

Die Geschichte einer jungen Ärztin

Vom Studium ins Spital

Nach dem positiven Bescheid des Staatsexamens freuen sich die frischgebackenen Ärztinnen und Ärzte, dass sie endlich an ihrem Zwischenziel angekommen sind. Nun geht es vom Studium in die Praxis oder ins Spital. Mit dem Einstieg in die Arbeitswelt kommen bei jungen Assistenzärztinnen und Assistenzärzten oft Fragen auf wie: Bin ich dem gewachsen? Habe ich genügend gelernt? Will ich überhaupt 100% arbeiten? Die Geschichte einer jungen Ärztin zum Einstieg in die Medizin.

Céline Désirée Fäh

Dipl. Ärztin

Let's go – endlich Ärztin!

Montagmorgen 7.00 Uhr, Luzern: Mein erster Arbeitstag im Spital beginnt. Natürlich bin ich heute extra früh dran, damit ich noch herausfinden kann, wo ich genau hin muss. Heute ist «nur» mein Einführungstag mit allen anderen Berufsgruppen, die diesen Monat im Spital beginnen. Mein neues Team werde ich erst morgen kennenlernen. In der grossen Aula des Spitals warten bereits über 30 neue Mitarbeitende. In der Vorstellungsrunde erfahre ich, dass es Köchinnen und Köche sind, Pflegepersonen, Leute, die im Service arbeiten, in der IT oder in der Reinigung, eine Hand voll Kaderärztinnen und Kaderärzten und 2 Assistenzärzte. Vielleicht meine neuen Kollegen? Ich unterhalte mich mit ihnen, einen kenne ich noch aus dem Studium. Er wird jedoch auf der Notfallstation beginnen und ich in der Inneren Medizin, er gehört also nicht direkt zu meinem neuen Team. Der andere arbeitet in der Anästhesie und hat bereits einige Jahre Erfahrung. Ich freunde mich mit den beiden an und wir durchlaufen gemeinsam eine Reihe von allgemeinen Informationsveranstaltungen und Schulungen für ärztliches Personal. Am Ende des Tages trennen sich unsere Wege und jeder geht in sein Departement.

Nun ist es so weit. Ich werde von der Chefärztsekretärin abgeholt und da ist er, mein Arbeitsplatz für das nächste Jahr. Die Aussicht ist atemberaubend. Unter mir liegt der See, in der Ferne sehe ich den Pilatus. Ob ich diese Aussicht lange geniessen kann? Eine Stimme reisst mich aus meinen Gedanken. Die Sekretärinnen zeigen mir mein Login, geben mir meine Schlüssel und meine Badges, ich gehe zur Kleideranprobe und werde mit einem Klemmbrett und einem Stift ausgestattet. Jetzt bin ich bereit.

Am nächsten Tag geht es nun wirklich los. Am Morgenrapport werde ich vorgestellt und lerne alle Ärztinnen und Ärzte des Teams kennen. Eingeteilt bin ich diese Woche mit einem erfahrenen Assistenten, der mir all die Programme und Tätigkeiten, die ein Assistenzarzt zu erledigen hat, genau erklärte. Es sind 1000 Informationen und 1000 Fragen zur gleichen Zeit. Was rechne ich bei diesem Patienten genau ab? Wo ist schon wieder der Notfall und warum kann ich in meinem Programm keine Verordnungen für die IPS machen? Jede Station arbeitet mit unterschiedlichen Systemen. Röntgenanmeldungen werden gefaxt, während Laboranmeldungen von Hand ausgefüllt werden, die Physiotherapieanmeldungen wer-

den aber gemailt. Bereits am Nachmittag habe ich das Gefühl, dass mein Kopf raucht. Zum Glück ist bald Feierabend und ich kann ein wenig am See spazieren gehen und meine Gedanken sortieren.

Phase 1: Ich weiss, dass ich nichts weiss.

Die zweite Woche wird deutlich strenger. Da ich nun alles administrative kenne, bekomme ich meine eigenen Patientinnen und Patienten – wie aufregend und überfordernd zugleich. Erneut prasseln 1000 Informationen und Situationen auf mich ein. Eine Reha-Anmeldung ausfüllen habe ich noch nie gemacht. In welcher Dosierung verschreibe ich Morphin? Darf ich das überhaupt? Ah ja, ich bin ja die Ärztin. Was mache ich denn jetzt bei dieser Hypernatriämie? Plötzlich steht man in der Klinik vor einem grossen Haufen Fragen und wird sich bewusst, dass man eigentlich nichts weiss. Nun, klar weiss man Vieles, man hat ja immerhin 6 Jahre studiert, jedoch kriegt man das erste Mal zu spüren, dass diese Grundlagen des Humanmedizinstudiums herzlich wenig mit der Realität zu tun haben. Die Theorie ist zwar vorhanden, die Umsetzung in die Praxis bereitet jedoch noch grosse Schwierigkeiten. Wie man eine Hypernatriämie therapiert,



wie man Morphin dosiert oder wie eine Reha-Anmeldung ausgefüllt wird, lernt man nun mal nicht im Studium. Und diese Berichte, wie schreibt man bloss einen guten Bericht? Zwar kann ich die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse mit allen Hormonen genauestens aufzählen, jedoch bringt mich das jetzt leider auch nicht weiter.

Als ich gerade in Gedanken versunken auf dem Gang stehe mit meinem Visitencomputer, klingelt mein Sucher. Daneben möchte eine Pflege eine Antwort zur Ernährung einer Patientin und meine Kaderärztin muss auf einer anderen Station aushelfen. Ich stehe wortwörtlich alleine auf dem weiten Flur. Dann kommt ein REA-Alarm...

Phase 2: Planung und Strategie ist alles.

Eine solche Situation kann für junge Assistenzärztinnen und Assistenzärzte durchaus sehr belastend sein. Viele zweifeln an sich oder dem Beruf und fragen sich, ob sie dafür geschaffen sind, ob sie das alles meistern können

und wollen. Sie sind überfordert mit den vielen Entscheidungen, mit den administrativen Prozessen und mit dem Time Management. Vielleicht auch mit dem rauen Ton, mit dem Stress oder mit dem Multitasking. Dies ist ein entscheidender Punkt im Assistentinnen- und Assistentendasein. Ich habe in meinem ersten Jahr als Assistenzärztin mehrere Strategien gesehen, wie die jungen Assistenzärztinnen und Assistenzärzte mit solch anspruchsvollen Situationen umgehen. Einige schotteten sich komplett ab, da alles zu viel ist und jeder Lärm oder jede Störung das Fass zum Überlaufen bringt. Einige dekompensieren und versuchen ihr Glück in der Flucht aus dem Spital und aus dem Beruf. Andere knien sich verbissen in die Arbeit und werden zu jeder Person die sie stört patzig, da sie keine Zeit für solch eine Störung haben. Nun, aller Anfang ist schwer und den einen perfekten Weg gibt es wohl nicht. Dennoch ich bin überzeugt, dass jede Assistenzärztin und jeder Assistenzarzt seinen Weg finden kann. Ich habe mich für Planung und Organi-

sation entschieden, ein Gebiet, welches mir bereits beim Numerus clausus lag. Dafür habe ich mich jedoch nicht bewusst entschieden, es war ein unbewusster Prozess, der sich in mir abspielte. Ich habe gemerkt, dass ich Strategien brauche, damit ich die 1000 Aufgaben bei den unterschiedlichsten Patientinnen und Patienten, den administrativen Berg, die 1000 Telefonate, die langen Arbeitstage und meine Freizeit bzw. meine Work-Life-Balance unter einen Hut bringen kann. Dabei sind erfahrene Kolleginnen und Kollegen Gold wert. Jeder hat seine eigenen Strategien und von jedem kann man ein Puzzleteilchen für sein eigenes Puzzle übernehmen.

Es dauert eine ganze Weile, bis man in diesem Dschungel des Ärztinnen- oder Ärztedaseins sich zurecht und seinen Weg findet. Die ersten Monate sind schwer, aber hat man einmal seinen eigenen Weg gefunden, bringt das eine unglaubliche Ruhe und Gelassenheit mit sich. Für mich war es nach sechs Monaten an der Zeit, auf die Notfallstation zu rotieren. Ich



war total aufgeregt, ich liebe ja die Notfallmedizin. Ausserdem wusste ich, dass mir das schnelle Arbeiten total liegen würde, da ich von Typ her sehr speditiv bin. Nicht jeder Assistentin und jedem Assistenten gefällt der Notfall und auch nicht jeder kommt mit der Hektik klar, ich jedoch war in meinem Element. Ich liebte das Ungewisse, die schnelle Handlungsbereitschaft, aber auch, dass wenn ich am Abend das Spital verliess, ich alles abgeschlossen hatte. Der einzige Nachteil waren die Dienste. Diese war ich mir von meiner Zeit auf der Station nicht gewohnt. Langsam dämmerte es mir, wie verwöhnt und gut behütet ich auf der Station war – obwohl mir das damals nicht so schien. Doch auch das konnte meine Freude am Notfall nicht schmälern.

Phase 3: Juhui, ich weiss doch etwas.

Zurück auf der Station wurde mir erst langsam bewusst, wie viel ich in diesem Jahr gelernt hatte. Plötzlich konnte ich Hypernatriämien souverän behandeln, konnte mit einer riesigen Gelassenheit durch stressige Tage gehen, eine ganze Flut von Patientinnen und Patienten ohne Probleme managen und es blieb mir nebenbei noch genug Zeit, meine neu gewonnenen Freundschaften im Spital zu pflegen. Nun wusste ich, ich war über den ersten Berg. Natürlich war mir auch klar, dass dies nicht der letzte Berg sein würde auf meinem Weg zur Fachärztin, dennoch fühlte es sich gut an, endlich Fortschritte zu erkennen und seine eigenen funktionierenden Strategien gefunden zu haben. Diese Erkenntnis kam jedoch erst in meinen letzten Monaten im Spital zustande, als ich neue Assistentinnen und Assistenten und Unterassistenten einführen durfte. Plötzlich konnte ich meine Weiterentwicklung im Vergleich zu vor einem Jahr deutlich vor Augen sehen.

Phase 4: Schattenseiten?

Wie in jedem Beruf gibt es auch in der Medizin Schattenseiten, doch wem erzähle ich das? Bestimmt kennen Sie das nur zu gut. Vielleicht von Hürden aus der Assistenzzeit oder von Schwierigkeiten als Kaderärztin oder Kaderarzt, vielleicht auch als Herausforderung in der eigenen Praxis. Die Liste an Optimierungsbedarf ist lang.

Ein Punkt, der bestimmt in allen Köpfen ist, ist die 42+4h-Woche. Die NZZ, die Rundschau oder SRF, alle berichten über die Forderungen der jungen Ärztinnen- und Ärztegeneration, vertreten durch den VSAO Schweiz. Und jeder erwähnt den Generationenkonflikt mit den unterschiedlichen Sichtweisen und Bedürfnissen. Nun, ich kann beide Seiten verstehen, dennoch bin ich der Ansicht, dass es wichtig ist, einen gemeinsamen Weg zu finden,

damit die jungen Ärztinnen und Ärzte nicht weiter aus dem Beruf aussteigen. Bei der aktuellen Ärztinnen- und Ärzteknappeit, insbesondere in der Grundversorgung, scheint es zwar initial nicht sinnvoll zu erscheinen, die 50-Stundenwoche zu reduzieren, dennoch bin ich der Ansicht, dass wenn der jungen ärztlichen Generation eine Work-Life-Balance wichtiger ist, als eine Spezialistin oder ein Spezialist auf einem Fachgebiet zu werden, man ihnen dies auch ermöglichen sollte. Ebenso empfehlenswert wäre es, eine Reduktion des administrativen Aufwandes anzustreben und wieder mehr Zeit an der Patientin und am Patienten zu verbringen. Kein neues Gesetz hatte es je vorgesehen, mehr administrativen Aufwand zu schaffen, und doch hat jedes doch genau das bewirkt. Mehr dazu lesen Sie in meinem Artikel *«Together for better care: gemeinsam im Kampf gegen den Fachkräftemangel»* in der Ausgabe 08/23 von *Primary und Hospital Care*.

Phase 5: Sonnenseiten!

Doch sind wir ehrlich, neben all diesen Schattenseiten, Schwierigkeiten und Herausforderungen bringt der Job als Arzt oder Ärztin auch wunderbare Seiten mit sich. Wenn man von einer älteren Dame einen Dankesbrief bekommt, der kleine Säugling einem ein Lächeln schenkt oder man spannende Fälle wie ein Detektiv zu lösen vermag, weiss man wieder, warum man sich diesen Beruf ausgesucht hat. Zu Beginn meines ersten Jahren war ich mir nicht sicher, ob der Ärztinnenberuf das Richtige für mich ist. Doch jetzt, 1,5 Jahre später, kann ich mit Sicherheit sagen, dass er es ist. Zusammenfassend kann ich mein erstes Jahr in der Medizin als eine Herausforderung, aber auch als eine Lebensschule beschreiben, an der ich wachsen durfte und welche ich unter keinen Umständen missen möchte. So hat es die strenge erste Zeit in der Klinik geschafft, mich trotz der vielen Herausforderungen für den Job zu begeistern und mein Herz an die Medizin zu fesseln.

Korrespondenz

Céline Désirée Fäh
Riedweg 29
CH-3293 Dotzigen
celine.fah[at]gmx.ch