

Erfahrungsbericht über ein PJ-Tertial in Porto in der Chirurgie

Vorbereitung:

Ich habe mich ca. 10 Monate vor Antritt per Email im International Relations Office der Faculty of Medicine bei Bruno Neves beworben (gri@med.up.pt). Die Wartezeit auf die Antwort war ziemlich großzügig, sodass ich auch den Chef des Surgery Departments, Prof. Amarante, anscrieb (amarantefmup@gmail.com). Nach etwa drei Monaten hatte ich dann die Zusage und musste mich über ein Portal der Universität Porto anmelden. Bis zum 15. Oktober für das zweite Semester des akademischen Jahres und bis zum 31. Mai für das erste Semester oder ein ganzes akademisches Jahr. Zusammen mit Frau Moll und dem International Office in Würzburg habe ich dann ein Erasmus+ Programm organisiert. Offiziell braucht man einen A2 Sprachnachweis. Ich hatte diesen vorher erworben, aber das Zertifikat wurde nie abgefragt.

Anreise:

Mit dem Flugzeug zum Flughafen von Porto

Informationen zu Stadt, Land und Uni:

Für mich war das nicht der erste Besuch in Portugal und ich hatte mich bereits davor in die Landschaft, die Kultur, das Essen und die Portugiesen verliebt. Nordportugal ist (noch!!) weniger touristisch und somit ursprünglicher und traditioneller als z.B. Lissabon oder die südliche Algarve. Man kann dort wunderbare Ausflüge in abgelegene Orte machen. Sehr zu empfehlen ist der einzige Nationalpark Portugals – Gerês. Hier findet man einsame Wanderwege, heiße Quellen, Wasserfälle und imposante Felsformationen. Solltet ihr absolute Fahrradfanatiker sein, kann man Porto leider nicht empfehlen. Der Verkehr ist sehr dicht, es gibt fast keine Fahrradfahrer und somit auch von den Autofahrern kein Bewusstsein für diese. Natürlich ist es möglich, aber man sollte sich auf einiges an Abenteuer gefasst machen.

Durch die Nähe zum Atlantik ist das Klima in Porto mild. Es kann teilweise wirklich windig sein und ein Regenschirm ist nie ein schlechter Begleiter. Solltet ihr in den feuchten Winter- und Frühjahrsmonaten in Porto sein, kann es schon wirklich frisch sein. Vor allem weil die Häuser oft über keine Heizung verfügen. Also lieber einen warmen Pullover mehr und eine Regenjacke mitnehmen.

Die Kosten für Nahrungsmittel sind wirklich niedrig. Wofür man allerdings viel Geld hinlegen muss, sind Kosmetik- und Drogerieartikel. Hiervon besser ausreichend vorher mitnehmen.

Ein paar Orte, die ich in und um Porto wirklich sehr empfehlen kann sind: Jardins do Palácio de Cristal, ein Besuch/eine Führung der Casa da Música, Serralves, die nördlich von Porto gelegene Stadt Vila do Conde, das Essen der kleinen Restaurants im zentralen Markt Bolhao, die Strände im Süden von Porto, Aguda, Miramar, Granja, Espinho, Es Moriz, Cortegaca..., z.B. zum Surfen (sollte man unbedingt ausprobieren, Vorsicht Suchtpotential), Passeio das Virtudes zum Genießen des Sonnenuntergangs mit vielen anderen jungen Leuten.

Mein Herz habe ich allerdings an die Costa Vicentina verloren. Diese erstreckt sich vom Alentejo bis zur Algarve und hat eine atemberaubende Landschaft mit wilden Klippen, Dünen, wunderbar duftenden Pflanzen, Pinienwäldern, ... Hier gibt es einen Fernwanderweg, die „Rota Vicentina“, die ich jedem Wanderbegeisterten und Ruheliebenden nur empfehlen kann. Am besten eignet sich hierfür das Frühjahr, weil es noch nicht so heiß ist und alles in Blüte steht. Der Weg ist super ausgeschildert.

Das Studentenleben in Porto ist ziemlich intensiv. Eigentlich jeder Medizinstudent ist in der Studierendenvereinigung und Traditionen werden hochgehalten. So gibt es im Mai die Studierendenwoche „Queima das Fitas“, die Porto in ein Meer aus schwarzen Umhängen und gelben Hüten verwandelt. Es gibt Paraden, Konzerte von modern bis traditionell und vieles mehr um das Studentsein zu zelebrieren.

Das sechste Jahr ist für die portugiesischen Studenten mit Praktika, dem Schreiben der Masterarbeit und dem Lernen für das Abschlussexamen „Harrison“ gefüllt und somit sind sie teilweise doch ganz schön im Stress. Aber immer sehr freundlich, aufgeschlossen und hilfsbereit 😊

Wohnungssuche/Studentenwohnheime: Ich konnte in keinem Studentwohnheim unterkommen und habe dann durch meine Portugiesischlehrerin ein Zimmer gefunden. Sehr häufig teilt man sich hier ein Zimmer. Ich habe für ein halbes Zimmer mit eigenem Bad und Terrasse in zentraler Lage, Wohnzimmer, Küche und neun weiteren Hausmitbewohnern 190€ pro Monat gezahlt („Maria Mar“ bei Facebook)

Finanzierung: ERASMUS+, 250€ pro Monat

Betreuung vor Ort: International Office, Herr Bruno Neves

Öffentliche Transportmittel: Mit Metro und Bus kann man bequem alles gut erreichen, ein Monatsticket kostet mit Ermäßigung (Achtung nur bis einschließlich 25) in etwa 30€.

Bankkonto: Ich habe kein portugiesisches Konto eröffnet. Es gibt aber wohl durch die Bank Santander ein kostenloses Konto für Studierende

Aufenthaltsgenehmigung: Nach drei Monaten soll man sich beim Rathaus anmelden.

Sprache:

Es gibt an verschiedenen Fakultäten Portugiesischkurse. Die medizinische Fakultät bietet keine Kurse an. Ich habe einen Sprachkurs bei der Sprachschule „geniushour“ gemacht, womit ich sehr zufrieden war. Für 40 Stunden Gruppenunterricht zahlte ich 155€. Mit meinen mitgebrachten Sprachkenntnissen (A2) bin ich einigermaßen zurechtgekommen. Am Anfang musste ich mich sehr konzentrieren, aber bereits nach zwei Wochen hatte ich mich gut in die Sprache reingehört und konnte allem gut folgen. Es gibt in Porto viele ausländische Studierende deren Portugiesisch nur von Bom dia! bis cerveja reicht. Auf Station wird natürlich nur Portugiesisch gesprochen, sodass man viel verpasst, wenn man die Sprache nicht spricht. Die Ärzte sind immer hilfsbereit zu übersetzen, aber viele der Patienten sprechen kein Englisch. Auch im Alltag empfiehlt es sich Herr der Sprache zu sein, einfach um das meiste aus dem Aufenthalt zu ziehen.

Inhalt des PJ-Tertials:

Die Praktika im sechsten Jahr haben noch mehr den Charakter eines Kurses. In der Chirurgie besteht die Pratica Clinica aus acht Wochen. Davon verbringt man 4 Wochen in der Allgemeinchirurgie und jeweils eine Woche in der pädiatrischen, plastischen, Herz-Thorax- und Vaskularchirurgie. Jede Woche muss man eine Anamnese über einen Patienten schreiben und außerdem klinische Notizen machen und diese in Praktikumsheft eintragen. Um ein gesamtes Tertial in Porto zu verbringen, muss man diesen Kurs also zweimal belegen. Während des Praktikums sieht man verschiedenen Bereiche: OP, Notaufnahme, Stationsarbeit, Diagnostik, externe Sprechstunde, interdisziplinäre Sitzungen, ...

Umsetzung der eigenen Studienplanung:

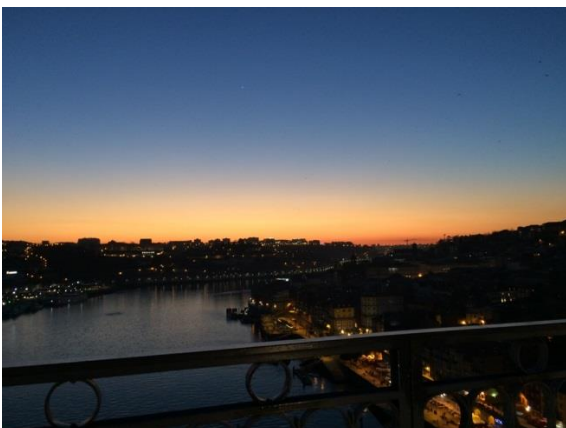
Man sollte in jedem Fall viel Geduld mitbringen. Häufig muss man auf Ärzte warten oder es kommt auch schon mal vor, dass keiner weiß, wo man arbeitet oder was zu tun ist. Unkompliziert war alles Administrative, weil darauf eher weniger Wert gelegt wurde und man so einfach immer überall dabei sein konnte.

Persönliches Fazit:

Insgesamt hat mir die Zeit im Krankenhaus gut gefallen. Man hat viele verschiedene Bereiche gesehen und meist waren alle sehr hilfsbereit. Leider fehlte das eigenständige Arbeiten fast komplett, sodass es teilweise doch etwas langweilig war. Der Aufenthalt hat mir gezeigt wie in Portugal gearbeitet wird und mir ein breites Spektrum an Themenfeldern der Chirurgie geboten. Abgesehen von dem medizinischen Teil konnte man viele interkulturelle Begegnungen machen und vor allem auch persönlich wachsen. Obrigada Porto! Ich kann es jedem wirklich nur empfehlen.

Wenn ihr weitere Fragen habt, könnt ihr mich gerne anschreiben.

Auf den nächsten beiden Seiten findet ihr noch ein paar Bilder von meinem Aufenthalt.



Ponte Dom Luís I



Sé



Krankenhaus



Ribeira



Gerês



Praia de Odeceixe, Costa Vicentina



Pontal de Carrapateira, Costa Vicentina