

# Freiformulierter Erfahrungsbericht

## Studienbegleitender Auslandsaufenthalt

### Basisdaten (bitte alle Angaben eintragen!)

Fakultät/Fach:	Medizin
Fachsemester:	
Gastland:	Sri Lanka
Gasthochschule/-institution:	Universität Ruhuna
Art des Aufenthalts (z.B. Studium, Praktikum)	Praktisches Jahr im Krankenhaus
Zeitpunkt des Aufenthalts (z.B. SoSe 2016):	WiSe2017/2018
Dauer des Aufenthalts (z.B. 3 Monate):	4 Monate
Mobilitätsprogramm (z.B. Hamburgglobal, Zentralaustausch):	Hamburgglobal
Bewerbungsrounde (z.B. März 2016):	März 2017

### Vorbereitung und Anreise

Um auch einen anderen Einblick in den Krankenhaus Alltag außerhalb Europas zu gewinnen, habe ich mich für mein Chirurgie Tertial, in Sri Lanka beworben. Die Bewerbung für die Universität Ruhuna erfolgt über ein online Bewerbungsverfahren direkt auf der Website, inklusive Erklärung:

<http://www.medi.ruh.ac.lk/index.php/how-to-apply>

Insgesamt dauert das Bewerbungsverfahren circa 6 Wochen und man sollte sich spätestens drei Monate im Vorhinein bewerben. Die finale Zusage der Hochschule erfolgt ein wenig kurzfristiger. Für das PJ-Tertial benötigt ihr ein Studenten-Visum, welches ihr bei der Botschaft Sri-Lankas, mit Sitz in Berlin oder Frankfurt, entweder postalisch oder persönlich beantragen könnt. Hierfür müsst ihr auch euren Reisepass abgeben, und mit einer Bearbeitungszeit von einigen Tagen rechnen. Anschließend bekommt ihr ein ein-monatiges Studenten-Visum ausgestellt, welches ihr in Sri Lanka in der Botschaft in Galle dann noch einmal verlängern lassen müsst.

Für Reise und Transportkosten sollte man mit circa 600€ für Hin- und Rückflug rechnen. Ich habe mir außerdem noch eine Auslandskrankenversicherung über die Ärzte Finanz besorgt. Zusätzliche Kosten fallen für das Visum in Deutschland mit circa 20€ und in Sri-Lanka noch einmal mit circa 100USD an. Je nachdem welche Impfungen noch benötigt werden und bei welcher Krankenkasse man versichert ist, fallen hier auch noch einmal höhere Kosten an.

Um notwenige Impfungen sollte man sich rechtzeitig kümmern(mindestens zwei Monate vor Abflug), da hier neben den Standard Impfungen wie Hepatitis A und B noch ein paar weitere Impfungen, die nicht ganz günstig sind, empfohlen werden: Tollwut, Typhus und Japanische Enzephalitis.

Da es auf Sri Lanka sehr viele streunende Hunde gibt, welche teilweise mit Tollwut infiziert sind, sollte man möglichen Kontakt mit Hunden vermeiden. Auch sollte man sich mit einer Expositionsprophylaxe durch lange Kleidung, Mückennetze und Repellent ausreichend vor Mücken schützen, da es für Dengue oder Chikungunya Infektionen,

welche über Mücken übertragen werden, noch keinen wirksamen Impfschutz gibt. Seit 2016 ist Sri Lanka laut WHO Malaria freies Gebiet. Weitere Informationen sind auf der Seite des Auswärtigen Amtes sehr gut zusammengefasst:

<https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/srilanka-node/srilankasicherheit/212254>

Sri Lankas offizielle Amtssprachen sind Sinhala und Tamil. Bis 1957 war auch Englisch dortige Amtssprache, und wird bis heute noch als offizielle Dokumentationssprache im Krankenhaus gesprochen und geschrieben. Daher war es fast immer möglich, mit den Mitarbeitern und teilweise auch mit den Patienten zu kommunizieren. War dies nicht möglich haben Ärzte und Krankenschwestern versucht für uns zu übersetzen.

Unbedingt sollte man sich vor Anritt informieren, ob man während der Regenzeit in Sri Lanka sein wird. Dann würde ich definitiv eine Regenjacke und Flip-Flops empfehlen, da es zu warm für festes Schuhwerk ist. Auch sollte man für Wanderungen ein paar Turnschuhe mitbringen. Frauen würde ich in Sri Lanka generell empfehlen Kleidung mitzunehmen, welche nicht zu aufreizend ist. Ich hatte einige weit fließende Kleidungsstücke mit, wie eine weite Leinenhose oder lockere Jumpsuits, welche trotz der Luftfeuchtigkeit auch ein bisschen Luft an den Körper lassen. Das Krankenhaus wünscht sich als Arbeitskleidung einen Ärztekittel, eine lange schicke Hose, Bluse/Hemd und gepflegte Schuhe.

## **Finanzierung des Auslandsaufenthalts/ Kosten vor Ort und Verpflegung**

Als finanzielle Förderung habe ich ein zusätzlich zu meinem monatlichen Unterhalt eine finanzielle Förderung durch Hamburgglobal erhalten. Die Bewerbung hierfür ist auf der Seite von Hamurglobal ausführlich beschrieben:

<https://www.uni-hamburg.de/internationales/studieren-im-ausland/programme/hamburgglobal/bewerbung.html>

Flugkosten belaufen sich auf circa 600€, eine Unterkunft kostet in Galle circa 10€ pro Nacht. Das Bus und Bahn fahren ist in Sri Lanka sehr günstig. Auch die örtlichen Taxis, Tuk Tuks genannt, sind nicht besonders teuer und vor Allem am Anfang, wenn man sich noch nicht zurechtfindet, sehr praktisch. Hierfür müsst ihr ein wenig das Handeln üben, und solltet wissen, dass er einheimischen Preis bei circa 50 Rupien pro km liegt. Essen ist insgesamt sehr günstig und auch für Vegetarier gibt es hier einiges zu probieren. Neben den leckersten Mangos und Avocados könnt ihr ein Curry für 1-3€ bekommen. Beim Essen könnt ihr also im Vergleich zu Deutschland ein wenig sparen. Versucht insgesamt eure Lebensmittel wenn ihr selber kocht, auf den Märkten zu kaufen, da sie hier um einiges günstiger sind als in den Supermärkten. Auch war es wirklich toll, einen Kochkurs in Sri-Lanka zu besuchen.

## **Unterbringung**

Insgesamt ist die Wohnungssuche in Galle nicht sehr kompliziert. Die Universität hilft euch, mit einer Auflistung möglicher Unterkünfte:

<http://www.medi.ruh.ac.lk/index.php/accommodation>

<http://www.medi.ruh.ac.lk/accommodation/>

Wenn ihr in Galle wohnt, würde ich versuchen in der Nähe der Universität zu bleiben, sodass ihr entweder zu Fuß oder mit den örtlichen Bussen ins Krankenhaus fahren könnt. Versucht immer die roten Busse zu nehmen, da diese die staatlichen Busse sind und ihr dort keine Touristen-Preise zahlen müsst.

Als Unterkunft würde ich euch empfehlen bei Rohinis Guesthouse zu wohnen. Hier leben um die 20 Studenten, es gibt eine Küche und eine wunderbare große Terrasse. Abends wird hier zusammen gekocht, oder ihr könnte mit den anderen Studenten die Stadt erkunden. Ihr könnt euch bei der Gastfamilie unter: [chankusd@yahoo.com](mailto:chankusd@yahoo.com) melden.

## **Gasthochschule/ Gastinstitution und Ablauf des Praktikums**

Das besondere an Sri Lanka ist, dass es zu einem in den ländlichen Regionen die traditionelle ayurvedische Medizin gibt, zum anderen in den Städten und größeren Provinzen eine Dichte Versorgung mit teils privatisierten, teils öffentlichen Krankenhäusern gibt. Generell ist die Versorgung in öffentlichen Krankenhäusern umsonst, wodurch auch arme Menschen in der Lage sind ein Krankenhaus aufzusuchen. Dennoch sind viele der öffentlichen Krankenhäuser nicht mit dem Standard in Deutschland zu vergleichen. Wenn Patienten in Sri-Lanka wohlhabender sind, suchte diese meist eine private Klinik mit einer besseren Versorgung auf. Das Krankenhaus, in welchem ich mein praktisches Jahr durchgeführt habe, gehört zu den staatlichen Krankenhäusern.

Das Universitätsklinikum Ruhuna besteht aus vielen verschiedenen Gebäuden, die wahrscheinlich für unser Empfinden, weit unter den deutschen Hygiene Standards liegen. Stationäre Zimmer haben keine Fenster, es herrscht eine hohe Luftfeuchtigkeit und Temperatur. Patienten-Trennung erfolgt über Vorhänge, und eine stationäre Hände Desinfektion wird nicht durchgeführt. Auch haben wir auf dem einen oder anderen Gang, da diese teilweise offen sind, Katzen gesehen. Betritt man die Operationssäle, verändert sich dieser Eindruck jedoch sehr. Zwar sehen Wände und Materialien veraltet aus, dennoch gibt es hier eine Klimaanlage und die Licht und Narkose-Geräte sind sehr modern. Auch die Operationsinstrumente sind den deutschen sehr ähnlich.

Insgesamt war der Ablauf auf der Chirurgischen Abteilung mit dem in deutschen Krankenhäusern zu vergleichen. An unserem ersten Praktikumstag, gab es eine Einführung für alle Studenten, bei welcher sich die Betreuenden Ärzte vorgestellt haben. Zunächst wurden wir in Gruppen von circa 7 Studenten in der Allgemeinchirurgie eingeteilt. Hierbei gab es eine morgendliche Visite, gefolgt von einer kurzen OP-Besprechung. Normalerweise wären wir dort durch einheimische Studenten betreut worden, diese streiken jedoch momentan gegen eine Privatisierung der Universität, und sind daher nicht im Krankenhaus. Anschließend wurden wir auf verschiedene Operationssäle verteilt und konnten dort während der Operationen assistieren. Mittwochs hatten wir die Möglichkeit einen Nachtdienst in der Notaufnahme zu machen, wodurch wir einige spannende Krankheitsbilder sehen konnten. Von verschiedenen Schlangenbissen, über Vergiftungen, bis hin zu vielen Traumata-Verletzungen durch die örtlichen Tuck-Tucks. Das typische Krankheitsbild Sri-Lankers unterscheidet sich doch sehr von dem deutschen. Man findet eher weniger typisch deutsche Volkskrankheiten wie etwas Angina Pektoris, Herzinsuffizienzen oder Krebsleiden. Dafür sind vor allem Infektionskrankheiten, Durchfall-Erkrankungen und viele Traumata, oft bedingt durch den Straßenverkehr, zu behandeln. Durch eine strikte Impfung der Einwohner, und eine flächig gut verteilte, medizinische Versorgung, war es möglich Tetanus und Japanische Enzephalitis stark einzudämmen. Seit 2016 ist Sri-Lanka sogar Malaria frei. An öffentlichen Plätzen herrscht in Sri-Lanka sogar ein Rauchverbot.

Insgesamt sieht man in Sri-Lanka, dass obgleich die Krankenhaus Bedingungen in einem staatlichen Krankenhaus, den deutschen unterlegen sind, diese jedoch im Vergleich zu anderen dritten Welt Ländern, eine sehr gute Versorgung der breiten Volksmasse anbieten

können. So hat die durchschnittliche Lebenserwartung Sri Lankas in den letzten fünfzig Jahren von 62 Jahren auf circa 75 Jahren gestiegen.

Spannend war, dass die Ärzte Ruhunas, trotz des Mangels an modernen technischen Geräten, in der Lage waren, ihre Diagnostik ohne diese durchzuführen. Dieses wurde durch eine intensive körperliche Untersuchung geleistet. Dennoch gab es auch die Möglichkeit ein MRT durchzuführen.

### **Alltag/ Freizeitmöglichkeiten**

Sri Lanka ist ein wunderschönes Land mit einem sehr liebevollen Volk. Es gibt grenzenlose Möglichkeiten, das Land zu bereisen, Berge zu erklimmen oder an den schönsten Stränden surfen zu gehen. Die Einwohner Sri-Lakas sind ein sehr warmherziges Volk und haben ein großes Interesse an Touristen. So habe ich mich an meinen Wochenendreisen nie verloren oder unsicher gefühlt, da ich immer wusste, dass ich nicht alleine bin oder nach Hilfe fragen kann.

### **Zusammenfassung**

Meinen Aufenthalt in Sri Lanka würde ich als einen großen persönlichen Gewinn betrachten. Mir war es möglich ein anderes Krankenhausssystem kennen zu lernen und zu erkennen, dass es auch ohne modernste Gerätschaften die Möglichkeit gibt, eine sehr gute Diagnostik und Behandlung durchzuführen, auch wenn die hygienischen Verhältnisse vielleicht nicht den europäischen Standards entsprechen. Ich habe in Sri Lanka ein wunderbar herzliches Volk kennen gelernt, welches wenn man es zulässt einen auch mit zu sich nach Hause einlädt und gerne eine andere Kultur kennen lernen möchte.



**Anästhesieraum**



**Intensivstation und Pflegepersonal**



**Teeplantage Kandy mit Singhalesin 1**



**Elefantensichtung Nähe Yala Nationalpark**



**Aussicht auf Sigiriya**