Erfahrungsbericht Auslandpraktikum in Nepal 1.3.-3.4.2023

Ich habe eine einmonatige Famulatur im Annapurna Neurological Institute in Kathmandu absolviert. Die letzten Tage meiner Famulatur habe ich im Amppipal Hospital verbracht. Beim Annapurna Neurological Institute handelt es sich um ein Privatkrankenhaus mit etwa 60 Betten und verhältnismäßig hohem Standard. Als Famulantin hatte ich das Glück, relativ frei zwischen den Stationen, Ambulanz und OP rotieren zu dürfen. Wie die Ärzte hatte auch ich eine 6-Tage-Woche. Ich war dankbar, dass ich stets mit anderen Famulant*innen gleichzeitig im Krankenhaus tätig war. Diese waren schon weiter im Studium vorangeschritten und ich habe viel von dem fachlichen und persönlichen Austausch profitiert.

Mein Praktikumstag begann in der Regel um 8 Uhr mit der Frühbesprechung, bei der die Übergabe erfolgte und die Fälle für die anstehenden OPs vorgestellt wurden. Die Besprechungen fanden auf Englisch statt, sodass ich inhaltlich gut folgen konnte. Anschließend ging es nach kurzer Tee-Pause mit der Visite weiter, die - anders als ich es aus Deutschland kenne - mit dem gesamten Team durch alle Stationen erfolgte. Neben 2 Intensivstationen, eine Prä-Operations-Station und einer Notaufnahme waren die Stationen in 3 Kategorien unterteilt. Auf der Deluxe Ward und Standard 2 Ward hatten die Patient*innen, die es sich leisten konnten, Einzelzimmer. Auf den Normalstationen waren sehr viele Patient*innen und deren Angehörige in einem großen Raum untergebracht. Für das Essen waren ebenfalls die Angehörigen zuständig. Die Kommunikation mit den Patient*innen fand auf Nepali statt aber die Diagnosen und Therapien waren praktischerweise neben dem Krankenbett notiert und die Ärzte beantworteten sehr bereitwillig unsere Fragen. Die meisten Patient*innen wurden wegen Bandscheibenvorfällen, Hirnblutungen, Schlaganfällen, Meningeomen (= meist gutartige Tumoren der Hirnhäute), Hirnblutungen, Hypophysen-Tumoren und Parkinson, Tuberkulose-Folgen behandelt, seltener auch wegen Gliomen. Erschreckend viele Patienten hatten einen Verkehrsunfall erlitten. Da die Patient*innen die OPs i.d.R. selbst bezahlen müssen kommen ohnehin nur jene Patient*innen, die sich das überhaupt irgendwie leisten können und diese kommen oft sehr spät, oft erst Jahre nach Symptombeginn, wenn sie endlich das nötige Geld für die Behandlung beisammen haben. Oft hat es mich sehr betroffen gemacht mitzubekommen, wenn in - ohnehin schwerwiegende medizinische Entscheidungen - immer auch die individuelle finanzielle Situation des*der Patient*in eine Rolle spielt. Immerhin gibt es im Annapurna Neurological Institute einen kleinen Fond, der eingerichtet wurde für besonders dramatische Fälle und um Familien zu unterstützen, die wirklich überhaupt kein Geld haben. Bei aller (berechtigten) Kritik am deutschen Gesundheitssystem - ich habe mich noch nie so, so privilegiert gefühlt.

Anfangs ist es mir noch ein wenig schwergefallen, die englischen Fachbegriffe und unzähligen Abkürzungen zu verstehen, ich konnte im Laufe der Famulatur aber erheblich meine "medical english" Skills verbessern. Manchmal fand ich es schade, dass es mir durch die Sprachbarriere kaum möglich war, einen persönlicheren Bezug zu den Patient*innen herzustellen. Nach der Visite hospitierte ich in der ambulanten Sprechstunde der Neurochirurg*innen. Ich fand es jedoch sehr lehrreich, mir zunächst ein Bild von dem Patienten (und ggf. vorhandener Bildgebung) zu machen und eigene Blickdiagnosen zu stellen. Im Anschluss hat der oder die Ärzt*in mir dann meist die Diagnose und die Therapie erklärt. Auch hatte ich einmal die Gelegenheit bei einem Psychiater und im hauseigenen Rehazentrum, wo u.a. Physiotherapie, Akupunktur und ayurvedische Behandlungen angeboten werden, zu hospitieren. Nach der Mittagspause ging es meist in den OP. Die OPs ähnelten, soweit ich das beurteilen kann, dem deutschen Standard, wenngleich es einige Unterschiede bei der Hygiene gab. Im Hintergrund lief oft eine Bollywood-Playlist mit kitschigen Musikvideos. Wenige Male hatte ich die Gelegenheit, im OP zu assistieren.

Etwas schade fand ich, dass meine Rolle fast ausschließlich auf die der Zuschauerin begrenzt war. Das lag wohl an der Komplexität der Fachrichtung einerseits und sicherlich auch an der Sprachbarriere. Auch ist es in Nepal wohl generell eher unüblich als Studentin schon in praktische Tätigkeiten einbezogen zu werden.

Besonders wertvoll war für mich der Austausch mit den Ärzt*innen in den Pausen und manchmal nach Feierabend, in denen ich viel über das Land und die Kultur lernen konnte. Besonders eindrücklich fand ich den Frust der jungen Generation über die aktuelle Politik und das Bildungssystem – der große Anteil der Medizinabsolvent*innen geht ins Ausland. Dieser "brain drain" stellt ein großes Problem für das Gesundheitssystem Nepals dar. Auch der Austausch mit einer Psychologin und einem Psychiater über den Umgang mit psychischen Erkrankungen in Nepal fand ich sehr interessant.

Leider hat mir, bei aller Begeisterung für die Famulatur, die Luftverschmutzung in Kathmandu zunehmend zu schaffen gemacht. Daher war ich sehr dankbar als mir der Chefarzt Dr. Pant gegen Ende meiner Famulatur anbot, mir eine Hospitation im Amppipal Hospital zu vermitteln, mit dem das Annapurna Neurological Institute eng kooperiert. So hatte ich die Gelegenheit, einen kleinen Einblick in ein allgemeinversorgendes, staatliches Krankenhaus in einer ländlichen Region nahe Gorkha zu bekommen. Allerdings ist auch dieses Krankenhaus recht privilegiert, da es schon seit vielen Jahren von Nepalmed e.V. unterstützt wird. Nach der Visite konnte ich auch hier recht frei rotieren zwischen OP, ambulanter Sprechstunde, Ultraschall und sogar ab und an dem Zahnarzt über die Schulter schauen. Viele Krankheitsbilder würde man in Deutschland eher bei einem Hausarzt zu sehen bekommen, was mitunter daran liegt, dass es in Nepal kaum niedergelassene Ärzt*innen gibt. Viele Menschen haben Atemwegserkrankungen wie COPD was wohl darauf zurückzuführen ist, dass in den meisten Familien am offenen Feuer gekocht wird (Gas wäre zu teuer ...), auch Depressionen, Verbrennungen und Alkoholmissbrauch sind weit verbreitet. Die Patient*innen werden jeden Tag von einem Bus aus den umliegenden Dörfern "eingesammelt", der nachmittags wieder zurückfährt. Überrascht hat mich, dass die meisten Patient*innen, die ins Amppipal-Hospital kommen, eine kleine Krankenversicherung besitzen, die zumindest bis zu einem bestimmten Betrag Behandlungskosten abdeckt. Insgesamt durfte ich im Amppipal Hospital mehr zupacken. Mehrmals hatte ich die Gelegenheit, mich in einen Fall einzuarbeiten, bei dem*der Patient*in morgens eine körperliche Untersuchung durchzuführen und ihn*sie dann bei der Visite vorzustellen. Viel gelernt habe ich auch im Ultraschall. Hier durften wir die Patient*innen unter Supervision recht selbstständig untersuchen. Dabei lernte ich auch viel von meinen Mit-Famulant*innen. Da der Andrang meist nicht so groß war blieb auch viel Zeit, an uns gegenseitig zu üben.

Insgesamt habe ich viel Motivation und Neugierde auf mein weiteres Studium mitgenommen. Ich fand es sehr spannend, ein fremdes Gesundheitssystem und neue Perspektiven auf Gesundheit, Krankheit und den Umgang mit (drohendem) Tod kennenzulernen sowie meine interkulturellen Kompetenzen zu erweitern.

Tipps für zukünftige Famulant*innen:

Insgesamt hat Victor in seinem Bericht schon sehr viele praktische Tipps zusammengefasst. Ein paar Aspekte würde ich dennoch gerne ergänzen:

Ich war mit meiner **SIM-Card** von **Nepal Telekom ("Namaste")** sehr zufrieden, insbesondere in den Bergen (Mardi Himal, Langtang & Gosaikund), wo die meisten Reisenden mit NCell keinen Empfang mehr hatten. Man kann die SIM-Card auch am Flughafen erwerben und überall aufladen (einfach in den kleinen Läden, wo es alles gibt, nachfragen)

Fürs Krankenhaus braucht ihr keine eigenen **Schuhe** mitbringen, es gibt dort überall Schlappen. Wenn man seine eigenen mitbringt, läuft man eher Gefahr, dass sie einem "stibitzt" werden oder dass man ständig drauf angesprochen wird, angenommen wird es seien Straßenschuhe...

Ich würde euch empfehlen, genügend **FFP2-Masken** (ich habe mich im Krankenhaus damit sicherer gefühlt und draußen helfen sie etwas gegen die Luftverschmutzung) und ggf. eigenes **Sterillium** mitzubringen, v.a. wenn ihr empfindliche Haut habt. Desinfektionsmittel gibt's natürlich vor Ort, aber

Spender sind etwas rar im Krankenhaus und ich mochte das Gefühl auf der Haut und den Geruch vom nepalesischen Desinfektionsmittel nicht :D.

Ich kann euch auch den Outdoor-Laden "Goreto Gears" in Thamel sehr empfehlen. Die Beratung dort ist top, es wird einem nichts angedreht, was man nicht braucht und die Preise fair. Die Jungs fragen genau, welchen Trek man vorhat und beraten dann sehr gut. Die Qualität ist vielleicht nicht ganz mit der in europäischen Outdoorläden vergleichbar aber für ein paar Wochen Trekking hält die Ausrüstung gut und man zahlt nur einen Bruchteil.

Auch ich kann euch sehr die Massagen von "Seeing hands" empfehlen. Dort werden blinde Menschen beschäftigt, die es sonst sicher schwer hätten auf dem Arbeitsmarkt. Die Massagen sind eine richtige Wohltat nach einem langen Arbeitstag oder einem anstrengenden Trek und das "Studio" ist absolut seriös und sehr unterstützenswert.

Zu meiner Wohnsituation: Ich habe zunächst im Homestay bei Kp Maskey gewohnt (www.universalvolunteers.com, der Kontakt wurde mir von Nepalmed vermittelt). Kp holt einem auch am Flughafen ab. Er wohnt mit seiner Familie bei Rato Pul, von dort aus sind es ca 40 min zu Fuß zum Krankenhaus. Ich fand es von Vorteil, dadurch einen sehr untouristischen Teil Kathmandus kennenzulernen. Kp kooperiert schon lange mit Nepalmed sodass er mir gut den Weg zum Krankenhaus erklären konnte. Man kann auch viel mit ihm über die nepalesische Kultur und Politik diskutieren. Die Familie ist nett, Kp spricht sogar deutsch, und sie sind sehr wohlhabend. Man wird hauptsächlich von den Hausangestellten bekocht, was ich etwas befremdlich fand. Das Frühstück ist eher einfach (Omelett mit Toast, Tee und einer Banane), abends isst man mit der Familie, das Abendessen ist lecker und die Familie achtet auf Sauberkeit bei der Zubereitung. Wenn ihr Vegetarier*innen seid ist das kein Problem. Die Zimmer sind okay, allerdings fand ich das Bad etwas unhygienisch. Man teilt es sich teilweise mit den Angestellten und den anderen Gästen, wenn welche da sind. Putzen muss man selbst. Den Preis für das Homestay fand ich überteuert (Kp nimmt 460US\$ pro Monat, man kann aber u. U. etwas verhandeln (5), in einem Hostel und mit Essengehen kommt man günstiger weg. Ich habe dann nach 2 Wochen in die Nähe von Thamel (das ist das "Touri-Viertel" von Kathmandu) gewechselt, dort gibt es unzählige Hostels und Restaurants. Besonders kann ich euch das "Family Peace House" (https://www.tripadvisor.de/Hotel Review-g293890-d1627552-Reviews-Family Peace House-Kathmandu Kathmandu Valley Bagmati Zone Central Region.html) empfehlen. Es liegt in einer ruhigen Ecke etwas versteckt am Rande von Thamel und hat einen gemütlichen Innenhof und eine Dachterrasse, von der aus man mit viel Glück an manchen Tagen (besonders nach Regen) ein paar Bergspitzen sehen kann. Die Zimmer sind einfach aber sauber und unschlagbar günstig (etwa 4,30 Euro pro Nacht für ein Einzelzimmer mit (heißer) Gemeinschaftsdusche). Es gibt auch einen Wäscheservice, eine Gepäckaufbewahrung und man kann im angegliederten Reisebüro Bustickets, Guides usw. buchen. Sheru, der das Hostel managed, ist unglaublich herzlich. Ich bin immer wieder zwischendurch dort untergekommen wenn ich in Kathmandu war und es hat sich bald ein bisschen wie nach Hause kommen angefühlt.

Seeing hands und Goreto gears liegen beide auch direkt um die Ecke vom Family peace house.

Mein absolutes Lieblingsrestaurant in Thamel möchte ich euch noch ans Herz legen: das **Western Naan Tandoori House**. Dort gibt es köstliches nordindisches Essen, das alles frisch zubereitet wird und eine große vegetarische Auswahl (Probiert unbedingt das Sweet lassi, Garlic Naan & Malai kofta!!).

Ansonsten kann ich euch noch ein Studi-Konto bei der **Apotheker-&Ärzte-Bank** sehr empfehlen (braucht natürlich etwas Vorlaufzeit ...) – dort könnt ihr für 9 Euro im Jahr eine **VISA-Kreditkarte** beantragen, mit der man weltweit wirklich keine Gebühren bezahlt. Die Gebühren, die von den Bankautomaten erhoben werden, bekommt man auf Antrag zurückerstattet. Ich fand es sinnvoll ein paar Euro dabei zu haben – man kann vielerorts größere Beträge wie bspw. die Gebühr im

Krankenhaus und auch die Unterkunft bei Kp Maskey auch in Euro bezahlen. Auch viele Hostels und Läden akzeptieren Euro.

Zum **Transport**: anfangs bin ich noch recht viel gelaufen. Besonders in der Früh ist es ein bisschen magisch, durch Thamel zu laufen, wenn noch keine Touris unterwegs sind, die Menschen ihre Läden aufmachen, "Puja" machen, die ersten Marktstände aufmachen. Da mir die Luftverschmutzung zunehmend zu schaffen gemacht hat bin ich – absurderweise – irgendwann fast nur noch Taxi gefahren. Das geht mit der **App InDrive** recht komfortabel und günstig. Manchmal habe ich auch die Busse genutzt, von Thamel aus fahren die meisten vom "Ratna Park" ab.

Wenn es sich ergibt geht mal zwischendurch mit den Ärzt*innen ins **LOD** feiern (= verhältnismäßig nobler Club in Thamel), passt dabei auf eure Wertsachen auf – ihr werden Spaß haben ③.

Wenn ihr Fragen habt schreibt mir gerne unter <u>carladoerr@yahoo.de</u>!



Abbildung 1 Das Annapurna Neurological Institute in Kathmandu



Abbildung 2 in der Ambulanten Sprechstunde der Neurochirurg*innen im Annapurna Neurological Institute



Abbildung 3 OP im Annapurna $Neurological\ Institute$



Abbildung 4 Amppipal hospital



Abbildung 5 Visite im Amppipal hospital



Abbildung 6 Operationssaal im Amppipal hospital