

ERASMUS in Paris – La plus belle ville du monde

Université Paris Descartes (Paris V)

WS 2014/2015

Vorbereitung

Da ich während meiner Schulzeit kein Französisch gelernt hatte, fing ich etwa 1 Jahr im Voraus an, (Intensiv-)Kurse am **Institut Francais Berlin** zu belegen.

Weiterhin belegte ich einen **ChiC-Französisch-Kurs für ein Wochenende**, den ich sehr empfehlen kann. Durch die Simulationsgespräche konnte ich mein Französisch am Patienten üben und gewann eine gute Portion Selbstvertrauen. Am **Institut Francais Berlin** gibt es ebenfalls die Möglichkeit, einen **Französisch-Kurs für Mediziner** zu machen, der durch Rollenspiele auf den medizinischen Alltag in Frankreich vorbereitet. Für diesen Kurs war jedoch bereits ein B2-Kurs notwendig, sodass ich an diesem Kurs nicht teilnehmen konnte. An der Universität Paris Descartes selbst, besuchte ich in den ersten **zwei September-Wochen** noch einen Sprachkurs (dafür früh per Email anmelden und Online-Test für das Sprachniveau machen), mit dem ich nachmittags zusammen Paris erkundete. Über den Sprachkurs konnte ich bereits erste Kontakte knüpfen, die sich im Laufe des Semesters zu Freundschaften entwickelten.

Wohnung

Ich hatte das große Glück in Paris in dem Studentenwohnheim **Cité internationale universitaire de Paris** (Cité U) im Collège Franco-Britannique wohnen zu dürfen. Wer die Möglichkeit hat, hier einen Platz zu erhalten, sollte diese unbedingt wahrnehmen. Nirgendwo lebt es sich einfacher, praktischer und schöner als hier. Die Lage ist super. Es gibt alles, was das Herz begehrt: Fitness-Studio, Schwimmbad, Post, Bank (BNP Paribas), Theater, Bibliothek, Mensa, Cafeteria, überall Grünflächen, um in der Sonne zu fläzen. Jeden Tag werden in den verschiedenen 40 Häusern kulturelle und sportliche Aktivitäten veranstaltet, am Wochenende wird natürlich auch gefeiert. Ich hatte in der Cité U die Möglichkeit, höchst interessante und intelligente Menschen aus allen Ländern der Welt kennen zu lernen. Die Bewerbung läuft über das Maison Heinrich Heine und ist relativ aufwendig, kümmert euch also frühzeitig darum. Es lohnt sich! Nebenan kann man im wunderschönen Parc Montsouris spazieren gehen. Ansonsten kann man sich nach Studios umschaun, nach WGs suchen oder beim Studentenwohnheim CROUS anfragen.

Freizeit

Paris ist eine Stadt, in der einem nie langweilig wird! Ich habe mich für einen **Unisportkurs** der Paris Descartes eingeschrieben (ca. 60 Euro im Jahr), bin zu verschiedenen deutsch-französischen **Stammtischen** gegangen, habe mir **Tandempartner** organisiert und ansonsten das vielfältige **kulturelle Angebot** aber auch das bunte **Nachtleben** in Paris genossen. Aber entdeckt Paris am besten für euch selbst!

Transport

Ich habe mit einer Carte Imaginaire die öffentlichen Transportmittel (RER und Metro) benutzt. Es lohnt sich zudem sehr ein VELIB-Abonnement (30 Euro/Jahr) abzuschließen, um Paris auf dem Fahrrad zu erkunden.

Bank

Ich habe ein Bankkonto bei der **BNP Paribas** eröffnet (die Filiale war direkt in der Cité Université). Ansonsten sind in der Einführungswoche in der Uni selbst viele Banken, die sich vorstellen und die Studenten mit einem Begrüßungsgeld von 150 Euro anlocken.

Handy

„Free“ war ein super Abonnement für 19,99 Euro im Monat inklusive kostenlosen Festnetzanrufen in die Heimat.

Finanzielles

Auch, wenn Paris sehr teure Stadt ist, braucht ihr keine Angst zu haben: Mit dem **Erasmus-Geld** (ca 220 Euro/Monat), dem **Gehalt** während der Stages (etwa 150-200 Euro/Monat) und dem **CAF-Wohngeld** (früh beantragen! Berechnung stark abhängig von unterschiedlichen Faktoren, ich habe 90 Euro/Monat erhalten), kam ich sehr gut über die Runden.

Studium

Das Studium in Paris teilt sich auf in **Stages**, die man vormittags absolviert und in **Seminare** und **Vorlesungen**, die nachmittags stattfinden. Die Universität Paris Descartes besitzt seit neuem ein **Buddy-Programm**, über den ich meine sehr nette französische Buddy-Partnerin kennen gelernt habe, die mir bei anfänglichen organisatorischen Schwierigkeiten helfen konnte. Ansonsten hatte ich außeruniversitär zu den französischen Medizinstudenten keinen Kontakt, da sie aufgrund des hochselektiven Systems sehr beschäftigt mit der Vorbereitung für ihre Abschlussprüfung waren. Allgemein konnte ich durch meine Arbeit im Krankenhaus während der Stages sehr viel lernen und meine praktischen Fertigkeiten verbessern und festigen. Ich habe jeweils im 6-Wochen Rhythmus die Stationen gewechselt. Manchmal finden auf den Stationen selbst auch Studentenkurse statt.

Urgences, Hôpital Cochin +++

Ich habe mit einer super Stage angefangen. Während meiner Arbeit in der Rettungsstelle, führte ich eigenständig die Erstaufnahme durch (Anamnese, körperliche Untersuchung), schrieb die Arztbriefe und stellte den Patienten dann den Oberärzten vor. Mit einem Oberarzt untersuchte ich dann erneut gemeinsam den Patienten und besprach diagnostische und therapeutische Maßnahmen. Anschließend ordnete ich verschiedene Maßnahmen an oder führte sie aus. Ich habe in der Rettungsstelle eine strukturierte Komplet-Anamnese und Untersuchung am Patienten gelernt. Ihr braucht keine Angst zu haben überfordert zu sein: Das gesamte Personal war sehr nett und half einem immer, wenn es nötig war. Auch sprachlich kam ich sehr schnell rein, da man im medizinischen Alltag häufig die gleichen Redewendungen benutzt. Ich durfte weiterhin Rezepte ausstellen und Wunden vernähen. Ich hatte 2x in der Woche für jeweils 10 Stunden am Tag von 8.30-18.30 Uhr Dienst.

Anesthésie, Hôpital Cochin +

In der Anästhesie war ich für 3 Wochen in der Allgemeinchirurgie und für 3 Wochen in der Orthopädie zugeteilt. Die Anästhesie-Stage hat mir nicht so gut gefallen, was vermutlich zum Teil auch an meiner sehr spannenden Zeit zuvor in der Rettungsstelle liegt. Französische Studenten haben in der Anästhesie normalerweise die Möglichkeit, Zugänge zu legen, Medikamente zu spritzen, zu beatmen und auch selbst Intubationen durchzuführen. Ich durfte während der Zeit leider nur zuschauen, da ich leider jeden Tag bei anderen Anästhesisten unterwegs war und diese nicht wussten, was sie mir zutrauen konnten. Ich hatte jeden Vormittag von 8-13 Uhr Dienst.

Gynécologie Obstétrique, Hôpital Necker-Enfants Malades +++

Meine Gynäkologie-Stage (Geburtshilfe) war die beste Stage während meiner Erasmus-Zeit. In den 6 Wochen bin ich jede Woche in eine andere Sektion routiert, sodass es immer spannend blieb. Ich war eine Woche in der **gynäkologischen Notaufnahme**, wo ich die Patientinnen komplett untersuchen (Tastuntersuchung, Speculum, abdomineller/transvaginaler

Ultraschall) und befragen durfte. Anschließend schrieb ich einen Arztbrief und stellte die Patientinnen vor. Eine Woche war ich Springer, wo ich jeden Tag eine andere Externe in ihrer Abteilung ersetzte. Am meisten gelernt und Spaß hatte ich aber während meiner Zeit im „**Salle de Naissance**“. Ich assistierte bei Kaiserschnitten (absaugen, zunähen, Nabelschnur abschneiden, Nabelblut entnehmen) und bei normalen Geburten. Um normale Geburten zu sehen, muss man bei den Hebammen mitgehen. Weiterhin durfte ich Neugeborenen-Erstuntersuchungen durchführen. Ansonsten war ich noch jeweils eine Woche in der **Pränataldiagnostik, Wochenbettstation und Erstregistrierung** der Patientinnen. 3x hatte ich 24-Stundengardes, bei denen ich auch bei Not-Sectios mitten in der Nacht assistierte. In der Gynäkologie arbeitete ich jeden Vormittag von 8-13 Uhr im Krankenhaus.

SAMU, Hôpital Necker-Enfants Malades +++

Ich kann auch jedem empfehlen, ein Stage im SAMU zu machen. Im Rettungswagen sieht man Paris noch einmal durch ganz andere Augen. Ich war jeweils 2x in der Woche von 7.30 bis etwa 18.00 im Dienst. Meine Aufgaben waren am Morgen die Geräte des Rettungswagens durchzuchecken und auf Vollständigkeit der Materialien zu überprüfen. Während der Einsätze, legte ich Zugänge, zog Medikamente auf, übernahm das Monitoring des Patienten (EKG, RR, O2-Sättigung), durfte einmal sogar intubieren, und die Patienten körperlich untersuchen. Ansonsten versuchte ich überall mitzuhelfen, wo ich konnte. Auch hier muss man keine Angst haben, da man immer Bescheid sagen kann, wenn einem etwas überfordert oder wenn man etwas noch nicht kann.

Fazit

Nach Paris zu gehen war die beste Entscheidung meines Lebens. Jeder sollte die Chance wahrnehmen, sich von dieser großartigen Stadt mitreißen zu lassen. Ich habe mein Französisch in den sechs Monaten stark verbessern können (am Anfang hatte ich noch Schwierigkeiten mich zu artikulieren und zu verstehen, am Ende verfolgte ich mühelos Kinofilme und konnte sowohl leichte Alltagsgespräche und als auch politische Diskussionen führen). Durch die praktische Arbeit im Krankenhaus bin ich sehr viel sicherer im Umgang mit Patienten geworden, konnte meine praktischen Fertigkeiten festigen, und bin allgemein mehr in meine Rolle als zukünftige Ärztin hineingewachsen. Ich habe während dieser Zeit viele interessante Menschen mit spannenden Lebensgeschichten aus der ganzen Welt kennen gelernt und Freundschaften sowohl zu deutschen, internationalen als auch französischen Studenten schließen können. Nach wunderbaren 7 Monaten, fiel es mir schwer Paris den Rücken zuzukehren: Daher sind die Flug-Tickets in meine nun zweite Heimat für einen nächsten Aufenthalt schon wieder gekauft! ;)

Tipp!

Seid aktiv und haltet die Augen offen für all die Möglichkeiten, die euch Paris so bietet: Seien es kulturelle Veranstaltungen, Bars, Clubs, als auch verschiedene Möglichkeiten um mit französischen Einheimischen in Kontakt zu kommen oder euch als zukünftige Ärzte weiterzuentwickeln! Wenn ihr die Möglichkeit habt: Geht ein ganzes Jahr und nicht nur 7 Monate nach Paris – ihr werdet sprachlich mehr profitieren, eure Freundschaften mehr festigen und Paris sowohl im Winter als auch Sommer genießen können! Viel Spaß!

Mitnehmen

Chic Heft: Französisch für Mediziner
Französisch für Mediziner Elsevier Verlag
Marco Polo Reiseführer Low Budget Paris