

MEXIKO - ZACATECAS

Art des Praktikums:

Famulatur

Einsatzland / Einsatzort:

Land	<i>Mexiko</i>
Stadt	<i>Zacatecas</i>
Amtssprache	<i>Spanisch</i>
Empfohlene Impfungen	<i>Hepatitis A und B, Typhus, Tollwut, Tetanus</i>

Zacatecas liegt in Zentralmexiko, ungefähr 8h Fahrt nördlich von Mexico City entfernt. Da die Stadt auf knapp 2.500m Höhe liegt, muss man mit erheblichen Temperaturschwankungen rechnen: während es morgens und abends nur knapp 10°C hat, können die Temperaturen am Nachmittag bis auf 30°C ansteigen. Außerdem ist im Großteil des Landes in den Sommermonaten Regenzeit (es schüttet hin und wieder für kurze Zeit sehr stark), deshalb lohnt es sich, einen geeigneten Regenschutz mitzunehmen.

Mexiko hat eine enorme kulturelle Vielfalt zu bieten, oft hat man bei der Fahrt von einem Bundesland ins nächste das Gefühl als wäre man in einem anderen Land: die Nationalgerichte und -getränke, das Aussehen der mexikanischen Bevölkerung und die architektonischen Gebäude unterscheiden sich in jeder Region. Was jedoch alle Mexikaner verbindet, ist ihr starkes Familienbewusstsein, ihr Stolz auf ihr Land und Religion, was man an den zahlreichen Kirchen erkennen kann.

Die Menschen sind, meiner Meinung nach, das Highlight: Ich habe nirgendwo so eine Gastfreundschaft, Offenheit und Herzlichkeit erlebt wie in Mexiko! Vom ersten Moment an habe ich mich wie ein Teil einer sehr großen Familie gefühlt. Man wird überallhin eingeladen, alles wird mit einem geteilt und einem wird sofort in jeder Situation geholfen.

Gesundheitsprofil des Landes / der Region:

- ✓ **Übertragbare Erkrankungen:** Dengue-Fieber (Gelsenschutz!), Hepatitis A und B, Tollwut (es laufen zum Teil viele Straßenhunde durch die Gegend- Impfung lohnt sich auf jeden Fall)
- ✓ **Ernährungszustand:** Es herrscht eine sehr hohe Rate an schwer Übergewichtigen, was auch nicht verwunderlich angesichts des Essensangebots: fast jedes Gericht ist entweder frittiert, enthält Fleisch oder eine Tonne Zucker.
- ✓ **Zugang zu Gesundheitseinrichtungen:** Spitäler und niedergelassene Ärzte sind ausreichend vorhanden, allerdings muss man in den öffentlichen Einrichtungen oft mit längeren Wartezeiten rechnen, insbesondere wenn eine Operation notwendig ist. Wer die finanziellen Mittel hat, geht in ein Privatspital und lässt sich dort behandeln (bessere Hygienestandards, kürzere Wartezeiten, moderneres Equipment).

Ausbildungsstätte:

Ich habe meine Famulatur im „Hospital General Zacatecas Luz Gonzáles Cosío“ auf der Allgemeinchirurgie absolviert. Arbeitszeiten waren täglich von ca. 8:30-13:30, wobei die ersten OPs erst um 9 herum stattfanden. Wirklich viel assistieren durften wir nicht, da viele mexikanische Studenten als Famulanten dort tätig waren und immer den Vorzug gekriegt haben. Die meiste Zeit haben wir bei den OPs zusehen dürfen, die uns am meisten interessieren.

Natürlich darf man dort nicht mit denselben Hygienestandards und der topmodernen Ausstattung rechnen, die wir hier in Österreich haben: viele Chirurgen waschen sich vor den OPs nicht die Hände oder nur halbherzig, der Desinfektionsmittelbehälter war in den ganzen 4 Wochen leer, OP-Masken werden oft nur über das Kinn gezogen,... . Deshalb war es auch nicht verwunderlich, dass es viele postoperative Komplikationen gab und somit viele Patienten erneut operiert werden mussten.

Sehr wichtig ist, die richtige Kleidung mitzunehmen: Selbst wenn man auf der Chirurgie famuliert, muss man neben Scrubs auch einen weißen Mantel, ein weißes Shirt, eine weiße Hose und weiße Schuhe mitnehmen. Der Grund ist, dass man ganz in Weiß gekleidet das Krankenhaus betreten muss, um als medizinisches Personal von den Besuchern abgegrenzt zu werden (so umgeht man den lästigen Untersuchungen der Security-Leute).

Außerdem wären Spanischkenntnisse von Vorteil, da ca. 90% der Ärzte und auch Studenten dort kein Englisch sprechen.

Wohnen und Essen:

Während meines Aufenthalts in Zacatecas habe ich mir eine kleine Wohnung mit 5 weiteren Austauschstudenten geteilt, wobei wir immer zu zweit in einem Zimmer untergebracht waren. Die restlichen drei Austauschstudenten haben bei Gastfamilien gewohnt. Unsere Wohnung war sehr bescheiden und spartanisch eingerichtet- bis auf die Betten und ein paar zusätzlichen Matratzen war die Unterkunft leer. Mit viel Kreativität und den ein oder anderen Investitionen (Teller, Pfannen, Kleiderhaken,...) haben wir es uns doch recht gemütlich gemacht.

Frühstück und Mittagessen wurden vom Krankenhaus zur Verfügung gestellt- die Portionen waren ziemlich groß, es gab eine relativ große Variation und selbst als VegetarierIn fand man etwas zu essen, was sonst beim Auswärtssessen oft sehr problematisch war.

Finanzielles:

Mit welchen Ausgaben muss man rechnen?

- ✓ Flug: 700-1000€ (Ich hatte einen Gabelflug Wien-MexCity Cancun-Wien, der dementsprechend ein wenig teurer war.)
- ✓ Reiseversicherung inklusive Krankenversicherung ca. 120€/Monat
- ✓ Pro Wochenendausflug: 40-60€
- ✓ Essen gehen: 2-5€/Mahlzeit
- ✓ Alkohol: 1-3€/Cocktail oder Bier

Welche Internetadressen empfiehlst Du:

- ✓ [https://www.backpacker-reise.de/backpacking/amerika/nordamerika/mexiko/...](https://www.backpacker-reise.de/backpacking/amerika/nordamerika/mexiko/)
- ✓ <https://de.wikivoyage.org/wiki/Mexiko>
- ✓ <https://www.bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reiseinformation/land/mexiko/>

Welche Bücher kannst Du empfehlen:

- ✓ Lonely Planet Mexico
- ✓ Mexiko- Ein Länderportrait

Fotos:



Abbildung 1 Zacatecas (Aussicht aus einer Gondel)



Abbildung 2 Ausflug nach Tequila



Abbildung 3 Isla Holbox



Abbildung 4 Lagunas de Montebello