

Junge Allgemeinmedizin Deutschland (JADE): 5 Jahre Netzwerk für junge Allgemeinmediziner

Sonja Strothotte für die JADE

Spätestens ab der Praxisweiterbildungszeit stehen Ärzte in Weiterbildung zum Facharzt für Allgemeinmedizin häufig alleine ohne Kollegen in der gleichen Weiterbildungssituation da, im Gegensatz zu den Kollegen im Krankenhaus, wo ein regelmäßiger Austausch zwischen jungen und älteren Ärzten alltäglich unkompliziert gegeben ist. Die Verbundweiterbildung ist ein guter und wichtiger Schritt auch zur Vernetzung mit Kollegen, aber sie ist leider noch nicht flächendeckende Realität. Angetrieben von der Idee der Bildung eines Netzwerkes junger Allgemeinmediziner gründeten sechs engagierte Ärzte in Weiterbildung 2008 im Rahmen des DEGAM-Kongresses in Berlin die Junge Allgemeinmedizin Deutschland (JADE). Mitglied kann jeder Arzt in Weiterbildung werden sowie junge Fachärzte bis fünf Berufsjahre nach der Facharztprüfung. Seitdem hat sich die JADE mit aktuell über 390 Mitgliedern zum größten Forum für angehende und junge All-

gemeinmediziner in Deutschland entwickelt.

Über eine Onlineplattform werden bundesweit viele Themen insbesondere zur Weiterbildung, aber auch medizinische Fachfragen und berufspolitische Themen diskutiert sowie Erfahrungen ausgetauscht. In mehreren Bundesländern wurden Regionalgruppen etabliert, in denen das Netzwerk Stammtische vor Ort und lokal auf Ärzte in Weiterbildung zugeschnittene Fortbildungen organisiert.

Auf der jährlich im Rahmen des DEGAM-Kongresses stattfindenden JADE-Konferenz werden die JADE Sprecher für das nächste Jahr gewählt. Dieses Jahr wurden in München gewählt:

- Wolfram Herrmann aus Berlin als Sprecher für Weiterbildung,
- Paul Thiel aus Deggendorf als Sprecher für Regionalgruppen,
- Sonja Strothotte aus dem Landkreis Freising als Sprecherin für Öffentlichkeitsarbeit,

- Tobias Freund aus Heidelberg als Sprecher für Internationale Zusammenarbeit,
- Johanna Eras aus Nürnberg als Sonderbeauftragte für den Kontakt zur DEGAM.
- Thomas Kötter aus Lübeck wurde als Schatzmeister ernannt.

Mehr Infos, auch zur Mitgliedschaft unter www.jungeallgemeinmedizin.de.

Korrespondenzadresse

Dr. med. Sonja Strothotte
Sprecherin Öffentlichkeitsarbeit der
Jungen Allgemeinmedizin Deutschland
(JADE)
Ärztin in Weiterbildung zum Facharzt für
Allgemeinmedizin
Unterer Kirchweg 8, 85411 Hohenkammer
oeffentlichkeitsarbeit@jungeallgemeinmedizin.de
www.jungeallgemeinmedizin.de

Bergglück – ein vierwöchiges Landarztfamulaturerlebnis im bayrischen Oberland mit Alpenpanorama

Juliane Höfer¹, Claudia Norzel²

Wie alles begann ...

Als ich eines sonnigen Nachmittags in der medizinischen Teilbibliothek unserer Universität in Dresden saß und mich vom langen Lesen meines 164 Seiten dicken Immunologie-Skripts auf einer Bank erholen wollte, blätterte ich in einer der diversen Zeitschriften für Studenten. Dort habe ich in einer kleinen Ecke den Artikel über die DEGAM-Famulaturbörse entdeckt. Da ich sowieso schon den Gedanken gehegt hatte, Reise- und Entdeckungslust mit neuen Lernerfahrungen zu verbinden, kam mir das sehr gelegen.

Das war der Beginn meiner wundervoll abenteuerlichen und erfahrungsreichen Zeit in der Praxis von Frau Dr. Claudia Norzel im bayerischen Oberland.

Auf geht es voller Vorfreude gen Süden

Vollgepackt mit meinen Bergsachen, meinem Mountainbike und meinem Koffer startete ich am ersten Samstag der Semesterferien von Dresden aus, gespannt, was mich erwarten würde, in mein Abenteuer „bayerische Landarztfamulatur“.

Während meiner Famulaturzeit sollte ich bei Frau Dr. Norzel im Haus mein eigenes schönes Zimmer haben. Und so lebte ich in einem kleinen Dorf, in dem man am Morgen vom Muhen der Kuh und den Hufgeräuschen der Pferde wach wurde. Ein wahrer Traum!

Und so lief mein Tag ab ...

Mein Arbeitstag startete jeden Morgen um 8 Uhr mit der Sprechstunde in der Praxis in Dietramszell. Zuerst durfte ich einige Tage Frau Dr. Norzel über die Schulter schauen. Sie erklärte mir dabei

¹ Medizinstudentin an der TU Dresden

² Fachärztin für Allgemeinmedizin in Dietramszell, Lehrärztin der TU München

viele theoretische Grundlagen der Allgemeinmedizin, was ihr als Lehrärztin der TU München besonders gut gelang. Ich erfasste dabei zuerst anhand des in der Allgemeinmedizin gelehrtens SOAP-Schemas (**S**ubjektives Befinden, **O**bjektive Befunde, **A**ssessment [Kritisches Bewerten aller Informationen und Befunde], **P**lan) die Probleme der Patienten sowie Ideen und Umsetzungen einer adäquaten Therapie. Nach jedem Patienten haben wir uns dabei Zeit für eine kleine Auswertung genommen und Ideen für abwendbar gefährliche Krankheitsverläufe im jeweiligen Krankheitsbild gesammelt. Am Abend habe ich mir dann zu den jeweiligen Beschwerden die entsprechende DEGAM-Leitlinie zu Gemüte geführt und unser Vorgehen noch einmal reflektiert.

Frau Dr. Norzel hat mir dabei zu all meiner Freude nach einigen Tagen auch eigene Patienten überlassen. An diesen konnte ich das Wissen des Anamnese- und Untersuchungskurses anwenden und vor allem auch für mich schwierige Untersuchungstechniken nachvollziehen. Auch Gesprächstechniken, Geduld, die Bereitschaft zum Zuhören und das manchmal langwierige Ergründen und Nachfragen von Symptomen wurde dabei bestens geschult. Außerdem durfte ich praktische Tätigkeiten wie Blutabnahmen, INR- und Glucose-Bestimmungen, Medikamente aufziehen, Fäden- und Klammerentfernung sowie Perkussion und Auskultation fleißig üben.

Die Beratungsanlässe bei den Patienten erstreckten sich dabei von kardialen Erkrankungen, chronischen Stoffwechsel-Erkrankungen, Magen-Darm-Problemen, Blutkontrollen bis hin zu häufig psychosomatisch bedingten Problemen. Besonders beeindruckt war ich dabei von der Rolle des Allgemeinmediziners als „Zuhörer“ für Patienten mit psychosozialen Belastungen, die insbesondere Empathie und Einfühlungsvermögen voraussetzen. Dabei konnte ich mir viel von Claudia Norzel abschauen.

Das Landarztdasein

Das Leben als Arzt in einer Gemeinde mit 5300 Einwohnern inklusive der vielen kleinen umliegenden Gemeinden birgt vor allem den Vorteil, dass man ein sehr persönliches Verhältnis zu den

meisten Patienten hat. Ich hatte dabei den Eindruck, dass dies – gerade was psychosoziale Probleme angeht – vor allem für die Diagnosestellung sehr nützlich sein kann. Außerdem haben mir einige Patienten berichtet, dass es Ihnen wichtig sei, einen Arzt an ihrer Seite zu haben, der sich in sie hineinversetzen kann, und dass es durchaus schon hilfreich sei, manchmal einfach nur einige tröstende, persönliche Worte zu erhalten. Das rette schon den einen oder anderen Tag.

Besonders begeistert war ich von den Hausbesuchen. Auch hier gewährt einem der Patient ein Stück weit einen Blick in sein Privatleben und seine engste Umgebung. Ich finde es daher auch



Claudia Norzel und Juliane Höfer beim Aufstieg auf die Roßstein-Alm

sehr wichtig, dass man sich als Arzt der Rolle als Vertrauensperson durchaus bewusst ist. In Erinnerung habe ich dabei einen meiner ersten Dienste, als wir kurz vom Leonhardifest in Tracht zu einem Patienten gefahren sind. Ich fand das schon ziemlich lustig und aufregend, Dienst im Dirndl zu haben. So was gibt's auch nur in Bayern ...

Meine Erlebnisse im Oberland

Jeder Tag war definitiv ein sportlicher Tag! Mit meinem Mountainbike erkundete ich die umliegenden Dörfer und

Berge und machte es in dieser Zeit zu meinem primären Fortbewegungsmittel. Da in den vier Famulaturwochen kontinuierlich die Sonne schien, lebte ich mehr draußen als drinnen und begann meinen Tag jeden Morgen mit einer Schwimmeinheit im Dorfweiher. An den Wochenenden gingen Frau Dr. Norzel, ihre Familie, Freunde und ich fast immer wandern. Besonders in Erinnerung wird mir dabei die wunderschöne Wanderung mit Blick auf den wilden Kaiser und Übernachtung im Brunnsteiner Haus des Deutschen Alpenvereins (Sektion Rosenheim) bleiben. Das Bergfrühstück am sonnenumhüllten Kaisergebirge hat einen traumhaften Start in den Tag garantiert.

Außerdem durfte ich meinen ebenso kletterbegeisterten Kommilitonen aus Dresden einladen, mit dem ich dann im Zwei-Tages-Aufstieg über die Höllentalangerhütte und den Gletscher auf die Zugspitze geklettert bin. Definitiv ein sommerlich sonniges Erlebnis und ein Gipfelsturmglücksgefühl, das ich mein Leben lang in Erinnerung behalten werde. Es war so schön, dass es mir auch jetzt immer wieder ein Lächeln ins Gesicht zaubert.

In der Mittagspause fuhren wir öfter einmal schnell zum See, natürlich mit Alpenpanorama, und holten uns nach einem erfolgreichen Morgen die verdiente Erfrischung. Oft radelte ich außerdem ins 30 km entfernte München und genoss zusammen mit Freunden die Sommersonne beim Bräunen im Englischen Garten, beim kleinen Bier im Universitätsviertel oder beim Grillen an der Isar.

Warum denn nun ausgerechnet Oberbayern ...

Auf die Idee, meine Famulatur nun in Bayern und noch dazu genau im Oberland machen zu wollen, bin ich eigentlich schon in Kindertagen gekommen. Damals war ich des Öfteren mit meinen Eltern im Sommer wie im Winter hier im Urlaub und malte mir bereits aus, wie es wäre, später einmal Landärztin in dieser Region zu sein. Und irgendwie hat mich diese Idee niemals losgelassen, bis heute nicht. Außerdem hatte ich im Frühjahr gerade eine Mountainbiketour durchs Oberland unternommen, was die Sehnsucht erneut schürte.

Danke für eine tolle, unvergessliche Zeit

Außerdem habe ich in Dr. Claudia Norzel eine Frau gefunden, deren Liebe zu den Bergen mindestens genauso groß ist wie meine. Manchmal morgens, bei klarer Sicht, sind wir extra einen kleinen Umweg gefahren, um vor der Arbeit mit Blick auf die Berge Energie für den Tag zu tanken.

Ich danke Frau Dr. Norzel, Ihrem Praxisteam und Ihren Kindern ganz herzlich für eine wundervoll sonnig sommerlich schöne Zeit im Tölzer Land. Sie haben den ersten Sommer nach dem Physikikum zu einem einprägsamen Ereignis gemacht und mir definitiv eine Berufsidee für meine spätere Laufbahn gewiesen.

Ganz besonders gerne erinnere ich mich auch an meinen ersten Praxistag, der beim Leonhardifest in Dietramszell endete. Das dort in Tracht geschossene Bild wird noch einige Jahre meinen studentischen Schreibtisch zieren und mich an eine wundervolle Zeit hier im Süden erinnern.

Abschließende Worte von Dr. Claudia Norzel

Auch ich hatte eine wunderbare Zeit mit Juliane Höfer. Die Idee der Famulaturbörse entsprach genau meinen eigenen Famulaturerfahrungen, die Zeit des Lernens auch gleichzeitig dazu zu nutzen, andere Regionen Deutschlands oder auch der Erde kennenzulernen. Mit Ju-

liane trafen nun zwei Punkte genau ins Schwarze. Sie war begeisterungsfähig und konnte ihr Uniwissen in der Praxis anwenden und vertiefen. Und sie wollte die Zeit bei uns nutzen, um die Region kennenzulernen. Da bei uns zeitgleich Sommerferien waren, konnten wir neben der Praxistätigkeit auch gemeinsam Berggipfel besteigen.

Einen Famulus in der Allgemeinmedizinischen Praxis zu haben, hat mir einmal mehr gezeigt, wie wunderbar unser Beruf ist. Die eigene Tätigkeit wird im Erklären und Demonstrieren reflektiert und Handlungsabläufe werden wieder bewusst gemacht. Ich hoffe, dass die Popularität der DEGAM-Famulaturbörse steigt und viele dynamische, wissbegierige und entdeckungsfreudige Studenten wie Juliane dieses Angebot nutzen.



Deutsche Gesellschaft
für Allgemeinmedizin und Familienmedizin

German College of General Practitioners and Family Physicians



Teilen Sie Ihre Freude am Beruf als Hausärztin/Hausarzt!

Ab diesem Wintersemester ist eine einmonatige Famulatur in einer „Einrichtung der hausärztlichen Versorgung“ für alle Medizinstudierende nach dem ersten Abschnitt der ärztlichen Prüfung verpflichtend.

Über 10 000 Medizinstudierende werden jährlich einen Famulaturplatz suchen. Wenn Sie Spaß daran haben, mit Studierenden umzugehen und sie für den Beruf als Hausärztin/Hausarzt begeistern möchten, sollten Sie sich umgehend in die DEGAM-Famulatur-Börse eintragen:

<http://www.degam-famulaturboerse.de/>

Sie erleichtern es damit den Studierenden, qualifizierte und begeisterte hausärztliche Famulaturpraxen zu finden. Die Börse bietet Ihnen zudem die Möglichkeit, Ihre beruflichen Schwerpunkte und ggf. Praxisbesonderheiten darzustellen.

Damit leisten Sie einen wichtigen Beitrag für die Zukunft unseres Faches!

Herzlichen Dank!

Prof. Dr. Reinhold Klein Sprecher AG Famulaturkonzept Allgemeinmedizin der DEGAM