

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt im Rahmen meines Praktischen Jahres

Im Zeitraum vom 03.11.2025 bis zum 28.12.2025 absolvierte ich einen Teil meines Praktischen Jahres im Fach Chirurgie in Sri Lanka.

Der Auslandsaufenthalt bot mir die Möglichkeit, medizinische Versorgung unter deutlich anderen strukturellen, kulturellen und ressourcenbezogenen Bedingungen kennenzulernen und mein Medizinstudium sowohl fachlich als auch persönlich zu bereichern.

Mit der Betreuung durch das PROMOS/DUE-Mobil Team war ich sehr zufrieden. Rückfragen wurden stets zeitnah und freundlich beantwortet. Besonders positiv empfand ich, dass ich proaktiv kontaktiert wurde, sobald weitere Formulare oder Unterlagen erforderlich waren. Dadurch fühlte ich mich während des gesamten Bewerbungs- und Vorbereitungsprozesses gut begleitet.

Auch die Betreuung vor Ort war ausgezeichnet. Insbesondere die Mitarbeitenden des Studierendensekretariats waren außerordentlich hilfsbereit, zuvorkommend und jederzeit ansprechbar. Bei organisatorischen oder technischen Problemen wurde schnell und unkompliziert Unterstützung angeboten. Ebenfalls erfolgte die Bereitstellung der OP-Kleidung direkt am ersten Tag komplikationslos.

Die Ärztinnen und Ärzte vor Ort waren ebenfalls sehr freundlich und offen gegenüber internationalen Studierenden. Zwar war eine gewisse Eigeninitiative erforderlich, um möglichst viele praktische Einblicke zu gewinnen, diese wurde jedoch stets positiv aufgenommen. Wenn man sich aktiv einem lokalen Arzt oder Medizinstudierenden anschloss, eröffneten sich zahlreiche Lernmöglichkeiten und wertvolle praktische Erfahrungen.

Die Bewerbung für das PJ-Tertial in Sri Lanka ist insgesamt unkompliziert, da lediglich ein Online-Formular ausgefüllt und eingereicht werden muss. In meinem Fall kam es jedoch zu technischen Problemen. Diese stellten jedoch kein Hindernis für den Bewerbungsprozess dar, da ich umgehend Unterstützung erhielt, sodass ich meine Bewerbung problemlos einreichen konnte.

Das Visum für Sri Lanka kann unkompliziert online beantragt werden. Es empfiehlt sich, zunächst ein Touristenvisum für 30 Tage zu beantragen und dieses anschließend vor Ort in Colombo zu verlängern.

Alle erforderlichen Impfungen für meinen Aufenthalt organisierte ich im Vorfeld am Robert Koch Institut der Uniklinik Essen. Ich begann etwa drei Monate vor Abreise mit den notwendigen Impfungen, was sich als sinnvoll erwies, da es sich um meine erste Fernreise handelte und so beispielsweise ein vollständiges Dreifach-Impfschema für Tetanus durchgeführt werden konnte. Die Terminvereinbarung erfolgte unkompliziert per E-Mail.

Auch die Organisation der Versicherungen gestaltete sich einfach. Eine günstige Auslandsrankenversicherung konnte ich problemlos online über die HUK abschließen. Für die finanzielle Versorgung vor Ort bestellte ich zusätzlich eine Kreditkarte der DKB, die innerhalb von etwa zehn Tagen bei mir eintraf, und nahm außerdem meine bereits vorhandene DKB-Debitkarte mit. Mit dieser konnte ich an verschiedenen Banken in Sri Lanka

(Commercial Bank, People's Bank und Bank of Ceylon) gebührenfrei sri-lankische Rupien abheben.

Vor Ort fand an den ersten beiden Tagen im Krankenhaus eine gut strukturierte Einführung statt. Wir wurden direkt am Eingang empfangen und zum entsprechenden Hörsaal begleitet. Bereits zu Beginn wurde ein Rotationsplan erstellt, der die Einteilung in verschiedene Abteilungen für die ersten zwei Wochen sowie die anschließenden geplanten Wechsel regelte. Dadurch war der Ablauf transparent und gut nachvollziehbar. Der Rotationsplan war jedoch nicht verpflichtend, sodass ein Wechsel der Abteilung nach Rücksprache jederzeit möglich war, falls eine andere Fachrichtung stärkeres Interesse weckte. Die alltägliche Organisation funktionierte insgesamt zuverlässig.

Während meines Aufenthalts durfte ich an zahlreichen chirurgischen Tätigkeiten teilnehmen. Ich war regelmäßig im Operationssaal anwesend, konnte dort viele Eingriffe beobachten und bei kleineren Wundversorgungen assistieren. Zudem hatte ich die Möglichkeit, selbst Nähte zu setzen, an chirurgischen Sprechstunden teilzunehmen und die Visiten auf Station zu begleiten.

Positiv hervorzuheben ist die Möglichkeit, selbst zu entscheiden, wie viel Verantwortung man übernehmen wollte. Während sich einige Studierende für eine bestimmte Abteilung entschieden und dort nach einer Einarbeitungsphase sehr eigenständig arbeiten konnten, entschied ich mich bewusst dafür, möglichst viele verschiedene Abteilungen kennenzulernen, um ein breites Spektrum an Eindrücken zu gewinnen und unterschiedliche Arbeitsabläufe zu verstehen. Diese Flexibilität empfand ich als besonders angenehm.

Fachlich konnte ich insbesondere meine kommunikativen Fähigkeiten in englischer Sprache deutlich verbessern, da der klinische Alltag sowie die Patientenkommunikation überwiegend auf Englisch stattfanden. Darüber hinaus lernte ich Krankheitsbilder kennen, die in Deutschland nur selten vorkommen, wie beispielsweise die Versorgung von Schlangenbissen.

Ein weiterer wichtiger Lernaspekt war das medizinische Arbeiten unter eingeschränkten Ressourcen. Da technische und laborchemische Untersuchungsmöglichkeiten deutlich teurer oder teilweise nicht in dem Umfang verfügbar sind wie in Deutschland, lernte ich den hohen Stellenwert einer sorgfältigen Anamnese und körperlichen Untersuchung besonders zu schätzen und konnte meine Fähigkeiten in diesen Bereichen weiter verbessern. Zudem konnte ich meine interkulturelle Kompetenz erheblich erweitern, da der tägliche Umgang mit Patientinnen, Patienten sowie Kolleginnen und Kollegen aus einem anderen kulturellen Umfeld neue Perspektiven eröffnete.

Besonders eindrücklich waren die Unterschiede in den hygienischen und strukturellen Rahmenbedingungen im Vergleich zu deutschen Krankenhäusern. So standen beispielsweise deutlich weniger Desinfektionsmittel zur Verfügung, Einmalprodukte wurden nur eingeschränkt verwendet und im Operationssaal kamen überwiegend waschbare Baumwolltücher und -kittel zum Einsatz. Eine Sterilisation nach in Deutschland üblichen Standards war nur begrenzt möglich.

Auch die Stationsstruktur unterschied sich deutlich. Es gab keine Einzel- oder Mehrbettzimmer, sondern große offene Stationen, in denen männliche und weibliche

Patienten jeweils gemeinsam untergebracht waren. Die Betten, vergleichbar mit Feldbetten, standen nebeneinander in einem durch Vorhänge abgetrennten, jedoch nicht geschlossenen Raum. Dadurch war einerseits kaum Privatsphäre zwischen den Patienten möglich, andererseits waren äußere Einflüsse wie das schwülwarme Klima sowie Insekten, insbesondere Mücken, allgegenwärtig.

Trotz dieser Bedingungen erlebte ich sowohl das medizinische Personal als auch die Patientinnen und Patienten als außerordentlich freundlich, geduldig und wertschätzend.

## Fazit

Der Auslandsaufenthalt war für mein Medizinstudium äußerst sinnvoll und bereichernd. Er ermöglichte mir, Medizin aus einer anderen Perspektive kennenzulernen, meine fachlichen und persönlichen Kompetenzen zu erweitern und wertvolle interkulturelle Erfahrungen zu sammeln.

Neben den fachlichen Erfahrungen bot der Aufenthalt auch zahlreiche Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung. Gemeinsam mit anderen PJ-Studierenden unternahmen wir nach dem Dienst Aktivitäten in Galle oder nutzten freie Wochenenden für Kurzreisen innerhalb des Landes. Sri Lanka bietet neben seinen Stränden eine große Vielfalt an landschaftlichen und kulturellen Eindrücken, darunter Safaris, Regenwälder und Tempelanlagen.

Ich würde diesen Auslandsaufenthalt jederzeit wiederholen und kann ihn anderen Studierenden uneingeschränkt empfehlen.