

Auslandsbericht Nepal September 2024

Nepal ist ein zwischen China und Indien liegender Binnenstaat in Südasien. Auf einer Fläche von knapp 150.000 Quadratmetern leben über 30 Millionen Einwohner aus über 100 verschiedenen Volksgruppen, von denen etwa 80% Hindus sind. Die Amtssprache ist Nepalesisch. Die nepalesische Flagge ist die einzige Nationalflagge, die mehr als vier Ecken besitzt. Blau symbolisiert Frieden, Rot ist die Nationalfarbe und die zwei Zipfel stehen für die Bergspitzen des Himalayas. Der Halbmond, die Sterne und die Sonne standen früher für Königshäuser und Dynastien, heute jedoch für die Hoffnung, dass die Nation so lange bestehen möge, wie diese Himmelskörper Bestand haben. Bekannt ist Nepal unter anderem für den Export von Textilien, Tee und Kaffee. Besonders beliebt bei den Einheimischen sind Masala-, Hibiskus- und Rhododendrontee, der Tee der nepalesischen Nationalblume.

Vom 29.08.2025 bis 03.10.2025 habe ich eine Auslandsfamulatur in der Plastischen und Rekonstruktiven Chirurgie des Kirtipur Hospitals in Nepal absolviert. Nach der Landung in Kathmandu habe ich mir direkt am Flughafen eine SIM-Karte von „Ncell“ besorgt und ein Datenpaket für einen Monat gekauft. Nachdem dieses Paket ausgelaufen ist, habe ich mir die Ncell-App heruntergeladen, da man für das Herunterladen der App noch einmal ein Datenpaket für sieben Tage bekommt, so dass ich auch für die letzten Tage meiner Reise versorgt war. Am Flughafen konnte ich noch mit Euro bezahlen. Geld abgehoben habe ich dann später in Kirtipur und während meines Aufenthaltes dann auch in Kathmandu. Um die Beantragung des Visums hatte ich mich bereits im Voraus gekümmert, so dass ich bei meiner Ankunft in Kathmandu nur noch bezahlen musste (häufig geht es nur in bar). Ich habe mich dafür entschieden zunächst ein 30-Tage-Visum zu nehmen und dann vor Ort in Kathmandu zu verlängern, da dies die günstigere Option war und es hat auch reibungslos funktioniert. Es wird vermutlich auch im Verlauf dieses Berichts noch ein paarmal durchklingen, trotzdem möchte ich es hier schon einmal sagen: Nehmt viele Passbilder mit! In Nepal braucht man für zahlreiche Anmeldungen und Registrierungen ein Passbild. Ich bin, wenn ich mich richtig erinnere, mit 6 Passbildern nach Nepal gereist und musste vor Ort noch welche nachmachen lassen. Auch wenn viele Dinge in Nepal sehr viel günstiger sind als bei uns, das Machen und Ausdrucken von Passbildern in Kathmandu gehört nicht dazu. Gerade bei einer Famulatur im Krankenhaus, sollte man sich vorher außerdem um die notwendigen Impfungen kümmern und dies rechtzeitig, so dass auch ein ausreichender Impfschutz besteht.

Abgeholt vom Flughafen wurde ich von Aashish, dem Besitzer des Kirtipur Comfort Homestays, das er zusammen mit seiner Frau Sujuta leitet und in dem ich untergekommen bin. Ich bin sehr froh, dass ich vorher über Freunde auf dieses Homestay gekommen bin. In dem Homestay gab es dreimal täglich Essen, wir haben manchmal abends Filme zusammen geguckt oder Spiele gespielt und die Familie versucht einen an der nepalesischen Kultur teilhaben zu lassen. Während des Teej (Frauenfestival) hat mir Sujuta zum Beispiel traditionelle Kleidung geliehen, wir haben einen Tempel besucht und mit anderen Frauen getanzt. Das war eine großartige Erfahrung. Auch Aashish Mutter (Spitzname „Amma“) kümmert sich rührend. Sie spricht nicht wirklich Englisch, so dass ich auch ihretwegen versucht habe etwas Nepalesisch zu lernen, aber sie war immer bemüht und hat sehr lecker gekocht. Morgens gab es ein eher westliches Frühstück mit Obst, Haferflocken und Toast. Mittags gab es eigentlich immer „Dhal bat“, ein typisches nepalesisches Gericht mit Reis, Curry und Liesendahl. Abends gab es dann wechselnde Gerichte, wobei mir am besten Panea (eine Art Käse) und Momo (gefüllte Teigtaschen) geschmeckt haben. In dem Homestay wird ausschließlich vegetarisch gekocht und meiner Meinung nach auch sehr hygienisch, da ich nie aufgrund des dortigen Essens irgendwelche Verdauungsprobleme hatte. Vorsichtig sein muss man vor allem wenn man auswärts isst. Das Haus selbst geht über drei Etagen und hat einen kleinen Garten, so dass man sich auch gemütlich raus setzen kann. In jeder Etage gibt es ein Badezimmer, wodurch es auch bei maximaler Belegung nicht zu Stau kommt. Während

meiner Zeit in dem Homestay waren wir bis zu acht Leute und man hatte sowohl die Möglichkeit sich zurückzuziehen als auch gemeinsam etwas zu unternehmen. Mir hat es sehr geholfen, dass ich durch Aashish und Sujuta immer Ansprechpartner hatte, wenn es um Unternehmungen, Essen oder Kultur ging.

Auch von der Lokalisation her war das Homestay genau richtig. Es liegt nur fünf bis zehn Minuten zu Fuß von dem Kirtipur Hospital entfernt, so dass ich morgens kein Taxi nehmen musste, sondern ganz entspannt gehen konnte. Die Stadt Kirtipur liegt mit dem Auto je nach Verkehr 20-40min von Kathmandu entfernt, weshalb man problemlos Kathmandu und seine Umgebung erkunden kann. Aufgrund der Hügellage von Kirtipur hat man von dort aus einen wunderschönen Blick runter auf Kathmandu. Auch die Luft ist sehr viel sauberer als in der Hauptstadt und es ist auch um einiges ruhiger. Ansonsten hat Kirtipur ähnlich wie Kathmandu eine Ring Road, auf der man einmal um bzw. durch die Stadt durchgehen kann, mehrere Tempel, eine Hängebrücke und viele kleine Cafés, Restaurants und Läden.

Wie in vielen anderen Entwicklungsländern auch, fahren zwar Busse in Nepal, aber die Anbindung ist bei weitem nicht ausreichend, so dass die meisten Menschen Motorräder, Roller oder Autos nutzen. Da ich den Verkehr zu unübersichtlich fand und aufgrund von sicherheitstechnischen Bedenken nicht im Stadtverkehr von Kathmandu auf einem Roller mitfahren wollte, habe ich mir immer mit anderen Famulanten ein Taxi geteilt. Die Fahrt nach Kathmandu rein hat insgesamt drei Euro gekostet, die wir dann auf uns verteilen konnten. Um nicht immer mit den lokalen Taxifahrern über Preise verhandeln zu müssen und die Kommunikation zu erleichtern, haben wir uns eine App heruntergeladen, die uns unser Gastvater empfohlen hat und die ich auch jedem empfehlen würde. „Indrive“ ist eine App, die einem basierend auf Start und Ziel der Reise erlaubt einen Preis für die Fahrt vorzuschlagen, wobei die App auch selbst einen Vorschlag macht. Daraufhin können die Fahrer in der Nähe das Angebot entweder so annehmen oder einen eigenen Vorschlag machen. Ich habe mit der App sehr gute Erfahrungen gemacht und war häufig erleichtert nicht selbst einen Vorschlag machen zu müssen, da mich die Überlegung, was angemessen ist, überfordert hat.

Ein Tag im Krankenhaus im „Burn Center“ ging typischerweise von acht bis ca. 15 Uhr und das von Sonntag bis Freitag, da die Arbeitswoche in Nepal sechs Tage hat. Jeden Morgen gab es eine einstündige Morgenkonferenz, in der Vorträge gehalten wurden. Auch alle Famulanten mussten während ihres Aufenthaltes einen Vortrag halten. Da die Vorträge nicht zwingend über ein medizinisches Thema gehen mussten und der Leiter der Abteilung sich sehr für Public Health interessiert hat, habe ich meinen Vortrag über „Implementation studies“ gehalten. Mir haben die Vorträge in der Morgenkonferenz gut gefallen, da sie einerseits inhaltliches Hintergrundwissen für die Abteilung dargestellt haben und andererseits, weil ich es interessant fand zu beobachten, wie in Nepal Vorträge gehalten werden. Besonders an der Morgenkonferenz war für mich außerdem, dass ihr zeitweise die vor dem Krankenhaus lebenden Straßenhunde beigewohnt haben. Im Anschluss an die Morgenkonferenz hat es sich dann auf die zwei verschiedenen Operationsabteilungen verteilt. Im Obergeschoss war der „Burns Theatre“ und im Keller der „Orthopedic and Reconstructive Theatre“. Bei der Verteilung auf die OPs habe ich mich häufig an die einzige weibliche Ärztin in diesem Bereich gehalten, da ich während meiner Zeit dort gemerkt habe, dass sich die männlichen Ärzte doch vorwiegend mit den männlichen Famulanten beschäftigen und die Assistenzärztin mir sehr viel erklärt hat. Auch in anderen Situationen habe ich in Nepal die Erfahrung gemacht, dass die Gesellschaft männerdominiert und -fokussiert ist. Häufig wurde über meinen Kopf hinweggesprochen und andere Famulanten wurden gefragt, ob ich auch Medizin studieren würde oder Englisch sprechen würde. Selbst wenn ich daraufhin für mich geantwortet habe, wurden weitere Fragen über mich an andere Personen gerichtet.

Nichtsdestotrotz konnte ich in Nepal viele praktische Erfahrungen sammeln, da Famulanten häufig bei Operationen assistieren dürfen. Ich habe genäht, Skin grafts (autolog zu transplantierte Hautlappen) vorbereitet, Wunden chirurgisch gereinigt, getackert und Wunden versorgt. Insbesondere das Nähen von Skin grafts war neu für mich, da die Grafts sehr dünn sind. Es kam mir ein bisschen so vor, als würde ich versuchen ein Taschentuch zu nähen. Ungewohnt war für mich außerdem, dass im OP keine Socken getragen werden und das, obwohl die meisten Schuhe offen sind. Mit Schuhgröße 38 bin ich noch gut zurechtgekommen, aber viele der anderen Famulanten hatten Schwierigkeiten. Daher würde ich empfehlen eigene geschlossene Schuhe mitzunehmen, gerade wenn man eine größere Schuhgröße hat. Dasselbe würde ich auch in Bezug auf Kasacks für größere Menschen empfehlen.

Die Verständigung im Krankenhaus hat sehr gut funktioniert. Die offizielle Lehrsprache ist Englisch und viele der Ärzte waren zumindest auch zeitweise im Ausland, so dass sie gut Englisch gesprochen haben. Im Gegensatz zu meinen vorherigen Famulaturen habe ich in Nepal im OP keine Patientengespräche gehabt, was aber aufgrund der Sprachbarriere von Vorteil war. Falls jemand also überlegt im Ausland zu famulieren und eine Famulatur im OP zu machen, dann bietet es sich sehr an dies miteinander zu vereinbaren. Die Erfahrungen im Burn-Center in Nepal waren prägend. Einerseits aufgrund der Verletzungen, die ich gesehen habe und andererseits aufgrund der Geschichten dahinter, denn nicht jede Verletzung ist ein Unfall und gerade diese Fälle sind mir besonders nahe gegangen. Dort habe ich zum Beispiel zum ersten Mal in meinem Leben Granatenverletzungen gesehen. Das Kirtipur Burn Center ist das einzige nationale Verbrennungszentrum, weshalb die Patienten häufig von sehr weit anreisen, wodurch es bei der Versorgung teilweise zu großen Verzögerungen kommt.

In der letzten Woche habe ich außerdem gemeinsam mit anderen Famulanten eine Wanderung zum Annapurna Basecamp unternommen. Wir waren vorher bereits an unseren freien Tagen in der Umgebung von Kathmandu wandern, was jedoch nicht mit der Wanderung zum Annapurna Basecamp zu vergleichen war. Da ich bereits mit dem festen Vorsatz wandern zu gehen nach Nepal geflogen bin, musste ich mir in Nepal wenig Ausrüstung dazukaufen. Falls sich jemand spontan in Kathmandu dazu entscheidet, doch noch wandern zu gehen, kann ich den Laden „Outdoor Compass“ empfehlen. Der Besitzer spricht gutes Englisch, ist sehr bemüht und hat mir sogar Equipment ohne Leihgebühr geliehen, nachdem unsere Gruppe ein paarmal dort war. Die Wanderung besteht zwar aus vielen Treppenstufen, aber der Sonnenaufgang oben ist wunderschön und ist mit einer der beeindruckendsten Blicke, die ich je gesehen habe. Bei der Planung einer Famulatur kann ich daher empfehlen noch ein paar Tage zum Wandern hinten anzuhängen.

Insgesamt hatte ich eine großartige Zeit in Nepal. In den fünf Wochen hatte ich die Möglichkeit das Land, die Menschen und die Kultur kennenzulernen. Da ich während der Festivalzeit in Nepal war, durfte ich viele traditionelle Feste und Bräuche miterleben und konnte den Nationalfeiertag mitfeiern. Ich fand es schön zu sehen, wie fröhlich und lebendig der Nationalfeiertag in Kathmandu gefeiert wurde. Interessant war für mich in Nepal auch der Vergleich mit meiner ersten Famulatur in Sri Lanka. Sri Lanka ist in vielerlei Hinsicht, wie zum Beispiel Öffentlicher Nahverkehr und Gleichberechtigung, weiterentwickelt, als es Nepal ist, dennoch war der Verkehr in Nepal um einiges geordneter und ich habe mich dort deutlich sicherer gefühlt. In medizinischer Hinsicht durfte ich viele praktische Erfahrungen sammeln und habe Verletzungsmuster gesehen, mit denen man in Deutschland nur ausgesprochen selten in Berührung kommt. Daher plane ich in den nächsten Semesterferien im BG Klinikum Hamburg im Zentrum für Schwerbrandverletzungen zu hospitieren, um einen praktischen Vergleich zwischen der medizinischen Versorgung von Brandverletzungen in Deutschland und Nepal ziehen zu können.

Alltägliches Nepalesisch (Ausschnitt; geschrieben, wie es gesprochen wird):

- Namaste: Hallo
- Mero nam Mila ho: Mein Name ist Mila
- Danjebat: Danke
- Suberatri: Gute Nacht
- Cana mi to zo: Das Essen schmeckt gut
- Costo cha: Wie geht es dir?
- Tik cha: Gut
- Malei bog lagio: Ich habe Hunger
- Betere cushi lagio: Schön dich kennenzulernen
- Malei nindra lagio: Ich bin müde
- Yo pani cana tik cha?: Kann ich das gut trinken?

Medizinische Vokabular (Ausschnitt):

- Taugo: Kopf
- Duchio: Schmerzen
- Pet: Bauch
- Cutta: Beine
- Taugo duchio: Kopfschmerzen
- Malei pet duchio: Ich habe Bauchschmerzen
- Chitai niko hunohos: Gute Besserung
- Malei wakwak lagio: Ich muss mich übergeben
- Choru: Fieber

Tipps für einen Aufenthalt in Nepal:

- Handwaschmittel mitnehmen
- Mückenspray
- Weite, lockere Kleidung
- In den Bergen IMMER eincremen!
- Multiadapter
- Feuchttücher
- Desinfektionsmittel
- Viele Passbilder
- Eigene Schuhe für den OP (für Famulanten)



Bild Nr. 1: Morgenkonferenz in der Bibliothek

Bild Nr. 2: Straßen von Thamel, Kathmandu



Bild Nr. 3: Kirtipur Comfort Homestay

Bild Nr. 4: Kirtipur Hospital



Bild Nr. 5 + 6: Patan Durbar Square



Bild Nr. 6 + 7: Annapurna Basecamp