

Eat to fight your disease - Erfahrungsbericht

Semester: 8. Semester

Zeitraum: Juli 2018

Fach: Chirurgie

Vorbereitung:

Ich habe im Vorhinein so viel wie möglich versucht zu klären. Vieles ging dann aber doch erst vor Ort. Eigentlich muss man sich als Famulant nur bei Elias (Ansprechpartner vom Krankenhaus) melden und dann dementsprechend nur die Gebühren des Krankenhauses zahlen. Sonst habe ich wegen einer Unterkunft mit dem Koordinator des RVCP Hauses Kontakt aufgenommen und das lief auch alles relativ problemlos. Er hat mit dann auch ein paar Tage vor meinem Flug Kontaktdaten für andere RVCP Studenten gegeben, die mich in Kigali vom Flughafen und dann in Huye abgeholt haben. (Sehr hilfreich! :D). Außerdem habe ich mich vor meinem Flug um ein East Africa Visum gekümmert. Zum einen weil ich nach meinem Praktikum noch nach Uganda gereist bin und außerdem, weil es 90 Tage statt der 30 Tage des Single Entry Visums sind. Damit lief dann auch bei direkter Einreise am Flughafen alles glatt und im Krankenhaus hat auch niemand mehr drauf geschaut, welches Visum wir jetzt genau haben. (Eigentlich ist wohl das N2 gefordert.). Ansonsten bestand meine Vorbereitung aus den normalen Reisevorbereitungen, also u.a. Impfungen und Malariaprophylaxe. (Ich habe Malarone genommen, andere sind aber auch Lariam und Doxycyclin gut klargekommen). Bei den Flügen lohnt es sich auf jeden Fall so früh wie möglich zu buchen und, falls ihr den Austausch über die bvmd macht, sich auch früh um einen Fahrtkostenzuschuss zu bewerben. Für die allgemeine Reiseplanung habe ich mir den Lonely Planet Reiseführer für East Africa gekauft und kann ihn auch gut empfehlen. Vor allem, wenn man vor oder nach der Famulatur noch in andere Länder reisen will. Ich bin nach dem Praktikum noch ein paar Tage in Uganda zum Gorilla Trekking gewesen. Das habe ich auch im Vorhinein versucht über die Internetseite von UWA zu organisieren. Dabei gab es allerdings ein paar Probleme, so dass ich jedem nur empfehlen kann ein bisschen Zeit zum Rumreisen mitzubringen und das dann direkt in Kampala zu organisieren. Die Ausflüge innerhalb von Ruanda haben wir auch immer relativ spontan und problemlos direkt vor Ort organisiert.

Zur Kommunikation habe ich mir eine ruandische SIM-Karte gekauft. Die kann man fast überall kaufen und sind ist relativ günstig. Da man nirgendwo wirklich WLAN findet sind sie

irgendwie auch essentiell. Ich habe mir in Ruanda eine von MTN gekauft und in Uganda eine von Airtel und denke im Nachhinein, dass Airtel auch für Ruanda die bessere Wahl gewesen wäre.

Klinik:

Ich habe meine Famulatur auf der Chirurgie absolviert. Das Department teilt sich dann nochmal in Acute Surgery, General Surgery & Electives und Orthopädie auf. Ich war den Großteil der Zeit auf der ACS. Die Ärzte waren aber auch immer offen, wenn man z.B. mal auf der Orthopädie vorbeischaun wollte. Der Tag begann dort um 7.00 mit einer Frühbesprechung, in der Studenten oder Assistenzärzte die Fälle aus der Nacht vorstellten. Manchmal kam noch ein Vortrag zu einem allgemeinen Thema von einem der Assistenzärzte dazu. Danach ging es für mich entweder mit auf Stationsrunde oder in den OP. Die Stationsrunde deckt dann alle Patienten des Bereichs ab. Die auf allen möglichen Stationen liegen können. Den Großteil meiner Famulatur habe ich aber im OP verbracht. Hier werden die Studenten meist fest mit eingeplant und man kann bei einem Großteil der Operationen dann auch tatsächlich assistieren. Es läuft teilweise ein bisschen anders als man es von Deutschland gewohnt ist. Z.B. das einwaschen und steril einkleiden, das hat man aber schnell drin. Der Unterricht und auch der Großteil des Klinikalltags läuft inzwischen auf Englisch und wenn man sich ins ruandische Englisch erstmal eingehört hat, kriegt man so auch alles mit.

Hilfsprojekt:

Beim Projekt war ich im Endeffekt leider weniger als erwartet, da ich durchs Praktikum zu den Arbeitszeiten (8.00-13.00) meistens schon irgendwo eingebunden war, aber immer, wenn man vorbeigeschaut hat waren alle extrem nett, hilfsbereit und haben einem gerne erzählt und gezeigt, was gerade so passiert. Ich habe von den Praktikanten vor mir eine Telefonnummer von einem der Mitarbeiter bekommen. Dem habe ich dann geschrieben und bin dann einen Tag mit ihm rumgelaufen, um mir alles anzuschauen. Inzwischen läuft eat to fight your disease zusammen mit KU und ist schon ziemlich groß. Jeden Tag können bis zu 110 Leute mit Frühstück und Mittag versorgt werden und es wird alles vor Ort organisiert. Deshalb ist die Hilfe von Praktikanten nicht mehr essentiell, aber trotzdem sehr gerne gesehen. Ich habe meistens bei der Essensvorbereitung und der Ausgabe mitgeholfen. Es gab aber zu derselben Zeit auch Praktikanten von KU, die bei der Organisation im Büro mitgeholfen haben.

Außerdem gibt es Kurse vor den Mahlzeiten oder am Nachmittag zu den unterschiedlichsten Themen (Atemübungen, Ernährung, Anbau von Lebensmitteln, ...)

Land und Leute:

Ich habe Ruanda als ein extrem friedliches und freundliches Land erlebt, was angesichts der Geschichte sehr beeindruckend ist. Allerdings wird im Land auch wenig bis gar nicht über Politik geredet. Durch die Äquatornähe wird es relativ schnell dunkeln, aber selbst abends hat man sich sehr sicher gefühlt. Was natürlich auch an der landesweiten Militärpräsenz liegen kann. Ruander an sich sind sehr unterschiedlich. Oft sind die Leute sehr zurückhaltend und wirken fast wortkarg, andererseits kannst du aber neben jemandem im Bus sitzen, der dich 3h lang unterhält. Außerdem fällt man natürlich sehr auf und hört immer wieder „Muzungu“ (eine Bezeichnung für Weiße), vor allem, wenn man auf den Markt geht. Im Krankenhaus war es ähnlich. Man war immer mit ruandischen Studenten unterwegs, mit denen man aber wenn man nicht selbst Fragen gestellt hat, meist eher weniger Kontakt hatte. Gewohnt habe ich im RVCP Haus. Das, wie schon in anderen Berichten beschrieben, zwar eine relativ hohe Miete hat (die Projekte finanzieren sich quasi durch unsere Miete), aber auch sehr viel Luxus, wie z.B. warmes Wasser und eine Küche bietet. Durch RVCP hatten wir vor Ort immer 1, 2 Personen, an die wir uns wenden konnten, bei allen möglichen Fragen und die uns auch auf ein paar Events aufmerksam gemacht haben. Außerdem sind im Haus auch meistens andere Praktikanten mit denen man dann Ausflüge in Ruanda machen kann und abends ist dann auch immer was los. Wir waren z.B. an den Wochenenden am Lake Kivu, in Kigali, im Akagera National Park und im Nyungwe Forest. Essenstechnisch gab es natürlich hauptsächlich African Buffet (Reis, Bohnen, Pommes, Kochbananen, Spinat, Fleisch,...), aber durch die Küche, konnten wir auch teilweise mal etwas anderes essen, weil es sonst schon etwas monoton werden kann. Man kann auf dem Markt auf jeden Fall sehr günstig Lebensmittel kaufen. Vor allem die Avocados für 10ct und das frische Obst (z.B. die Mangos und Tree Tomatoes) sind sehr zu empfehlen. Im Juli ist in Ruanda gerade Trockenzeit, deshalb hatten wir ziemlich viel Glück mit dem Wetter. Es waren immer so um die 25 Grad und meistens hat die Sonne geschienen. In der Zeit, in der ich da war, hat es auch nur einmal geregnet (abgesehen vom Regenwald natürlich). Dafür dann aber so richtig. Durch die generelle Höhenlage von Ruanda gab es auch vergleichsweise wenig Mücken, was auch ziemlich angenehm war.

Fazit:

Alles in allem, kann ich sagen, dass ich die Zeit in Ruanda sehr genossen habe und sie auch definitiv schneller als erwartet rumgegangen ist. Da ich das erste Mal im Afrika unterhalb der Sahara war, war ich sehr nervös, aber ich wurde super herzlich empfangen und man lernt schnell nette Menschen kennen. Nach dem Kulturschock der ersten Tage, kann man dann auch vieles sehr genießen oder zumindest danach manche Dinge zu Hause wieder mehr wertschätzen. Ich finde es super interessant, wie sich eat to fight your disease seit 2015 entwickelt hat und bin gespannt, wie es weitergeht. Auch Ruanda und generell Ost Afrika hat mich gepackt und ich bin mir sicher, dass ich nicht das letzte Mal dagewesen bin!