

ERASMUS-ERFAHRUNGSBERICHT

Wintersemester 2015/16 am Karolinska Institutet in Stockholm

Vorbereitung

Zur Vorbereitung auf mein Auslandssemester in Schweden habe ich insgesamt 4 Sprachkurse (A1-A2) von der SKB an der TU besucht. Für mich haben sich die letzten 3 Kurse (wir hatten eine andere Lehrerin) sehr gelohnt! Als ich in Schweden ankam, konnte ich zumindest Geschriebenes gut verstehen und mich mit den Basics verständigen, der Rest kommt im Laufe der Zeit dann viel leichter und sehr schnell.

Was das Organisatorische angeht, hilft einem die Erasmusseite des ChICs und später vor allem der Blackboardkurs super weiter, v.a. die Checkliste von Fr. Heller ist für das gesamte Auslandssemester nur zu empfehlen!

Für Stockholm würde ich es auch empfehlen sich frühzeitig, die KI eigene Seite anzusehen. Dort gibt es auch viele hilfreiche Tipps und die Informationen zu den Kursen, die man wählen kann, sind recht ausführlich!

Einen Tipp habe ich für die Vorbereitung noch: Solltet ihr noch keinen Reisepass besitzen, besorgt euch, bis ihr das Auslandssemester antretet, einen! Ein Personalausweis reicht nicht! Da man in Schweden in den höheren Semestern eigentlich nur Unterricht im Krankenhaus hat, benötigt man eine Code-Karte für alle Türen, das elektronische Patientensystem und als „Mitarbeiteridentifizierung“. Diese erhält man jedoch nur, wenn man einen gültigen Reisepass bei der Bewerbung oder spätestens vor Ort vorlegen kann, da die Passnummer in Registrierungssystem eingetragen werden muss!

Den Stress mit der Botschaft sollte man sich besser ersparen!

Unterkunft

In Stockholm ist bezahlbarer Wohnraum als ausländischer Student fast unmöglich zu bekommen, viele Studenten kaufen dort Wohnungen oder wohnen in einem der vielen Studentenwohnheime, wofür man jedoch lange Wartezeiten benötigt.

Das KI hilft einem aber sehr dabei, ein Zimmer zu bekommen. Austauschstudenten werden Zimmer in den Wohnheimen angeboten (über „KI Housing“). Ich hatte mich dort gleich nach meiner Zusage durch das ChIC angemeldet (fragt Frau Heller einfach nach einer Ansprechpartnerin, die ihr angeben könnt) und so war meine Bewerbung für ein Zimmer schon früh registriert. Sobald ich die Zusage aus Stockholm dann bekommen hatte, hatte ich auch recht schnell die Zusage für ein Zimmer.

Ich habe in PAX gewohnt. Nach meinen Erfahrungen ist es das „modernste“ und komfortabelste Wohnheim, das über KI Housing angeboten wird. Man hat dort ein ca. 17qm großes Zimmer mit eigenem Badezimmer, die Küche teilen sich 10 Leute. Eine Grund-Küchenausstattung ist eigentlich in allen Küchen vorhanden. Lediglich Küchenmesser und Pfannen sind rar gesät.

Im Erdgeschoss gibt es einen Raum mit Waschmaschinen und Trocknern, die man im Voraus buchen muss (kostenlos!).

Internet gibt es dort nur mit LAN-Kabel, bringt euch also einen Router oder ein langes Kabel mit!

Das Wohnheim ist auch super zentral gelegen, mit der Tunnelbana sind es nur knapp 10 min zum Hauptbahnhof und innerhalb von 2 Stationen erreicht man gute

Einkaufsmöglichkeiten (der kleine Supermarkt direkt am Wohnheim ist recht teuer und deshalb nicht so zu empfehlen).

Zum Campus Solna kann man von dort mit dem Bus fahren, nach Huddinge fährt man allerdings mit Tunnelbana und Pendelzug etwas länger.

Studium am KI/am Karolinska Sjukhuset in Huddinge

Vor dem eigentlichen Semesterbeginn findet am KI in Solna für alle Austauschstudenten eine Einführungswoche statt. Die ersten drei Tage kann man einen Intensivsprachkurs besuchen und die letzten zwei Tage finden allgemeine Veranstaltungen statt. Vor allem der Sprachkurs ist super, um neue Leute kennenzulernen, auch wenn inhaltlich nicht allzu viel vermittelt wird!

Ich habe in Schweden den Internationalen Chirurkierkurs in Huddinge besucht. Der Kurs ist offiziell auf Englisch, d.h. alle Vorlesungen werden auf Englisch gehalten, auf Station oder im Patientenkontakt helfen einem aber gute schwedische Kenntnisse extrem weiter.

Zu Beginn des Kurses hatten wir eine Woche mit Einführungsvorlesungen, dabei wurde uns der Kurs und sein Ablauf vorgestellt und grundlegende Erkrankungen der Chirurgie wurden aufgefrischt. Am Ende der Woche fand dann die legendäre Bootsfahrt mit dem gesamten Kurs statt (wir sind nach Marienhamn gefahren, 24h auf dem Boot mit Verpflegung), damit sich alle besser kennenlernen konnten (im gesamten Kurs in Huddinge sind nur ungefähr 35-40 Leute).

Danach fing dann der eigentliche Kurs an. Dabei werden alle in 3-4er Gruppen eingeteilt. Mit diesen 2-3 anderen Studenten hat man dann das ganze Semester zusammen seine Rotationen, meist sind dabei ein Austauschstudent und 2-3 schwedische Studenten in einer Gruppe. Das ist super, um Schwedisch zu lernen und Anschluss zu finden.

Der Kurs ist dabei so aufgebaut, dass man Montag-Donnerstag je nach Rotation Unterricht auf Station, evtl. mit Seminaren oder praktischen Unterweisungen (meist von 7/8 bis 16/17 Uhr), und freitags Vorlesungen hat (dabei muss man auf die Anwesenheitspflicht, auch an bestimmten Freitagen, aufpassen!).

Die Themen der Rotationen waren: 3 Wochen Chirurgie, 2 Wochen Orthopädie, 1 ½ Wochen Urologie, 1 ½ Wochen Anästhesie, 1 Woche Onkologie, 1 Woche Primary Care, 2 Wochen Notaufnahme/Notfallaufnahme und 2 Wochen auf einer orthopädischen Station, die nur von Studenten geleitet und besetzt wird (KUA).

Insgesamt liegt der Schwerpunkt vor allem auf der praktischen Ausbildung der Studenten! In Schweden dürfen Medizinstudenten wesentlich mehr „selber“ machen als in Deutschland. Wenn man gut genug schwedisch spricht, kann man auch als Austauschstudent eigene Patienten haben, Untersuchungen durchführen und eigene Patientenberichte/Untersuchungsanforderungen diktieren oder auch schreiben, wenn man sich sprachlich nicht sicher genug fühlt. Wir durften auch viel im OP assistieren, Wunden im OP und in der Notaufnahme nähen und auch selbstständig Naevi oder ähnliches entfernen.

Nachteil dieser Art von Ausbildung ist allerdings, dass einem oft nur wenig theoretisches Wissen vermittelt wird und man oft unsicher zurückbleibt, was man nach einer Rotation nun eigentlich wissen sollte.

Am Ende des Kurses findet dann die Prüfungswoche statt. Es gibt eine schriftliche, eine mündliche und eine praktische (OSCE) Prüfung.

In der schriftlichen Prüfung muss man für alle Hauptfächer kurze Fragen beantworten, dabei werden aber weniger Fakten und Details abgefragt, wie es in Deutschland der Fall ist, sondern mehr allgemeine Dinge – wie handhabe ich einen Patienten mit folgenden Symptomen in der Notaufnahme, welche Therapie ist am sinnvollsten, wie interpretiere ich dieses Röntgenbild und ähnliches.

Die mündliche Prüfung und der OSCE sind unseren sehr ähnlich! Da brauch man sich wirklich keine Sorgen machen! Der Kursleiter und die Kurssekretärin kümmern sich auch mit viel Freude und Hilfsbereitschaft um alle im Kurs, wenn es Probleme geben sollte.

Die schwedischen Kommilitonen sind wirklich sehr hilfsbereit, wenn man am Anfang wegen der Sprache oder der Verantwortung, die man als Student in Schweden schon trägt, unsicher ist!

Alltag und Freizeit

Insgesamt muss man sagen, dass unter Woche die Freizeit und der „Erasmus-Spaß“ durch die langen Tage in der Uni und die doch recht langen Wege oft auf der Strecke geblieben sind. Man sollte dafür versuchen, an den Wochenende viel zu unternehmen, um Stockholm und seine Umgebung, im Sommer ist vor allem der Schärengarten sehr zu empfehlen, zu erkunden.

An den Unitagen sind oft die Pausen das Highlight des Tages. In Schweden wird die Kaffeepause, Fika, groß geschrieben, so dass man mehrmals am Tag mit den Ärzten und den anderen Studenten kostenlosen Kaffee, überall stehen Kaffeautomaten, genießen kann. Mittags hat man dann 1 Stunde Mittagspause, die ich immer mit den anderen Studenten des Kurses in unserem Kursraum verbracht habe. Dort gab es eine Couch, Computer und mehrere Mikrowellen, sodass man sich sein eigenes Essen vorkochen und aufwärmen konnte, das Essen im Krankenhaus ist leider recht teuer (zwischen 7 und 10€).

Fazit

Stockholm ist einfach eine wunderschöne Stadt, die ich nur jedem empfehlen kann! Im Sommer lohnt sich vor allem eine Erkundung mit dem Fahrrad. Von Pax aus kann man auch in ein schönes Viertel mit vielen Restaurants rund um St. Eriksplan und Odenplan laufen. Ich habe es sehr genossen, dass Stockholm zwar groß genug aber dennoch klein genug ist, dass man eben auch mal in die Stadt laufen kann.

Studiumstechnisch bin ich vor allem für meine vielen praktischen Erfahrungen dankbar, man wird einfach viel mehr in den klinischen Alltag eingebunden als in Deutschland. Die Arbeitsatmosphäre in schwedischen Krankenhäuser ist dabei auch deutlich entspannter und freundlicher als hier, gefühlt sind alle weniger gestresst und für die Studenten ist viel mehr Zeit vorhanden, was definitiv ein großer Pluspunkt ist. Ein großer Nachteil ist jedoch, dass zwar alle sehr nett sind, es aber schwierig ist, mit ihnen näher in Kontakt zu kommen und auch in der Freizeit Zeit mit ihnen zu verbringen. Auch die hohen Lebenshaltungskosten in Schweden machen ein Leben als Student oft weniger komfortabel als in Berlin, insbesondere bei Lebensmittel, Restaurants und Clubs ist das für uns auffällig gewesen.

Insgesamt bin ich aber unglaublich dankbar für die tollen Erfahrungen, die ich gesammelt habe, und die wunderbare Zeit, die in Stockholm verbringen durfte, und kann nur jeden ermutigen, sich für Schweden zu bewerben, auch wenn die Zahl der Bewerber groß und Zahl der Plätze leider klein ist – es lohnt sich!