

ÄTHIOPIEN – ADDIS ABEBA

Art des Praktikums:

Famulatur

Einsatzland / Einsatzort:

Land	<i>Äthiopien</i>
Stadt	<i>Addis Abeba</i>
Amtssprache	<i>Amharrisch</i>
Empfohlene Impfungen	<i>Gelbfieber, Typhus, Meningokokken, Hepatitis A und B, Tollwut</i>

Äthiopien gehört für mich zu den faszinierendsten Ländern, die ich je bereist habe. Da das Land bis vor einigen Jahrzehnten von anderen Kulturen und Einflüssen der Nachbarstaaten isoliert war und nie kolonisiert wurde, konnte sich der Staat auf seine ganz eigenen Weise entwickeln und die einzigartigen Kulturen aufrechterhalten. Das typische Afrika, wie man es aus Erzählungen, Büchern und dem Fernsehen kennt, wird man in Äthiopien (außer im Süden bei den Tribes) kaum finden, dafür aber umso buntere und faszinierendere Traditionen und Kulturen. Das Land ist und war Schauplatz von ergreifender Geschichte, welche noch heute zu spüren ist und die es zu besuchen gilt. Nimmt man an einem der zahlreichen (religiösen) Festivitäten teil, so bekommt man die einmalige Gelegenheit, das Zusammenspiel aus Kultur und Religion(en) hautnah zu erleben.

Geographisch gesehen bietet Äthiopien zauberhafte Landschaften, angefangen von Steppe über malerische Seen, Gebirge und Wälder.

Gesundheitsprofil des Landes / der Region:

Übertragbare Erkrankungen wie Tuberkulose, HIV/AIDS und Hepatitis A-E stellen nach wie vor ein großes Problem in Äthiopien dar. Als Gründe dafür werden schlechte Hygiene, mangelnde Aufklärung, wenig Kenntnis über die jeweiligen Erkrankungen, religiöse und kulturelle Einflüsse, der geringe Bildungsstandard und der niedrige sozio-ökonomische Status der Menschen gesehen. Viele Menschen haben keinen Zugang zu ordentlicher medizinischer Versorgung oder werden in Health Care Zentren in den abgelegenen Regionen betreut, wo es keine Möglichkeiten für eine adäquate Therapie gibt.

Malaria ist aufgrund der Höhe (2600 m) und des Klimas in Addis Abeba keine der typischen Erkrankungen, mit welchen man dort konfrontiert wird, allerdings tritt die Krankheit in vielen anderen Regionen in Äthiopien sehr häufig auf.

Generell kann man sagen, dass die Standards in den Krankenhäusern in Äthiopien nicht mit denen Europa zu vergleichen sind. Von der Hygiene angefangen bis hin zur Behandlung von Patienten,

Ausbildungsstätte:

Meine Famulatur habe ich im St. Paul's Hospital auf der Inneren Medizin absolviert. Das SPHMMC (St.

Paul's Hospital Millenium Medical Collage) gehört zu den größten und besten Krankenhäusern und Universitäten des Landes. Besonders taffe Fälle werden dorthin verlegt. Vor allem in den Bereichen Kardiologie, Nephrologie und Infektiologie arbeiten Spitzenfachkräfte aus ganz Äthiopien.

Natürlich ist ein äthiopisches Krankenhaus nicht mit einem österreichischen zu vergleichen. In den Zimmern liegen im Schnitt acht bis zehn Patienten, wobei deren Familienmitglieder hier noch nicht mitgezählt werden. Anders als bei uns müssen diese sich nämlich um die Patienten kümmern, d.h. die Patienten werden von den Angehörigen mit Nahrung und Trinken versorgt, gewaschen, auf das WC und ins Bad begleitet und angezogen. Wenn es in den Zimmern dann mal zu eng wird, dann trifft man die Verwandtschaft nachts nicht selten auf Papierkartons liegend auf den Gängen des Krankenhauses an.

Da das SPHMMC ein Zentrum für Innere Medizin ist, sieht man dort besonders knifflige Fälle. Leider kommen viele Patienten erst in späten Stadien einer Krankheit in ein Gesundheitszentrum, woher sie dann auf die Abteilung überwiesen werden. Deswegen kann oftmals nur noch symptomatisch behandelt werden. Zudem können sich viele Patienten teure Behandlungen gar nicht leisten. Zwar werden die Basismaßnahmen von der Regierung bezahlt, allerdings würde diese niemals die Kosten für weiterführende Diagnostik oder Therapie übernehmen. Ein weiterer Punkt ist, dass das Krankenhaus natürlich keine europäischen Standards hat: Viele Therapien werden nicht angeboten (z.B. Klappenersatz oder Organtransplantationen), oft fehlt es an den „Basics“ wie Medikamenten (das Land erleidet oft Engpässe an Antibiotika und anderen Arzneimitteln).

Weil man auf der ganzen Station vergeblich nach einem Desinfektionsmittel suchen wird, empfiehlt es sich, ein bis zwei große Falschen von zuhause mitzunehmen (+ ein kleines Fläschchen zum Nachfüllen). Handschuhe werden den ÄrztInnen und PflegerInnen nicht auf jeder Station zur Verfügung gestellt, daher sollte man sich zumindest für die erste Woche welche mitnehmen. Wir haben ein paar Packungen an Handschuhen direkt in der Krankenhausapotheke gekauft, allerdings sind diese oft ausverkauft und es ist schwer welche ohne Puder zu erwerben. Zusätzlich sollte man die Reiseapotheke noch gut aufstocken und auch die Mitnahme des ein oder anderen Antibiotikums und Loperamid (Imodium) erwägen – wie oben erwähnt kommt es oft zu Engpässen!

Arbeit und Ausbildung:

Das Studium der Humanmedizin dauert Äthiopien – je nach Universität - sechs bis sieben Jahre und wird auf Englisch gehalten. Wie in Österreich gliedert sich das Studium in Vorklinik, Klinik und KPJ. Weil die Ausbildung an sich vom Staat finanziert wird, verpflichten sich die Studierenden nach Abschluss ihres Studiums für eine gewisse Zeit lang als Allgemeinmediziner in den abgelegensten Regionen des Landes zu arbeiten, ehe sie mit der Facharztausbildung anfangen können. In der Ausbildung wird den vier „großen“ Fächer Innere Medizin, Gynäkologie und Geburtshilfe, Pädiatrie und Chirurgie (inkl. Traumatologie) besondere Aufmerksamkeit geschenkt, was verständlich ist, wenn man bedenkt, dass daraus die meisten Fälle entstammen und jeder Mediziner nach der Abschluss der Ausbildung in der Lage sein sollte, auch ohne viele diagnostische und therapeutische Möglichkeiten zu intervenieren.

Eine klassische Famulatur wie bei uns gibt es nicht. Allerdings sind die Studierenden schon ab dem ersten klinischen Jahr sehr in den Krankenhausalltag eingebunden. Als FamulantIn wurde ich den C2 Students (Studierenden im 5. Jahr) zugeteilt. Diese durchlaufen im 5. Jahr die großen Fächer, ehe sie im 6. Jahr als „Interns“ (KPJler) eigenständig Patienten betreuen dürfen. Die Aufgabe der C2 Students ist es, Anamnese und Status von den ihnen zugeteilten Patienten zu erheben. Beim täglichen Bedside Teaching werden die Fälle dann vorgestellt und gemeinsam mit einem Oberarzt besprochen, welcher zu den jeweiligen Krankheiten Fragen an alle anwesenden Studierenden stellt.

Auch ich durfte einmal wöchentlich einen Patienten vorstellen, was mir auch großen Spaß gemacht hat. Schade war nur, dass ich selbst kaum mit den Patienten kommunizieren konnte, weil kaum einer Englisch konnte. So musste immer einer meiner Kolleginnen und Kollegen übersetzen, wobei ich oft das Gefühl hatte, dass nur die Hälfte meiner Fragen auch an den Patienten gestellt wurden.

Mit absoluter Sicherheit habe ich vieles über die körperliche Untersuchung und Diagnosemethoden ohne jegliche Hilfsmittel außer Händen und Stethoskop gelernt. Zugegeben, von einigen der durchgeführten Tests hatte ich vor meiner Famulatur noch nie gehört. Umso lehrreicher hat sich der Aufenthalt in Äthiopien dann im Endeffekt gestaltet. Besonders, wenn man später in einem Land arbeiten will, wo viele für uns selbstverständliche Diagnosemethoden nicht zu Verfügung stehen, ist es sehr hilfreich zu wissen, auf was es bei der körperlichen Untersuchung ankommt und wie sich gewisse Krankheiten äußern können.

Meine Nachmittage habe ich vor allem in der Notaufnahme für Innere Medizin (es gibt einen Emergency Ward für Innere, einen für chirurgische Fälle und je einen für Gynäkologie und Pädiatrie), auf der Gyn-Emergency oder auf der Geburtenstation verbracht. Dort durfte ich viel mithelfen und meine eigenen Patienten betreuen (natürlich mit einem, der übersetzt hat).

Wohnen und Essen:

Gemeinsam mit vier anderen Austauschstudentinnen (auch SCOPE) habe ich ein Zimmer (Dorm) im Frauentrakt des Wohnheims direkt am Campus bewohnt. Die Unterkunft an sich war schon sehr „einfach“, allerdings wurde diese schnell zu einem Zuhause für uns. Das Zimmer war mit drei Stockbetten, Schränken, einem Kühlschrank und drei Tischen mit Sitzgelegenheiten ausgestattet. Duschgelegenheiten und WCs waren am separat, diese mussten wir uns mit den Studentinnen unseres Stockwerks teilen. Warmes Wasser gab es für zumindest ein paar Stunden am Tag, die Toiletten waren „afrikanisch“ (Loch im Boden, keine Spülung).

Sowohl die Matratzen als auch die Kopfpolster wurden uns bereitgestellt. Bettlaken/Überzüge, Decke(n) und/oder Schlafsack mussten wir selbst mitnehmen. An dieser Stelle sollte ich gleich erwähnen, dass es in Addis Abeba von Juli bis September ziemlich kalt ist und viel regnet. Eine Decke und warme Kleidung (ich hatte meine Schiunterwäsche mit) einzupacken lohnt sich auf jeden Fall!!!

Essen konnten wir dreimal täglich in der Cafeteria auf dem Campus. Zum Frühstück gab's immer ein weißes Brötchen, die Beilagen variierten (Marmelade, Eier, Firfit, gekochtes Getreide). Mittag- und Abendessen bestanden aus Injera (einem weichen, gesäuerten Fladenbrot aus Teffmehl) und Shiro (Soße aus Kichererbsen oder Bohnen mit Gewürzen), Kifto (Fleisch, normalerweise roh, in der Cafeteria aber durchgekocht), Tibs (gebratenes Fleisch) und Misir Wot (Linseneintopf in verschiedenen Variationen).

Für Menschen, die noch nie vorher mit Injera in Berührung gekommen sind, mag das äthiopische Hauptnahrungsmittel anfangs etwas komisch schmecken, allerdings gewöhnt man sich an den Geschmack dieses Brotes aus fermentiertem Teig.

Besonders lecker fand ich die vegetarische Küche. Da Äthiopien ja ein sehr christlich-orthodoxes Land ist, wird jeden Mittwoch und Freitag gefastet, das heißt, die Menschen verzichten gänzlich auf Fleisch- und Milchprodukte.

Das Beste an Äthiopien ist jedoch der Kaffee. Da das schwarze Gold dort seinen Ursprung hat, ist der Kaffee tief in der Kultur verwurzelt. Ich würde sogar behaupten, dass nirgendwo anders auf der Welt die

schwarze Bohne so zelebriert wird wie in Äthiopien. Anders als bei uns kaufen die Äthiopier ihre Kaffeebohnen wenn diese noch grün sind. Bei der klassischen Kaffeeceremonie werden diese dann frisch geröstet, was einen herrlichen Duft erzeugt. Traditionell wird die schwarze Köstlichkeit in Begleitung mit Weihrauch und frischem Popcorn serviert. Gehalten wird die Zeremonie überall, wirklich ÜBERALL (sogar im Krankenhaus!).

Hier noch einige Fun Facts:

- ✓ Die Äthiopier lieben „Gursha“. Bei dieser Tradition wird man mindestens zweimal mit einem Stück Injera plus einem der Gerichte gefüttert. Auch wenn´s anfangs etwas komisch erscheint, so ist es doch unhöflich, diese Geste abzulehnen.
- ✓ In Äthiopien wird mit den Fingern gegessen (rechte Hand!).
- ✓ Vor dem Essen Hände waschen nicht vergessen!!!!!!!!!!!!
- ✓ Man sollte sich nicht wundern, wenn sich ein Äthiopier auf einmal von einem fremden Teller bedient. In Äthiopien wird nämlich grundsätzlich das Essen geteilt.
- ✓ Wenn man bei einer Familie eingeladen wird, sollte man GANZ VIEL Hunger mitbringen!!! Die Mutter/Hausherrin wird nämlich dafür sorgen, dass der Teller niemals leer ist, auch wenn man eigentlich schon mehr als genug gegessen hat.

Finanzielles:

Der Flug (hin und retour) kostet zwischen 500 und 600 Euro, je nachdem für welche Airline man sich entscheidet. Zwar sind die Flüge mit Emirates (via Dubai) und Turkish Airlines (via Istanbul) oft ein wenig günstiger als die Direktflüge (Wien – Addis Abeba) mit Ethiopian Airlines, allerdings ist es klug, mit der letztgenannten Gesellschaft zu fliegen, da die Airline sehr viel Discount auf Inlandsflüge gibt, sofern an ein Ticket des International Sectors hat. Dies lohnt sich vor allem dann, wenn man zusätzlich zur Famulatur noch etwas herumreisen möchte.

Je nach Art des Visums belaufen sich die Kosten zwischen 30 und 100 Euro. Eigentlich sollte der Invitation Letter für ein Business Visa vom Krankenhaus bzw. von der EMSA an die Botschaft hier geschickt werden (für Österreich ist die äthiopische Botschaft in Genf in Visums-Angelegenheiten zuständig), allerdings hat sich niemand in Äthiopien darum gekümmert, weswegen ich mit einem normalen Touristenvisum eingereist bin.

Die Kosten für die Impfungen haben sich auf etwa 120 Euro belaufen, allerdings hatte ich die meisten der empfohlenen Impfungen schon (Typhus und Tollwut). Die Gelbfieberimpfung (inkl. Impfgebühr 55 Euro) darf nur in einem Tropeninstitut geimpft werden. Den Impfpass mit Stempel und Unterschrift des Arztes muss bei Einreise auch mitgeführt werden. Zusätzlich wurde mir noch die Meningokokkenimpfung (ca. 70 Euro) empfohlen.

Eine extra Versicherung habe ich nicht abgeschlossen, da ich mit der Visakarte ohnehin während Auslandsaufenthalten versichert bin (bis zu 90 Tagen).

Nach meiner Famulatur habe ich noch fünf Wochen das Land bereist, wobei mir schnell bewusst wurde, dass Äthiopien nicht zu den billigen Backpacker-Destinationen gehört. Unterkünfte und Essen sind recht billig, allerdings sind die Eintritte und Touren unglaublich teuer. Würde man jede Attraktion sehen wollen, dann müsste man schon mit einigen tausend Dollar einreisen müssen. Der Eintritt zu den Kirchen

von Lalibella kostet 50 USD, eine dreitägige Tour in die Danakil Depressions 350 USD und eine Trekkingtour in den Simian Mountains ungefähr 200 USD. Die Preise sind meist etwas verhandelbar, allerdings muss man sich darauf einstellen, dass Äthiopien kein billiges Land zum Bereisen ist. Für die 5 Wochen habe ich in etwa 800 Euro ausgegeben.

Welche Internetadressen empfiehlst Du:

- ✓ <https://www.bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reiseinformation/land/aethiopien/>
- ✓ <https://www.lonelyplanet.com/ethiopia>

Welche Bücher kannst Du empfehlen:

Wie schon auf anderen Reisen habe ich auch nach Äthiopien den Lonely Planet, die „Bibel der Reisenden“, mitgenommen. Hier findet man jede Menge nützliche Infos zum Sightseeing, Schlafmöglichkeiten, Essen, Menschen und Kultur und wie man am besten von A nach B kommt. Besonders praktisch eignet sich der Lonely Planet, wenn man vor oder nach der Famulatur noch herumreist.

Eine App, die ich noch empfehlen kann, ist MAPS.ME. Mit dieser habe ich selbst an den sehr abgeschiedenen Orten sowie in den Gassen von Addis Abeba zurecht gefunden.

Fotos:





Freier Teil:

Der Austausch in Äthiopien zählt wohl zu den besten und schönsten Erfahrungen, die ich im bisherigen Studium sammeln konnte. Alle aus dem EMSA-Team (Ethiopian Medical Students' Association) waren sehr bemüht, uns den Austausch so lehrreich und unvergesslich wie nur möglich zu gestalten. Wenn auch immer wir Fragen oder Anliegen hatten, hatten die Studierenden vom SCOPE-Team ein offenes Ohr für uns. Die wöchentlichen Social Programmes waren spitze (Cultural Dance, Sightseeing in Addis Abeba, Ausflug zum Entoto, Cultural Food Evening, Wochenendausflug nach Awassa). Jeder von uns hatte zwei Contact Persons, welche uns schon vor Antritt des Austausches in vielen Angelegenheiten weitergeholfen haben.

Die Äthiopier gehören zu den nettesten und offenherzigsten Menschen denen ich jemals begegnet bin, was nochmal mehr auf die Studierenden aus dem EMSA-Teams zutrifft. In der Zeit auf dem Campus sind uns Exchange Students die Menschen sehr ans Herz gewachsen, so wurden sie irgendwie zu unserer äthiopische Familie.

Besonders lieb fand ich es, als ich eingeladen wurde, zur Generalversammlung der EMSA mitzufahren. Obwohl ich dort nicht an allen Sessions teilgenommen habe, war dies doch eine Woche, die meinen Aufenthalt noch unvergesslicher machte. Dort habe ich EMSA-Mitglieder aus ganz Äthiopien kennengelernt, mit welchen ich Zeit verbringen konnte, als ich nach meiner Famulatur das Land bereist habe.

Wir Exchange Students haben in den vier Wochen, die wir gemeinsam verbracht haben, sehr viel Zeit miteinander verbracht und hatten die Gelegenheit uns richtig gut anzufreunden. Auch, wenn keiner von uns zuvor in einem Dorm gelebt hatte, war auch das eine großartige Erfahrung, die ich keinesfalls missen

möchte. Wenn es im Krankenhaus einmal wieder sehr „afrikanisch“ war, hatte man so die Gelegenheit, sich mit den anderen Exchange Students auszutauschen.

Summa summarum: Ich kann den Austausch in Äthiopien SEHR weiterempfehlen!!!