

Erfahrungsbericht Erasmus-Praktikum

		Gastland	Portugal
Studienfach	Medizin	Zeitraum	1.7.-6.9.19
Semester	14	Wohnform	Wohnung

Angaben zur Praktikumsseinrichtung	
Name der Einrichtung	University of Porto (Institute of Biomedical Sciences Abel Salazar)
Anschrift	Viterbo Ferreira n.º 228, 4050-313 Porto, Portugal
Homepage	https://sigarra.up.pt/icbas/pt/web_page.inicial
Betreuer/in	Eduardo Rocha (Mobility Coordinator) bzw. Dr. Vitor Simões (Arzt)
E-Mail	mobilidade@icbas.up.pt
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Centro Hospitalar Universitário do Porto/ Hospital de Santo António (Klinik für Allgemeinchirurgie)
Ihr Tätigkeitsbereich	Praktisches Jahr

Bitte beantworten Sie alle Fragen möglichst ausführlich und berücksichtigen Sie die folgenden formalen Kriterien:

- **Schriftgröße:** 11 (Calibri); Zeilenabstand: 1,0
- **Umfang:** mind. 1300 Wörter (Überschriften, Fragen, Tabelle und Fotos nicht inbegriffen). Kürzere Berichte werden nicht akzeptiert.
- **Abgabe:** spätestens einen Monat nach Rückkehr
- Bitte schicken Sie Ihren Erfahrungsbericht als Word-Dokument an auslandspraktika@hhu.de

Praktikumssuche & Vorbereitung

Wie haben Sie Ihre Praktikumsstelle im Ausland gefunden? Wie haben Sie sich auf den Auslandsaufenthalt vorbereitet? Welche organisatorischen Schritte mussten Sie beachten? Gab es Schwierigkeiten und wie haben Sie sie gelöst? Was kann die Vorbereitung erleichtern? (ca. 300 Wörter)

→ Ich wollte gerne zwei Monate meines praktischen Jahres (PJ) in Portugal absolvieren, weil Portugiesisch meine zweite Muttersprache ist. In Porto gibt es zwei medizinische Fakultäten: *Faculdade de Medicina da Universidade do Porto* (FMUP), die zum Hospital de São João gehört und *Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar* (ICBAS), das zum Hospital de Santo António gehört, wobei beide medizinische Fakultäten zur Universität Porto (U.Porto) gehören. Da ich in der Vergangenheit bereits eine Famulatur im Hospital de São João gemacht hatte, das etwas außerhalb der Stadt liegt, wollte ich diesmal gern einen Teil meines PJs im zentral gelegenen Hospital de Santo António absolvieren. Deshalb habe ich das *International Office* (mobilidade@icbas.up.pt) der zugehörigen medizinischen Fakultät (ICBAS) angeschrieben, um mich um einen Platz zu bewerben. Ich hatte mich zunächst ein Jahr im Voraus beworben, wobei mir damals mitgeteilt wurde, dass eine Bewerbung für den Sommer erst ab Januar desselben Jahres möglich sei, also habe ich mich im Januar 2019 erneut beworben. Mir wurde dann vom ICBAS ein Bewerbungsdokument zugeschickt, in dem ich das Fach, in dem ich mein Praktikum absolvieren wollte, angeben musste und eine Unterschrift und ein Stempel vom Dekan unserer medizinischen Fakultät (bekommt man in unserem *International Office*) benötigte. Zusätzlich musste ich eine Leistungsübersicht hinschicken. Die zuständige Sekretärin im dortigen *International Office* (Joana Alves) war stets hilfsbereit und auch vor

Ort jederzeit in ihrem Büro erreichbar, falls man noch Fragen hatte. Wichtig war zudem, dass man am Freitag vor dem ersten Arbeitstag zu einer Einführungsveranstaltung vom ICBAS und ein paar Tage nach Praktikumsbeginn auch zu einer von der Universität Porto erschien, um die Immatrikulation durchzuführen, eine Bearbeitungsgebühr von 2€ zu zahlen und den Studentenausweis in Empfang zu nehmen. Außerdem wurden einem an dem Freitag die ärztlichen Betreuer im Krankenhaus mitgeteilt. Mit mir zusammen haben noch viele andere ausländische Studenten angefangen, die jedoch zum Großteil auf anderen Stationen im Krankenhaus eingeteilt waren. So fand man aber auch schnell Anschluss und lernte viele Medizinstudenten aus ganz Europa kennen.

Unterkunft

Wie haben Sie sich die Unterkunft organisiert und wie bewerten Sie sie? Wie gut kamen Sie von Ihrer Unterkunft zur Praktikumsinrichtung und wie gut zu anderen Zielen? (ca. 200 Wörter)

→ Ich habe relativ zentral gewohnt, sodass ich nicht allzu lange bis zum Krankenhaus gebraucht habe. Morgens bin ich immer mit dem Bus gefahren (dauerte ca. 15-20 Minuten) und nachmittags bin ich den Weg nach Hause oft zu Fuß gelaufen (dauerte ca. 25 Minuten), da dann auch das Verkehrsaufkommen größer war und somit die Busfahrt genauso lange dauerte wie das Laufen. Die Wohnung habe ich über Bekannte von mir in Porto gefunden, sodass sich die Organisation der Unterkunft für mich glücklicherweise einfach gestaltete. Die Wohnung war voll ausgestattet und super nah an einer Metro- und an mehreren Bushaltestellen gelegen. Von anderen Praktikanten habe ich erfahren, dass manche von ihnen Unterstützung von der Universität Porto bei der Wohnungssuche bekommen hatten.

Zudem habe ich mir für die Zeit in Porto ein Metro Monatsticket gekauft (30€ pro Monat + einmalig 6€ für den Pass), da ich so jeden Bus und jede Metro innerhalb bestimmter Stadtteile benutzen konnte, was sehr praktisch war und wesentlich günstiger, als jedes Mal eine Einzelfahrt (1,20€) kaufen zu müssen.

Tätigkeit

Was waren Ihre Aufgaben während der Arbeitszeit? Wurden Ihre Erwartungen an Ihren Lernfortschritt erfüllt? Konnten Sie dabei im Studium oder in bisherigen praktischen Erfahrungen Erlerntes umsetzen? Wie gut war der Kontakt zu Ihren Kollegen? Was hat Ihnen besonders gut gefallen und was weniger gut? (ca. 300 Wörter)

→ Ich war zwei Monate in der Allgemeinchirurgie eingeteilt und hatte vom ICBAS einen Laufzettel bekommen, auf dem ich täglich meine Arbeitszeiten (Ankunfts- und Endzeiten vom jeweiligen Tag) eintragen sollte und der am letzten Tag von meinem ärztlichen Betreuer unterschrieben werden und wieder im ICBAS abgegeben werden musste. Ich sollte immer um 8.30 Uhr morgens auf Station kommen und konnte mir dann aussuchen, ob ich auf Station bleiben, in den OP gehen oder in die chirurgische Ambulanz (Notaufnahme) gehen wollte. Die Ärzte haben mir (und den anderen Studenten) immer selbst überlassen, was wir an dem Tag lernen bzw. sehen wollten.

Auf Station fand morgens immer zuerst die Visite aller Patienten zusammen mit Fachärzten, Assistenzärzten und Pflegern statt. Im Anschluss hat jeder Assistenzarzt die ihm/ihr an diesem Tag zugewiesenen Patienten nochmal einzeln visitiert, anamnestiziert und untersucht und schließlich einen ausführlichen „Tagesbericht“ geschrieben. Immer wenn ich auf Station blieb, habe ich meine eigenen Patienten zugewiesen bekommen und dieselbe Arbeit wie die Assistenzärzte verrichtet.

Im OP brauchten die Ärzte, anders als in Deutschland, keine Unterstützung von Studenten, sodass man meistens mit einem oder zwei weiteren Studenten mit im Saal stand und gelegentlich etwas zur OP erklärt bekommen, aber sonst nicht weiter mitgeholfen hat.

Am meisten Spaß hat mir die Notaufnahme bereitet, weil man dort viele unterschiedliche Krankheitsbilder in relativ kurzer Zeit sehen konnte und es dort immer sehr abwechslungsreich war. Außerdem durfte ich alle Patienten mit Schnittverletzungen, die sich dort vorstellten, selber nähen.

Die Ärzte im Krankenhaus waren alle sehr freundlich und ich wurde sehr gut ins Team aufgenommen. Man konnte jederzeit auch Fragen stellen, die dann beantwortet wurden. Ein großer Vorteil war aber vor allem, dass ich schon fließend Portugiesisch sprechen konnte, sodass ich schnell dazu animiert wurde selbstständig zu arbeiten und alleine Patienten zu untersuchen. Dadurch war meinen Lernzuwachs auch relativ groß und ich hatte wirklich Spaß in der Chirurgie.

Leben und Freizeit

Welche Eindrücke haben Sie von Ihrem Gastland (Kultur, Lebensgewohnheiten, Arbeitsbedingungen) gewonnen? Wie hat es Ihnen gefallen, in dieser Stadt zu leben? Welche Orte sollte man gesehen haben? Konnten Sie Kontakte zu Einheimischen aufbauen und wie? Was kann man in der Freizeit unternehmen? Wie hoch sind die Lebenshaltungskosten? (ca. 300 Wörter)

→ Porto ist eine wunderschöne, alte und historische Stadt und hat neben den typischen Häuserfassaden, die mit den berühmten Kacheln („Azulejos“) verziert sind, auch eine wundervolle Altstadt („Baixa“) mit vielen Bars und Restaurants, ein traumhaftes Flussufer („Ribeira“) mit ebenfalls vielen Cafés und Restaurants, eine kunterbunte Fußgängerzone („Rua Santa Catarina“) und einige Strände („Foz“, „Matosinhos“, etc.) zu bieten. Somit ist das Leben in dieser Stadt sehr abwechslungsreich und man kann Vieles unternehmen. Man sollte auf jeden Fall den Kirchturm „Torre dos Clérigos“ besteigen, um einen schönen Rundumblick über die Stadt zu bekommen. Wenn man die Eisenbrücke „Ponte D. Luis 1.“ überquert und in Gaia (so heißt die Stadt auf der anderen Flussuferseite) auf der „Serra do Pilar“ steht, hat man den besten Blick auf das Flussufer und die ältesten Häuser Portos. In Gaia kann man auch die berühmten Portweinkeller besuchen (aber Achtung: Portwein ist gar kein Wein, sondern eher eine Art Likör, den man bspw. als Aperitif trinkt). Ein cooler Ausflug wird einem auch bei „Porto Bridge Climb“ geboten, bei dem man den inneren Bogen der Autobahnbrücke „Ponte da Arrábida“ besteigt und von der Mitte der Brücke aus auf die Flussmündung ins Meer, sowie auf die anderen Brücken der Stadt blicken kann. Es gibt auch einige schöne Parks, bspw. den Stadtpark „Parque da Cidade“, der sogar mit dem Strand verbunden ist, sowie die „Jardins do Palácio de Cristal“. Man sollte auch auf jeden Fall eine „Nata“ probiert haben – eine Art Creme-Törtchen, was einfach typisch Portugiesisch ist!

Insgesamt sind die Lebenserhaltungskosten (Einkäufe, aber auch Essengehen und Kaffeetrinken) deutlich günstiger als in Deutschland und die Einkaufszentren und Supermärkte haben sogar i.d.R. auch sonntags auf. Mit dem Stipendiegeld kam man relativ gut aus (ausgenommen sind natürlich die Kosten für sonstige Ausflüge). Die Portugiesen sind sehr freundlich und hilfsbereit und auch gerne bis spät abends noch unterwegs.

Es wurden auch regelmäßig Abende und Wochenendausflüge von und mit portugiesischen Medizinstudenten für uns „ausländische“ Praktikanten organisiert, um die Stadt, das Essen und die Städte in der Umgebung (Braga, Aveiro, Guimarães, Lissabon) besser kennenzulernen.

Anerkennung

Inwieweit wird das Praktikum von Ihrer Heimatuniversität anerkannt? Welche Voraussetzungen gibt es, damit die Anerkennung klappt? Was muss man bei den Formalitäten beachten? (ca. 200 Wörter)

→ Wichtig ist für die Anerkennung beim LPA (Landesprüfungsamt), dass die Statusbescheinigung von der medizinischen Fakultät im Gastland unterschrieben und gestempelt wird. Darum habe ich mich gleich am ersten Tag gekümmert und das entsprechende Dokument im *International Office* des ICBAS unterschreiben und stempeln lassen. Außerdem muss man ein weiteres Dokument vom ärztlichen Betreuer am letzten Tag unterschreiben und stempeln lassen, was ebenfalls kein Problem war. Den Krankenhausstempel habe ich bei der Stationssekretärin bekommen. Da die Uni bzw. das Hospital de Santo António beim LPA als anerkanntes Lehrkrankenhaus gelistet ist, gehe ich davon aus, dass es keine Probleme bei der Anerkennung geben wird. Am letzten Tag musste ich außerdem, wie weiter oben erwähnt, von meinem ärztlichen Betreuer den Laufzettel mit den Anwesenheitszeiten unterschreiben lassen und wieder beim ICBAS abgeben. Zusammenfassend kann man sagen, dass es kein Problem war, alle angeforderten Dokumente (für das LPA und für die Gastuniversität) zu erhalten.

Fazit & Ausblick

Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrem Auslandsaufenthalt? Wurden Ihre Erwartungen erfüllt? Was hat Ihnen besonders gut gefallen, was gar nicht? Inwieweit hat das Praktikum Ihre akademischen und beruflichen Pläne beeinflusst? Wie geht es jetzt für Sie weiter? (ca. 200 Wörter)

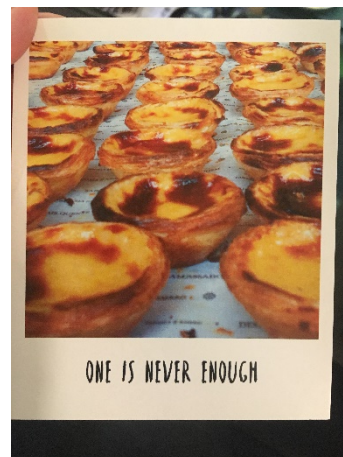
→ Ich bin sehr zufrieden und meine Erwartungen wurden definitiv übertroffen! Ich hatte vor dem Aufenthalt befürchtet, dass irgendetwas schiefgehen könnte, weil die Bewerbung und Organisation des Auslandsaufenthaltes schon während meines begonnenen PJs stattfanden, aber am Ende hat alles rechtzeitig geklappt und ich konnte mein Praktikum problemlos am ersten Tag antreten. Es war immer sommerlich schönes Wetter in Porto und ich habe viel an den Wochenenden erlebt, sodass sich die freien Abende und Wochenenden fast wie Urlaub angefühlt haben! Die Portugiesen sind sehr gastfreundlich und hilfsbereit. Die zwei Monate sind wie im Flug vergangen und ich hätte gerne mehr Zeit gehabt, um Portugal noch weiter zu erkunden. Das Land ist zwar sehr klein, hat aber eine Menge zu bieten! Die Stadt Porto ist perfekt für ein Praktikum/PJ, weil sie mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut angebunden ist, man aber auch das Meiste zu Fuß laufen kann, weil man nicht nur einen Fluss, sondern auch Meer und Strände hat und weil das Essen in jedem noch so unscheinbar erscheinenden Restaurant oder Café einfach fantastisch schmeckt! Das Praktikum im Krankenhaus hat mir vor allem die vielen Gemeinsamkeiten mit dem deutschen Gesundheitssystem aufgezeigt und die Ärzte waren alle sehr freundlich und entspannt.

Porto ist wirklich empfehlenswert!

Mein Auslandspraktikum in einem Bild (oder mehreren Bildern)!

Fügen Sie hier ein oder mehrere aussagekräftige Bilder (mit Beschreibung) hinzu, die Ihren Erfahrungsbericht ergänzen und bereichern!

→





*Vielen Dank! Wir wünschen Ihnen, dass Ihre beruflichen Wünsche und Träume in Erfüllung gehen!
Ihr International Office der Heinrich-Heine-Universität*