

Erfahrungsbericht TUM-Cornell Austausch
New York Presbyterian Hospital - Houston Methodist Hospital 05/2015 -
09/2015

Zuallererst möchte ich mich bei Frau Wolffersdorff und Prof. Gänsbacher bedanken, die diesen Austausch ermöglicht haben. Die Case Discussion Round und die Summer School sind die ideale Vorbereitung auf den Austausch.

Vorbereitung:

Nachdem man von der TUM ausgewählt wurde, beginnt die eigentliche Arbeit mit der Bewerbung bei Cornell erst, da man am Anfang nicht mehr als Dianne's Emailadresse und den eigenen Zeitraum bekommt.

Die Kontaktaufnahme mit Dianne erfolgte bei uns über eine Skypekonferenz von allen fünf Studenten zusammen mit ihr, wo jeder seine Wünsche äußern konnte. Außerdem bekommt man eine Liste mit Dokumenten, die man ausfüllen muss. Generell ist der Kontakt mit Dianne schwierig, weil sie immer wieder Sachen vergisst oder durcheinander bringt. Am Ende klappt es aber schon, man muss einfach freundlich bleiben. Zur Wahl der Rotationen: Da braucht man sich nicht so viel Mühe machen, da wir gefühlsmäßig das bekommen was übrig bleibt, zumindest für Innere, was ich auch als Tertiär empfehlen würde. Dianne ist sehr unflexibel was die Tertiärdaten betrifft. Ich habe mein erstes Tertiär zwei Wochen früher gestartet und dann passte es. Nehmt alle Dokumente in Kopie auf Papier mit.

- Letter of recommendation (kann man bei Fr. Wolffersdorff beantragen, nicht auf den letzten Drücker)
- Letter of dean verification (wird von Fr. Wolffersdorff ausgefüllt)
- Health state form (da sind etliche Impftiter nötig, das konnte ich bei der Arbeitsmedizin machen, ebenso den Tuberkulin-test)
- Health insurance (Auslandsrankenversicherung z.B. bei Ärzte finanz oder Dr. Walter)
- Malpractice insurance (z.B. die deutsche Haftpflicht vom Marburger Bund)
- Ein Scheck über 30 \$ und 300\$ (ohne amerikanische Freunde schwierig, hab ich bei der Sparkasse telefonisch beantragt und dann per Post bekommen)

Visum: Aufwendig und langwierig über die amerikanische Botschaft beantragen, aber letztlich kein Problem, nehmt B1/B2. **Wichtig für Houston: Bei der Einreise auf B1 setzen lassen, sonst kann man dort nicht arbeiten.** Bei der Einreise sagen, dass man ein clerkship am Cornell macht, das hilft. Online check-in ist mit Visum leider nicht richtig möglich, da man trotzdem die ESA Nr eingeben soll, die man natürlich nicht hat.

Flug: Nach New York gibt es gute Verbindungen mit Icelandair. Wichtig: Dianne braucht zur orientation sowohl Hin-als auch Rückflugticket, also lieber gleich zusammen buchen und sparen. Ich hab dann einen Inlandsflug New York nach Houston und zurück gebucht und bin damit ganz gut gefahren.

Gripeschutz: Das war bei uns ein Riesenzirkus, also besser zu Hause umsonst impfen lassen und eine Bestätigung geben lassen, alternativ in jeder Pharmacy erhältlich, allerdings nicht in der Post-Influenza Season, in der man trotzdem einen Impfnachweis braucht.

Wohnung: Ich hatte Glück und hab einen Kontakt von der Summer School genutzt. 1000 \$ muss man mindestens rechnen. Das Kolping Haus ist für Männer eine gute Alternative in der

man auch leicht Kontakte knüpft. Ich war dann dort trotzdem oft, obwohl ich nicht dort gewohnt hab.

Geld: Die USA und speziell New York sind richtig teuer. 1000\$ pro Monat sind ohne Flug, Miete etc etwa an Lebenshaltungskosten zu rechnen, wenn man nicht nur zu Hause sitzt.

Klinikalltag: Uptodate ist dein bester Freund und pubmed die Quelle des Lobes der Ärzte. Eigeninitiative ist sehr wichtig, auch wenn man sich am Anfang überfordert fühlt, sollte man immer Patienten annehmen, untersuchen und versuchen die Notes zu schreiben, sonst läuft man sehr schnell nur hinterher. Und die Ärzte dort freuen sich immer, wenn man ein Paper ausdruckt und präsentiert. Da hier praktisch alle Dinge, die ein PJ-Student oder sogar Assistenzarzt macht von der Pflege erledigt werden, bleibt viel Zeit zum Denken übrig und leider auch sehr viel Zeit zum Dokumentieren. Jeder Patient bekommt jeden Tag ein eigenes Dokument (Note). Wenn man möchte kann man auch versuchen einen Case report zu publizieren, was aber früh gesagt werden muss und etliches an Mehrengagement erfordert. Generell gibt es überall sehr häufig morgens und mittags Lehrveranstaltungen, die oft auch mit Essen verbunden sind und meist lohnenswert, wenn auch speziell sind. Arbeitskleidung ist wirklich formell. Shiny Shoes, Anzughose und Hemd mit Krawatte, auf die man je nach Attending auch verzichten kann, aber prinzipiell gerne gesehen wird. Den hüftkurzen Kittel kann man im Cornell Store kaufen und muss man leider selber waschen.

Benign Hematology Consultation Rotation

Ich war anfangs etwas enttäuscht, weil ich mir diese Rotation nicht gewünscht hatte, aber dann sehr schnell begeistert. Die Attendings waren Koryphäen auf ihrem Gebiet (z.B. ehemaliger Präsident der amerikanischen Gesellschaft für Hämatologie). Man sieht seine eigenen Patienten, je nach Eigeninitiative. Immer hier schreien, sonst wird man schnell übergangen. Im Falle eigener Patienten untersucht man sie und fertigt eigene Notes für sie an, die dann verbessert werden. Ich habe alles über Gerinnung gelernt, viele Sichelzellpatienten und HUS/TTP gesehen. Wir haben jeden Tag zahlreiche Blutausstriche gemeinsam mit einem Sechsermikroskop ausgewertet und es gibt viel zu lernen. Natürlich gab es auch weniger spannende Fälle von Thrombozytopenie und Anämie. But every patient can teach you something, meinte mein Fellow. Die Arbeitszeiten waren etwa 8 bis 4-6 Uhr.

Nephrology Consultation Rotation

In dieser Rotation betreut man alle Patienten mit Nephroproblemen, die aber nicht chronisch Dialysepflichtig sind. Akutes Nierenversagen ist der Standardfall. Hier hatte ich den wohl besten Arzt, den ich bis jetzt getroffen habe. Er war sehr anspruchsvoll, aber nie unfair und zu seinem Teaching kamen immer andere Ärzte hinzu um sich das auch noch anzuhören. Er motivierte einen unglaublich und hinterfragte alles, was man macht und wie man einen Patienten vorstellt (Never be satisfied with what they tell you, always ask more). Hier lernt man Elektrolytmanagement, Urinanalyse und Nierenpathophysiologie. Eine überaus lehrreiche Rotation, in der ich auch eigene Patienten hatte und dem Oberarzt vorstellen durfte. Mein primärer Ansprechpartner war eine Fellow und ich hatte einen sehr witzigen pakistanischen Cornell Katarstudenten in meinem Team. Teaching in Perfektion, aber auch oft 7:30-7:30.

Freizeit in New York:

Ich habe einen Ausflug nach Washington DC gemacht, was ich sehr empfehlen kann, wenn man Zeit hat, ist auch Boston lohnenswert. Ansonsten sagt einem jeder Reiseführer genug für New York. Man kann sich bei rechtzeitiger Registrierung über nytix.com günstige

Broadwaykarten holen oder Shakespeare im Central Park anschauen, sowie bei diversen Fernsehshows im Publikum sitzen. Zu den vielen Museen bin ich leider nicht so richtig gekommen. Ich rate euch auch in New York an der Case discussion round mit Dr. Pecker teilzunehmen, um Kontakte von der Summer School aufzufrischen und neue Kontakte zu knüpfen. Dann wird man von den unglaublich gastfreundlichen Amerikanern sehr viel eingeladen und ich bin dann auf vielen Rooftops gelandet. Eines meiner persönlichen Highlights war eine nächtliche Joggingrunde um das Reservoir im Central Park. Wer Fußball mag kann zweimal die Woche indoor in Olyn Hall spielen. Einfach bei einem Cornellstudenten erkundigen und sobald ihr einmal dabei wart auf den Verteiler setzen lassen. Zum Einkaufen empfiehlt sich ein wöchentlicher Trip zu Trader Joe's, einem Ableger von ALDI.

Houston

Der primäre Ansprechpartner ist Michelle Henderson, sie leitet die Fortbildung für Innere Medizin. Sie hat ihren Laden im Griff und die einzige Gefahr ist, dass man sie nervt, wenn man zu oft und früh Anfragen stellt. Hier braucht man als spezielle Sachen, noch ein polizeiliches Führungszeugnis, welches man online beantragen kann und dann per Post bekommt. Ich habe es übersetzen lassen, aber es reicht wohl auch auf Deutsch, sofern es blande ist. Sobald man ankommt, läuft man von A nach B um alles zu bekommen, aber die Sache läuft und wenn nicht, kann man Michelle anrufen lassen. Zu erwähnen ist noch der Drogentest. Im 23. Stock des Outpatient Center für 35\$. Man muss Urin abgeben, also nicht davor die Blase entlasten und die liberale Marihuanaeinstellung New Yorks ignorieren. Dianne warnte mich noch keine Mohnsemmeln zu essen, da sonst der Opiattest positiv würde. Michelle kümmert sich am Ende um eure Bewertungen und schickt sie zu Dianne.

Im Methodist gibt es jeden morgen eine Art Mini case discussion round und jeden Mittag eine noon conference mit allen interns und Studenten mit einem Vortrag und essen. Man bekommt so zweimal am Tag richtig gutes Teaching, das speziell für junge Ärzte ausgelegt ist.

Wohnen: Ich habe, wie eine Bekannte von mir, bei Dr. David Chan ein Apartment gemietet (dr.davidchan@yahoo.com). 1000\$ und sehr groß und luxuriös eingerichtet, aber mit Mitbewohner. Dafür ein eigener Pool. Von da aus gab es einen Bus vor der Haustüre ins Medical Centre (15 min), die Tram ist auch nicht weit weg. Man kann sich im Ride Shop der Verkehrsgesellschaft mit dem Letter of invitation und einer Immatrikulationsbescheinigung eine Metrocard mit Studentenrabatt holen und fährt fortan für die Hälfte (60 Ct/Fahrt). Ansonsten ist sich bewegen in Houston ohne Auto sehr schwierig. Im Sommer war es so heiß, das auch Fahrrad fahren für mich nicht in Frage kam. Wer Geld hat sollte sich ein Auto zumindest fürs Wochenende mieten. Die Apps Uber und Lyft sind ein idealer Ersatz fürs Taxi. Vom Flughafen kann mit dem Linienbus für 1\$ ins Stadtzentrum fahren, einfach auf google maps suchen.

Cardiology Outpatient Clinic

Die Outpatient Clinic ist eine Art Ambulanz/kardiologische Praxis in der die Oberärzte ihre privaten Patienten sehen. Das heißt man hat jeden Tag vormittags und nachmittags einen anderen Oberarzt. Manche sind froh über eure Hilfe und lassen einen die Patienten vor untersuchen, vorstellen und dann gemeinsam untersuchen und dann die Note schreiben. Andere lassen einen nur hinterherlaufen. Ich fand es sehr interessant so viele Arztpersönlichkeiten zu sehen und man hat große Auswahl, sodass man sich immer an nette Ärzte halten kann. Wer spanisch spricht hat einen Riesenvorteil, da bestimmt ein Viertel meiner Konsultationen auf Spanisch durchgeführt wurden, was mir aber sehr viel Spaß machte und diese so oft auch viel persönlicher und empathischer waren. Je nach Arzt war ich

meistens von 8 - 5-7 Uhr da. Ich hatte von meinem Empfinden her einen großen Teachingbedarf in Kardio und der wurde voll erfüllt. Ich habe keine Angst mehr vor EKGs und man sieht wirklich alle Facetten der Kardiologie: Rhythmologie, Herzinsuffizienz, KHK, Prophylaxe. Man kann und sollte auch Tage im Herzkatheter, im Herzecho und in der Nuklearkardiologie verbringen. Wer Kardiologie sehen will bekommt hier einen super Überblick in einem netten Team. Man muss sich halt seine Rosinen herauspicken.

UTMB Teaching Service (General Internal Medicine)

Dieser Service ist speziell für die Ausbildung junger Interns ausgelegt. Das Team besteht aus einem Resident, zwei Interns und ein oder zwei Studenten. Ich war Gold, es gibt auch noch Silver, Platin und Sapphire. Welcome to 'merica Bitches. Man ist als Student super integriert, hat feste Aufgaben und Patienten, die man sieht und Notes für sie vorbereitet und Sachen für sie organisiert. Hier taucht man richtig in den amerikanischen Alltag im Krankenhaus ein. Ein festes Schema von vier Tagen wiederholt sich zyklisch, was dazu führt, dass man alle vier Tage on call ist und 10 neue Patienten bekommt und alle Reanimationen im Haus versorgt. Als Student macht man dabei hauptsächlich Herzdruckmassage, in der sehr weiblichen Medizin wird da eine Männerhand sehr geschätzt. Wenn man in diesem Service ist, bleibt keine Zeit irgendetwas anderes außer Schlafen zu machen. Das Krankenhaus wird das Leben. Aber die Gemeinschaft und das exzellente Teaching machen diese Erfahrung aus meiner Sicht einzigartig und unersetzlich. Mit großem Abstand der beste Monat in meinem PJ (medizintechnisch gesehen). Ich hab alle meine freien Tage gesammelt genommen (1 pro Woche) und bin nach New Orleans gefahren, was sich absolut gelohnt hat, aber dafür hab ich dann 3 W straight durchgearbeitet. Dr Clewing leitet das Programm von ärztlicher Seite, sie ist ebenfalls Deutsche und hat Verständnis für PJ-ler.

Ich hatte am Anfang sehr lange überlegt nach Houston zu gehen oder nur nach New York. Aus meiner Sicht war das Teaching am Methodist noch einmal wesentlich besser, als in New York. Houston hat viele Tagesausflüge zu bieten, aber man kommt leider wenig dazu. Das NASA Space Center ist auf alle Fälle eine Reise wert, der Zoo ist ganz hübsch, das Kunstmuseum und das Natural History Museum sind auch sehr schön gemacht. Zum Shoppen sollte man in die Riesenmall Galleria gehen plus Cheesecake Factory. Auf den Chase Tower kann man kostenlos hochfahren. Im Sommer gibt es im Miller outdoor theatre gratis Konzerte und Theatervorstellungen, zu denen man auch ohne Karten rechtzeitig kann und sich à la Olympiaberg auf die Wiese legt. Zum Weggehen und essen findet man viele schöne Locations im Rice Village. Auch einsame Buchten und Strände sind mit dem Auto gut erreichbar. Einfach von Google Maps leiten lassen. Man sollte sich auch ein Spiel des Footballteams, der Texans anschauen (Karten sehr teuer und früh ausverkauft) oder Rodeo oder Baseball anschauen. Außerdem gibt es viele Konzerte und eine sehr lebendige Theaterszene. Es gibt auch jede Woche Konferenzen in dem riesigen NRG Convention Centre neben dem Superdome am Reliant Park von der Comic-Con, über die Viehmesse bis zur Waffenmesse, in denen man viel über amerikanische Kultur lernen kann und gut mit Locals ins Gespräch kommt. Ich war im Juli und August in Houston, was einerseits cool war, weil ich genau mit den neuen Interns angefangen hab und dachte die Hitze wäre schlimm, aber es war noch viel schlimmer, draußen ist es wirklich unerträglich, was aber im Land der Klimaanlage letztlich keine Rolle spielt.

Houston ist natürlich nicht NYC vom Freizeitwert, trotzdem kann man hier in zwei Monaten viel von Amerika sehen und machen und es ist ein krasser Gegensatz zum Leben in NYC, das mit Amerika herzlich wenig zu tun hat. Ich möchte hier wirklich dem Eindruck entgegen treten, dass man in Houston gar nichts machen kann. Ich habe aber auch trotzdem viel Sport gemacht und bin fast täglich in meinem Pool geschwommen.

Insgesamt habe ich in den vier Monaten wahnsinnig viel gelernt, tolle Persönlichkeiten kennen gelernt und viel über Amerika gelernt. Ich kann den Austausch sowohl persönlich, als auch akademisch wärmstens empfehlen.