

**PROMOS STIPENDIENPROGRAMM – ERFAHRUNGSBERICHT**  
**PROMOS SCHOLARSHIP PROGRAMME – REPORT OF EXPERIENCES**

Stand/As of: Sept., 2017

PERSÖNLICHE ANGABEN / PERSONAL INFORMATION	
Nachname* / Surname*	
Vorname* / First name*	
Studienfach / Study programme	Humanmedizin
Angestrebter Studienabschluss an der Universität Ulm / Target degree at Ulm University	Staatsexamen
Der Aufenthalt erfolgte im / The stay abroad was during	Fachsemester / Subject-related semester 10
Auslandsaufenthalt / Stay abroad	Von / from 11/2018 (MM/YY) bis / until 03/2019 (MM/YY)
Gastland und Stadt / Host country and city	USA, San Francisco
Gastinstitution / Host institution	Orthopaedic Trauma Institute, General Hospital, San Francisco
Email-Adresse** / Email address	

PROMOS Förderkategorie / PROMOS category	<input type="checkbox"/> Masterarbeit / Master thesis <input checked="" type="checkbox"/> Wissenschaftliche Arbeit / Research paper <input type="checkbox"/> PJ-Tertial <input type="checkbox"/> Praktikum / Work placement	<input type="checkbox"/> Studienaufenthalt / Study programme <input type="checkbox"/> Sprachkurs / Language course <input type="checkbox"/> Fachkurs / Specialist course
--	--	--

EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG ZUR VERÖFFENTLICHUNG DES BERICHTS / CONSENT FOR PUBLICATION OF REPORT	Ja / Yes	Nein / No
Dieser Bericht darf an interessierte Studierende der Universität Ulm weitergegeben werden / This report may be forwarded to interested students of Ulm University	X	<input type="checkbox"/>
Dieser Bericht darf auf der Internetseite des International Office der Universität Ulm veröffentlicht werden / This report may be published on the web page of the International Office of Ulm University	X	<input type="checkbox"/>
* Ich möchte, dass bei der Weitergabe bzw. Veröffentlichung des Berichtes mein Name anonymisiert wird / * I would like my name to be anonymized before the report's forwarding or rather publication	X	<input type="checkbox"/>
** Ich möchte, dass bei der Weitergabe bzw. Veröffentlichung des Berichtes meine eMail-Adresse gelöscht wird / ** I would like my email address to be deleted before the report's forwarding or rather publication	X	<input type="checkbox"/>

Der Bericht sollte maximal 3 DIN A 4 Seiten lang sein (Deckblatt nicht mitgezählt)  
Dem Bericht dürfen bis zu 4 Bilder (jpg-Format) beigefügt werden  
Schrift: Arial 10 pt

*The report should not exceed 3 DIN A 4 pages (title page excluded)  
Up to 4 pictures may be included (jpg)  
Font: Arial 10 pt*

Bitte schicken Sie den Bericht

- innerhalb eines Monats nach Arbeitsende an der Gastinstitution
- im WORD-Format (keine PDF-Dateien oder andere Formate, da wir die Berichte vor der Veröffentlichung editieren)
- per eMail-Attachment an [promos@uni-ulm.de](mailto:promos@uni-ulm.de)

*Please send this report*

- *within one month of the end of your work period at your host institution / end of your PJ-Tertial*
- *in WORD format (no PDF files or the like as we will edit the reports before publication)*
- *as an email attachment to [promos@uni-ulm.de](mailto:promos@uni-ulm.de)*

## **I. GASTINSTITUTION UND BEWERBUNGSVERFAHREN / REISEVORBEREITUNGEN** *HOST INSTITUTION AND APPLICATION PROCESS / PREPARATION*

Ich habe meinen PROMOS-Aufenthalt im Orthopaedic Trauma Institute (OTI) des Zuckerberg General Hospitals in San Francisco verbracht. Dieses Institut beheimatet ein Forschungslabor, Trainingsmöglichkeiten für Orthopäden/Unfallchirurgen und ist direkt an die Klinik angeschlossen. Das OTI ist bekannt für sehr gute Grundlagenforschung im Bereich Frakturheilung, Knochenstoffwechsel und kraniofasziale Entwicklung. In Deutschland arbeite ich seit ca. 4 Jahren im Traumatlabor der Unfallchirurgie des Universitätsklinikums Ulm. Dieser Aufenthalt am OTI war vor allem als Forschungsaufenthalt geplant, der mir neue Methoden und Tiermodelle näherbringen sollte. Ermöglicht haben mir diesen Aufenthalt der Institutsleiter Prof. Dr.med. Miclau, der im engen Austausch mit dem Traumatlabor unter der Leitung Frau PD Dr.med. Kalbitz steht. Meine Reisevorbereitungen bestanden vor allem aus dem Beantragen eines J-1 Visums, welches sehr zeitintensiv war. Vor allem das Engagement der Gastinstitution hat es mir ermöglicht mein J-1 Visum fristgerecht zu ermöglichen. Auch bei der Suche nach einer Unterkunft wurde ich sehr durch die Gastinstitution unterstützt. Des Weiteren bestanden meine Vorbereitung in der theoretischen Planung zweier tierexperimenteller Studien und der Verfassung von einem Research-Proposals, welches notwendig war zur Beantragung einer Tierversuchsgenehmigung.

## **II. ARBEITS-/ LERNERFAHRUNG: LERNINHALTE, AUFGABEN, BETREUUNG, ERFOLGE UND HERAUSFORDERUNGEN** *WORKING AND LEARNING EXPERIENCE: CONTENT, TASKS, SUPPORT, POSITIVE RESULTS AND CHALLENGES*

Ich habe in meiner Zeit am OTI sehr viel gelernt. Ich habe hier zwei verschiedene Tierexperimentelle Studien in Mäusen durchgeführt, sowie Proben für den Versand nach Deutschland aufgearbeitet. Eine Studie beinhaltete ein schweres Schädelhirntrauma in Kombination mit einer unstabilierten Tibia-Fraktur. Das zweite Modell beinhaltete eine proximale Femurfraktur mit Pin-Stabilisation im Vergleich zwischen jungen (10 Wochen) und alten (55 Wochen) Mäusen. Meine Untersuchungen beziehen sich vor allem auf die kardialen Schäden nach den beschriebenen Traumata. Das OTI-Labor hat mich sehr freundlich aufgenommen und mir sehr viele Freiheiten in der Planung und Durchführung meiner Studien gelassen. Es war nicht immer einfach meine Vorstellungen mit den gegebenen Bedingungen in Einklang zu bringen, aber wir haben zwei sehr erfolgreiche und klinisch sehr relevanten Studien in dieser Zeit durchgeführt bekommen. Ich habe hier Tiere bestellt, betreut, operiert und die Gewebeproben aufgearbeitet. Darauf vorbereitet wurde ich durch zahlreiche online-kurse, sowie einen sehr guten Tierkurs vor Ort. Diese Projekte waren meine ersten Mausversuche und ich habe zwei sehr hilfreiche und nette Kollegen zur Seite gestellt bekommen, die mir bei meiner Arbeit sehr geholfen haben. Insgesamt habe ich mich sehr schnell in dem Team zurechtgefunden und bin sehr dankbar über diese Erfahrung. Besonders der fachliche Austausch und die Verbesserung meiner Englischkenntnisse (im Besonderen meiner fachlichen Englischkenntnisse) haben meinen Aufenthalt am OTI geprägt. Zudem werden diese beiden durchgeführten Projekte hoffentlich zu erfolgreichen, gemeinsamen Publikationen des OTI und der Uniklinik ulm führen und legen damit einen Grundstein für eine rege Kooperation zwischen den Laboren.

### **III. LEBEN VOR ORT: UNTERKUNFT, VERPFLEGUNG, VERKEHRSMITTEL, LEBENSHALTUNGSKOSTEN, FREIZEIT, SPRACHE**

*LIFE DURING YOUR STAY: ACCOMMODATION, FOOD, MEANS OF TRANSPORT, COST OF LIVING, LEISURE TIME, LANGUAGE*

San Francisco ist eine wunderschöne Stadt, die mit einem guten öffentlichen Verkehrsmittelsystem ausgestattet ist. Busse, die Metro, die BART und Straßenbahnen, sowie eine Fähre ermöglichen es die Stadt zu erkunden und den Weg zur Arbeit problemlos zurück zu legen. San Francisco ist sehr hügelig, dadurch sind viele Strecken schwer zu Fuß zurück zu legen. Bei der Suche einer Unterkunft, war ich sehr froh über die Hilfe des Institutsleiters Prof. Miclau. Es ist im Allgemeinen nicht einfach in San Francisco ein bezahlbares Zimmer zu finden. Ich habe für die 4 Monate in einem kleinen Zimmer zur Untermiete gewohnt (1300 \$ pro Monat). Neben der freundlichen und hilfsbereiten Vermieterin, hatte ich über den gesamten Zeitraum 5 weitere Mitbewohner aus verschiedenen Ländern. Diese Wohnsituation hat vor allem auch die private Konversation auf Englisch gefördert. Die Lebenshaltungskosten in San Francisco sind sehr viel höher als in Deutschland. Die Stadt bietet sehr viele Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung, sehr viele Sehenswürdigkeiten (Goldengate Bridge, Alcatraz, Cable Car, Pier 39, Fishermans Wharf usw.), zahlreiche Einkaufsmöglichkeiten (von kleinen Läden im Hippie Viertel Ashbury/Heigh, über Downtown, sowie große Malls vor der Stadt), tolle Museen (vor allem das San Francisco Museum of Modern Art und das De Young Museum sind sehr zu empfehlen) und Sportmöglichkeiten (einen tollen Strand zum Surfen lernen, den Goldengate Park zum Joggen und Radfahren usw.). Meine Englischkenntnisse haben sehr von diesem Aufenthalt profitiert. Es ist sehr leicht mit US-Bürgern in ein Gespräch zu kommen, da diese sehr kommunikativ sind und ich durch die Arbeit im Labor und meine Wohnsituation auf eine rege Kommunikation angewiesen war. Es hat meinen Sprachkenntnissen sehr gut getan hier her zu kommen, da ich die Angst verloren habe auf Englisch zu sprechen.

### **IV. FAZIT (BESTE UND NEGATIVSTE ERFAHRUNG)**

*SUMMARY (BEST AND MOST NEGATIVE EXPERIENCE)*

Mein Aufenthalt am OTI hat mich persönlich und fachlich weitergebracht. Ich bin sehr dankbar über die Möglichkeit meine Englischkenntnisse aktiv einsetzen zu können. Manchmal war es eine Herausforderung mich auf Englisch so auszudrücken, dass meine Kollegen verstanden haben, was ich ihnen sagen wollte. Ich habe trotz meiner wenigen Erfahrung im Bereich der Frakturforschung hier sehr viel Vertrauen entgegengebracht bekommen. Ich bin begeistert, davon dass man eine junge Forscherin ihre Ideen so ausleben lässt. Manchmal hätte ich mir aber mehr Anleitung und Führung gewünscht. Ich weiß jetzt, dass ich ganz alleine eine Studie planen und durchführen kann, auch wenn nicht alle Bedingungen gegeben sind wie in meinem Heimatlabor und ich auch nicht alle Fachwörter in Englisch kenne. Ich habe sehr viel im Umgang mit Tieren gelernt, neue Operationstechniken, Methoden im Labor und über Forschung in den USA. Dieser Aufenthalt gibt mir den Mut mich weiter in Bereich Forschung einzubringen und das Selbstvertrauen, dass ich es auch schaffen kann. Ich habe schon in einigen Arbeitsgruppen in der Schweiz und Deutschland gearbeitet, aber nie habe ich mich so gut integriert und so anerkannt gefühlt, wie am OTI in San Francisco. Ich bin sehr dankbar über die Zusammenarbeit und hoffe, dass meine Anwesenheit auch den Mitgliedern des OTI-Labors so viel Freude bereitet hat wie mir. Ich hatte durch dieses PROMOS-Stipendium die Möglichkeit an wissenschaftlichem Austausch über die Grenzen von Deutschland hinaus teil zu nehmen und werde diese Erfahrung sicher nie vergessen. Ich hoffe, dass sich die Zusammenarbeit zwischen Ulm und San Francisco weiter festigt und dass ich in zukünftigen Forschungsprojekten immer so viel lernen werde, wie hier in San Francisco.