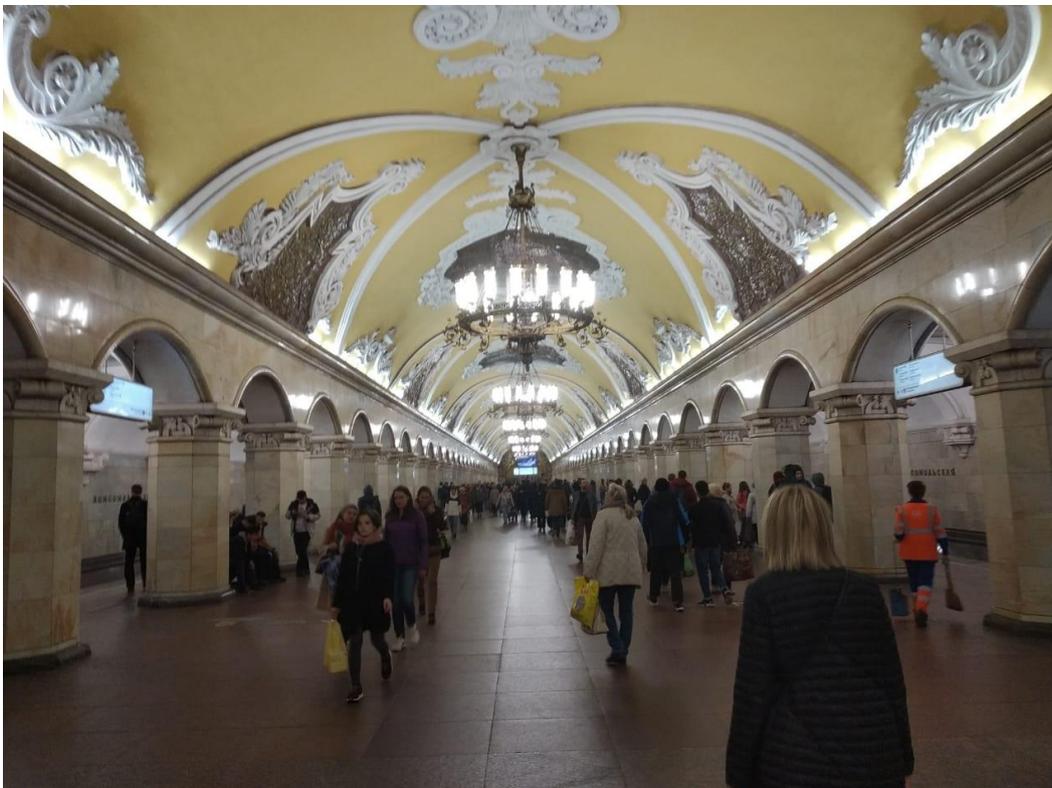


AUSLANDS-FAMULATUR ERFAHRUNGSBERICHT:
1 MONAT IN MOSKAU



Kreml vom Wasser aus



Die schönste Metrostation, jede einzelne ist wie ein Palast

ORGANISATION

Die Organisation der Famulatur lief über das Auslandsamt ohne Probleme. Bis Januar kann man sich bewerben. Dann bekommt man im Verlauf Rückmeldung aus Moskau mit weiteren Dokumenten die man auszufüllen hat, Informationen zum Visum und Bestimmungen, welche Gesundheitstests man nachzuweisen hat.

a.) GESUNDHEITSNACHWEIS

Dazu geht man am besten zum Hausarzt und lässt sich dort mittels Impfpass bestätigen, dass man **MMR, HBV, HAV** geimpft ist. Und lässt dann zusätzlich noch Labortests auf **HIV, HVC** und verrückterweise **Lues** laufen. Vorher sollte man noch im Gesundheitsamt am Aegi vorbeischaun, wo man sich auf **Tbc** testen lassen kann. Die bieten dort für etwa 35Euro den Hauttest an, oder ein Rö-Thorax. Für knackige 80Euro kann man ansonsten auch den IGRA-Test machen. Das nimmt man dann noch mit zum Hausarzt und lässt sich von ihm ein **Attest** ausstellen, dass man gegen alles geimpft ist und nichts Ansteckendes hat. Wir sollten alles per Email nach Moskau schicken und das Original mitnehmen, uns hat allerdings niemand vor Ort danach gefragt.

b.) VISUM

Das Visum ist die zweite zeitaufwändige Aufgabe. Wenn ihr nicht nach Hamburg, Frankfurt, Berlin in die Botschaft gurken wollt, dann fordert das **Visum einfach per Post** an. Im ersten Moment ist es für einen Europäer ganz schön erschreckend wie kompliziert es sein kann, über eine Grenze zu kommen, aber dann ist es letztlich doch nicht so schwierig. Leider kostet das Ganze etwa 100 Euro, aber mit der Finanzspritze des MHH Auslandsamts ist das gut zu bewältigen. Ein normales Visum zu bekommen dauert bis zu 20 Tage – meins war etwa nach 10 Tagen da. Alle Infos über das Visum findet ihr hier:

<https://www.vfsglobal.com/russia/germany/German/index.html>

Ihr müsst tatsächlich euren Reisepass dann in die Post geben, also lasst euch da beraten wie ihr den Brief versichert/per Einschreiben/etc verschicken könnt. Vergesst außerdem nicht die **Rückkehr-Erklärung**. Das mag seltsam scheinen, aber man muss einfach ein Dokument verfassen, wo ihr unterschreibt, dass ihr auch wirklich vorhabt nach eurem Aufenthalt in Russland nach Deutschland zurückzukommen.

c.) INCOMING FORMULAR

Ihr bekommt von Moskau ein solches Formular was ihr ausfüllen sollt. Ehrlicherweise braucht ihr darauf nicht so viel Zeit verwenden, aus Erfahrung hat sich das sowieso nie jemand angeschaut. Im Endeffekt erklärt ihr vor Ort wo ihr hinwollt und was ihr sehen und machen wollt.

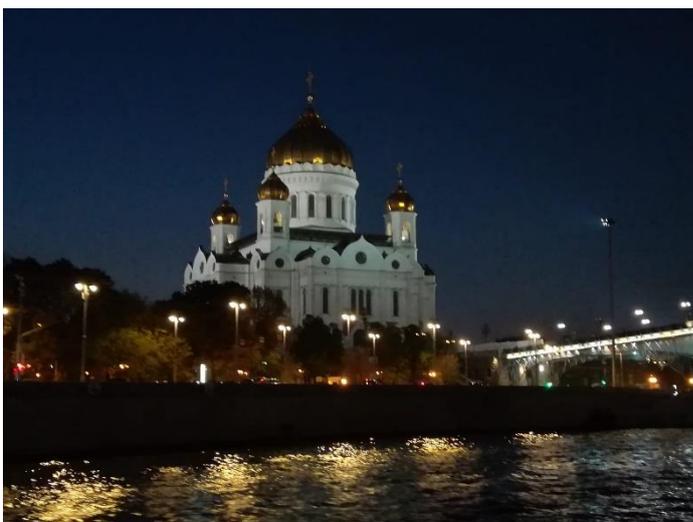
Generell will ich noch anmerken, dass sich das russische Auslandsamt darum kümmert, dass man vom Flughafen oder zumindest vom Aeroexpress abgeholt wird. Ein russischer Student/in bringt einen dann zum Wohnheim. Auch dafür muss man sich nicht bewerben, das wird uns kostenlos zur Verfügung gestellt. Das Wohnheim in dem die internationalen Studenten üblicherweise landen ist in maximal 15 Minuten zu Fuß von allen Kliniken entfernt in denen man famulieren könnte. Zudem wird die Bettwäsche netterweise gestellt. Dafür solltet ihr daran denken **Kasaks** oder Poloshirts oder irgendwas mitzunehmen, was einer Krankenhaus-Klamotte ähnelt!



Bootsfahrt bei Nacht



Einer der 7 Stalinfinger, der Legende nach sind sie alle durch ein unterirdisches Gängesystem verbunden



Christi Erlöser Kirche, die mal gebaut wurde, dann abgerissen wurde, ein öffentliches Schwimmbad wurde, und jetzt wieder dort steht

FAMULATUR

Ich habe in der **Nephrologie** famuliert. Für mich war das ganz gut, weil ich die Sprache spreche und vor allem nach Moskau gegangen bin, um meine Russisch skills wieder aufzupäppeln. Es wurde sich sehr darum gesorgt, dass ich alles tun kann was ich möchte. Ich bin also auf den Stationen mitgelaufen, die mir gefallen haben. Eine klassische oder ausführliche Visite gab es jedoch selten. Zudem ist anzumerken, dass alle Eingriffe (ZVK etc) nicht von den Nephrologen durchgeführt werden, sondern die Patienten dafür extra in die Chirurgie gehen. Es handelt sich also um ein sehr gesprächslastiges Praktikum. Spannend war es im Dialysezimmer dabei zu sein. Die Ärzte sind außerdem alle sehr ambitioniert, den ausländischen Studenten etwas beizubringen, allerdings sprechen nur wenige Englisch. Insgesamt fand ich es am interessantesten dort zu sehen, wie das russische Gesundheitssystem derzeit funktioniert und da es sich um das Uni Klinikum handelt, landen natürlich auch die spannenden Patienten mit mikroskopischer Polyangitis, Lupusnephritis, Nierenamyloidose dort.

In den anderen Abteilungen sind die Famulanten viel mit im OP. Die anderen Deutschen aus Hannover und Marburg, die kein Russisch sprachen konnten dort auch gut klarkommen, da muss man ja nicht so viel reden um zu verstehen was passiert. Irgendwer kann außerdem schon immer Englisch, nur eben ziemlich wenige. Insgesamt kommt sehr darauf an wie viel Eigeninitiative man zeigt, ob man etwas praktisch machen darf. Empfehlenswert ist wahrscheinlich vor allem die **Urologie**, weil der Unipräsident Urologe ist, sodass dort das beste Equipment zur Verfügung steht und die Abteilung floriert.

Im September veranstaltet die Uni zudem immer einen **Medical English Kurs** an dem man kostenlos teilnehmen kann. Er geht über eine ganze Woche, in der man nicht in der Famulatur ist. Man lernt in einer Gruppe aus Deutschen, Russen und Italienern wie man Patienten präsentiert, wie man auf Kongressen seine wissenschaftliche Arbeit vorstellt, und wie man Paper schreibt. Zudem gibt es einen humanistischen Anteil, wo auch diskutiert werden kann.



Medical English Kurs

FREIZEIT

Man wohnt in einem für uns kostenlosen Wohnheim. Normalerweise sind es Apartments mit drei 3-Bettzimmern. Für die internationalen Studenten scheint es so organisiert zu werden, dass man nur 2-Bettzimmer hat. Wir waren dann sogar nur zu viert in so einem Apartment, welches eine kleine Küche (inklusive Töpfe, Geschirr, Besteck, Herd, Kühlschrank, Wasserkocher), eine Toilette und eine Dusche beinhaltet. Man gewöhnt sich extrem schnell daran zu zweit im Zimmer zu sein. Bettwäsche wird wie bereits gesagt gestellt, alles andere muss man selbst mitbringen.

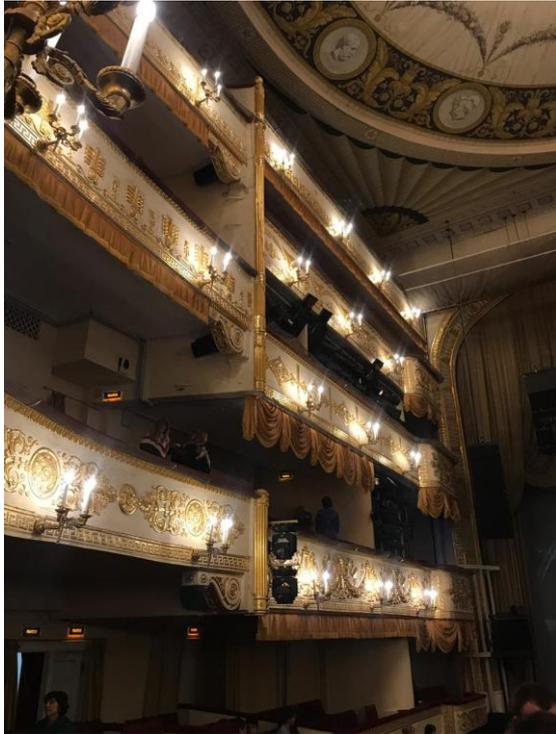
Seine Freizeit kann man in Moskau super verbringen. Es gibt extrem viel zu besichtigen. Für die Metro kauft ihr euch die Karte **Troika**. Diese könnt ihr am Schalter oder am Automaten immer wieder aufladen, sehr ähnlich der Londoner Oyster Card. Eine Metro Fahrt kostet etwa 50 Cent.



Wer die Moskwa mal anders überqueren will, als mit der Metro, nimmt einfach die Gondel

Das Auslandsamt in Moskau gibt einem einen Zettel, auf dem steht, dass man derzeit ein Student der Sechenov Uni ist. Den solltet ihr immer mitnehmen, wenn ihr ins Museum geht. Wenn ihr dann an der Kasse mit Überzeugung sagt, dass das euer vorläufiger Studentenausweis ist und ihr eure normale Studentenkarte noch bekommt, dann kriegt ihr immer den **Studentenrabatt**. Ich empfehle zudem sehr **IMMER** einen **Audioguide** dazuzukaufen. Der kostet dann meistens nochmal doppelt so viel aber es lohnt sich auf jeden Fall. So kommt man für einen Museumsbesuch insgesamt etwa auf 10 Euro.

Extrem überrascht waren wir davon, dass man nachts im Moskauer Zentrum gar keine Angst haben muss. Wir waren dort feiern und man wird nicht so angepöbelt wie nachts in Hannover. Überhaupt gehen eher wenige feiern und alle sind friedlich und mit sich selbst beschäftigt. Das gilt aber nur für bestimmte Stadtteile! Außerhalb der touristischen Ecken sollte man nachts auf jeden Fall nicht draußen sein. Vor allem nicht wenn man sich auf Deutsch oder Englisch unterhält.



Wer nicht feiern gehen will kann seinen Abend auch in einem der vielen Theater, Opern, Operetten und Musicals verbringen

Das Auslandsamt vermittelt euch außerdem den **Kontakt zu russischen Studenten**, welche Lust haben, einem die Stadt zu zeigen. Wir wurden zum Essen nach Hause eingeladen oder im Wohnheim russisch bekocht, haben Tipps bekommen was man schönes unternehmen kann und sind gemeinsam losgezogen. Das war wirklich super! Für jeden Politikinteressierten sind die Moskauer Menschen eine Goldgrube, weil es unter den Studenten und Ärzten sehr unterschiedliche Meinung und Nicht-Meinungen gibt, sei es zum Regierungsoberhaupt, der Krim Krise oder der Gesundheitspolitik. Für mich war das die spannendste Erfahrung während dieses Monats. Solange man keine hitzigen Parolen durch die Straßen brüllt, kann man sich auch im Cafe oder im Park offen über solche Themen unterhalten.



Abendessen zu Gast in einer russischen Wohnung

FAZIT

Wer nach Moskau fährt wird sehen, dass sich im Zentrum ein Prunkbau neben dem anderen erhebt, während Studenten ein Bad für neun Leute als Luxus empfinden und Patienten aus Kostengründen auf ihre Narkose für die Endoskopien verzichten. Man kann sicherlich fachlich etwas dazulernen, aber vor allem gibt einem dieser Austausch die Möglichkeit einmal hinter die Kulisse zu schauen - zu verstehen wie Russland tickt und wie das heutige Leben dort aussieht. Außerdem ist es eine vielfältige Stadt in der man gut einen Monat verbringen kann, um sie und ihre Sehenswürdigkeiten kennenzulernen. Wie jeder Austausch ist es eine reiche Erfahrung und eine tolle Gelegenheit Freunde aus einer anderen Kultur zu finden.



Ausblick von einem Wolkenkratzer von Moskau City



Moskau von oben im Sonnenuntergang