

Vorbereitung

Es lohnt sich, sich vorher über die Kurse an der Uni schlau zu machen. In der Regel bekommt man bereits vorab die Möglichkeit die Stages auszusuchen. Dies erspart auf jeden Fall Stress. Über die Internetseite der Fachschaft „AMPCfusion“ lassen sich nach der Registrierung auch alle Evaluationen der verschiedenen Stages aufrufen, sodass man in Ruhe sehen kann was lohnt und was eher nicht.

Französischkurs: ich hatte zwar keinen vor oder während dem Erasmus gemacht, da ich Muttersprachler bin, aber dennoch lohnt sich ein Einblick in die Welt der medizinischen Abkürzungen, da diese sehr oft bzw. ausschließlich benutzt werden. Buchtipp: Elsevier Französisch für Mediziner 25€. Lohnt sich, da hier auch Formulierungen für Befunde der einzelnen Fachgebiete vorgegeben werden.

Ein Bankkonto bekommt man natürlich nur vor Ort. Hier sind die Banken alle ähnlich, wobei es bei BNP und BP Gutschriften gibt, wenn man sich bei Ihnen anmeldet (70-100€). Einige Banken drehen einem gleich noch einige Versicherungen für alles an, was man sich vorstellen kann. Es sollte unbedingt ein Mietvertrag oder eine Stromrechnung auf den eigenen Namen mitgebracht werden, sonst läuft da gar nichts. Bis man die Karte zugeschickt bekommt vergeht gerne mal ein Monat, aber ihr werdet sehen: in Frankreich dauert die ganze Bürokratie ein Vielfaches länger! Aber nicht entmutigen lassen. Nach dem dritten Gang zur Bank oder Studienbüro, sollte man es als Komik hinnehmen.

Zum Fortbewegen in der Stadt reichen meist die öffentlichen Fahrräder: Vélib. Für wenig Geld kann man sich hier online registrieren und bekommt nach wenigen Tagen eine Karte zugeschickt, mit der sich die Räder ausleihen lassen.

Ein Abo für die Metro hatte ich selber nicht, aber auch hier kann man 30-50% über das Stage absetzen. In der Regel lohnt sich die Jahreskarte aber nicht, wenn man nur ein Semester dort ist.

Auch die CAF (Wohngeld) kann man erst beantragen, wenn man einen festen Wohnsitz in Paris nachweisen kann. Hier unbedingt früh registrieren, da der erste Monat nicht geltend gemacht werden kann. Im Normalfall werdet ihr von der CAF noch drei bis fünf male per Brief oder Mail aufgefordert Dokumente nachzureichen, auch wenn diese bereits eingereicht wurden. Hier lohnt es sich meistens nicht darauf hinzuweisen. Schneller geht es, wenn ihr einfach alles nochmal schickt. Meist wird auch eine Geburtsurkunde benötigt!

Unterkunft

Ich hatte das Glück über Bekannte eine Wohnung zu bekommen, sodass mir die Suche erspart blieb. Ich habe im 13. Arrondissement gewohnt, welches viel zu bieten hat. Nicht nur die unmittelbare Nähe zur Seine und die 15min Fahrrad bis zur Ile de la Cité sind attraktiv, auch die Mieten sind hier vergleichsweise niedriger. Ansonsten wird man sich sicher in jedem Arrondissement wohlfühlen. Im 16. ist es eher schick, im 11. eher alternativ für Pariser Verhältnisse etc.

Studium an der Gasthochschule

Das Studium ist für Erasmus Studenten sehr angenehm geregelt. Die Stages sind morgens und danach ist meistens frei, sei denn man geht in die Vorlesungen, welche meistens schlecht besucht

sind. Außerhalb der Uni sind die Medizinstudenten selten anzutreffen, sei denn man lebt in der Bibliothek. Dort tummeln sich die Studenten zwischen 14h und 23h und sind auf der Suche nach der Weltformel bzw. streben nach dem ultimativen Wissen für das „classement national“.

Mein erstes Stage war beim SAMU im Hôtel Dieu neben der Nôtre Dame. Dieses Stage war sehr Eindrucksvoll: Maximalversorgung vor Ort. Hier hat man die Chance viel selbst zu machen und seine Differentialdiagnostik zu Üben. In Frankreich wird nicht das kanadische Rettungssystem praktiziert. So bleibt man lange vor Ort und schließt auch eine ECMO auf dem Bahngleis an, wenn es sein muss. Die Notärzte sind sehr nett und man bekommt Einblicke in die verschiedensten Wohnungen der Stadt. Die Dienste sind meist 24h, sodass man nur max. 2 Tage arbeitet. Wenn nicht genug Dienste frei sind, kann man auch nach Cochin in die Notaufnahme.

Psychiatrie St-Anne:

Sehr nettes Team! Die Internen integrieren einen sehr gut. Allerdings lässt sich in der Psychiatrie nicht so viel machen. Hier werden den Studenten die klinischen Untersuchungen und die Patientenvorstellungen bei den Visiten überlassen. Bei Gesprächen ist man auch gerne willkommen. Nach zwei Wochen wird es dann aber meistens monoton. Es lohnt sich die „gardes“ in der psychiatrischen Notaufnahme zu machen. Diese werden extra bezahlt, man ist alleine mit dem Senior und kann meistens früh gehen :)

Neurologie St-Anne:

Die Neurologie gliedert sich in drei Bereiche: Stroke Unit, Wochenstation und eine für Patienten, welche aus der akuten Phase des Strokes draußen sind. Es lohnt sich in alle Bereiche zu schauen, wobei die Wochenstation am vielfältigsten ist. Hier darf man Aufnahmen machen, klinische Untersuchungen, Liquorpunktionen und die Akten führen sowie die Patientenberichte Schreiben. Die Oberärzte sind hier nicht ganz so gelassen aber dennoch immer hilfsbereit. Nach diesem Stage vergisst man mit Sicherheit nichts mehr bei der neurologischen Untersuchung. Für die Validierung muss eine Präsentation zu einem Thema gehalten werden. Bei mir war es die Differenzialdiagnostik und Therapie bei akuten Kopfschmerzen sowie Fallbesprechungen.

Urgences St- Joseph:

Eines der am besten bewerteten Stages in Paris und das zu recht ! Wenn man sich in der Notfallmedizin sicher fühlt, kann man hier sehr viel machen. Meistens sind hier auch nur Studenten aus dem 6. Jahr, sodass hier viel selbstständig gearbeitet werden kann. Im Optimalfall kümmert man sich jeden Tag um 5-10 Patienten: Anamnese, Untersuchung, Anordnung von Labor und Radiologie oder Konsile, Medikamentengabe etc alles natürlich mit Absprache mit den Oberärzten. Hier wird sich sehr sehr viel Zeit für die Studenten genommen und es herrscht ein sehr gutes und lockeres Arbeitsklima. Die Notaufnahme ist sehr neu und modern und hat etwa 170 Patienten pro Tag. Einziges Manko: hier gibt es keine Polytrauma. Dennoch kann hier auch viel genäht werden :) Auf jedes Fall ein Muss! Arbeitszeiten 8-17h nach Absprache meist 3-4 Tage die Woche.

Augenklinik Cochin:

Auch in der Augenklinik kann man viele Untersuchungsmethoden erlernen und die Patienten eigenständig in der Sprechstunde voruntersuchen, ehe man sie einem Internen vorstellt. Die Krankheitsbilder sind hier überwiegend Uveitis und Katarakt. Die meisten Notfälle werden bis 2017 im Hôtel Dieu behandelt. Je nachdem an wen man gerät darf man auch intraokkuläre Injektionen durchführen. Im OP werden überwiegend Katarakte operiert. Hier ist es auch gut möglich nur 2 Wochen am Nachmittag vorbeizukommen. Im ersten Stock ist das Büro für die Anmeldung des Stages.

Alltag und Freizeit

Paris ist ohne Frage die Kulturhauptstadt Europas. Unzählige Theater bieten ein unglaubliches Programm. Die klassischen Konzertsäle mit der neuen Philharmonie sind ebenfalls sehr beeindruckend. Hier kommt fast jeder Künstler ein mal in der Saison vorbei! Die beiden großen Opernhäuser bieten ebenfalls ein abwechslungsreiches Programm. Am besten besorgt man sich als Student die Tickets an der Abendkasse. Für die Philharmonie bedeutet dies 30min vor Konzertbeginn für 10€. An den Opern muss man einiges früher vor Ort sein. Im Théâtre des Champs Elysées (Konzerthaus und Theater) gibt es sehr günstige Karten im Vorverkauf vor Ort. Am besten vorher beim Veranstalter die Konditionen erfragen. Ansonsten bietet das „Pariscope“ für einige Cent einen guten Wochenüberblick über alle Ausstellungen und Veranstaltungen. Clubs gibt es ebenfalls einige. Ob an/auf der Seine oder im 11.Arr., jeder wird was für seinen Geschmack finden. Wer etwas früher kommt kann sich den Eintritt schenken. Nur die Getränke sind wie auch in den Cafés sehr teuer. Aber mit der Zeit findet man seine Ecken mit günstigen Cafés. Etwa im „Institut“ gegenüber von der Universität UMPC gibt es günstiges Bier und einmal pro Woche ein Erasmus-Treffen. Es werden über die einschlägigen Onlineplattformen auch eine Fülle von Fahrten angeboten.

Im Sommer kann abends im Osten an der Seine getanzt werden: vom Swing über Salsa bis zum Tango ist alles dabei. Auch Einführungskurse gibt es. Wenn man sich etwas Zeit nimmt und die Parkanlagen in Paris aufsucht, ist es doch grüner als der erste Eindruck hergibt. Die beiden großen Parkanlagen im Osten und Westen an den Stadtgrenzen laden auch unter der Woche zum verweilen ein.

Am Wochenende kommt man mit dem RER auch mal gut rausgefahren. Nach Fontainebleau oder mit dem Zug nach Orléans etc.

Wer den Unisport belegen will hat eigentlich nur eine Chance wer zum WiSe kommt, da durch die Verschiebungen im SoSe keine Anmeldung mehr möglich ist.

Fazit

Es war auf jeden Fall eine grandiose und intensive Zeit. Ist das Eis bei den Parisern erst einmal gebrochen sind sie auch sehr umgänglich. Wenn ich nochmal fahren würde, würde ich bereits zum WiSe fahren, da man dann mit den Franzosen zusammen anfängt und nicht irgendwie mitten im Trimester dazukommt. Das würde einiges noch angenehmer machen. Man merkt relativ schnell, dass die Bürokratie und überhaupt vieles langsamer geht. Da hilft dann nur Gelassenheit. Paris hat so viel zu bieten, dass man eigentlich keinen Tag das selbe unternehmen müsste. Also ab nach Paris!