

Erfahrungsbericht Famulatur Shanghai, August 2016



Shanghai

Bewerbungsverfahren und Vorbereitung

Die Möglichkeit einer China-Famulatur wurde in den Facebook-Gruppen der Klinik-Semester beworben. Voraussetzung ist das vollendete 6. Semester. Ähnlich wie bei anderen Auslandsaufenthalten beinhaltet die Bewerbung ein Motivations schreiben und einen Lebenslauf in englischer Sprache, das Physikumszeugnis sowie ein DAAD-Sprachzeugnis (Englisch). Letzteres kann im Humboldt-Sprachenzentrum an der Universität Ulm für 20 Euro erworben werden. Die Bewerbungsunterlagen müssen bis Ende Dezember bei Frau Leins eingereicht werden, allerdings kann das Sprachzeugnis notfalls nachgereicht werden. Da die Termine für einen Sprachtest im Sprachenzentrum begehrt sind, sollte man sich frühzeitig um einen Termin bemühen.

Ich habe mich für Shanghai beworben und Ende März die Zusage per E-Mail erhalten. Neben Shanghai gab es Nanjing und Wuhan zur Auswahl. Für Shanghai wurden zwei Plätze vergeben, für die anderen beiden Städte jeweils vier Plätze.

Nach der Zusage folgte die eigentliche Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt: Für unseren vierwöchigen Aufenthalt in China benötigten wir ein X2-Visum, welches ein Einladungsschreiben von Seiten einer chinesischen Institution voraussetzt. Das Einladungsschreiben von der zugewiesenen Klinik wurde per E-Mail zugesendet, nachdem ein Antrag auf Annahme als Famulant, ein Passfoto, ein Lebenslauf in englischer Sprache sowie drei Fachgebiete meiner Wahl an die zugewiesene Klinik geschickt worden waren. Ein chinesisches X2-Visum kostet um die 170 Euro und dauert von Antragsdatum bis zur Ausstellung etwa vier Wochen. Ich habe mein Visum online bei visaforchina.org beantragt.

Zur allgemeinen Vorbereitung auf ein fremdes Land findet man beim auswärtigen Amt zu jedem Land/Gebiet online hilfreiche Informationen. Unter anderem werden Impfeempfehlungen gegeben, je nachdem wo in China man sich aufhält. Für Shanghai wurde Tollwut empfohlen und da wir in der Klinik tätig waren, wurde außerdem eine Meningokokken-Impfung empfohlen. Beide Impfungen wurden vom betriebsärztlichen Dienst der Uniklinik Ulm durchgeführt und bezahlt. Impfungen für die Tropen (für den Fall, dass man nach Abschluss der Famulatur in andere Regionen Chinas reisen möchte) müssen selbst organisiert und bezahlt werden.

Da für eine zuverlässige Tollwut-Impfung drei zeitlich versetzte Injektionen notwendig sind, sollte man sich möglichst früh um einen Termin beim betriebsärztlichen Dienst bemühen.

An dritter Stelle kam dann der Flug, je später man bucht, desto teurer wird es. Ich bin mit China Eastern von Frankfurt direkt nach Shanghai Pudong geflogen. Es gibt noch einen weiteren Flughafen in Shanghai, Shanghai Hongqiao, beide Flughäfen sind etwa eine Stunde vom

Stadtzentrum entfernt und gut an das Metronetz angeschlossen. Nach der Famulatur bin ich weiter nach Vietnam geflogen und von dort über Shanghai Pudong über Paris wieder zurück nach Frankfurt.

Sobald der Flug gebucht war, habe ich mich mit der zuständigen Koordinatorin Ms Qi Kou in Verbindung gesetzt. Sie ist eine äußerst freundliche und hilfsbereite Dame, die sehr gut deutsch spricht und schreibt. Sie hat mir alle meine Fragen ausführlich beantwortet: Wie komme ich vom Flughafen zur Unterkunft? Wo genau befindet sich die Unterkunft? Brauche ich einen Arztkittel, Stethoskop, Reflexhammer? Ab wann und bis wann kann in der Unterkunft gewohnt werden? Wie komme ich von der Unterkunft zur Klinik? Wie erreiche ich meinen zuständigen Arzt? Brauche ich Bettwäsche?

Dann ist es wichtig, die passende Kleidung einzupacken. Das Wetter in Shanghai ist extrem heiß (grundsätzlich 35-40 Grad Celsius) und feucht (bis zu 80% Luftfeuchtigkeit). Auch nachts bleibt es warm, um die 25 Grad Celsius. Obwohl der August zur Regenzeit zählt, hat es während der gesamten Famulatur nur zwei- bis dreimal geregnet. Ich habe also hauptsächlich kurze Kleidung, Flip Flops, eine Regenjacke und warme Kleidung für den Flug eingepackt. Für die Klinik habe ich einen Arztkittel, eine Klinikhose und Sportschuhe eingepackt, wobei in der Klinik auch kurze Kleidung und Röcke erlaubt waren. Für den Fall, dass man vom Chefarzt zum Essen eingeladen wird, sollte man zumindest eine lange Jeans und ein Paar schöne Schuhe mitnehmen. Alles in allem habe ich Kleidung für etwa zwei Wochen eingepackt plus einem Reisewaschmittel. Ansonsten habe ich Kontaktlinsen- und Pille-Vorräte für acht Wochen Reisezeit eingepackt. Auch was Medikamente, die man nur in Deutschland erwerben kann, betrifft, sollte man sich für die Reise ausreichend Vorräte besorgen.

Zuletzt sollte man bedenken, dass in China Google und Facebook gesperrt sind. Das bedeutet, dass es nicht möglich ist, mit einem Android-Smartphone Apps downzuloaden. Es gibt einige hilfreiche Shanghai-Apps, die man also im Voraus laden sollte.

Ankunft

Ich landete in Shanghai um 7 Uhr morgens. Von dort fuhr ich mit der Metro zur Unterkunft, das dauerte etwa eine Stunde und 30 Minuten und kostete 7 Yuan (entspricht 1 Euro). Mit der Metro musste ich zweimal umsteigen. Bequemer ist die Anfahrt mit dem Taxi, kostet allerdings ca. 150 Yuan (entspricht 20 Euro). Die Metropläne sind alle ausschließlich auf Chinesisch, deswegen sollte man sich vor Antritt der Reise die App „exploremetro-shanghai“ holen oder einen Metroplan auf Englisch ausdrucken. An jeder Metrostation gibt es eine Sicherheitskontrolle, die das Gepäck scannt.

Unterkunft

Das Studentenwohnheim der Tongji University Shanghai wurde über den Sommer renoviert, sodass wir im Tongji Jinjiang Inn Motel unterkamen. Wir wurden jeweils zu zweit in einem Zimmer untergebracht. Die Zimmer waren zwar klein, dafür hatte aber jedes Zimmer ein separates Badezimmer, eine Klimaanlage und kostenloses WLAN (für Streaming allerdings definitiv zu langsam). Für die Steckdosen in den Zimmer braucht man keinen Adapter, deutsche Anschlüsse funktionieren problemlos. Die Zimmer wurden jeden Tag gereinigt und wenn man wollte, konnte man das Bett neu beziehen lassen. Die Kosten für die Unterkunft wurden von der Tongji University Shanghai übernommen. Ich wurde mit einer sehr netten Studentin aus Marburg untergebracht, da ich die einzige Studentin aus Ulm war. Die anderen Studenten waren aus Marburg und Wien, alle waren in etwa gleich alt und sehr freundlich.

Der erste Arbeitstag

Am ersten Tag hat uns die PhD-Studentin Sijin vor dem Motel abgeholt, um uns den Weg zur

Klinik zu zeigen. Bei der Metrostation erklärte uns Sijin, dass man nicht für jede Fahrt ein neues Ticket zu kaufen braucht, sondern man für einmalig 25 Yuan eine aufladbare Karte erwerben kann. Das Shanghai East Hospital gliedert sich in zwei Teile, es gibt den älteren East Campus und den neuen, modernen South Campus, mit dem Klinik-Shuttle fährt man ca. 45 Minuten von einem Campus zum anderen. Am ersten Tag mussten wir jedoch zuerst ins International Office, welches 10 Minuten zu Fuß vom East Campus entfernt liegt. Dort wurden wir jeweils einem Campus und einer Station zugeteilt. Jeder von uns erhielt die Telefonnummer des zuständigen Arztes und sollte ihn anrufen, um einen Treffpunkt und eine Uhrzeit zu vereinbaren. Ich wurde für die ersten zwei Wochen der neurologischen Station auf dem South Campus zugeteilt und sollte am nächsten Morgen um 8 Uhr auf Station erscheinen. Nach dem International Office ging ich mit Sijin zum East Campus, um dort eine Mensakarte zu kaufen. Die Karte kostet einmalig 15 Yuan und kann ebenso wie die Metrokarte immer wieder mit Bargeld aufgeladen werden. Wenn die Karte nicht mehr gebraucht wird, kann man sie zurückgeben und bekommt das restliche Geld auf der Karte in bar ausgezahlt. Die Mensakarte gilt für die Mensa im East Campus als auch für die im South Campus und kann an beiden Standorten aufgeladen werden. Kaufen und zurückgeben kann man die Karte allerdings nur am East Campus!

Um mit den anderen Studenten sich zu verabreden, ist es sinnvoll, sich eine chinesische Sim-Card zuzulegen. Ich habe mir 3 GB Internet plus 100 Freiminuten vom Anbieter ChinaMobile für 120 Yuan gekauft. Ich habe sehr viel Whatsapp und WeChat benutzt, die Verbindung war schnell und hat den ganzen Aufenthalt ausgereicht.

Die Klinik

Am zweiten Tag fuhr ich mit der Metro zum South Campus. Leider benötigt man für einen Weg etwa eine Stunde und 30 Minuten, also bis zu drei Stunden jeden Tag nur für die Fahrt, das war ziemlich ärgerlich. Der Tag beginnt mit der Morgenbesprechung, die gewöhnlich vom Chefarzt geleitet wird. Anschließend teilen sich die Ärzte in zwei Teams auf und beginnen mit der morgendlichen Visite. In jedem Team gibt es einen Oberarzt, mindestens einen Assistenzarzt und mehrere Studenten. Sowohl die Ärzte als auch die Studenten waren stets bemüht, die Erkrankungen der Patienten auf Englisch zu erklären und zu übersetzen, was die Patienten gesagt haben. Ab und zu durfte ich Reflexe klopfen oder einen Patienten untersuchen. Die Visite war dahingehend äußerst interessant, dass es in China viele Krankheiten gibt, die man in Deutschland nicht oder nicht mehr sieht. Auf der anderen Seite gibt es in China einige Krankheiten kaum, die aber in Deutschland häufig auftreten, wie die Multiple Sklerose oder die Amyotrophe Lateralsklerose (ALS). Nach der Visite haben die chinesischen Assistenzärzte Krankheiten mit uns durchgesprochen und Briefe geschrieben.

Obwohl der Chefarzt Dr. Li sehr beschäftigt war, hat er sich Zeit für die deutschen Studenten genommen. An einem Tag saßen wir in einem Besprechungsraum und haben die Krankengeschichte zweier Patienten durchgesprochen. Teilweise hat er uns abgefragt über Symptome, Diagnostik und Therapie, jedoch nie im negativen Sinn.

Zum Ende der Famulatur hat er uns zum Hot Pot-Essen mit seiner Frau und seinem Sohn eingeladen und uns seine Visitenkarte gegeben, falls wir mal einen Kontakt in Shanghai benötigen. Die Arzt-Patienten-Beziehung in China ist eine ganz andere als in Deutschland. Die Ärzte nehmen sich viel mehr Zeit für die Patienten und ihre Angehörigen, erklären alles genau und beantworten geduldig jede Frage. Stress und Hektik wurde kleingeschrieben. Es war außerdem ganz normal, dass Patienten und/oder deren Angehörige die Ärzte im Arztzimmer aufgesucht haben, wenn sie ein Anliegen, eine Frage oder Beschwerde hatten. Die Tür stand sozusagen immer offen und die Ärzte haben diese Gewohnheiten völlig gelassen akzeptiert. Ich habe kein einziges Mal mitbekommen, dass ein Arzt verärgert war oder laut wurde, selbst wenn ein Patient fünfmal am Vormittag den Arzt aufsuchte.

Negativ aufgefallen ist mir die Krankenhaushygiene in Shanghai. Die Ärzte haben grundsätzlich weder Handschuhe getragen bei Untersuchungen noch Desinfektionsmittel verwendet.

Um 11 Uhr gab es bereits Mittagessen. Ich habe in der Mensa gegessen, das Essen dort war sehr günstig und super lecker, man hatte eine riesige Auswahl an Fleisch, Fisch, Gemüse, Reis, Nudelsuppe, Nudeln mit Beilage oder gefüllte Teigtaschen. Außerdem gab es einen Getränkestand, der auch chinesische Backwaren verkaufte.

Die ersten zwei Wochen vergingen recht schnell, ich lernte neue Krankheiten kennen und gewöhnte mich zunehmend an die Gepflogenheiten in einem chinesischen Krankenhaus.

Die dritte und vierte Famulaturwoche verbrachte ich in der Abteilung für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)- ein Highlight, das in Deutschland noch selten zu finden ist. Die Abteilung wird von drei ausgebildeten Ärztinnen geleitet, die alle drei unglaublich freundlich zu uns waren. Alle drei haben gutes Englisch gesprochen und die TCM verständlich erklärt. Mir gefiel besonders gut, dass ich sogar selbst tätig werden durfte: Ich übernahm das Herausnehmen der Akupunktur-Nadeln sowie das anschließende Schröpfen und Abnehmen der Schröpf-Becher. Einige Patienten haben sogar englisch gesprochen und uns erklärt, warum sie hier sind. Die häufigsten Gründe waren Übergewicht und Schmerzen jeglicher Genese (Frakturen, Periode, Verspannungen, post-OP, etc.). Interessanterweise gehörten zum Patientenstamm auch einige Kinder, die unter Weitsichtigkeit leiden. Mit spezieller Augen-Akupunktur sollte das Fortschreiten der Krankheit verhindert werden. Eine Akupunktur-Sitzung kostet etwa 100 Yuan.

Freizeit/Essen/Leute

Shanghai ist eine sehr belebte Metropole, die unzählige Möglichkeiten an Freizeitaktivitäten bietet. Zum einen gibt es jede Menge Sightseeing von der Nanjing Road über den Shanghai Tower bis zum Yuyuan Garden, zum anderen bietet Shanghai ein vielseitiges Nachtleben. Auf dem Financial Tower, dem zweitgrößten Tower Shanghais, kann man für 120 Yuan den Ausblick über ganz Shanghai genießen – tagsüber oder nachts, wenn sie Stadt hell erleuchtet ist. Ab 19 Uhr am Abend gibt es eine Lichtshow am Bund, jedes Gebäude leuchtet in bunten Farben oder zeigt einen Schriftzug. Man kann sich dort auf die Treppen setzen und von der anderen Seite des Flusses das Schauspiel mit einer kühlen Pepsi beobachten. Um 23 Uhr wird die Lichtshow beendet, um Strom zu sparen.

Das Nachtleben in Shanghai ist für Europäer eine interessante Erfahrung: Es gibt die sogenannten Promoter, die europäische Gäste mit freiem Eintritt und freien Drinks anwerben. Anscheinend zu dem Zweck, dass die asiatischen Gäste mehr konsumieren, wenn sie Europäer sehen, die viel Alkohol trinken. Der Promoter nennt ein Passwort, das man am Eingang des Nachtclubs sagt und so kann man umsonst reingehen und manchmal sogar umsonst trinken. Shanghai schläft nie – es gibt sieben Tage die Woche Partys in der Stadt, für jeden Musikgeschmack und jeden Dresscode.

Das Essen in China fand ich persönlich super lecker, mir hat es sogar besser geschmeckt als das Essen in Deutschland. Besonders gut geschmeckt haben mir die großen Teigtaschen, die mit unterschiedlichen Füllungen verkauft wurden. An den Straßenständen gab es meistens Bohnen-, Fleisch- und Gemüsefüllung zur Auswahl. In der Nähe der Tongji University gibt es ein kleines Restaurant, das Nudel- und Reisgerichte mit Gemüse und Fleisch verkauft und dabei die Nudeln selbst herstellt. Hier habe ich jeden Tag Reis mit Tomate, Ei und Pak Choi gegessen. Dazu gab es Brühe. Für ein Gericht dort habe ich ca. 12 Yuan bezahlt, günstig und gut!

Morgens habe ich oft einen iced Milktea getrunken, das ist schwarzer Tee mit Milch und Eiswürfeln, der schmeckt am besten im FamilyMart (eine bekannte Supermarkt-Kette in Shanghai). Selbst als Vegetarier ist man hier gut aufgehoben, es gibt viele vegetarische Gerichte und meistens gibt es in den Restaurants Bilder, sodass man sieht, ob ein Gericht mit Fleisch ist oder nicht. Als Nicht-Vegetarier hat man die Möglichkeit, außergewöhnliche Gerichte zu versuchen, wie zum Beispiel Qualle oder Entenzunge oder Hühnerfüße.

Die Menschen in China sind unglaublich lieb und hilfsbereit. Es gibt sehr viele junge Chinesinnen und Chinesen, die alle uns deutschen jungen Erwachsenen sehr ähnlich sind: Sie sind dauernd in WeChat, haben immer ihr Smartphone in der Hand, hören Musik, halten Händchen, machen Sport

und interessieren sich für Mode. Das junge China ist sehr modern, moderner als ich es mir vorgestellt habe und lässt Traditionen los, die das ältere China noch strikt festhält.

Fazit

Mein Aufenthalt in Shanghai hat mir gut gefallen, es war nicht nur eine medizinische, sondern auch eine kulturelle Erfahrung. Diese Erfahrung ändert die Perspektive, aus der ich die medizinische Situation in Deutschland betrachtet habe. Ich schätze die Sicherheit und die Standards nun viel mehr als zuvor. Das Essen werde ich leider immer vermissen, aber ich werde versuchen, in Deutschland etwas davon nachzukochen.

Ich habe viele liebe, hilfsbereite Menschen sowie interessante Traditionen und Gepflogenheiten kennengelernt, Erinnerungen, die man gerne mit nach Hause nimmt.

Vielen Dank an Frau Brigitte Baur und Frau Anne Leins für die gute Organisation und die Realisierung dieser Reise.



Hot Pot-Essen