

ERASMUS/Kooperation Übersee Studierendenmobilität/PJ <u>Erfahrungsbericht</u>	Akademisches Auslandsamt/ International Office Medizinische Fakultät  
--	---

Land	Gasthochschule	Studienfach
Mexiko	Universidad Anahuac Mayab	Medizin
Hochschuljahr	Aufenthalt von	bis
PJ 2013/2014	01.12.2013	30.03.2014
Nachname (<i>optional</i>)	Vorname (<i>optional</i>)	E-Mail (<i>optional</i>)
Schaffranke	Anna	anna_schaf@freenet.de
Erklärung: Ich bin damit einverstanden, dass ...		
dieser Bericht anderen Studenten zugänglich gemacht wird.		ja
dieser Bericht auf der Homepage des AAA veröffentlicht wird.		ja
meine E-Mail-Adresse an interessierte Studenten weitergegeben wird.		ja

Gastinstitution und Kontaktperson (Name und Adresse):

Universidad Anáhuac Mayab
 Km. 15.5. Carretera Mérida-Progreso
 Int. Km. 2 Carretera a Chablekal
 Mérida, Yucatán, México C.P. 97310
 Tel.: +52 (999) 9424800 Ext 416

Ana Paola Machado Soberanis
 ana.machado@anahuac.mx

Cindy Reyes Mézquita
 cindy.reyes@anahuac.mx
 intercambios.mayab@gmail.com

Kontaktperson für eine Unterkunft:

Hostel Nomadas – für die ersten Nächte in Mérida
 www.nomadastravel.com
 Calle 62 x 51, # 433, Mérida Yucatán, Colonia Centro
 Tel.: +52 (999) 924 52 23

Eduardo Calderón del Rivero – Student aus Mérida, der auch 1 Jahr in Magdeburg verbracht hat. Er war in den ersten Wochen eine sehr große Hilfe! Jeder Austauschstudent bekommt einen „Hermano“ (Student der Uni Mayab) zur Seite gestellt, der einem bei der Wohnungssuche und allen anderen Angelegenheiten gern behilflich ist.

1. Vorbereitung Heimatland

Da die Uni in Mérida ein Partner unserer Uni in Magdeburg ist, war es ziemlich einfach, sich für das Auslandsstertial zu bewerben. Bis Mitte Oktober musste man seine Bewerbung beim Auslandsamt eingereicht haben. Irgendwann im Januar/Februar wusste ich dann bescheid, dass ich „ausgewählt“ wurde, an dem Austauschprogramm teilzunehmen. In diesem Durchgang war es aber aufgrund der

geringen Bewerberzahl auch kein Problem. Dann erfuhr man von **Frau Sasaki-Sellmer** (die auch jederzeit bei Fragen und Problemen hilfreich zu Seite steht) wie das weitere Vorgehen aussah. Als nächstes stand die direkte Bewerbung bei der Uni in Mérida an. Da ich im 2. Terial nach Mexiko wollte, mussten meine Unterlagen bis Anfang Mai dort angekommen sein. Einzureichen war Folgendes:

- 4 Passbilder
- Studienverlaufsbescheinigung
- Lebenslauf
- Kopie des gültigen Reisepasses
- Sprachnachweis (nivel intermedio/intermediate proficiency)
- Gesundheitszeugnis
- Formular zur Krankenversicherung
- Kopie der Auslandskrankenversicherung, Unfallversicherung & Haftpflichtversicherung
- noch 3 weitere Dokumente, die man sich von der Website herunterladen muss

Alle geforderten Formulare finden sich auf folgender Website, müssen heruntergeladen und ausgefüllt wieder an die Uni in Mérida geschickt werden. Das muss man per Kurierversand machen. Mit DHL hat das gut geklappt und war nicht allzu teuer.

http://international.anahuacmayab.mx/page/84-descargar_formularios/#.U4x926JJ8M

Für die Versicherungen hatte ich ein Komplettpaket von der Deutschen Ärzteversicherung. Findet man auch bei Medilearn. Ist super einfach und echt günstig.

Für den Sprachnachweis habe ich mich im Sprachenzentrum der Uni bei **Frau Bolívar** (christina.bolivar@ovgu.de) vorgestellt und in einem netten kurzen Gespräch hat sie meine Spanischkenntnisse eingeschätzt und mir dann das vorgegebene Formular ausgestellt.

Was das Visum angeht, gibt es 2 Möglichkeiten:

1. Man fährt nach Berlin zur mexikanischen Botschaft und lässt sich ein Studentenvisum ausstellen. Das kostet etwas und ist mit Zeitaufwand verbunden, stellt aber die sicherere Variante dar. Auf dem Zettel, den man dann im Flugzeug bekommt, kreuzt man dann „otro“ an.
2. Man kümmert sich in Deutschland um gar nichts und reist dann einfach als Tourist in Mexiko ein. Ist eigentlich kein Problem, kostet auch gar nichts, wird aber von der Uni in Mérida nicht gewünscht. Ich habe (aufgrund älterer Erfahrungsberichte) diese Variante gewählt und hatte an meinem ersten Tag in der Uni etwas Trouble mit dem International Office. Am Ende habe ich einfach ein Dokument unterschrieben, das die Uni von jeglicher Verantwortung entbindet. Funktioniert also, man muss sich aber auf Unstimmigkeiten einstellen.

2. Formalitäten Gastland

Man reist am besten schon 1 Woche vor offiziellem Beginn des Terials nach Mérida. Dann hat man genug Zeit, sich erst einmal zu aklimatisieren, alle Formalitäten mit Uni und Krankenhaus zu erledigen, sich mit der Wohnungssuche zu befassen und auch die Stadt schon etwas kennenzulernen. Wie schon erwähnt, erhält jeder Austauschstudent einen „Hermano“ zur Seite, mit dem man auch schon vor Abreise Kontakt hat. Der holt einen vom Flughafen/Busbahnhof ab, bringt einen zum Hostel, hilft bei allen Angelegenheiten in der Uni, bei der Wohnungssuche, beim Kauf einer mexikanischen SIM-Karte, eben bei allem. Ich hatte vorher Kontakt mit einer „Hermana“, die mich eigentlich auch am Busbahnhof abholen wollte. Das hat allerdings nicht geklappt und ich musste anfangs allein klarkommen. Aber zum Glück hat sich dann der Kontakt zu oben genanntem **Eduardo** ergeben, der dann die Rolle meines „Hermanos“ übernommen hat.

Meine Ansprechpartnerin in der Uni war hauptsächlich **Ana Paola** aus dem International Office. Bei ihr habe ich mich in den ersten Tagen vorgestellt. Sie brachte mich dann zu **Dr. Luna**, dem Studiendekan der Medizinischen Fakultät. Von ihm erhält man ein Formular, mit dem man sich beim Secretario de Salud in der Innenstadt vorstellen muss. (Er ist auch derjenige, der am Ende des Aufenthaltes die Äquivalenzbescheinigung für das Landesprüfungsamt unterschreibt.)

Dann fährt man also von der Uni (die sich übrigens außerhalb der Stadt befindet) wieder zurück ins Zentrum zum Secretario de Salud. Hier erfährt man, dass man zur nahe gelegenen HSBC-Bank gehen und die **400 US\$ Studiengebühren** (100US\$/Monat) einzahlen muss. Mit dem Beleg geht man dann wieder zurück zum Secretario und dann hat man eigentlich den bürokratischen Teil erledigt. Mit der Hilfe des „Hermanos“ ist das sicherlich noch viel einfacher (vor allem weil die meisten ein Auto besitzen und die Wege in Mérida doch recht weit werden können) aber ich habe das auch allein geschafft.

Am ersten Arbeitstag stellt man sich dann im Krankenhaus (**Hospital General O’Horan**) bei **Dr. Palma** vor. Er ist der „Jefe de Enseñanza“ und somit für die Ausbildung der Studenten und Assistenten im O’Horan zuständig (er unterschreibt auch die PJ-Bescheinigung). Dort sollte man auch am besten gleich in weißen Klamotten erscheinen (die man sich am besten aus Dtl. mitbringt), sonst kann man (so wie ich) gleich wieder nachhause gehen. Dr. Palma bespricht dann die Arbeitszeiten (von 6 Uhr morgens bis 18 Uhr) und erzählt, wo man sich wann einzufinden hat. Wenn es dann um das Thema „Guardia“ geht, muss man auf jeden Fall diskutieren! Normalerweise muss jeder MIP (médico interno pregrado – so heißen hier die PJler) jeden dritten Tag eine Nachtschicht an den normalen Arbeitstag dranhängen. Am nächsten Tag geht es dann normal weiter. Man arbeitet also 36h, in denen man selten Schlaf bekommt. Das ist wirklich hart! Ich habe ihm gesagt, dass meine Vorgänger auch nur 1 Nachtschicht pro Woche absolvieren mussten. Ich sollte dies dann mit **Dra. Beylan** (Oberärztin) besprechen, mit der ich mich im Endeffekt auf 2 „Guardias“ pro Woche (immer Montag und Donnerstag) einigen konnte. Mir war nur wichtig, dass ich die Wochenenden frei hatte und das hat geklappt.

Worüber man sich auch schon vorher Gedanken machen sollte, ist die Rotation. Die Internos wechseln nach 2 Monaten die Fachrichtung und es wird gern gesehen, wenn man dies auch macht. Ich war die ersten 2 Monate in der Chirurgie, dann anderthalb Monate in der Notaufnahme und am Schluss noch in der Geburtshilfe.

3. Studium/Praktische Ausbildung

Die Internos sind in kleine Gruppen unterteilt, jeweils 7-9 auf einer Station. Mit denen verbringt man die meiste Zeit. In der Chirurgie geht es jeden Tag um 6 Uhr mit der Visite los. Danach geht es erst einmal zum Frühstück und anschließend teilt sich die Gruppe. Der eine Teil bleibt auf Station und kümmert sich um alle in der Visite besprochenen Aufgaben (Blutentnahmen, Verbandswechsel, Röntgenanmeldungen, Abstriche,...) und die anderen gehen dann runter in den OP. Ich habe am Anfang gern die Stationsarbeit gemacht. Mir gefiel der Kontakt mit den vielen Patienten. Im OP ist man als Interno zum einen (wie in Deutschland) für die OP-Assistenz zuständig und zum anderen (und das ist mal was ganz Neues) ersetzt man die nicht immer vorhandenen OP-Schwestern und instrumentiert am Tisch. Dies viel mir am Anfang etwas schwer, weil ich weder in Deutsch und erst recht nicht auf Spanisch die Namen der OP-Instrumente kannte. Aber nach einigen Malen klappte es dann immer besser und am Ende hab ich das sogar sehr gern getan. Wichtig für die Arbeit im OP ist, dass man sich aus Deutschland OP-Kleidung mitnimmt. In Mexiko tragen alle ihre eigenen Klamotten.

Toll ist, dass man hier viele Krankheiten und Verletzungen sieht, die es in Deutschland nicht so häufig gibt. Zum Beispiel habe ich zum ersten Mal eine nekrotisierende Fasziiitis und eine Fournier’sche Gangrän gesehen und den „Duft“ von Pseudomonas aus infizierten Wunden in der Nase gehabt.

Der Tag endet normalerweise für die Internos um 18 Uhr (es sei denn, man hat Guardia), allerdings konnte ich meist etwas früher gehen. So hatte man wenigstens noch etwas vom Tag und konnte noch einige Erledigungen machen.

2-3 Mal pro Woche gab es nach der Visite noch Weiterbildungen bzw. Journal-Clubs. Diese waren meist wirklich interessant. Allerdings zeigte sich genau in diesen dunklen Seminarräumen dann der fehlende Schlaf und es kam eigentlich immer vor, dass irgendjemand (inklusive mir) einschlieft. Jeden Donnerstag gab es dann gegen 13 Uhr ein Seminar für die Internos der Chirurgie. Auch die waren super.

In der Notaufnahme war ich für die Wundversorgung zuständig. Das heißt alle Schnitt-, Platz- und Bisswunden kamen zu mir. Außerdem kümmerte ich mich um die diabetischen Füße (die ich mittlerweile wirklich nicht mehr sehen kann...) und auch kleine Amputationen von Zehen wurden ab und zu dort durchgeführt. Ich habe viel über das Nähen gelernt, Katheter gelegt und Wunden verbunden. Wieder einmal ein enormer Wissenszuwachs.

In der Geburtshilfe hat es mir am besten gefallen. Als Interno leitet man alleine Geburten und hilft selbständig den Babies auf die Welt zu kommen. Wirklich ein tolles Erlebnis, was man dort auch wirklich häufiger erleben kann.

Im Vergleich mit der Arbeit als PJler in Deutschland muss man schon sagen, dass man auf jeden Fall (vor allem physisch) mehr gefordert ist. Jeden Tag 12h Arbeit plus 2 Mal pro Woche 26h gehen dann eben doch nicht ganz spurlos an einem vorüber. Aber es macht total viel Spaß, man lernt unheimlich viel in kurzer Zeit (vor allem praktische Dinge) und man wächst so schnell zu einem tollen Team zusammen.

Was die äußeren Bedingungen angeht, ist es in vielen Bereichen (vor allem im OP) mit Deutschland vergleichbar. Aber vor allem auf den Stationen mangelt es oft an irgendwelchen Dingen (Kompressen, Binden, etc.), sodass man schnell Improvisieren lernt.

4. Unterkunft

Wie schon erwähnt habe ich die ersten Nächte im Nomadas Hostel verbracht, was ich auch jedem anderen ans Herz legen würde.

Meine eigentliche Wohnung habe ich durch Zufall im Vorbeifahren gefunden. Für mich war von Anfang an klar, dass ich im Zentrum Méridas und in der Nähe des Krankenhauses wohnen wollte. Am Anfang gestaltete sich die Wohnungssuche etwas schwierig. Entweder passte der Preis nicht oder ich hätte, was die Qualität und den Standard der Wohnung angeht, doch mehr Abstriche machen müssen, als ich bereit war. Im Norden der Stadt, wo die meisten anderen Studenten wohnen, hätte ich auf jeden Fall schneller etwas Gutes gefunden, aber wie schon erwähnt, wollte ich im Zentrum bleiben, wo man doch noch eher das „mexikanische“ Leben mitbekommt.

Im Endeffekt hatte ich eine kleine 1-Raum-Wohnung auf einem Hinterhof mit Küche, Bad, Fernseher und Internet, konnte zu Fuß (10 min.) zum Krankenhaus gehen und mit dem Bus (ca. 5 min) direkt ins Zentrum fahren. Bezahlt habe ich 2000 Pesos (ca. 112 €) pro Monat. Sicherlich kann man den Standard der Wohnung nicht mit dem hier in Deutschland vergleichen, aber genau das wollte ich in den 4 Monaten auch nicht.

Die Adresse lautet: **Calle 82 x 45 y 47 (Centro)** Draußen an der Hauswand steht die Telefonnummer von Eric, dem Vermieter dran (ich habe sie leider nicht mehr...). Mir hat es dort sehr gefallen und Eric war auch immer für mich da. Egal ob mal das Wasserrohr kaputt war oder ich einen Tipp für einen Ausflug haben wollte.

Ansonsten kann man auch immer Leute ansprechen und fragen. Selbst im Zentrum auf den Straßen helfen die Leute immer freundlich weiter. Irgendwer kennt immer irgendjemanden, der eventuell eine Wohnung frei hat oder eben einen kennt, der einen kennt,...

5. Finanzen

Folgende Kosten sind bei mir entstanden:

Passfotos 10 €
Reisepass (meiner war leider schon abgelaufen) 59 €
Versand aller Unterlagen per DHL-Kurier 53 €
Kranken-, Unfall- & Haftpflichtversicherung 65 €
Flug nach/von Cancún Non-Stop von/nach Frankfurt a. M. 868 €
Nomadas Hostel pro Nacht im Damenschlafsaal ca. 8 €
„Studiengebühren“ für 4 Monate 400 USD
Wohnung pro Monat ca. 112 €

Was eure Lebenshaltungskosten angeht, hängt das natürlich davon ab, was man so unternimmt und wo man einkaufen geht.

Lebensmittel: Auf dem Markt bekommt man super leckeres frisches Obst und Gemüse für kleines Geld. Allerdings eben auch nur solche Dinge. Für alles Andere bin ich immer zu großen Supermärkten (z.B. MEGA) gefahren. Dort sind die Preise allerdings mit den deutschen vergleichbar, sodass man dort nicht wirklich sparen kann.

Die meiste Zeit verbringt man unter der Woche ja eh im Krankenhaus und dort gibt es pro Tag 4 kostenlose und leckere Mahlzeiten.

Ausflüge: Man kommt mit Bussen eigentlich überall hin. Eine Fahrt im luxuriösen Reisebus (4-5h) nach Cancún kostet z.B. ca. 15 - 30 €. Mit den Colectivos fährt man zu weniger weit entfernten Orten für kleines Geld (z.B. zu einer Cenote in der Gegend für ca. 4€)
Mit den Linienbussen fährt man in der Stadt egal wohin und egal wie weit immer für ca. 40 Cent. Eintritt zu vielen Dingen ist kostenlos.

Ich habe übrigens von der Uni das PROMOS-Stipendium erhalten. Somit hatte ich 900€ mehr zur Verfügung. Dafür muss man sich aber nicht extra bewerben, das macht man bei der Anmeldung für den Auslandsaufenthalt automatisch mit.

6. Was haben Sie gelernt, sowohl in fachlicher als auch in menschlicher Hinsicht?

Wie schon erwähnt, habe ich in fachlicher Hinsicht viele praktische Dinge gelernt. In erster Linie vor allem das Nähen aber eben auch ein Kind auf die Welt zu holen. Selbst das Blutabnehmen mit einer normalen Kanüle (nicht wie bei uns mit den schönen Butterflies) konnte ich vorher noch nicht 😊

In menschlicher Hinsicht habe ich zum einen viele, viele liebe Menschen kennengelernt. Ich war wirklich überwältigt von der Offenheit und Freundlichkeit, die hier wirklich fast jeder an den Tag legt. Gerade als Ausländer, der die Sprache nicht so gut spricht, würde man in Deutschland sicher nicht so lieb aufgenommen und sofort integriert werden. Andererseits lernt man aber auch zu schätzen, wie gut man es dann doch in Deutschland hat. Wie toll dann eben doch Standards und gesetzliche Krankenversicherungen sind.

Natürlich gibt einem so ein Auslandsaufenthalt auch viel Selbstbewusstsein. Reisen ist immer eine tolle Sache und wenn man das dann auch noch in sein Studium integrieren kann, ist das natürlich super!

7. Was hat Ihnen an diesem Auslandsaufenthalt am besten gefallen?

Ach, das kann man eigentlich gar nicht so genau sagen. Insgesamt würde ich sagen, dass es das Beste war, was ich bis dahin gemacht hatte. Die Erfahrung in einem fremden Land im Krankenhaus zu arbeiten war toll und einmalig. Aber ich glaube am besten fand ich dann wirklich die Zeit im Materno, also in der Geburtshilfe. Die Atmosphäre dort ist toll und das Erlebnis einer Geburt so intensiv mitzuerleben, war wirklich toll.

8. Was hat Ihnen an diesem Auslandsaufenthalt am wenigsten gefallen?

Was mir die ganze Zeit über wirklich nicht so gut gefallen hat, war die überaus ausgeprägte Bürokratie. Ständig musste man tausende von Zetteln ausfüllen, von einer Stelle zur nächsten reichen, nur damit die dann einen Stempel für die nächste Stelle draufmacht.

9. Gab es Verhaltensweisen der Menschen oder Situationen im Gastland, welche Sie irritiert haben? Wenn ja, bitte beschreiben Sie diese.

Eine Sache, die mir dazu einfällt, ist das Macho-Verhalten der mexikanischen Männer. Als europäische Frau hat man ja gelernt, selbständig zu sein. In Mexiko ist das etwas anders. Viele Frauen wollen, dass sich der Mann um alles kümmert und auch viele mexikanische Männer denken eben genauso. Es gab öfter die eine oder andere Situation, die mich etwas irritiert hat und wenn es nur das Bemühen war, mich vor den vorbeifahrenden Autos zu beschützen.

Was auch etwas gewöhnungsbedürftig nach einer gewissen Zeit aber wirklich schön war, war, dass sich alle sofort mit Wangenküssen begrüßen. Am Anfang war mir das etwas zu nah, aber nach einer gewissen Zeit hat es mir eigentlich gefallen, weil es zu der offenen und freundlichen Art der Mexikaner einfach dazugehörte.

10. Stadt, Land, Menschen

Zu den Menschen habe ich ja nun schon einiges erzählt. Mexiko ist ein tolles Land. So vielfältig und schön mit so einer beeindruckenden Natur. Ich habe mich sofort verliebt und bin ganz traurig, dass ich nicht mehr Zeit zur Verfügung hatte noch mehr zu sehen. Was man am Wochenende machen kann, sind Ausflüge zu den **Maya-Ruinen**, zu **Cenoten** (unterirdische Höhlen, gefüllt mit kristallklarem Wasser, in denen man baden gehen kann), zu tollen Städten in der Nähe (Campeche, Valladolid,...) und natürlich in die **Karibik** machen. Alles ist mit Reisebussen gut zu erreichen.

Aber auch Mérida hat viel zu bieten. Die koloniale Innenstadt ist wunderschön, überall gibt es Märkte, Musik und tolle Restaurants. Ich habe gerne manchmal einfach einen Nachmittag damit verbracht, durch die Straßen zu schlendern. Das Nachtleben ist auch nicht schlecht. Allerdings schließen die Clubs schön gegen 2/3 Uhr. Empfehlenswert und auf jeden Fall einen Besuch wert ist die „Mescalaría“ im Zentrum.

11. evtl. Anerkennung der im Ausland erbrachten Studienleistungen

Die Anerkennung beim Prüfungsamt ist kein Problem!