

ERASMUS-Praktikumsbericht

Allgemein

[REDACTED]

Heimathochschule	JOHANNES GUTENBERG-UNIVERSITAET MAINZ-29716-IC-1-2007-1-DE-ERASMUS-EUCX-1
Fachbereich	Medizinwissenschaften
Studienfach	Humanmedizin
Ausbildungsstand während des Auslandsaufenthaltes:	Sonstiges

Gastunternehmen

Name des Gastunternehmens	Centralsjukuset Karlstad (Zentralkrankenhaus)
Ansprechpartner vor Ort	-
Straße/Postfach	Rosenborgsgatan 2
Postleitzahl	65185
Ort	Karlstad
Land	Schweden
Telefon	-
Fax	-
Homepage	http://www.liv.se/Halsa-och-varld/Sjukhus/Centralsjukuset-Karlstad/
E-Mail	

Berufsfeld des Praktikums	Gesundheits- und Sozialwesen
Dauer des Praktikumaufenthalts - Von	13.06.2011
Dauer des Praktikumaufenthalts - Bis	01.10.2011

Erfahrungsbericht

Erfahrungsbericht Vorbereitung:

Die Idee ein Tertial des Praktischen Jahres in Schweden zu absolvieren traf ich, nachdem ich aus einem Sommerurlaub 2008 sehr begeistert von Land und Leuten war. Da mein Onkel in Schweden lebt, hatte ich einen Kontakt nach Karlstad, was die Organisation stark erleichterte. Etwa ein Jahr im Voraus besuchte ich den ersten Schwedisch-Kurs an der VHS, mit dem Gedanken zumindest Basiskenntnisse der Sprache zu erlernen. Mit viel Eigenengagement und 2 Sprachkursen schaffte ich es innerhalb dieses Jahres ungefähr auf Sprachniveau A2/B1 zu kommen. Ohne Probleme konnte ich auch über die VHS die

benötigten Sprachzeugnisse für die spätere Bewerbung um ein Erasmus-Praktikums-Stipendium ausgestellt bekommen.

Da es mein initialer Wunsch war, in einer der großen Städte Schwedens meine 4 Monate PJ zu machen, hatte ich zuerst versucht mich an den medizinischen Unis Stockholm, Uppsala, Lund und Göteborg zu bewerben, womit ich jedoch keinen Erfolg hatte. Meine zu diesem Zeitpunkt noch fehlenden Sprachkenntnisse sowie der extreme Mangel an Praktikumsplätzen selbst für die eigenen schwedischen Medizinstudenten schienen der Grund zu sein. Daher machte ich mir nun meine familiären Kontakte nach Schweden zu Nutzen und bekam dadurch eine Kontaktadresse eines Chirurgen am Zentralkrankenhaus in Karlstad im Landkreis Värmland direkt am Vänernsee, jeweils ca. 3 Zugstunden entfernt von Göteborg, Stockholm und Oslo. Bei dem Centralsjukhuset Karlstad handelt es sich um ein mittelgroßes Krankenhaus für Akutversorgung, mit ca. 500 Betten, welches Lehrkrankenhaus der Universität Uppsala ist und in dem auch schwedische Studenten zur Weiterbildung untergebracht sind. Über meine Kontaktperson ging alles recht unkompliziert - ich bekam schnell alle erforderlichen Dokumente zusammen und konnte damit Anfang Juni 2011 nach Karlstad aufbrechen. Ohne Kontakte scheint es soweit ich dies anhand meiner Erfahrungen und Erfahrungen anderer Studenten, mit denen ich gesprochen habe, beurteilen kann, sehr schwierig einen PJ-Platz an einem schwedischen Krankenhaus zu bekommen. Ist man dann jedoch erst einmal in Schweden angekommen, ist alles sehr einfach, unkompliziert und unbürokratisch und alle Menschen äußerst hilfsbereit bei jeglicher Art von Fragen oder Problemen.

Unterkunft:

Da wie schon erwähnt mein Onkel mit Familie in Karlstad lebt, war die Unterkunft für mich kein Problem. Ich wohnte ca. 11km von der Klinik entfernt und ich kaufte mir um mobil und unabhängig zu sein zu Beginn meines Aufenthalts ein Fahrrad, was ich nach den 4 Monaten dann wieder verkaufte. Schweden im Sommer bedeutet Natur und Outdoor, deswegen ist ein Fahrrad wirklich wichtig!

Grundsätzlich könnte man aber sicher Informationen bzgl. Unterkunft im Stadtzentrum Karlstad über die Klinik und die Studenten-Beauftragten (siehe Homepage: [Jobb och utbildning > AT i Värmland > AT-chef/studierektor](#)) bekommen und das Bussystem in Karlstad und Umgebung ist auch sehr gut ausgebaut und selbst ohne Fahrrad oder Auto kann man sich dann dort gut fortbewegen.

Praktikum:

Ich war 16 Wochen in der chirurgischen Abteilung des Krankenhauses eingeteilt. Die Organisationsstrukturen in Schweden sehen anders aus als in Deutschland. In Karlstad setzt sich die chirurgische Abteilung aus folgenden Disziplinen zusammen: Allgemein- und Akut Chirurgie, Brust- und Endokrinchirurgie, Gefäßchirurgie, Urologie und operative Intensivstation sowie die chirurgische Notaufnahme. In diesen Bereichen war ich jeweils ca. 2 Wochen eingeteilt, hatte einen Arzt, der für mich zuständig war und durchlief die verschiedenen Bereiche Station, OP oder Ambulanz. Die Orthopädie und Unfallchirurgie ist in Schweden eine eigenständige Disziplin unabhängig von der chirurgischen Abteilung und es gibt in Karlstad keine Neuro- und Herzthoraxchirurgie; diese befinden sich in Uppsala bzw. Göteborg. Da das Ausbildungssystem in Schweden anders aufgebaut ist als in Deutschland war mein Einsatzbereich etwas schwer zu definieren. Mein Status befand sich in etwa auf dem Niveau der ATs (AT-läkare = Allmäntjänstgöring, 18 Monate ?Allgemeindienst?, entspricht in etwa dem PJ, wobei man nicht mehr als ?Student? betrachtet wird sondern schon als ?Arzt?, siehe auch <http://sv.wikipedia.org/wiki/Allmäntjänstgöring>). Da meine Sprachkenntnisse zu Beginn

des Praktikums aber noch nicht so gut waren, dass ich hätte selbstständig arbeiten könne, war ich immer einem Arzt zugeordnet, dem ich dann durch seinen Klinikalltag folgte, ob auf Station, OP, Ambulanz oder Funktionsabteilung. Dadurch arbeitete ich zwar recht wenig selbstständig, was mich zu Beginn auch etwas frustrierte, womit ich im Verlauf der Wochen jedoch sehr gut zurecht kam. Meine sprachlichen Fähigkeiten wurden von Tag zu Tag besser, ich verstand mehr, bekam dadurch mehr mit, konnte mehr Fragen stellen, mehr diskutieren, mehr mit Patienten kommunizieren, langsam das Organisationssystem der Klinik druchschau und damit viel mehr teilhaben am Klinikablauf. Obwohl man ja immer darüber spricht, wie gut in Skandinavien Englisch gesprochen wird, was auch definitiv zutrifft, so merkt man doch, wie eingeschränkt man ist, wenn man die Sprache nicht versteht. Denn selbst wenn die Ärzte mit einem zwar Englisch sprechen können, so spricht doch der ganze Rest Schwedisch. Daher betrachte ich das Beherrschen der Sprache als wesentlichen Faktor zum erfolgreichen PJ in Schweden! In den jeweiligen Bereichen durfte ich jedoch unter Aufsicht doch einiges selbst machen (Assistenz im OP, kleinere diagnostische und therapeutische chirurgische Eingriffe in den Ambulanzen, auf Station oder in der Notaufnahme), ich war mit auf Visite, bei diversen Patientengesprächen, Röntgenbesprechungen, Tumorboard, in der Endoskopie-Einheit, 1 Woche auf der Intensivstation und vieles mehr. Wichtig war es immer viel Eigeninitiative zu zeigen. Auch wenn die Schweden extrem nette und hilfsbereite Menschen sind, bei denen man sich immer gleich wohl und willkommen fühlt, so bekommt man doch trotzdem nichts auf dem Silbertablett serviert. Ich musste mich doch recht selbstständig organisieren, mich selbst viel engagieren, immer wieder fragen, im Auge behalten wo es Spannendes zu sehen gab. Ich kann mir vorstellen, dass dies alles an einem universitären Krankenhaus, an dem mehr Lehre stattfindet, evtl. auch etwas automatischer abläuft.

Zusätzlich muss man auch wissen, dass Sommer in Schweden bedeutet, dass das gesamte Arbeitsprogramm hinuntergefahren wird und nur noch im Sparmodus gearbeitet wird. Da die Schweden ja sehr lange Sommerferien haben und auch jeder Arzt Anspruch darauf hat im Sommer 4 Wochen Urlaub zu nehmen, geht alles etwas ruhiger zu, als es dies dann wieder ab September tut, wenn die komplette Besatzung wieder im Einsatz ist.

Was die hochgelobten Arbeitsbedingungen in Schweden betrifft, so kann ich dieses ?Gerücht? nur zu 100% bestätigen. Wer den Arbeitsalltag eines Arztes in einem mittelgroßen eher ländlich gelegenen städtischen Krankenhaus einmal miterlebt hat, überlegt sich wohl stark, ob er wirklich wieder nach Deutschland zurück kehren möchte und sich dem Arbeitsleben dort aussetzen möchte: geregelte Arbeitszeiten, Freizeitausgleich, keinerlei Hierarchien, kein ?Sie? sondern alles per Vorname, sehr gutes Teamwork aller Ärzte (man kann ohne zu zögern immer um Rat und Hilfe bitten), Pflege und Mitarbeiter administrativer Bereiche, Pausen, gemütliche Personalaufenthaltsräume, elektronische Patientenakte, Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit,?die Zufriedenheit aller steht im Vordergrund und nicht der Benefit Einzelner!

Mit meinen Kollegen habe ich mich durchweg gut verstanden und kam auch in den Genuss verschiedener außerberuflicher Veranstaltungen.

Alltag und Freizeit:

Karlstad und Umgebung bietet viel für all diejenigen, die die Natur lieben. Seen, Wälder, Sommerhäuser, Radtouren, Kanufahrten, Roadtrips durch Värmland, Wandern, Ausflüge nach Stockholm oder Göteborg, Midsommar-Feiern, Bootstouren und das alles ganz egal ob Sonne oder Regen. Auch Norwegen mit seinen Bergen und Fjörden ist in erreichbarer Entfernung. Karlstad selbst ist eine sehr schöne Kleinstadt mit viel Wasser und Grün, Kulturangeboten, Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants und Ausgehmöglichkeiten. Das in Schweden Lebensmittel und Ausgehen und v.a. der Alkohol teuer sind als bei uns weiß

man vorher und ist deswegen nicht mehr geschockt. Recht günstig sind dafür aber z.B. Bus und Bahn und man kann durchaus für 10 Euro mit dem Zug 3h in das wunderschöne Stockholm fahren.

Fazit:

Ich habe mich unglaublich wohlgefühlt während meiner 4 Monate in Schweden und die Ruhe und Gelassenheit dieses wunderschönen weiten Landes und seiner freundlichen und offenen Menschen sehr genossen. Es hat Spaß gemacht innerhalb weniger Monate eine neue Sprache zu erlernen und nun in der Lage zu sein mehr oder weniger fließend auf Schwedisch zu kommunizieren.

Was mein Praktikum in der Klinik betrifft, so kann ich zusammenfassen, dass ich zwar weniger selbstständig gearbeitet habe, als mir das in Deutschland vielleicht möglich gewesen wäre, ich jedoch das Gefühl habe ein unwahrscheinlich breites Spektrum an Erkrankungen und deren Diagnostik und Behandlung gesehen zu haben. Es ist spannend nun ein ganz anderes, staatlich finanziertes Gesundheitssystem erlebt und verstanden zu haben, seine Vorteile schätzen gelernt zu haben, aber auch Nachteile erkannt zu haben. Wer sich überlegt ein PJ-Tertial in Schweden zu absolvieren, der sollte auf jeden Fall viel Energie in das Erlernen der Sprache stecken, denn nur so kann man wirklich am Klinikablauf teilhaben und sich selbst einbringen. Ich bin sehr froh diese Entscheidung getroffen zu haben und fühle mich privilegiert nun eine sehr spannende Option zu haben, falls ich irgendwann müde von meiner Arbeit in Deutschland sein sollte ? Sverige, jag kommer tillbaka!

Bilder/Fotos



Tipps für Praktikanten

Vorbereitung

Praktikumssuche	Am besten die jeweilige Abteilung direkt per e-mail anschreiben. Die Chancen ohne Kontaktperson einen PJ-Platz zu bekommen schätze ich zwar eher schlecht ein, aber man kann es ja mal versuchen. Je besser die Sprachkenntnisse, desto besser die Chancen!
Wohnungssuche	keine Erfahrungen
Versicherung	Zwar musste ich keinerlei Versicherungen vorlegen, es schadet wohl aber nicht diese zu haben. Vorher in Deutschland organisieren. Als ich aber zB selbst nach einem Sturz in die Notaufnahme musste und geröntgt wurde, brauchte ich dafür keinerlei Versicherungspapiere und auch nichts zu bezahlen.
Sonstiges	-
Formalitäten vor Ort	
Telefon-/Internetanschluss	über comviq kann man zB gut an Prepaid-Handy-Karten kommen, darüber ebenfalls gute Tarife um auch ins Ausland zu telefonieren
Bank/Kontoeröffnung	nicht nötig. In Schweden wird praktisch alles per Karte bezahlt. Selbst VISA geht fast überall.
Sonstiges	-

Alltag / Freizeit

Ausgangsmöglichkeiten touristeninfo in der Stadtbibliothek mit vielen Infos, Blue Moon Bar (Club, Tanzlocation), Filmstaden (Kino), Arenan (Alternativkino mit v.a. europäische Filme), Mariebergsskogen (großer Park/Wald),
Sonstiges Båtbus (Bootstaxi, fährt in der Sommersaison diverse Inseln im Vänernsee an)

Fragebogen

Dauer des Praktikumaufenthaltes, Vorbereitung und Motivation

Auf welchem Weg haben Sie von dem ERASMUS-Programm erfahren?	Kommilitonen
Andere	-
Haben Sie bereits an einer anderen ERASMUS Maßnahme teilgenommen?	nein
Halten Sie die Dauer Ihres Praktikumsaufenthaltes für:	genau richtig
Aus welchen Gründen strebten Sie einen Praktikumsaufenthalt im Ausland an?	berufliche Pläne/Steigerung der späteren Wettbewerbsfähigkeit auf dem Arbeitsmarkt
Andere	-

Information und Unterstützung

Wie bzw. durch wen haben Sie Ihren Praktikumsplatz gefunden?	andere Quellen (bitte angeben)
relevante Links	-
andere Quellen	-
Falls Sie eine Mittlerorganisation genutzt haben, mussten Sie für die Vermittlung des Praktikums etwas bezahlen?	-
Wenn ja, wie viel (EUR)	-
Name der Mittlerorganisation	-
Land der Mittlerorganisation	-
Homepage der Mittlerorganisation	-
Fanden Sie es schwierig ein Gastunternehmen zu finden?	3
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Heimathochschule bzw. dem Sie fördernden Hochschulkonsortium?	2
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Mittlerorganisation?	1
Erhielten Sie vor Ihrem ERASMUS-Praktikum adäquate Unterstützung von der Gasteinrichtung?	3
Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung von der Heimathochschule bzw. dem Sie fördernden Hochschulkonsortium?	3
Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung von der Mittlerorganisation?	1
Erhielten Sie während Ihres ERASMUS-Praktikums adäquate Unterstützung von der Gasteinrichtung?	3

Was erhielten Sie bei Ihrer Ankunft im Gastunternehmen?	ein Einführungsgespräch, eine Führung durch die Gasteinrichtung
Sonstiges	-
Inwieweit haben sich Ihre Erwartungen in Bezug auf das Praktikum erfüllt?	
Betreuung durch einen Mentor	4
Anspruchsvolle Aufgaben	3
Anwendung der theoretischen Kenntnisse in der Praxis	4
Kennenlernen des Arbeitsalltags	5
Selbständiges Arbeiten	2
Verbesserung von Softskills	5
Interkulturelle Erfahrungen	5
Persönliche Entwicklungsmöglichkeit	5
Sonstiges	-
Haben sich Ihre Erwartungen an das Gastunternehmen in Bezug auf das Praktikum insgesamt erfüllt?	3
Wie beurteilen Sie den Integrationsgrad in das Gastunternehmen?	4
Wie war Ihr Arbeitsplatz ausgestattet?	4
Unterbringung	
Art der Unterbringung im Gastland	private Unterkunft
andere	-
Wie haben Sie Ihre Unterkunft gefunden?	Freunde/Familie
andere	-
War es schwierig eine Unterkunft zu finden?	1
Anerkennung	
Wurde Ihnen vor Beginn Ihres Praktikums im Ausland die Vereinbarung zwischen Heimathochschule, Gastunternehmen und Studierenden ("training agreement") ausgehändigt?	Ja
Welches Förderjahr ist auf Ihrem training agreement angegeben?	2011
Wird Ihr Auslandspraktikum anerkannt?	Ja
Wenn ja, welche Anerkennung erhalten Sie?	ECTS
Welchen Nachweis über Ihr Praktikum erhielten Sie von der Gasteinrichtung?	Qualifiziertes Praktikumszeugnis
Sprachliche und interkulturelle Vorbereitung	
Arbeitssprache(n) im Gastunternehmen:	Schwedisch
Haben Sie an einem vorbereitenden Sprachkurs vor und/oder während des Aufenthaltes teilgenommen?	Ja
Wenn ja, wer hat den (die) Sprachkurs(e) organisiert?	-
Andere	selbstständig, VHS

Gesamtdauer in Wochen	30
Stunden pro Woche	1,5
Wird die Teilnahme am Sprachkurs anerkannt?	Nein
Wie würden Sie Ihre Sprachkompetenz in der Sprache des Gastlandes einschätzen? - Vor dem ERASMUS-Aufenthalt	2
Wie würden Sie Ihre Sprachkompetenz in der Sprache des Gastlandes einschätzen? - Nach dem ERASMUS-Aufenthalt	4
Hatten Sprachbarrieren Auswirkungen auf das Praktikum?	Ja
Wenn ja,	keine anspruchsvollen Aufgaben
Andere	-
Haben Sie sich interkulturell vorbereitet?	Ja
Wenn ja, durch	Selbststudium
Andere	-
Wenn ja, wie	-
Sonstiges	-
Welche Komponenten der http://eu-community.daad.de haben Sie zur Vorbereitung genutzt?	keine
Kosten	
Kosten während des Auslandsaufenthaltes (monatlicher Durchschnitt in Euro)	500
Erhaltenes ERASMUS Stipendium pro Monat in Euro	350
In welchem Umfang deckte das ERASMUS-Stipendium Ihre Kosten?	3
Wann haben Sie das ERASMUS-Stipendium erhalten?	in der Mitte des Praktikums
Haben Sie ein Unternehmensgehalt erhalten?	Nein
Wenn ja, wie hoch war Ihr Gehalt?	-
Hat das Gastunternehmen Ihnen andere Arten der Vergütung (Sachleistungen) gewährt?	Nein
Andere	-
Hatten Sie andere Einkommensquellen?	Familie
Andere	-
Geschätzter Gesamtbetrag anderer Quellen pro Monat in Euro	150
Wie viel mehr haben Sie im Ausland ausgegeben verglichen mit dem, was Sie normalerweise im Heimatland ausgeben?	gleich

Ihre persönlichen Erfahrungen - Bewertung des ERASMUS-Praktikums

Beurteilung des fachlichen Nutzen des Aufenthaltes.	3
Beurteilung des persönlichen Nutzens des Praktikums.	5
Traten während Ihres ERASMUS-Aufenthaltes irgendwelche ernsten Probleme auf?	Nein
Wenn ja, bitte angeben	-
Welche Aspekte Ihres Aufenthaltes gefielen Ihnen besonders/waren für Sie besonders wichtig?	Erwerb von Berufserfahrung,kulturelle,im Ausland leben,Sprachkenntnisse erweitern,Freunde im Ausland,berufliche Pläne/Steigerung der späteren Wettbewerbsfähigkeit auf dem Arbeitsmarkt
Andere	-
Haben Sie neue Techniken, Technologien und Methoden kennen gelernt?	Ja
Können Sie sich als Ergebnis Ihrer Erfahrungen mit Ihrem ERASMUS-Praktikum eher vorstellen, nach Ende Ihres Studiums in einem anderen Mitgliedsstaat der EU / EWR zu arbeiten?	Ja
Glauben Sie, dass der Aufenthalt Ihnen in Ihrer beruflichen Karriere helfen wird?	3
Glauben Sie, dass Ihr ERASMUS-Praktikum Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt erhöhen wird?	3
Allgemeine Bewertung (Zufriedenheit) des ERASMUS-Aufenthaltes.	5
Sind Sie bereit, Outgoing und Incoming Studierenden bei Fragen zu ERASMUS weiterzuhelfen?	Ja
Welche Empfehlung und Ideen möchten Sie anderen Studierenden weitergeben (z.B. Bewerbungsverfahren, allgemeine Informationen)?	gute Sprachkenntnisse, Kontakte knüpfen
Wie kann Ihrer Meinung nach das ERASMUS-Praktika Programm verbessert werden?	-
Der DAAD versichert, keine Daten ohne mein Einverständnis an Dritte weiterzugeben. Ich bin damit einverstanden, dass der DAAD meine persönlichen Daten speichert.	Ja.
Ich bin mit der Veröffentlichung meines Erfahrungsberichtes auf der Seite http://eu-community.daad.de einverstanden.	Ja.
Meine E-Mail-Adresse soll im Erfahrungsbericht bei der Veröffentlichung angezeigt werden.	Nein.

Datum, Unterschrift: _____, _____

