

# EXtrasystole



Magazin der Fachschaft Medizin

## Ins neue Jahr!

Was wir Medizinstudierenden  
uns 2018 wünschen

**Special**  
Dein Uni-Kalender  
2018 zum raus-  
trennen

### Zukunftsmusik

- Das neue Lehrgebäude I<sup>2</sup>L<sup>2</sup> med
- Mehr Zulassungskriterien

### Work-Life-Balance

- Mit Nebenjob durchs Studium
- HeLD-Studie: Stress in der Uni

### Internationales

- Mit IPPNW die Welt verbessern
- Mit der BVMD die Welt sehen

# Die neue Fachschaftsvertretung stellt sich vor

Ihr habt sie gewählt: Die neue FSV für 2017 / 2018



◀ 1. Vorsitzende

**Olga Wirt**

7. Semester



**Felix Sander (o. Foto)**

5. Semester

2. Vorsitzender ▶

**Marcus Petersen**

3. Semester



**Luisa Peterburs**

1. Semester



**Raphael Dörck**

3. Semester



**Lilly-Christin Jäger**

3. Semester



**Anna Berg**

3. Semester



**Natalie Hoffmann**

5. Semester



**Katharina Repges**

5. Semester



**Anaïs Lins**

5. Semester



**Lena Noack**

5. Semester



**Paul Goerke**

7. Semester



**Eva Vogelsberg**

7. Semester



**Marie Unzner**

9. Semester



**Anouk Niedecker**

9. Semester

## Frohes Neues!

Neue Ausgabe, neue VertreterInnen, neues  
Kalenderjahr, neues Engagement?



**Charlotte Schüling**  
Chefredakteurin / FSR

### Inhalt

- 1 Die neue FSV
- 2 Editorial

### Am Anfang

- 3 I<sup>2</sup>L<sup>2</sup> med: Mehr Quadratmeter für ...
- 4 ... die Liebsten von den Klügsten?

### Titelthema: Ins Neue Jahr

- 5 Vorsätze
- 7 Uni-Kalender

### Work-Life-Balance

- 9 Mit Nebenjob durchs Studium
- 10 Psychische Belastung dank Medizin

### Internationales

- 11 Mit IPPNW die Welt verbessern
- 12 Mit der BVMD die Welt sehen

### Liebe

- 13 „Wann muss ich das erste Mal Sex haben?“
- 14 Impressum

### Liebe Kommilitoninnen und Kommilitonen!

Wer ist das auf dem Cover dieser Ausgabe? Kommt Dir vielleicht die Brille bekannt vor, oder die Nase...? Die Auflösung findest Du in der Titelstory (Seite 5), für die wir ein paar Kommilitonen nach ihren Wünschen und Vorsätzen fürs neue Jahr gefragt haben.

Das etwas andere Gruppenfoto, in dem alle Gesichter zu einem verschmelzen, ist inspiriert von Fotokünstler Michael Wesely. Einige seiner bemerkenswerten Langzeitaufnahmen waren vor Kurzem im NRW-Forum zu sehen. Für die Extrasystole hat Nils Rüllmann das ganze in einer Fotocollage umgesetzt.

Vor uns liegt ein aufregendes Jahr, mit jeder Menge Uni-Terminen. Um den vollen Überblick zu behalten, kannst Du dir aus dem Mittelteil einfach den Wochenplaner raustrennen – mit vielen offiziellen Terminen, Fristen und Highlights schon vorab ausgefüllt. Sollte eigentlich an jeden WG-Kühlschrank passen!

Auch wenn uns allen die Work-Life-Balance mehr am Herzen liegen sollte (siehe Seiten 9 / 10), bleibt bei guter Planung immer auch Zeit für etwas Engagement. Ob in Hochschulgremien (Seite 3), in Projekten wie dem IPPNW (Seite 11) oder Schulbesuchen mit "Mit Sicherheit verliebt" (Seite 13), es gibt ein ganzes Spektrum an Möglichkeiten. Sprich die Leute an, die schon mitmachen. Informiere dich und komm einfach mal zu den Veranstaltungen. Mach mit!

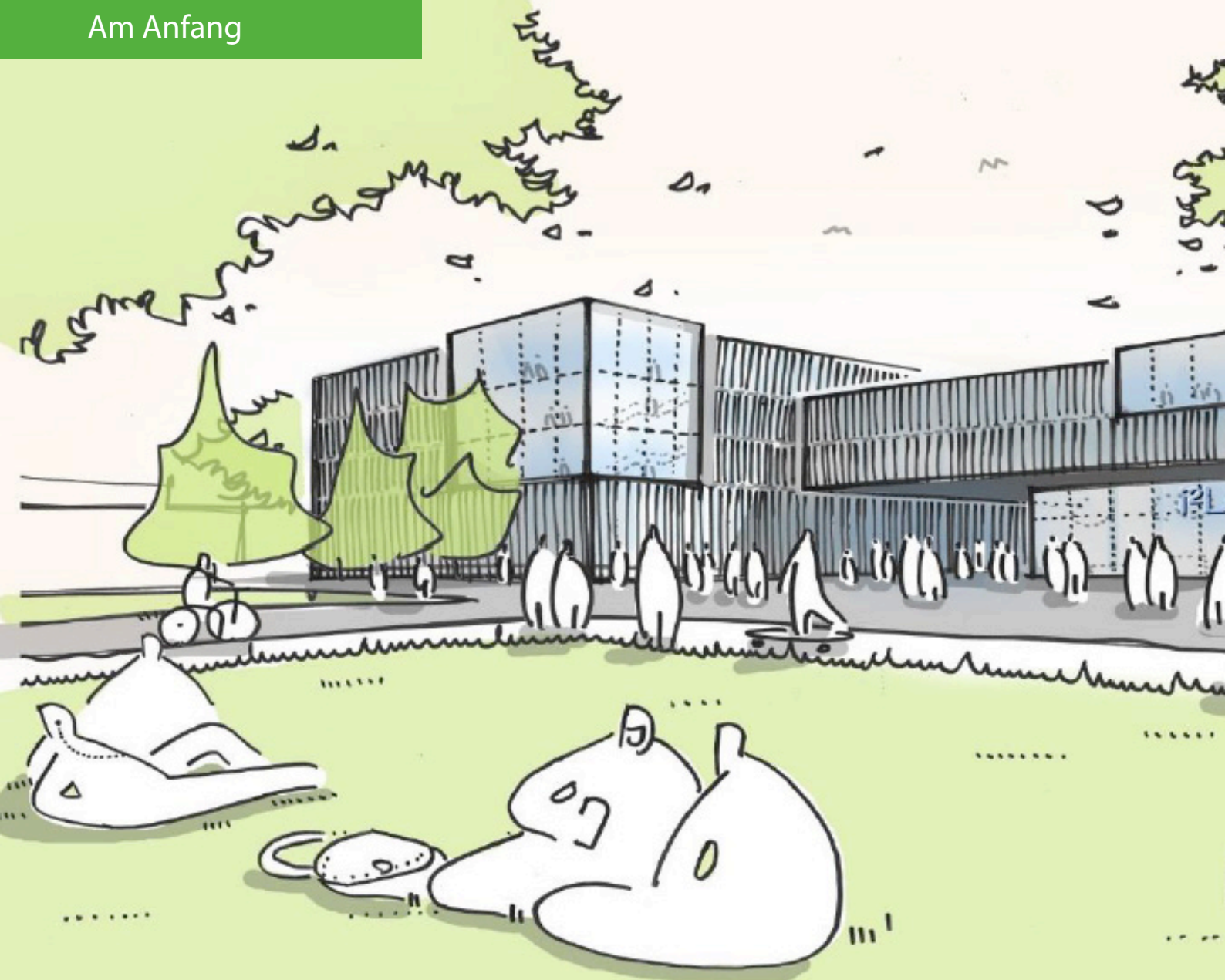
Viel Spaß beim lesen, diskutieren, engagieren!  
Eure Extrasystole-Redaktion



### **Extrasystole, die [Substantiv]**

1. auf einen ungewöhnlichen Reiz hin erfolgende vorzeitige Zusammenziehung des Herzens innerhalb der normalen Herzschlagfolge
2. in unregelmäßigen Abständen erscheinende Fachschaftszeitschrift innerhalb des normalen Semesterwahnsinns, kommt von Herzen





## I<sup>2</sup>L<sup>2</sup> med: Mehr Quadratmeter für ...

In der riesigen Baugrube auf dem Klinikgelände entsteht ein technisiertes Raumwunder für medizinische Lehre

Von Olga Wirt

I<sup>2</sup>L<sup>2</sup>med, was soll das denn sein? Und was hat das konkret mit mir als Studierenden zu tun?

Im Überblick: Das „Innovative und interdisziplinäre Lehr- und Lernzentrum Medizin“, kurz eben I<sup>2</sup>L<sup>2</sup>med, soll ein neues Bauwerk auf dem Gelände des UKD werden. Wann? Voraussichtlich wird es erst in fünf Jahren fertiggestellt sein (Eröffnung 2023), aber dann auch einen Batzen an moderner Technik und ausgeklügeltem Konzept beinhalten, welches das Lehren und Lernen zum einen realistischer und praxisnäher, zum anderen virtueller und moderner gestalten soll. Eine zukunftsorientierte Planung war das zentrale Anliegen aller Beteiligten.

Klingt noch zu schwammig? Konkret beinhalten soll das I<sup>2</sup>L<sup>2</sup>med unter anderem Präparier- und Histosaal, zwei Hörsäle, das TräF (u.a. mit realitätsgetreuen Pati-



entenzimmern), Simulations-OPs, Seminarräume, Lern- und Kommunikationsflächen.

Wird es so aussehen wie oben im Bild? Nein. Das ist lediglich eine fiktive Platzhaltergrafik und ist kein Entwurf für das geplante Gebäude. Im Moment läuft das Auswahlverfahren der Architektenbüros, die sich an einem Wettbewerb beteiligen. Das Interesse am Wettbewerb ist hoch und namhaft, soviel sei schon mal gesagt. Bis Mai 2018 werden dann die Entwürfe erwartet. Wir halten euch auf dem Laufenden!

## ... die Liebsten von den Klügsten?

Neue Kriterien im Auswahlverfahren werden auch an der HHU diskutiert. Wer darf bald Medizin studieren?

Von Raphael Menke

Kreuzchen machen schon vor dem Studium oder „Interview mit einem Professor“? Weil das Medizinstudium in ganz Deutschland reformiert wird („Masterplan Medizin 2020“), diskutieren die führenden Köpfe von Dekanat und Uniklinik regelmäßig, was dafür am Modellstudiengang angepasst werden muss – zuletzt Ende November 2017 bei einem Themenabend zum Auswahlverfahren. Düsseldorf ist eine der letzten vier Universitäten in Deutschland, die nur nach Abiturnote (und nach Wartezeit) aussieben.

Die Fachschaft durfte ebenso wie der Gast Frau Prof. Kadmon, Mitentwicklerin des TMS Studierfähigkeits-tests, Vorschläge einbringen. Die Abiturnote wird wohl immer bleiben. Statistiken zeigen, dass sie mit dem erfolgreichen Studienabschluss korreliert – wer ein gutes Abi hat, bringt das Studium in der Regel auch zu Ende.

Wir als Fachschaft schlugen ein Punktemodell des Dachverbands bvmd vor, in dem neben Abiturnote auch Tests wie der TMS, soziales Engagement oder eine Ausbildung im Gesundheitsbereich berücksichtigt werden. Zusätzlich könnten Auswahlgespräche stattfinden, um unter dem Rest die besonders Motivierten zu finden.

Am Ende wurde schnell klar: (Nur) der TMS kommt. Im Vergleich zu Auswahlgesprächen ist er vor allem: schnell und billig. Welche\*r Dozierende möchte schon tagelang Abiturienten interviewen? Ob damit das „Profil von HHU und UKD“ gestärkt werden kann, indem man „Bewerber holt, die zu uns passen“, darf bei einem Standardtest, den auch 23 andere Unis in Deutschland nutzen, wohl bezweifelt werden.



## Ins neue Jahr!

Wir blicken nach vorne und haben uns mal erkundigt, was Medizinstudierende an der HHU sich für 2018 so vornehmen — in der Uni und privat



### Rose, 1. Semester



„Ich habe mir vorgenommen, die Vorlesungen schneller nachzuarbeiten und damit nicht immer so lange zu warten, das macht's nämlich nicht einfacher und enthusiastischer bin ich dadurch auch nicht. Ich gehe allerdings zu jeder Vorlesung — darin kann ich mich gar nicht mehr steigern. Und etwas mehr Lernen wäre auch noch drin, da ist noch Luft nach oben!“



„Außerhalb der Uni würde ich mich nur in der Hinsicht verändern, mich besser um meinen Diabetes zu kümmern! Das habe ich im Stress der letzten Wochen etwas außer Acht gelassen, aber da werde ich versuchen, mehr auf mich selbst zu achten.“



### Felicitas, 3. Semester



„Die Vorlesungen besuche ich immer noch — und zwar alle. Vor der Klausur einmal alles gehört zu haben, bevor ich es wiederholen muss, hilft mir immer. Dabei soll es also bleiben.“



„Neujahrsvorsätze generell finde ich ziemlich unnötig. Damit hält es sich nämlich wie mit dem Satz: Morgen fang ich an zu lernen. Wenn ich etwas ändern möchte, brauche ich dafür kein Silvester-Event, sondern mache es auf den nächsten Tag einfach anders.“

### Jan, 3. Semester



„Zu allen Vorlesungen gehe ich auch weiterhin, allerdings möchte ich meine eigene Umgehensweise mit dem Lernen nicht so ganz beibehalten. Etwas mehr und konsequenter zu lernen, würde mir und meinen Noten gut tun. Auch in der Fachschaft würde ich mich gerne mehr einbringen! Ich war bereits bei einem MSV-Schulbesuch dabei und das hat mir sehr gut gefallen, das mach ich weiter.“



„Dank der Uni verliert man nicht nur im Stoff, sondern auch im Leben manchmal ein wenig den Überblick. So habe ich beispielsweise nicht bemerkt, dass in der Zwischenzeit mehrere meiner alten Freunde von Au-pair/Work&Travel wiedergekehrt sind, da werde ich nächstes Jahr auf jeden Fall mal Kontakt aufnehmen!“



### **Tobias, 7. Semester**



„Ich habe es bisweilen so gehalten, dass ich die eher langweiligen Vorlesungen weggelassen habe... dieses Jahr werde ich versuchen, alle relevanten Vorlesungen zu besuchen, selbst wenn sie um 8 Uhr anfangen!“



„Ich brauche unbedingt mehr Struktur. Das gilt für die Uni, wie für die Freizeit. Nächstes Jahr verbringe ich dank Erasmus ein halbes Jahr im Ausland, deswegen muss ich meine Selbstorganisation aufbessern! Außerdem habe ich mir vorgenommen, interessierten Kommilitonen vom Erasmus-Programm zu erzählen und Fragen zu beantworten.“



### **Aram, 5. Semester**



„Naja, ein bisschen mehr zu lernen ist immer eine gute Idee. Und wenn ich lerne, die Zeit konsequenter nutzen und keine anderen Sachen nebenher.“



„Ich versuche, dass ich die Uni nicht mein komplettes Leben leiten lasse. Freizeit sollte ein Bestandteil meines Tagesablaufs werden, sodass ich Zeit finde, Fußball zu spielen oder neue Dinge zu konstruieren.“

### **Tessa, 9. Semester**



„Ich denke, da ich nächstes Jahr mein PJ anfangen wird sich der Großteil meines Uni-Lebens stark verändern. Noch bin ich mir auch nicht sicher, wo ich mein PJ verbringen werde, das macht es schwieriger etwas zu planen oder vorzunehmen. Aber generell fürs Lernen habe ich mir vorgenommen, so früh damit anzufangen, dass ich noch Pausen zwischendurch machen kann und somit weniger Stress habe.“



„TBK Hauptorganisatorin, Fachschaftsvorsitzende, ESAG Tutorin, letztes Jahr habe ich wirklich viel getan. Ab 2018 werde ich auf jeden Fall weiterhin präsent sein, allerdings auch das ein oder andere Thema delegieren.“



### **Leoni, 3. Semester**



„Ich habe mir überlegt ein paar Lernstrategien zu überdenken. Manchmal lerne ich bis 23 Uhr, dabei wird es von Stunde zu Stunde immer unproduktiver, wenn immer mehr Sachen anfangen mich abzulenken. Und mein geliebter Schlaf leidet darunter! Wenn ich dann mittags einen Powernap brauche, um in der folgenden Lern-Session fit zu sein, verschiebt sich die Uhrzeit von neuem nach hinten. Also mein Ziel: Aus diesem Teufelskreis auszubrechen, anfangen mit mehr Schlaf :)!“



„Ganz einfach gesagt: mehr Nein sagen. Wenn es heißt 'Leoni, kannst du dies oder jenes tun?' lautet meine Antwort grundsätzlich 'Ja' — so bin ich einfach! Meistens überlege ich überhaupt nicht, was dieses Ja für mich bedeutet. Deswegen werde ich versuchen, 2018 auch hin und wieder ein 'Nein' in mein Vokabular einzubauen und mir selbst damit ein wenig Stress zu nehmen.“

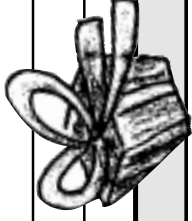


# Mein Uni-Kalender 2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	KW
Jan	1 <b>Neujahr</b>	2	3	4	5	6	7	1
	8 Vorlesungsbeginn	9	10 Austausch-Treffen	11	12 außerordentliche	13 MV der BVMD ...	14 in Gießen	2
	15	16	17	18	19 Konzert Medichor	20	21	3
	22	23	24	25	26	27	28	4
	29 Testatwoche TB2	30	31 Erasmus-Frist	1	2 Promotionsfeier	3 Examinensfeier	4	5
Feb	5 Klausurwoche	6	7	8	9	10	11	6
	12 Rosenmontag	13	14	15 Rückmeldefrist SoSe	16	17 Altschnee Skifreizeit	18	7
	19	20	21	22	23	24	25	8
	26	27	28	1	2	3	4	9
	5	6	7	8	9	10	11	10
Mär	12 OSCE-Woche	13	14	15	16	17	18	11
	19	20	21	22	23	24	25	12
	26 Mündl. Prüf. ÄP-Q1	27	28	29	30 <b>Karfreitag</b>	31 Semesterende	1 Ostern	13
	2 <b>Ostermontag</b>	3	4	5	6	7	8	14
	9 Vorlesungsbeginn	10 2. Abschnitt ÄP	11	12	13	14	15 MSV-Workshop	15
Apr	16	17	18 Probe-OSCE	19	20	21 Fachschafts-	22 wochenende	16
	23	24	25	26	27	28	29	17
	30	1 <b>Tag d. Arbeit</b>	2	3	4	5	6	18
	7	8	9	10 <b>Himmelfahrt</b>	11 BVMD-MV ...	12 in Freiburg	13	19
	14	15	16	17	18	19	20	20
Mai	21 <b>Pfingstmontag</b>	22	23	24	25	26	27	21
	28	29	30	31	1	2	3	22
	4	5	6	7 Medi-	8 meister-	9 schafften	10	23



Jun	11	12	13	14 Eröffnungsspiel	15 Fußball-WM	16	17	24
	18	19	20	21	22	23	24	25
	25	26	27	28	BVMD-MV...	30 in Brandenburg	1	26
	2	3	4	5	6	7	8	27
	9	10	11	12	13	14	15 WM-Finale	28
Jul	16	17	18	19	20 Vorlesungsende	21	22	29
	23	24	25	26	27	28	29	30
	30	31	1	2	3	4	5	31
	6	7	8	9	10	11	12	32
	13	14	15 Rückmeldefrist WiSe	16	17	18	19	33
Aug	20	21	22	23	24	25	26	34
	27 OSCE-Woche	28	29	30	31	1	2	35
	3	4	5	6	7	8	9	36
	10 Mündl. Prüf. ÄP-Q1	11	12	13	14	15	16	37
	17	18	19	20	21	22	23	38
Sep	24	25	26	27	28	29	30 Semesterende	39
	1	2	3 Dt. Einheit	4 ESAG	5 ESAG	6	7	40
	8 Vorlesungsbeginn	9 „Medicine goes Abroad“-Woche	10	11	12 MediParty	13	14	41
	15	16	17	18	19	20	21	42
	22	23	24	25	26	27	28	43
Okt	29	30	31	1 Allerheiligen	2	3	4	44
	5	6	7	8	9	10	11	45
	12	13	14	15	16	17	18	46
	19	20	21	22	23	24	25	47
	26	27 GoAbroad Infomesse	28 GoAbroad-Woche	29	30	1 Welt-AIDS-Tag	2	48
Nov	3	4	5	6	7	8	9	49
	10	11	12	13	14	15	16	50
	17	18	19	20	21	22	23	51
	24 Heiligabend	25 Weihnachten	26 Weihnachten	27	28	29	30	52
	31	1 Neujahr	2	3	4	5	6	1



## Mit Nebenjob durchs Studium

### Kellnern, vorpräppen oder Blut abnehmen? Wie Medizin-studierende die Balance zwischen Uni und Geldverdienen halten

Studieren ist schön, studieren ist anstrengend. Und zuweilen ein Fulltime-Job. Aber bei allem Einsatz, allem Wissenszuwachs und allem Spaß bekommt man alleine vom Studium eines leider nicht: Geld.

Wie also Uni, Wohnung, Essen, Partys und vielleicht auch mal einen Urlaub bezahlen, wenn das BAföG nicht reicht und man leider auch nicht von Haus aus reich ist? Früher oder später muss bei den meisten ein Nebenjob her. Und da gibt es die verschiedensten Möglichkeiten.

Viktoria (7. Semester) mag an ihrem Job den Kontakt zu Menschen jeglichen Schlags und die Abwechslung zur Uni. Sie geht seit gut einem Jahr zweimal pro Woche abends in einer Kneipe in Uninähe kellnern. Vorher hat sie viele Dinge ausprobiert, war unter anderem Hostess auf Messen. Zeitlich waren ihre Einsätze dort aber oft schlecht mit ihrem Stundenplan vereinbar. Da schätzt sie es, in der Bar abends arbeiten zu können. Und das Trinkgeld sei super!

**„Ich war noch nie in einer Situation, wo Geld zu besitzen es schlimmer gemacht hätte.“**

Jannik\* (5. Semester) hält es anders. Er möchte bei der Arbeit im medizinischen Kontext bleiben und dabei viel für den späteren Beruf lernen. Vor gut zwei Jahren hat er über das Stellenwerk Düsseldorf einen PC-Job in der Kardiologie entdeckt und sich beworben. Damals hatte er zwar noch keine genauen Kenntnisse der Anatomie und Physiologie des Herzens – die SHK-Stelle

#### Finde den passenden Nebenjob

- <http://forum.fsmed.de>
- [stellenwerk-duesseldorf.de](http://stellenwerk-duesseldorf.de)



war trotzdem das Richtige für ihn. In der Folge konnte er seine Arbeit durch Hilfstätigkeiten auf Station ergänzen. Mittlerweile ist Jannik zusätzlich als Vorpräp tätig und kann sich gut vorstellen, noch in weiteren Fächern als Tutor anderen Studierenden zu helfen und damit Geld zu verdienen. „Alle Tutorenjobs sind prinzipiell gut, weil man dort fürs Lernen bezahlt wird und so automatisch z.B. schon recht gut aufs Physikum vorbereitet ist“, sagt er.

Als „Stationsvampir“ ist Surur (9. Semester) in der Sana Klinik Gerresheim unterwegs. Sie arbeitet im Blutabnahmedienst und koordiniert diesen auch. Sie rät dazu, „einen Job zu finden, der ärztliche Skills trainiert, weil die in unserem Studium viel zu wenig gefördert werden.“ Schwierig sei es manchmal, das Bindeglied zwischen Arbeitgeber und Kollegen, die gleichzeitig Freunde sind, zu sein. Die Wertschätzung durch Personal und Patienten sowie die Zahlen am Ende des Monats (die der Stiche und die auf dem Konto) entschädigen sie für das Weckerklingeln um 05:15 Uhr.

Wer einen Nebenjob beginnen möchte, sollte sich überlegen, was er neben dem Geld erreichen möchte: einen Ausgleich zur Uni, eine Vertiefung seines medizinischen Wissens oder etwas ganz anderes. Übrigens: Bei der Suche lohnt auch ein Blick ins Fachschaftsforum!

\* Name von der Redaktion geändert



**Matti Kuballa** studiert Medizin im 7. Semester und ist fester Redakteur der Extrasystole.

# Psychische Belastung dank Medizinstudium

Viel Stoff, aber wenig Zeit, und meist keine Chance, selbst etwas daran zu ändern. Dieser Dauerstress im Medizinstudium macht krank.

Medizinstudierende leiden häufiger unter psychischen und psychosomatischen Problemen als andere – weltweit. Ob das nur am harten Studium liegt oder sich anfälliger Studienanfänger\*innen für dieses Fach entscheiden, wird gern diskutiert. In Düsseldorf ist es nach ersten Erkenntnissen der groß angelegten HeLD-Studie („Healthy Learning in Düsseldorf“) eine alarmierende Mischung aus beidem.

Zu Beginn des Studiums bringen bereits 4,7% der Erstis Anzeichen für eine starke Depression mit, 5,8% für andere depressive Symptome und knapp 16% berichten über psychosomatische Beschwerden. Das ist mehr als in der Durchschnittsbevölkerung. Als Ursachen werden die persönliche Leistungsmentalität, der aufregende Übergang der Lebensphasen und der Konkurrenzdruck im Auswahlverfahren bereits vor Beginn des Studiums herangezogen. Ein höheres Risiko für psychische Probleme tragen vor allem weibliche Studienanfängerinnen sowie alle, die aus Nicht-Akademiker-Familien kommen oder finanzielle Schwierigkeiten im Studium erwarten. Hier wäre eigentlich bereits der erste Ansatz, um gezielte Unterstützung anzubieten.

Allerdings stehen die Erstis immer noch besser da als etwa Assistenzärzte – ein Indiz dafür, dass sich während des Studiums die psychische Gesundheit noch verschlechtert. Die HeLD-Studie begleitet seit 2012 bereits drei Kohorten mit jährlichen Befragungen, um den psychischen Verlauf vom ersten bis zum letzten Uni-Tag wissenschaftlich zu dokumentieren. Ziel ist es auch, mögliche Auswirkungen der Einführung des Modellstudiengangs zu erfassen. Die ersten Teilnehmer\*innen studierten noch im Regelstudiengang und stehen jetzt nach dem 2. Staatsexamen im PJ oder Freisemester. Im zweiten und dritten Durchlauf werden Studierende des Modellstudiengangs befragt, die jetzt im 9. bzw. 3. Semester angekommen sind.

„Im ersten Studienjahr wird die psychische Gesundheit der Medizinstudierenden erstmal schlechter – und bleibt dann so“ skizziert Dr. Thomas Muth, Leiter der Studie, seine Beobachtungen. „Die Studierenden klagen vor allem über organisatorische Mängel und

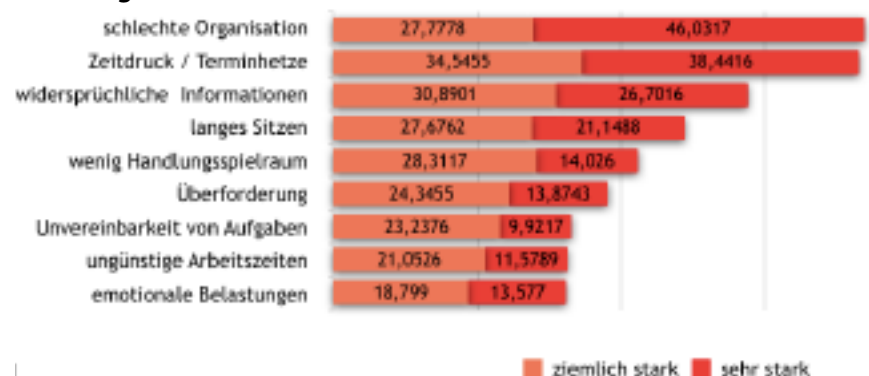
Informationschaos. Sie sehen wenig Gestaltungsmöglichkeiten um die Arbeitsbedingungen selbst ändern zu können.“ Später im Studium kämen weitere Probleme hinzu: „In der Klinik berichten viele vor allem davon, sich als Studierende überflüssig zu fühlen. Die Lehre sei weniger engagiert, zumindest teilweise.“

Auch wenn die HeLD-Studie noch nicht abgeschlossen ist, haben die Zwischenergebnisse bereits Diskussionen um Verbesserungsmaßnahmen ins Rollen gebracht. Das Q1-Wahlfach „Stressmanagement für Studierende der Medizin“ etwa, in dem unter anderem Entspannungsmethoden zur Stressbewältigung vorgestellt werden. Mit maximal 16 Plätzen für zwei ganze Jahrgänge ist dieses Wahlfach jedoch ein Tropfen auf den heißen Stein. Im ohnehin stressigen und unfairen Wahlfach-Prozedere bleiben viele Interessierte auf der Strecke.

„Die positive Balance zwischen Arbeit und Freizeit ist nicht durchgängig möglich. So leiden die Medizinstudierenden vermehrt unter mangelndem Ausgleich zu den hohen Arbeitsbelastungen, fühlen sich gegebenenfalls schlecht oder schuldig, wenn Sie eine Auszeit nehmen“ berichtet Dr. Muth. Zum Thema „Work-Life-Balance im Medizinstudium“ wurde eine Doktorarbeit vergeben, die vielleicht neue Wege für verbessernde Maßnahmen aufzeigt. Es laufen Gespräche und Anträge um eine neue Stelle für Gesundheitsmanagement im Studium zu schaffen. Das Umdenken hat also begonnen. Hoffentlich folgen darauf auch systemische Veränderungen.

**Charlotte Schüling, M.A.** studiert im 3. Semester Medizin und ist Fachschaftsreferentin für Medien.

## Belastung durch...



„Wie stark fühlen Sie sich bisher durch folgende Probleme in Ihrem Studium belastet?“ – gar nicht; ein wenig; ziemlich stark; sehr stark. Angaben in Prozent (%).





## Mit IPPNW die Welt verbessern

### Warum blockieren junge Mediziner aus Düsseldorf ein Bundeswehrgelände in der Eifel statt auf die Medimeisterschaften zu fahren?

Hat Medizin eine soziale Verantwortung? Ja, da würden die meisten zustimmen. Ein guter Arzt kümmert sich um seine Schäfchen, versucht Gesundheit ganzheitlich zu sehen und auch gesellschaftliche Strukturen innerhalb seiner Dorfgemeinde zu verändern, sodass seine Patienten ihre Gesundheit erhalten können.

Wenn man aber nun weiter fragt, ob Medizin auch eine politische Verantwortung trägt, gehen die Antworten weit auseinander. Wer sich jedoch zu einem „Ja“ durchringen kann, dem sei die Studierendengruppe der IPPNW in Düsseldorf ans Herz gelegt.

Die IPPNW, das sind die „Internationalen Ärzte zur Verhütung des Atomkriegs / Ärzte in sozialer Verantwortung e.V.“ – komplizierter Name, einfache Message: Wir sind Menschen in Gesundheitsberufen, die sich für eine sozialere, gerechtere und atomwaffenfreie Welt einsetzen. In Deutschland haben wir etwas über 6.000 Mitglieder, international über 150.000.

Und das mit Erfolg: 1985 haben wir fünf Jahre nach Gründung den ersten Friedensnobelpreis erhalten, mittlerweile folgte am 10. Dezember 2017 die Verleihung des zweiten Friedensnobelpreises an die von uns initialisierte Kampagne ICAN (International Campaign to Abolish Nuclear Weapons).

Die Arbeit der IPPNW gliedert sich in Deutschland in vier große Säulen: Atomwaffen, Frieden, Soziale Verantwortung, Atomenergie. Innerhalb dieser Säulen gibt es einzelne Themengebiete und Arbeitskreise, in denen man aktiv werden kann. Sei es zum Beispiel globale Gesundheitspolitik oder humanitäre Folgen einer menschenverachtenden

Eskalationspolitik der Atomwaffenstaaten. Gerade im letzten Bereich konnten wir riesige Erfolge verbuchen: Seit Juli 2017 gibt es ein Abkommen zum Verbot von Atomwaffen, welches von 122 Staaten angenommen wurde. Damit auch Deutschland diesen Vertrag bald unterschreibt, sind wir weiterhin aktiv.

Beispielsweise in Büchel: Der kleine beschauliche Ort unweit von Cochem an der Mosel und damit etwa 160 km entfernt von Düsseldorf, beherbergt die letzten in Deutschland gelagerten Atomwaffen. Deutsche Tornado-Piloten des Taktischen Luftwaffengeschwaders 33 üben dort den Abwurf der Bomben und würden diese im Rahmen der atomaren Teilhabe im Ernstfall auf Geheiß der USA dort abwerfen, wo es gewünscht wird. Durch regelmäßige Aktionspräsenzen und Demonstrationen vor Ort machen wir seit Jahrzehnten auf die großen humanitären Folgen eines Atomwaffen-

einsatzes aufmerksam und fordern den sofortigen und bedingungslosen Abzug aus Deutschland. Dies setzen wir auch in Aktionen des zivilen Ungehorsams um, bei denen man sich friedlich beispielsweise an einer Sitzblockade beteiligt.

Interesse daran, mitzumachen? Like uns auf Facebook unter „IPPNW Düsseldorf“ oder schreib uns unter [duesseldorf@ippnw.de](mailto:duesseldorf@ippnw.de)

**Max Arslan** studiert Medizin im 11. Semester und ist seit 2015 Studierendensprecher der IPPNW.



# Mit der BVMD die Welt sehen

Gerade im Studium bieten sich Auslandsaufenthalte an —  
finanziell gefördert und organisiert speziell für Medizinstudierende

Erst Pflegepraktikum, dann Famulatur, da bleibt für Urlaub und Reisen kaum noch Zeit. Mit der Bundesvertretung der Medizinstudierenden in Deutschland (bvmd) habt ihr die Möglichkeit eine Famulatur oder einen Forschungsaustausch im Ausland zu absolvieren. Ein neues Land, neue Menschen und eine neue Kultur kennenlernen oder dort Zeit verbringen, wo es Euch besonders gut gefällt und gleichzeitig eine Famulatur abhaken und Arbeitsweisen in einem anderen Gesundheitssystem kennenlernen — das geht mit einem Praktikum im Ausland.

Das nächste Austausch-Treffen ist am 10.  
Januar 2018 um 17 Uhr im Fachschaftsraum.

Kontakt: [austausch@fsmmed.de](mailto:austausch@fsmmed.de)

Das Beste daran, Unterkunft und Verpflegung werden von Studierenden vor Ort gestellt. Und auch um Euren Famulatur-Platz müsst Ihr euch nicht kümmern. Da dieses Austauschprogramm vom deutschen akademischen Austauschdienst (DAAD) unterstützt und mitfinanziert wird, haben wir als Medizinstudierende die Möglichkeit, einen internationalen Austausch zu erleben und aktiv zu gestalten.

**OPERATION  
AUSTAUSCH**  
*bvmd exchange*



Restplätze für die Sommersemesterferien und weitere Infos zum Austausch-Programm findet ihr auf [www.bvmd.de](http://www.bvmd.de)

Die Bewerbungsphase für den Winter wird vom 15. April – 15. Mai 2018 stattfinden.



## Wie funktioniert der Austausch?

Der Austausch ist bilateral. Das bedeutet, dass für jede\*n deutsche\*n Studierenden, der eine Famulatur/ einen Forschungsaustausch im Ausland macht, Studierende aus dem Ausland nach Deutschland kommen. Diese werden auf die Universitäten in Deutschland verteilt. Ihnen wird hier Unterkunft und Taschengeld für Verpflegung gestellt. Das Geld dafür stellt der DAAD bereit.

In anderen Ländern ist der Austausch dementsprechend teurer, da die Studierenden, die ins Ausland wollen (Outgoings) mit ihrer Bewerbungsgebühr die Unterkunft und Verpflegung der Studierenden, die zu ihnen kommen (Incomings), finanzieren müssen.

In Düsseldorf betreut das Referat Austausch der Fachschaft jedes Jahr in den Sommermonaten Incomings. Ihr habt Lust für einen Monat einen Studierenden zu betreuen, ihnen NRW oder eure Lieblingsbar zu zeigen und einfach Ansprechpartner zu sein? Kommt bei unseren Austausch-Treffen vorbei, wir freuen uns über Zuwachs im Austausch.

Ihr habt im Sommer keine Zeit, weil ihr selbst unterwegs seid? Wir sind immer auf der Suche nach Zimmern für unsere Incomings! So könnt ihr den Austausch mitgestalten und sogar ein bisschen Cash verdienen!

**Johanna Viola Zimmermann** studiert im 7. Semester und ist Bundeskoordinatorin für Famulaturaustausch bei der BVMD.  
**Miriam Messerschmidt** (7. Semester) ist Referentin für Austausch in unserer Fachschaft.





Besser als das Dr. Sommer-Team: Ceyhun, Julia, Natalie, Nehle, Caro, Rachel und Raphael engagieren sich aktuell bei „MSV“

## „Wann muss ich das erste Mal Sex haben?“

... und welche Fragen Dich sonst noch bei einem Schulbesuch von „Mit Sicherheit Verliebt“ erwarten, berichten Carolin Schneider & Nehle Schoch

Mit Sicherheit Verliebt (MSV) ist ein von Medizinstudierenden geführtes Projekt, bei dem kleine Teams Schulklassen der Sekundarstufe 1 im Düsseldorfer Raum besuchen, um spielerisch Aufklärungsarbeit zu leisten, die sich vom Schulunterricht des spießigen, glatzköpfigen Biologielehrers in der Blüte seines Lebens abhebt.

### „Wie viele Löcher habe ich da unten eigentlich?“

Solche und ähnliche Fragen zur männlichen und weiblichen Anatomie werden beim Schulbesuch gestellt, wenn wir die Anatomieplakate auspacken und auf unser verstaubtes Testat-Wissen zurückgreifen. Dabei haben wir von „1“ bis „das sind viel mehr, so 12?“ schon alle Antworten erhalten. Da wir als Medizinstudierende uns damit ja auskennen sollten, ist das Projekt MSV bisher nur auf unsere Fakultät beschränkt.

Wir betreuen 6. bis 10. Klassen, entsprechend differenziert das Wissen der Schüler. Bei einigen reden wir über den Uterus und die Ovarien, bei anderen wird die Frage geklärt, ob das Kind im Bauch der Schwangeren

ertrinkt, wenn sie schwimmen geht. Anatomie ist jedoch eher ein kleiner Abschnitt unseres Besuchs, es gibt noch viel interessantere Themen...

Bei jedem Schulbesuch werden nach ein bis zwei Stunden die Klassen in Jungs und Mädchen geteilt, wobei geschlechterspezifische Themen besprochen werden, wie der erste Frauenarztbesuch in der Mädchengruppe und Pornografie in der Jungsgruppe. Dabei dürfen sie auch drei anonyme Fragen ans andere Geschlecht stellen und merken so, dass sich ihre Ansichten gar nicht so sehr unterscheiden.

### „Ist es okay, wenn ich schwul bin?“

Es ist uns ein Anliegen, dass wir in jeder Klasse über Homosexualität reden und Toleranz vermitteln. Dabei wird deutlich, dass die Kinder der Politik manchmal überlegen sind: warum sollten zwei Lesben oder zwei Schwule kein Kind adoptieren dürfen? In der Mindmap zur „Liebe“ und allen damit verbundenen Assoziationen haben wir doch schließlich gerade gesagt, dass die sich genauso lieben wie ein heterosexuelles Paar?! Falls ein Kind sich gerade in die Richtung orientiert,



## Wer macht den 1. Schritt?

„Den ersten Schritt muss natürlich der Junge machen, so ist das doch auch immer in den Filmen. Außerdem sind Jungs sowieso blöd, die reden nur über Fußball und ärgern mich. Ich glaub gar nicht, dass mir Sex gefällt, ich hab gehört, das tut weh... und ich will sowieso noch damit warten, soll ja schließlich der Richtige sein. Aber woher weiß ich, wer der Richtige ist? Und wann muss ich das erste mal Sex haben?“

„Ich trau mich nicht, den ersten Schritt zu machen, wenn die Mädchen immer so kichernd zusammenstehen. Nie erwischt man eine alleine. Und die sind sowieso zickig. Aber was ist, wenn alle anderen schon eine Freundin haben und ich der letzte bin, der nicht weiß, wie es geht? In den Pornos haben die das immer schon so früh, wann muss ich denn das erste mal Sex haben?“

liegt es uns am Herzen, dass es in seiner Klasse akzeptiert wird. Wörter wie „Schwuchtel“ werden deshalb mit anfangs gesammelten Regeln für den Schulbesuch gestrichen, genauso wie einander auszulachen oder Gesagtes weiterzuerzählen.

### „Hat man mit zwei Kondomen doppelten Schutz?“

Für euch ist die Antwort hoffentlich klar, für die Kinder ist das Thema allerdings noch Neuland. Dass man mit Kondomen nicht nur eine Schwangerschaft, sondern auch Geschlechtskrankheiten (STD) verhindern kann, ist den meisten gar nicht bewusst. Was sind STDs überhaupt? Wie werden Chlamydien und HIV übertragen? Darf ich meinen Freund noch küssen, wenn er HIV hat?

Damit die Kinder für das erste Mal gewappnet sind, klären wir die Frage: Wie zieht man so ein Kondom eigentlich auf? Naja, learning by doing. Wir haben 12 Holzpenisse und genügend Kondome dabei und ab geht die Post!

### „Ist der Basti noch Single? Und wenn ja, kann ich ihn haben?“

Für Fragen wie diese gibt es unsere Blackbox, da dürfen die Kinder im Laufe des Schulbesuchs alle zu peinlichen oder übriggebliebenen Fragen reinwerfen, die am Ende gemeinsam gelesen und beantwortet werden. Es baut sich über den Vormittag eine vertrauensvolle Atmosphäre auf, in der wir auf Nachfrage auch Persönliches preisgeben (können) — Basti aus unserem Team musste die Frage leider verneinen. Alles was den Kindern auf dem Herzen liegt, kann thematisiert werden, da sie sich nicht vor einem Wiedersehen scheuen müssen.

Um unsere Teams auf die Schulbesuche vorzubereiten und die Spiele kennenzulernen, wird halbjährlich ein Workshop angeboten. Wir freuen uns immer über engagierte neue Mitglieder!

**Mach mit!**

**Deine nächste Chance für einen MSV-Schulbesuch:**

**Der Einsteiger-Workshop am 15. April 2018.**

**Schreib ne Mail: [sicher-verliebt@uni-duesseldorf.de](mailto:sicher-verliebt@uni-duesseldorf.de)**

## Impressum



Extrasystole Ausgabe Nr. 6, Wintersemester 2017/2018, Auflage 500  
Herausgeber: Fachschaft Medizin HHU Düsseldorf  
V.i.S.d.P.: Charlotte Schüling. Kontakt: [extrasystole@fsmed.de](mailto:extrasystole@fsmed.de)  
Redaktion: Matti Kuballa, Carolin Schneider.  
Gastbeiträge: Max Arslan, Raphael Menke, Miriam Messerschmidt, Nehle Schoch, Olga Wirt, Viola Zimmermann.  
Fotos: Nils Rüllmann, Raphael Dörck. Illustrationen: Aylin Tokmak.  
Lektorat: Jana Lüdtkke.  
Layout, Lektorat: Charlotte Schüling.



## Rat mal was wir studieren

Bestell deine neuen Lieblingsteile online im  
[kleiderschrank.fsmed.de](http://kleiderschrank.fsmed.de)

Faire Studentenpreise ohne Aufschlag.  
 Ab 50 € Versandkosten frei.



**Stoffbeutel mit  
langen Trägern**  
 in 5 Farben  
 7,50 €



**Männer Hoodie**  
 in 7 Farben  
 23,50 €



**Frauen Longhoodie**  
 in 7 Farben  
 23,50 €



**Frauen T-Shirt**  
 in 4 Farben  
 12,- €



**Turnbeutel**  
 in 4 Farben  
 8,50 €

**Tipp:** Probier die Kleidungsstücke in allen Größen (gewaschen!) zu den Sprechzeiten im  
 Fachschaftsraum, O.A.S.E. Etage 1. Alle Termine auf [www.fsmed.de](http://www.fsmed.de)