

## England– Erasmus-Semester

Während meines Medizinstudiums habe ich immer an die Idee gedacht, ein Semester im Ausland zu absolvieren. An der Stelle kann man mich kritisieren, indem man sagt, dass ich nicht nur ein Semester, sondern schon 8 Semester im Ausland studiere. Und das ist ja wahr. Meine Begeisterung für Fremdsprachen und mein stark ausgeprägter Wunsch nach etwas Neuem und Unbekanntem, was mich aus meiner Komfortzone herausbringen und meine Selbstständigkeit, Eigeninitiative und Motivationsfähigkeit fördern wird, hat mich vor 4 Jahren nach Deutschland gebracht. Mit der Zeit habe ich mich sehr gut in Deutschland eingelebt und Land und Leute wuchsen mir immer mehr ans Herz. Mittlerweile ist hier der Ort, wo ich mich wohl und ausgeglichen fühle. Mein Bestreben aber mich neuen Herausforderungen zu stellen und die zu meistern, hat mich zu dem Büro von ChIC geführt. Wenn man einmal durch das Erlebnis durchgegangen ist, sich in einer neuen Umgebung zurechtzufinden, dann fängt man an, sich folgende Fragen zu stellen: Inwieweit werden sich die Erfahrungen in einem neuen Land von meinen jetzigen unterscheiden? Werde ich mich diesmal anders fühlen? Die beste Weise eine Antwort auf diese Fragen zu bekommen und auch meine englischen Sprachkenntnisse zu verbessern war die Bewerbung um ein Auslandssemester an der University of Manchester.

### **Jeder Anfang ist schwer**

Der Wunsch ein Semester in England zu absolvieren war leider nicht nur meiner, sondern auch ziemlich vieler anderen Leute. Manchester ist ein sehr begehrter Ort und jedes Jahr bewerben sich viele Studenten. Lasst euch aber dadurch nicht entmutigen. Seid positiv und selbstbewusst und alles wird gut sein! Das Auswahlgespräch verläuft immer in einer sehr entspannter und netter Atmosphäre. Normalerweise erfährt man drei Wochen später, ob man den Platz bekommen hat oder nicht. Falls man eine Zusage erhalten hat, dann gibt es paar Sachen, die man in einem bestimmten Zeitraum erledigen soll. Eine davon ist das Ausfüllen von einem Online application, das bis zum Ende März gemacht werden soll. Das online application besteht aus mehreren Schritten, bei denen man Informationen über sich selbst und das Studium eingibt. Bei dem letzten Schritt des online Vorganges ladet man ein paar Unterlagen hoch, einige davon kriegt man von Frau Heller fertig ausgefüllt, für den Rest soll man sich bisschen mehr Mühe geben, d.h. Most recent academic transcript of records auf der HIS-Internetseite finden, herunterladen und drucken, personal statement auf Englisch schreiben, ein Sprachzeugnis zur Hand haben und noch zwei andere Formulare ausfüllen. Alles soll dann scanniert und als Teil von dem application hochgeladen werden. Es kann sein, dass man Schwierigkeiten beim Ausfüllen der Information hat und nicht genau weiß was bei manchen Feldern des Online-Formulars reingeschrieben werden soll. Aus diesem Grund ist mein Tip einfach jemanden zu fragen, der das schon durchgemacht hat. Es spart viel Zeit und Nerven.

Nachdem ich mit allem, was oben genannt ist, fertig war, habe ich bis zum Mitte Mai gewartet. Das war die Zeit, in der ich eine E-Mail von Frau Hamilton, einer der Erasmus-Koordinatorinnen an der University of Manchester, bekommen habe, mit der sie mich informiert hat, dass ich in dem Universitätsklinikum in Preston für mein Semester verteilt wurde. Danach folgten ganz viele E-Mails mit Formularen, die ich ausfüllen und an Frau Hamilton zurückschicken sollte. Das werde ich nicht näher erklären, weil alles normalerweise sehr ausführlich und genau in den elektronischen Briefen beschrieben ist. Wichtig ist aber zu erwähnen, dass man sich ungefähr zwei Wochen vor dem Semesterstart planen soll, in denen man sich an der Uni einschreibt, zu einem health screening geht usw. In meinem Fall hieß das Anfang Dezember nach England zu fahren, da die Wochen vor dem Semesteranfang während der Weihnachtsferien waren.

## **Die Stadt Preston**

Und so bin ich am 7. Dezember in Preston angekommen. Preston als Ort, an dem ich verteilt wurde, war für mich erstmals keine Überraschung. Bevor ich mich um ein Sommersemester in England beworben habe, habe ich alle Erfahrungsberichte von Studenten gelesen, die das gleiche Semester in England absolviert haben. In einem von denen habe ich gesehen, dass man für das 8. Semester als Erasmus-Student dem Krankenhaus in Preston zugeordnet wurde. Aus diesem Grund hatte ich das mehr oder minder erwartet. So selbstbewusst, dass nichts Neues auf mich zukommen kann, fühlte ich mich nur bis zu dem Moment, in dem ich in Preston angekommen bin. Als jemand, der in der Hauptstadt von Bulgarien aufgewachsen ist und der in den letzten vier Jahren in der Hauptstadt von Deutschland wohnt, habe ich mir etwas größeres unter dem Wort „Kleinstadt“ vorgestellt. Preston ist eine wirklich kleine Stadt (besonders wenn man die mit Berlin vergleicht), in der aber eine tolle Atmosphäre herrscht und wo die Leute sehr nett sind. Sogar der Taxifahrer, der mich von der train station abgeholt hat, hat mir auf dem Weg viel über Preston erzählt. Von dem habe ich erfahren, dass früher die Stadt wegen den vielen Kirchen (mehr als 73) Priest's town genannt wurde. In der Stadt gibt es nicht so viele Sehenswürdigkeiten, aber die bedeutendsten sind Miller Arcade, das Rathaus und St. Walburge's Church. Das Stadtzentrum ist sehr gemütlich und mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder mit Fahrrad gut erreichbar. Da gibt es viele Einkaufsmöglichkeiten, darunter sind Fishergate Shopping Centre und St George's Shopping centre die größten. Für diejenigen, die nicht nur Kleidung und Accessoires kaufen wollen, gibt es die Supermarktketten wie Sainsbury's, Spar, Tesco, Morrisons, Booths, ASDA (das aber am Rande der Stadt ist) und sogar Aldi und Lidl.

## **Wohnen in Preston**

Ich habe ein Zimmer in einem WG-Haus gefunden, als ich immer noch in Berlin war. Ein Zimmer in England aus so einer großen Entfernung zu finden, kann eine Herausforderung sein. Vor allem weil die meisten Vermieter die Überweisung von einer bestimmten Summe als Kautionszahlung von dir wollen um das Zimmer für dich zu reservieren. Ich habe mich nicht getraut Geld an jemandem zu überweisen, wenn ich weder die Person, noch das Zimmer vor Ort gesehen habe. In der Internetseite <http://uk.easyroommate.com/> habe ich ein Eigenprofil erstellt, in dem ich beschrieben habe, dass ich nach einem Zimmer in einer WG in Preston, in dem Stadtviertel Fulwood suche und dass ich bereit bin maximal £300 monatliche Miete zu zahlen. Durch die Internetseite habe ich viele Vermieter kontaktiert. Außerdem kriegt man jeden Tag automatisch Angebote per Mail zugeschickt, die deinen Suchkriterien entsprechen. So habe ich ein kleines 8m<sup>2</sup> Zimmer (wenn man nach einem Einzelzimmer in Preston sucht, soll man etwas, was nicht größer als 10m<sup>2</sup> ist, erwarten) in Fulwood gefunden. Der Landlord, der das Zimmer angeboten hat, war damit einverstanden, die Kautionszahlung und die erste Miete erst dann zu zahlen, nachdem ich das Zimmer gesehen habe. Das Zimmer war in einem WG-Haus und ich habe mit drei anderen Studentinnen gewohnt, die sich davor auch nicht kannten. Im Endeffekt waren wir eine bunte Mischung von Nationalitäten und Fachrichtungen. Ich habe £260 monatlich Warmmiete gezahlt, in der alle Kosten für Strom, Wasser und Internet enthalten wurden. Es gab drei Busse, die in der Nähe des Hauses gefahren sind und mit einem von denen war das Krankenhaus in zehn Minuten zu erreichen.

Zusammenfassend zum Thema „Wohnen“ würde ich Folgendes sagen: am besten wäre es, wenn man ein Zimmer in Fulwood hat, weil sich auch das Krankenhaus in dem gleichen Stadtviertel befindet. Außerdem lässt sich eine Unterkunft bis £300 (ungefähr 390€) monatlich finden. Die meisten Zimmer sind ziemlich kalt, da die Häuser sehr alt sind, aber notfalls kann man sich einen kleinen Heizlüfter von Aldi für £15 holen. Andere Internetseite, wo man auch gute Angebote finden kann ist <https://www.gumtree.com/flats-and-houses-for-rent>.

### **Öffentliche Verkehrsmittel oder Fahrrad?**

In Preston lässt sich alles sehr schnell mit einem Fahrrad erreichen. Der einzige Nachteil ist das kalte und regnerische Wetter. Aus diesem Grund habe ich auf das Fahrrad verzichtet und bin jeden Tag mit dem Bus gefahren. Leider sind die öffentlichen Verkehrsmittel in Preston nicht kostenlos für die Studenten. Nur mit einem von den Bussen (Bus 19A) darf man beim Vorzeigen des Krankenhausausweises bis zum einen von den Lernzentren fahren. Um auch die anderen Buslinien benutzen zu können, habe ich jeden Monat ein 27-Tage-Busticket für £39 gekauft. Soweit ich von anderen Studenten erfahren habe, leider habe ich diese Information zu spät bekommen, kann man sich am Anfang des Jahres ein Studententicket für die Monate Januar, Februar und März für ungefähr £80 besorgen.

Sehr oft hatte ich auch Veranstaltungen in Chorley, einer Stadt, die 20km. südlich von Preston liegt. Dahin bin ich fast immer mit dem Shuttle Bus kostenlos gefahren. Während des psychiatrischen Moduls gab es paar Standorte, die auch außerhalb von Preston waren, aber es bestand die Möglichkeit die mit Taxis zu erreichen, die das Krankenhaus bestellt und auch dafür bezahlt hat.

### **Englisches Konto oder eine VISA Karte und wie bekomme ich meine Erasmusförderung?**

Ich dachte, dass es vielleicht nützlich wäre zu diesem Thema ein paar Sätze in meinem Bericht zu schreiben. Bevor ich nach England gefahren bin, war mein Plan ein englisches Konto zu eröffnen. Mit der Zeit bin ich aber von der Idee weggekommen, da ich es mir überlegt habe, dass das Eröffnen und danach das Schließen des Kontos ein zu großer Aufwand sein werden. Im Endeffekt habe ich eine Visa Karte, die ich von Bulgarien hatte, benutzt. Aber eine gute Möglichkeit wäre eine Visa Karte zu bestellen, die problemlos mit einem deutschen Girokonto zusammen funktionieren kann. Dadurch kann man kostenlos Bargeld in England abheben.

In Bezug auf das Erhalten der Erasmusförderung muss man nicht vergessen am Anfang des Semesters in England ein Formular (Confirmation of registration) bei der Erasmus-Koordinatorin in Manchester ausfüllen zu lassen, mit dem es bestätigt wird, dass man seinen Studienaufenthalt angetreten hat. So kann man auch monatlich das Geld bekommen. Ich habe das ausgefüllte Formular erst am Ende meines Auslandssemesters abgeschickt, da ich die Information darüber in dem Grand Agreement übersehen habe und auf die Humboldt Internetseite, wo das auch erklärt ist, gehe ich nicht so oft. Darüber hinaus habe ich einfach die Summe, die für meinen gesamten Auslandsaufenthalt vorgesehen war, auf einmal erhalten. Bevor ich wieder nach Deutschland zurückgefahren bin, hat Frau Hamilton meine Endbescheinigung ausgefüllt, wodurch es vermittelt wird, dass das Erasmus-Semester schon zu Ende ist.

### **Royal Preston Hospital (RPH) und das Modul „Mind and Movement“**

Das Krankenhaus in Preston ist sehr groß. Auf dem Gelände befinden sich die zwei Education centres, wo normalerweise die Seminare stattfinden. Außer den Seminarräumen gibt es in den Education centres auch Skills Labs, Räume, die zum praktischen Üben von Untersuchungen sehr gut geeignet sind. Das Highlight für mich war der Simulationsraum, der mit einer Dummy Puppe (die spricht, atmet, hustet usw.) und auch mit ganz vielen medizinischen Geräten, ausgestattet ist. Da hatten wir die Möglichkeit uns als Team im Rahmen eines Szenarios mit der Notfallversorgung eines Patienten, in dem Fall der Dummy, zu beschäftigen. Es hat richtig Spaß gemacht und es kann auch zu sehr lustigen Situationen kommen, wenn man z.B. dem Patienten eine zu hohe Morphindose gespritzt hat und sich danach wundert warum er an einem Atemstillstand gestorben ist. Etwas anderes, was mich sehr positiv überrascht hat waren die Öffnungszeiten der Bibliothek. Als jemand, der sehr oft bis spät in die Nacht lernt, habe ich

mich sehr gefreut, als ich erfahren habe, dass die Bibliothek im einen von den Education centres 24/7 mit dem Krankenhausbadge zugänglich ist.

In Preston war ich in dem 8. Semester und ich habe das Modul „Mind und Movement“ gemacht. Das Modul besteht aus Psychiatrie, Orthopädie, Rheumatologie und Neurologie. Es gibt auch drei von den so genannten „Specialty weeks“ in HNO, Ophthalmologie und Care of the elderly. Außerdem hatte ich jeden Montag innerhalb von sechs aufeinanderfolgenden Wochen in einer Hausarztpraxis verbracht. Die Erfahrungen, die ich da gesammelt habe, konnte ich mit meinen Eindrücken von dem Praxistag in dem fünften Semester vergleichen. Während ich bei dem Hausarzt in Berlin vorwiegend ältere Damen und Herren mit hohem Blutdruck gesehen habe, gab es in der Praxis da eine große Bandbreite von klinischen Fällen – von Patienten mit Depression oder mit anderen psychischen Erkrankungen bis Kleinkindern mit Scharlach. An den restlichen Tagen der Woche war der Stundenplan ziemlich voll – fast jeden Tag fing ich um 9 Uhr morgens an und am Nachmittag ging es meistens bis 17 Uhr. Dementsprechend war ich den ganzen Tag mit klinischen Kursen auf Station oder in der Ambulanz beschäftigt oder es gab Seminare und POL (was da PBL „problem-based learning“ heißt). Im Großen und Ganzen ist das gesamte Semester sehr klinisch orientiert und die Seminare, die sog. „teaching sessions“ waren nur einmal oder zweimal die Woche. Ganz viele Vorlesungen und Lernmaterialien waren online zugänglich, die man sich in Ruhe anschauen konnte. Aus diesem Grund war auch das iPad, das man am Anfang des Semesters gekriegt hat, sehr nützlich.

Ein Aspekt, den ich besonders interessant fand, war die engmaschige Studentenbetreuung. Für jedes Modul gab es eine Koordinatorin/„clinical facilitator“, das war meistens eine sehr nette und engagierte Krankenschwester, die einfach eine Organisationsspezialistin war. Sie hat sich immer interessiert, ob wir mit unseren Kursen zufrieden sind und ob wir uns in irgendeinem Gebiet unsicher fühlen und daher auch Zusatzveranstaltungen brauchen. Außerdem hat man sich am Anfang von jedem Modul mit der Koordinatorin getroffen und man hat mit ihrer Hilfe seine eigenen Lernziele/„learning objectives“ formuliert, die man während des Moduls erreichen will. Am Ende des Moduls gab es wieder ein Treffen, bei dem jeder Feedback bezüglich seiner Teilnahme an den klinischen Kursen und an den Seminaren bekommen hat. Noch dazu haben wir berichtet, wie jeder seinen Lerngewinn einschätzt und was man gerne weiter üben würde.

### **Die OSCEs – machen Spaß!**

Am Anfang hatte ich eine richtig große Angst vor den OSCEs. Mit der Zeit habe ich aber gesehen, dass man während des Semesters darauf sehr gut vorbereitet wird. Die clinical facilitators haben viele Probe-OSCEs/„Mock OSCEs“ für uns organisiert, wo man seine „skills“ testen konnte und das, was für mich von großer Bedeutung war - ich konnte mich an die OSCE-Atmosphäre gewöhnen. Der Prüfungsverlauf ähnelt im Großen und Ganzen diesem, den wir bei unseren OSCEs an der Charité haben. Die Prüfungen finden aber an zwei aufeinanderfolgenden Tagen statt, je sieben Stationen pro Tag. Jeder Student hat ungefähr fünf Minuten um eine Untersuchung durchzuführen oder Anamnese zu erheben und danach in der restlichen Zeit werden meistens Fragen vom Prüfer gestellt, wobei am häufigsten nach der Formulierung von Differentialdiagnosen gefragt wird. Da wir mit meinen Kommilitonen für das Semester dem Krankenhaus in Preston zugeteilt wurden und die Dozenten da schon kannten, waren unsere OSCEs in einem Krankenhaus in Manchester. Aber wie die Überschrift von diesem Absatz auch sagt macht es richtig Spaß sich auf die OSCEs vorzubereiten und die zu bestehen werde ich auch nicht als schwierig bezeichnen. Ich habe die orthopädischen und die neurologischen Untersuchungen mit meinen Kommilitonen geübt und wir haben auch viele

Rollenspiele gemacht damit einer von uns das Anamnesegespräch führen konnte. Das hat mir sehr viel geholfen und dazu beigetragen, dass ich selbstbewusst in die OSCEs gehen konnte.

### **Land, Leute, Freunde, Freizeit und ... mehr**

Die Frage "Y'alright luv?", die ich jeden Tag vom Busfahrer, von der Dame an der Kasse im Supermarkt und von vielen anderen Leuten in der Öffentlichkeit gehört habe ist etwas, was ich sehr viel vermisse. Anfangs fand ich es seltsam, dass Leute, die ich nicht kenne, mich fragen, wie es mir geht, wenn ich z.B. ein Busticket kaufen wollte, aber es hat nicht lange gedauert bis ich angefangen habe es zu genießen. Es war für mich beeindruckend, wie nett und positiv die Leute bei diesem schlechten Wetter mit Wind und Regen sein können. Genauso waren auch alle in dem Krankenhaus, sehr höflich und immer hilfsbereit. Auch am Anfang, als ich ab und zu mal Schwierigkeiten hatte sprachlich etwas zu formulieren, waren sowohl die Dozenten, als auch meine Kommilitonen sehr unterstützend. Und noch etwas, was mir einen tollen Eindruck gemacht hat, war das große Interesse meiner Mitstudenten an Deutschland, an meinem Heimatland und an der Weise, auf die wir hier in Berlin Medizin studieren usw.

Trotz der kurzen Zeit, die ich in England verbracht habe, habe ich viele Freundschaften geknüpft. Ich habe meine Freizeit vor allem mit Leuten aus meiner Seminar-Gruppe verbracht, aber auch mit den anderen aus meinem Semester, die ihre Kurse in Preston hatten. Fast jeden Freitagabend (mit Ausnahme von den drei Wochen vor den OSCEs) geht man da feiern und dazu zählt nicht nur in einen Klub zu gehen und zu tanzen, sondern auch eine ziemlich große Menge an Jägerbomb-Shots zu bestellen.

Außer den tollen Abenden, die wir zusammen verbracht haben, habe ich die Osterferien zum Reisen genutzt. Ich war in Blackpool, Liverpool und London. Wenn man Busfahren mag und früh ein Ticket bucht, kann man für £7 nach London fahren. Liverpool und Blackpool kann man gut mit dem Zug erreichen. In Blackpool sind The Blackpool Tower und Blackpool Pleasure Beach (ein sehr berühmter Vergnügungspark) weiterzuempfehlen und Liverpool bietet viele schöne Orte an, die ein Teil der UNESCO-Weltkulturerbe sind. Falls man ein Fan von live-Musik ist, kann man den „Cavern Club“ besuchen, wo The Beatles ihren ersten Auftritt hatten. Es wurde mir mehrmals von meinen Mitstudenten gesagt, dass ich das Lake District, einen von den schönsten Nationalparks in Großbritannien besuchen soll, aber ich habe es zeitlich leider nicht geschafft. Das wäre aber noch ein Grund irgendwann mal wieder nach England zu fahren.

### **Even good things come to an end**

Wie ich im oberen Abschnitt erwähnt habe, habe ich in England viele Freunde gefunden. Manche von denen haben mich sogar schon in Berlin besucht. Ich habe sehr schöne Zeit in Preston verbracht, ich habe meine englischen Sprachkenntnisse erweitert und Einblick in die Kultur und in das Gesundheitssystem von Großbritannien gewonnen. Es war ein tolles experience und ich bedanke mich herzlich bei dem ChIC-Team der Charité und bei allen anderen Beteiligten, die mich unterstützt haben und das möglich gemacht haben.