

Starter-Kit Bayern-France

Aufenthaltsbericht

Ihre Studien in der Heimathochschule

Heimathochschule	Niveau des Studiums
Julius-Maximilians-Universität Würzburg	Staatsexamen
Studiengang Fakultät	
Humanmedizin	

Ihre Studien in der Gasthochschule

Gasthochschule Gasteinrichtung		Rahmen des Aufenthalts
Université Grenoble Alpes		Austauschprogramm (Erasmus +...)
Dauer des Aufenthalts	6 Monate	
Abfahrtssemester	WS 19/20	
<i>Im Rahmen einem Aufenthalt von mehreren Semestern, bitte wählen Sie das erste Semester im Ausland aus</i>		
Studiengang Fakultät		
Humanmedizin		

1. Vorbereitung,Anreise,Ankunft

Nachdem man die Zusage für einen ERASMUS-Austauschplatz an der Université Grenoble Alpes bekommen hat, darf man sich zunächst einmal auf ein tolles Semester in einer abwechslungsreichen Studentenstadt freuen. Vor dem Aufenthalt muss noch das „Learning Agreement - Before the mobility“ ausgefüllt werden, welches die „Stages“ beinhaltet, die man im Klinikum absolviert. Hierzu später unter Studieninhalte mehr. Nachdem man den ersten OLS-Sprachtest und das „Grant Agreement“ beim International Office eingereicht hat, kann es auch schon losgehen.

Die Anreise nach Grenoble ist auf verschiedenen Wegen möglich: Per Flugzeug (Frankfurt - Lyon, weiter mit BlaBlaBus/Flixbus), per Zug (Route über Genf ist am günstigsten) oder auch per Auto (Route über die Schweiz empfehlenswert). Ich persönlich hatte die Möglichkeit mit dem Auto anzureisen, welches sich als sehr praktisch erwiesen hat. Einerseits konnte ich so genügend Gepäck transportieren, andererseits konnte ich jederzeit einen Ausflug in die schöne Umgebung Grenobles unternehmen. Bei der Anreise im Winter mit dem Auto sind zwar keine Schneeketten nötig, falls man aber gerne Ski fährt, sollte man

sie auf alle Fälle dabei haben. In einigen Skigebieten herrscht Schneeketten-Pflicht, was z.B. bei starkem Schneefall von der Polizei vor Ort kontrolliert wird.

2. Wohnung

Es ist sehr empfehlenswert, sich vor seinem Aufenthalt in Grenoble einige Gedanken darüber zu machen, welche Art von Unterkunft die richtige für einen ist:

Die Zimmer in den CROUS-Studentenwohnheimen, welche sich hauptsächlich auf dem Campus in St. Martin d'Hères befinden, sind zwar einfach gehalten und besitzen nur eine Etagenküche, sind dafür aber unschlagbar günstig und bieten einen direkten sozialen Kontakt zu anderen Studenten. Außerdem gibt es einen kostenlosen Parkplatz direkt nebenan. Teilweise gibt es aber auch Studentenwohnheime (Le Rabot), welche nicht dem deutschen Standard entsprechen. Für die Bewerbung in einem CROUS-Studentenwohnheim erhält man einige Wochen vor seinem Aufenthalt eine E-Mail von der zuständigen Verwaltungsstelle.

Die Firma Privilodges betreibt in Grenoble auch einige private Studentenwohnheime, welche einen deutlich höheren Standard besitzen, allerdings sehr teuer sind (ab 550€/Monat aufwärts).

Eine WG mit französischen Studenten bietet die Möglichkeit, sein Französisch sehr schnell immens zu verbessern, ist aber meistens teurer als das Studentenwohnheim (ca. 350-500€ pro Monat, je nach Lage und Ausstattung). Je nach Mitbewohner und Sozialkompetenz schwanken die Meinungen hierüber sehr. Ich persönlich habe die ersten zwei Monate meines Aufenthaltes als Untermieter in einer 3er-WG gewohnt, bevor ich in ein möbliertes 1-Zimmer-Appartement umgezogen bin. Mit dieser Lösung war ich sehr zufrieden, zumal ich dadurch die Vorteile einer WG zumindest für eine Zeit nutzen konnte. In meinem Appartement hatte ich auch genügend Platz, dass mich Freunde aus Deutschland besuchen konnten. Für den 1jährigen Mietvertrag, welcher monatlich kündbar ist, benötigt man einen Garant (z.B. ein Familienmitglied mit regelmäßigem Einkommen), welcher die Haftung übernimmt. Zudem eine Hausrats-Versicherung, welche mit ca. 23€ sehr günstig zu bekommen ist.

Je nachdem für welche Unterkunft man sich entscheidet, variiert auch das sogenannte „Wohngeld“. Den Antrag hierfür sollte man unverzüglich nach seinem Einzug auf www.caf.fr abschicken, da es einige Zeit benötigt, bis dieser bearbeitet wird. Der Zuschuss variiert zwischen 90 und 130€/Monat, weshalb ich es jedem Studenten nur nahelegen kann, ihn zu beantragen! Das Ausfüllen kann je nach Sprachniveau etwas schwierig sein, allerdings bekommt man im CAF-Büro ausreichend Hilfe dafür, sodass es jedem ermöglicht wird, davon zu profitieren.

3. Finanzierung

Im Wintersemester 2019/2020 erhielt man für einen Auslandsaufenthalt in Frankreich im Rahmen des ERASMUS-Programmes eine Förderung von etwa 400€/Monat, was einem wirklich bei der Bewältigung der Mehrausgaben hilft. Zusätzlich hatte ich mich für eine einmalige Mobilitätshilfe beim Bayerisch-Französischen Hochschulzentrum beworben,

welche eine Pauschale von 500€ beinhaltet. Je nach Entfernung der Studienorte können hierbei noch bis zu 350€ hinzukommen, was bei Würzburg - Grenoble der Fall war.

Für meine Wohnung in Würzburg habe ich für die Zeit meines Auslandsaufenthaltes einen Untermieter über www.wg-gesucht.de gefunden, was die Finanzierung nochmals vereinfachte.

4. Betreuung vor Ort

Für die Organisation des Studienaufenthaltes ist Mme Paillard zuständig. Sie organisiert die Rotation in der Klinik und ist auch der Ansprechpartner für Änderungen im Learning Agreement. Anfangs des Semesters hält sie eine Einführungsveranstaltung, die man auf keinen Fall verpassen sollte. Während dieser Veranstaltung erhält man alle wichtigen Informationen und trifft einige Studienkollegen. Von ihr erhält man auch einige Tage später seinen Studentenausweis. Um seine Arbeit im Krankenhaus aufnehmen zu können, ist zudem ein Besuch beim Betriebsarzt obligatorisch. Den Termin und die nötigen Informationen hierfür erhält man in einer E-Mail von Mme Paillard. Es sind einige Impfnachweise und z.B. der Varizellen Infektionsstatus mitzubringen, das Röntgenbild kann man auch noch kostenlos vor Ort nachholen.

5. Studieninhalte

Cardiologie - Rythmologie: Die Stage „Cardiologie“ beginnt wochentags um 8.00 Uhr und geht meistens bis 13.00 Uhr. Gemeinsam mit den französischen Medizinstudenten ist man für Aufnahmegespräche, Entlassungen, EKGs und den reibungslosen Ablauf der zahlreichen Elektrokardioversionen auf der rhythmologischen Station zuständig. Sind alle Aufgaben auf der Station erledigt, kann man jederzeit ins Katheterlabor gehen und den Ärzten dort zuschauen, teilweise auch assistieren. Vormittags findet auf der Station noch die Visite statt, die meistens von einem Facharzt gehalten wird. Häufig dauert diese 1h30-2h, da die Pathologie, Medikation und Prognose jedes Patienten vom Facharzt mit den Studenten ausführlich besprochen wird. Hier erhält man ausreichend Zeit und Raum um Fragen zu stellen und sich nicht verstandene Sachverhalte erklären zu lassen.

Chirurgie de la main et des brulés: Die Stage „Chir de la main“ ist meiner Meinung nach eine der besten, die man als ERASMUS-Student auswählen kann. Sie genießt auch unter den französischen Medizinstudenten eine Sonderstellung, da jeder Student eine Woche Bereitschaftsdienst in der Notaufnahme absolviert. Dieser geht von 8.00 Uhr bis 20.00 Uhr und man ist für die Konsultation der Patienten mit Hand- und Unterarmverletzungen verantwortlich. Verletzungen, die die Beugesehnen oder die Muskelaponeurose betreffen könnten, exploriert man im Eingriffsraum in der Notaufnahme unter sterilen Bedingungen und Lokalanästhesie. Dies geschieht in Absprache mit den Assistenzärzten, die auf Nachfrage hinzukommen. Da man allerdings primär alleine arbeitet, besitzt man ein hohes Maß an Verantwortung. Rückblickend war diese Woche in der Notaufnahme eine der besten Erfahrungen in meinem ERASMUS-Semester.

Hat man seinen Bereitschaftsdienst abgeleistet, absolviert man eine Woche in der ambulanten Sprechstunde (und trifft idealerweise seine Patienten aus der Notaufnahme wieder) und eine weitere Woche im OP. Hier bietet sich erneut die Möglichkeit, viel

praktische Erfahrung zu sammeln, da keine OTA vorhanden ist und der Student deren Aufgaben übernimmt.

Urgences pédiatriques: Die Stage in der Notaufnahme des Kinderkrankenhauses ist ebenfalls sehr empfehlenswert. Von 8.00 - 18.00 Uhr ist man als Student für die Voruntersuchung der Patienten verantwortlich. Dazu gehört jeweils eine komplette Anamnese, eine körperliche Untersuchung (soweit möglich) und die Rücksprache mit den diensthabenden Assistenzärzten. Da die chirurgische und medizinische Seite der Notaufnahme nicht räumlich getrennt sind, wechselt das Aufgabengebiet zwischen Röntgenanordnungen, Naht von Platzwunden und der Verordnung von Antibiotika. Da das Patientenkollektiv mit einem Alter von 2 Monaten bis 18 Jahren extrem vielfältig ist, kann ich es jedem Studenten nur empfehlen, diese Stage auszuwählen. Die zuständige Fachärztin ist außerdem sehr bemüht, die ERASMUS-Studenten gut in den Klinikalltag zu integrieren und ihren Lehrauftrag zu erfüllen.

Urgences adultes: Die Stage in der allgemeinen Notaufnahme des Klinikums findet an 3 Tagen der Woche von 8.00 - 18.00 Uhr statt. Je nachdem, in welchem Sektor man mitarbeitet, trifft man auf kaum beeinträchtigte, leichtverletzte Patienten und auf Patienten in kritischem Zustand („CHAUD“). Die Behandlung der schwerverletzten Patienten geschieht meistens in einem der drei Schockräume, wo ein eingespieltes Team die bestmögliche Versorgung gewährleistet. Als Student übernimmt man hier erstmal relativ wenig Aufgaben, allerdings ist die Nachbereitung der Fälle sehr interessant und wird abhängig vom zuständigen Arzt engagiert und aufwändig gehalten. Trotzdem sollte man einige Zeit in den anderen Sektoren verbringen, da man hier eine Mehrzahl an Aufgaben übernehmen kann und so das eigenständige Arbeiten fördert. Wie auch in der pädiatrischen Notaufnahme ist die chirurgische Seite nicht von der Seite der Inneren Medizin getrennt, sodass sich eine interessante Mischung an Krankheitsbildern präsentiert. Allerdings arbeiten in der allgemeinen Notaufnahme viel mehr Personal und französische Studenten als in der pädiatrischen Notaufnahme, was das Arbeiten im Vergleich etwas unpersönlicher macht.

Eine individuelle Förderung ist hier zwar auch möglich, allerdings nicht in dem Ausmaß, wie man es in der pädiatrischen Notaufnahme erfährt. Besonders empfehlenswert ist es, einen Dienst („garde“) mitzumachen, z.B. freitag oder samstag abends, da erfahrungsgemäß zu dieser Zeit die meisten und interessantesten Fälle in der Notaufnahme ankommen.

Gynécologie: Der Service „Gynéco“ unter der Leitung von Prof. Hofmann befindet sich ebenfalls wie die pädiatrische Notaufnahme im Gebäudekomplex des HCE (Hôpital Couple Enfant). Während dieser Stage hat man die Möglichkeit, in einem der zwei Operationssäle bei Kaiserschnitten, Hysterektomien und Mastektomien zu assistieren. Rotiert man in die gynäkologische Notaufnahme, konsultiert man gemeinsam mit einer Assistenzärztin die Patientinnen. Wie auch bei den anderen Stages ist man für Voruntersuchung, Anamnese und Krankheitsgeschichte zuständig, teilweise führt man auch Ultraschalluntersuchungen unter Anleitung durch. Hat man einige Zeit in der Notaufnahme verbracht, kann man im „Salle d'accouchement“ bei Geburten zuschauen und ab und zu etwas aushelfen. Zum Abschluss meiner Stage besuchte ich noch einige Male die Visite auf der gynäkologischen Station. Hier trifft man auf protrahierte und schwerere Krankheitsverläufe als in der Notaufnahme, häufig bleibt allerdings nur wenig Zeit für Erklärungen oder Fragen.

6. Leben

Das Leben in Grenoble spielt sich meistens zwischen dem Campus in St Martin d'Hères, dem Zentrum nahe der Isère und dem Uniklinikum im Stadtteil La Tronche ab. Für den Winter empfiehlt sich ein Abonnement für die Tram (15€/Monat), welche Grenoble ausreichend vernetzt. Eine andere Möglichkeit bietet Métro Vélo, ein vergleichsweise diebstahlsicherer Fahrradverleih für ca. 36€/Trimester. Wohnt man im Studentenwohnheim auf dem Campus, befinden sich z.B. ein Ikea, ein Lidl und ein sehr großer Casino- Supermarkt in Reichweite zu Fuß. In Zentrumsnähe kauft man eher in den etwas teureren, kleineren Supermärkten, wie z.B. Carrefour City oder Casino, ein. Außerdem findet man an jeder Ecke eine Boulangerie, welche mittags leckere Sandwiches zu günstigen Preisen anbietet.

Dank des EU-Roamings konnte ich meinen Prepaid-Telefonvertrag von O2 und damit auch meine deutsche Mobilfunknummer behalten (Allnet-Flat, 3,5GB LTE, 9,99€/4Wochen).

7. Freizeit

Mit seiner besonderen Lage nahe den französischen Alpen bietet Grenoble ein unvergleichbares Freizeit - und Sportangebot. Neben den zahlreichen Möglichkeiten für Wanderungen, Klettersteige und Radtouren gibt es die Sportkurse der Universität. Diese sind an die besondere geographische Lage von Grenoble angepasst und man kann sich für Windsurfen, MTB, Freeskiing oder Klettern anmelden. Je nach persönlicher Präferenz z.B. auch Judo, Tanzen oder Tauchen. Bei den Sportkursen kann man zwischen freiwilliger Aktivität (wird nicht benotet, evtl. entstehen Gebühren) und benoteter Aktivität (man absolviert eine Prüfung, erhält ECTS-Punkte, keine Gebühren) wählen.

Im Winter organisiert die universitätseigene Skischule „U-Glisse“ jeden Donnerstag und Samstag einen Bus in ein Skigebiet, die Vergünstigungen mit der „Carte U-Glisse“ für den Skipass sind enorm (zwischen 12-18€ für einen Skitag). Ein Traum für jeden Skifahrer!

Das Nachtleben in Grenoble lebt von den vielen Studenten und der französischen Mentalität, sich abends mit seinen Freunden auf ein Bier zu treffen. So finden sich zentrumsnah viele verschiedene Bars und Restaurants, die teilweise auch Vergünstigungen für Studenten anbieten.

8. Sprache

Um sich bei der Arbeit im Krankenhaus und auch bei Events abseits des Klinikalltags richtig verständigen zu können, ist ein Sprachniveau von (gutem) B1 und besser sehr empfehlenswert. Um hierfür ausreichend vorbereitet zu sein, absolvierte ich die Kurse „Français B2.1“ und „Français medical“ im Sprachzentrum am Hubland unter der Leitung von Mme Zlota. Mme Zlota ist eine sehr engagierte Dozentin, der der Fortschritt ihrer Studenten am Herzen liegt. Mit sehr guten didaktischen Fähigkeiten und Ideenreichtum fördert sie ihre Kursteilnehmer, was sich am Ende des Kurses in einer immensen Verbesserung der Sprachkenntnisse zeigt. Wer hier konstant und fleißig mitarbeitet, wird in

Frankreich wenig Probleme bei der Kommunikation haben, zumal die Franzosen sehr freundlich reagieren, auch wenn man ihre Sprache nicht so gut beherrscht.

Ein ausreichend gutes Englisch kann einem ab und zu auch helfen, zumal z.B. nicht alle Patienten in der Notaufnahme Französisch sprechen. Auch bei der Kommunikation mit ERASMUS- Studenten aus anderen Ländern hilft dies sehr.

9. Fazit

Abschließend kann ich ein ERASMUS-Semester an der Universität Grenoble Alpes nur empfehlen. Das Universitätsklinikum bietet ein gutes „Teaching“, das von den Fachärzten sehr ernst genommen wird. Die Stages „Chirurgie de la main“ und „Urgences pédiatriques“ haben meine praktischen Fähigkeiten und mein theoretisches Wissen in diesen Bereichen verbessert, weshalb ich sie jedem nachfolgenden Studenten empfehlen kann.

Grenoble selbst beeindruckt mit studentischem Charakter, einem riesigen Freizeitangebot und überaus freundlichen Bewohnern.

Wichtig

Wir möchten Ihren Bericht auf unsere Website stellen, ohne Ihre Namen anzugeben. Sind Sie mit dieser Veröffentlichung einverstanden? ja