

# **Erfahrungsbericht PJ in Kapstadt**

## **Vorbereitung**

Die Bewerbung habe ich ungefähr 2 Jahre im Voraus an die Ansprechpartnerin der Universität Kapstadt geschickt. Auf eine Antwort muss man leider oft sehr lange warten und es lohnt sich, immer mal wieder nachzufragen. Zu diesem Zeitpunkt war an der Uniklinik Groote Schuur bereits kein Platz mehr in der Chirurgie frei und ich wurde an die Ansprechpartnerin vom Victoria Hospital (Lauren van Stormbroek) verwiesen. Mit ihr war die Kommunikation per Mail einfach und komplikationslos, sie hat immer schnell geantwortet. Man musste dann ein paar Formulare ausfüllen und auch vom PJ-Büro der MHH unterschreiben lassen. Da ist es wichtig zu bedenken, dass man sich rechtzeitig vor der Bewerbung im Ausland um einen Termin zur Auslandsberatung bei Frau Minx kümmert. Man erhält dann eine vorläufige Bestätigung des PJ-Platzes, bis man ungefähr 6 Monate vor Beginn die Studiengebühren überweisen kann. Das waren für 2 Monate knapp 900 Euro.

Ansonsten sollte man noch an eine Auslandskrankenversicherung und Berufshaftpflichtversicherung denken und diese rechtzeitig vorher abschließen. Sim-Karten kann man sich direkt vor Ort am Flughafen bei Vodacom oder MTN holen und mit Airtime und Datenvolumen aufladen.

## **Unterkunft**

Gewohnt habe ich zusammen mit einer Freundin in einem Airbnb in Woodstock. Das Viertel ist eher local und man sollte (wie in den allermeisten Vierteln) nicht allein unterwegs sein. Für uns war die Gegend aber perfekt, da sie zwischen Innenstadt und Krankenhaus lag. Wir haben ein Auto gemietet (Ulf Car Rental, er hat vergünstigte Preise für Studenten) und sind damit ungefähr 20 Minuten bis zum Krankenhaus gefahren. Viele andere Studenten haben in der Freeland Lodge gewohnt, vor allem wenn sie allein nach Kapstadt gekommen sind. Das sind mehrere nah beieinanderstehende Häuser mit gemeinschaftlich genutzter Küche und Bad. Dort war es super einfach andere Studenten kennenzulernen.

## **Studium an der Gasteinrichtung**

Am ersten Tag gab es eine Einführungsveranstaltung durch die Ansprechpartnerin der UCT im Uni Gebäude. Dort hat sie kurz ein paar allgemeine Infos erzählt und man konnte ihr direkt die Dokumente mitgeben, die einen Stempel und eine Unterschrift vom Dekan benötigen. Danach ging es weiter mit der Ausstellung der Studentenausweise und der erste Tag war beendet.

Am zweiten Tag gab es eine Einführung im Victoria Hospital durch Sister Cholane. Sie hat allgemeine Infos über das Krankenhaus erzählt, es gab eine Hygieneschulung und eine Führung durch das Krankenhaus.

Am dritten Tag ging es dann auf Station los. Start war immer um 8 Uhr und es beginnt mit einer (teilweise sehr lange dauernden) Visite. Die Chirurgie hat eine Male und eine

Female Ward. Die Station kann man sich als großen Raum mit ca. 30 Betten vorstellen. Man musste sich aktiv vorstellen, dann wurden wir jedoch sehr nett empfangen und wurden vom Chef Dr. Plaskett in eine Rotation mit anderen UCT-Studenten eingeteilt. Dadurch war man entweder auf Station eingeteilt, im OP, in der Ambulanz oder der Gastroskopie/Koloskopie. Auf Station konnte man Magensonden legen oder Blut abnehmen und Zugänge legen. Im OP konnte man nach einer gewissen Zeit auch gerne assistieren. Die meisten Operationen waren Hernien, Darmchirurgie, Amputationen, aber auch mal Gyn OPs, Uro OPs oder HNO OPs. Generell machen die Allgemeinchirurgen dort erstaunlich vieles.

Das Krankenhaus liegt in einer guten Gegend, bekommt jedoch auch viele Patienten aus den Townships. Daher sind Stich- und Schussverletzungen, sowie häusliche Gewalt tägliches Brot und man sieht teilweise Verletzungen, die man in Deutschland nicht so häufig sieht.

Die Stimmung im Team war sehr gut und für jede Hilfe von uns Studenten waren die Ärzte sehr dankbar. War man mal krank oder einen Tag nicht im Krankenhaus war dies kein Problem.

## **Alltag und Freizeit**

An den Wochentagen sind wir morgens um halb 8 losgefahren in die Klinik und sind dort meist bis mittags geblieben. Wenn es nichts mehr zu tun gab und viele Studenten anwesend waren, konnten wir auch mal schon früher wieder gehen. Durch unser Auto waren wir sehr unabhängig und haben oft Ausflüge unternommen. Ohne Auto ist man immer auf Uber angewiesen, was pro Fahrt zwar günstig ist, aber über zwei Monate auch teuer wird. In Kapstadt lernt man sehr schnell viele Leute kennen und verbringt eigentlich kaum einen Nachmittag oder Abend allein. Wir haben z.B. Ausflüge nach Muizenberg zum Surfen, zum Kap der guten Hoffnung, Boulders Beach oder die Westküste hoch nach St. Helena über Ostern unternommen. In der Stadt zu empfehlen sind auf jeden Fall die Märkte am Wochenende (Oranjezicht Market und Old Biscuit Mill) und die naheliegenden Strände Clifton oder Camps Bay, wo man auch gut mal einen Nachmittag entspannen kann. Zum Wandern gibt es unendlich viele Routen z.B. auf den Tafelberg oder auf den Lions Head. Diese sollten jedoch nie allein oder zu zweit gemacht werden, sondern immer in der Gruppe.

Da Südafrika auch für seine Weingebiete bekannt ist, lohnt es sich auf jeden Fall einige Weingüter zu besuchen und Winetastings zu machen, was eigentlich immer ein guter Tagesausflug am Wochenende ist.

Einkaufen ist in Kapstadt verglichen mit Essen gehen eher teuer, weshalb man meistens essen geht und eher selten zuhause kocht. Wenn man etwas mehr Zeit mitbringt, lohnt es sich auf jeden Fall auch die Garden Route hochzufahren.

## **Fazit**

Meine Zeit in Kapstadt war definitiv mit die beste Zeit meines Studiums. Kapstadt bietet in naher Umgebung unglaublich viel an schöner Landschaft und Aktivitäten. Aber vor allem die Menschen, die man dort kennenlernt, werden schnell zu Freunden. Jeder der Lust auf Ausland hat und vielleicht nicht jeden Tag von morgens bis abends im Krankenhaus verbringen möchte, ist in Kapstadt an der richtigen Adresse.

Neben all den schönen Dingen darf man jedoch nicht vergessen, dass in Kapstadt Armut und Kriminalität ein riesiges Problem sind. Man sieht viele Townships und Armut auf den Straßen, vor allem um den Bahnhof in der City. Man muss sich an viele Verhaltensweisen gewöhnen und diese auch nicht mit der Zeit vernachlässigen (niemals im Dunkeln durch die Straßen laufen, kein Handy oder andere Wertgegenstände auf der Straße hervorholen, im Auto immer die Fenster geschlossen haben und abschließen, etc.). Das ließ sich für zwei Monate gut aushalten, jedoch war ich nach meiner Rückkehr froh, auch mal wieder draußen einen Spaziergang machen zu können.

