

Erfahrungsbericht – KPJ- und Famulaturprogramme WELTWEIT

PERSÖNLICHE DATEN

Name des/der Studierenden (freiwillige Angabe)	Carina Mayer
E-Mail (freiwillige Angabe)	Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
Gastklinik & -universität	University of Medicine and Pharmacy Ho Chi Minh
Aufenthaltsdauer	von 13.07.2026 bis 07.08.2026

ALLGEMEINES

Welches Fach wurde absolviert?	Notfallmedizin und Gynäkologie & Geburtshilfe
	KPJ ☐ Famulatur ☒

Wie hoch schätzen Sie Ihren fachlichen Nutzen ein? (Schulnoten: 1-5)	☐ 1 ☐ 2 ☒ 3 ☐ 4 ☐ 5
---	---

KOSTEN

Wie hoch waren die **monatlichen Kosten bzw. die Kosten, die im Voraus entstanden sind?**

Unterbringung	€ 400
Verpflegung	€ 150
An-/Abreise (Flug, Zug, Auto)	€ 1000
Kosten für Unterlagen, Impfungen, Reiseapotheke, Kursgebühren o.ä.	€ 400
Sonstiges: bitte spezifizieren	€ Kosten in Euro

UNTERKUNFT

Wie haben Sie Ihre Unterkunft im Gastland gefunden?	☒ selbst gesucht ☐ Klinik hat Wohnungs-/Zimmersuche übernommen/war behilflich ☐ Freunde ☐ über MUI ☐ andere: bitte spezifizieren
Wie zufrieden waren Sie mit der Unterkunft (Sauberkeit, Erreichbarkeit) ?	Wir buchten ursprünglich eine Unterkunft im 10. Bezirk, der sehr authentisch und wenig touristisch war, via Booking. Leider war diese Unterkunft, abgesehen von der mangelnden Sauberkeit, nicht wie auf booking beschrieben und daher haben wir nach 1 Woche diese storniert und sind für den Rest des Aufenthalts, so wie die meisten Austauschstudent*innen, in ein Hotel gezogen, welches uns schlussendlich sogar weniger gekostet hat und näher zum Stadtzentrum gelegen war. Daher würde ich allen empfehlen gleich ein Hotel für die Dauer des Aufenthalts als Unterkunft zu wählen.
Tipps für andere Studierende (z.B. Homepages, Zeitungen, Preis, ...)	Alle Tipps im narrativen Erfahrungsbericht amgegeben!

Erfahrungsbericht – KPJ- und Famulaturprogramme WELTWEIT

NARRATIVER ERFAHRUNGSBERICHT (MINDESTENS 1 SEITE):

Bitte berichten Sie über:

- Reisevorbereitungen, Impfungen, Versicherung
- Ankunft und Abreise am Studienort
- Betreuung an der Gastklinik (International Office, Klinikpersonal, Veranstaltungen für Studierende)
- Leben am Studienort, Entfernung Unterkunft zur Gastklinik
- Studienbezogene Aspekte: Details zum Inhalt (Famulatur, KPJ-Teil, fachspezifischer Nutzen, Klinikalltag, etc.)
- Tipps für zukünftige Outgoings

Organisation

Bewerbung, Praktikumssuche und Organisation

Die Bewerbung erfolgt über die MUI bis Ende Oktober. Im Dezember erhält man dann eine Rückmeldung, ob man einen Platz bekommen hat oder nicht. Sobald einem ein Platz zugesprochen wird, zahlt man zuerst 200€ Kautions und bekommt einen Link um sich bei der Gastuni zu melden. Ab dann wird man von einem Supervisor von der Gastuniversität über allen weiteren organisatorischen Schritte (Wahl der Abteilung, genauer Zeitraum usw) informiert und begleitet.

Die Organisation von seiten der Gastuniversität hat sich im Laufe des Aufenthaltes generell als tendenziell chaotisch erwiesen, da mein Praktikumszeitraum nicht nur zweimal geändert wurde, sondern ich auch zwei Wochen vor Abreise einen erneuten Anruf erhielt, ich müsse meine Departments nochmal ändern, da sie keine Kapazitäten für International Students haben. Auch im weiteren Verlauf gab es immer wieder Missverständnisse und Verwechslungen. Daher ist es empfehlenswert, das Praktikum mit einer gedulden und flexiblen Einstellung anzutreten.

Um die Organisation des Praktikums etwas zu erleichtern, erhielten wir von der Heimatuniversität einen Link zu einem Excel Dokument, in das sich alle österreichischen Austauschstudenten mit Kontaktdaten und Gastuniversität eintragen konnten, um sich so mit anderem Student*innen in Verbindung setzen zu können. Ich habe mich bald mit Cynthia, einer Studentin der Kepler Universität Linz zusammengeschrieben um mich mit ihr, nicht nur vor dem Praktikum im Bezug auf die Organisation, Anreise usw. austauschen können, sondern auch währenddessen viele Ausflüge und Wochenendtrips zu unternehmen.

Am Ende des Praktikums, sofern man Unterschriften und/oder Stempel von Seiten der Gastuniversität braucht, sollte man sich rechtzeitig darum kümmern, da die Universität 3-4 Werktage dafür braucht. Daher empfehle ich die Betreuer*in der jeweiligen Station schon am Ende der vorletzten Woche um die Unterschrift zu bitten, damit man am Ende seine Dokumente von der Universität rechtzeitig zurückbekommt.

Visum

Praktikant*innen können ein Touristen-Visum beantragen. Den Link für die offizielle Website bekommt man per Mail von der Gastuni zugesendet. Ich habe mich fürs 90 Tage Multi Entry Visum entschieden, da ich nach meiner Famulatur noch weitere drei Wochen in Vietnam geist bin und

mir auch die Option offenhalten wollte, im Zuge von Wochenendtrips während der Famulatur Vietnam auch mal verlassen zu können.

Impfungen

Je nach Reiseziel werden verschiedene Reiseimpfungen empfohlen. Ich war dafür bei dem Betriebsarzt/ärztin unserer Uniklinik Innsbruck und hab mich dort beraten lassen. Im Anschluss kann man die Impfstoffe dort verbilligt bestellen und impfen lassen. Da sowohl die Hygienestandards und auch die Isolationspflicht im Uniklinikum in Vietnam eine andere Priorisierung als in Österreich hat, würde ich grundsätzlich empfehlen allen Empfehlungen des Reisemediziners zu folgen und bei Unsicherheit lieber schon früher eventuelle Impfungen auffrischen.

Flugbuchung

Ich persönlich habe die Erfahrung gemacht, nicht zu voreilig zu sein mit der Flugbuchung. Im Dezember bekam ich die Zusage für mein Praktikum im September des folgenden Jahres. Im März hat mich mein Supervisor der Ho Chi Minh University of Medicine and Pharmacy dann nochmal kontaktiert und meinen Praktikumszeitraum auf Juli geändert, da man 20 Arbeitstage (Praktikumstage) haben muss und im September, meinem ursprünglichen Praktikumsmonat, aufgrund von 3 Nationalfeiertagen in Vietnam Praktikant*innen verpflichtend frei bekommen müssen, sich diese 20 Tage nicht ausgehen. Da mein Semester an der Heimatuniversität aber bereits am 1. Oktober beginnt, wurde mein ganzes Praktikum auf Juli verlegt. Daher würde ich mit dem Flugbuchen eher etwas zuwarten.

Anreise, Erste Eindrücke bei der Ankunft, Einreise

Vor der Einreise muss man sich nicht nur um das Visum kümmern, sondern frühestens 3 Tage vor Abreise ein „per arrival“ Formular ausfüllen. Eine „Health declaration“ war zu dem Zeitpunkt, als ich unterwegs war, ausgesetzt, könnte aber eventuell wieder in Kraft treten.

Da die Einreise in Vietnam bis zu 3 h dauern kann, habe ich mir via GetyourGuide ein „fast lane“ Ticket gekauft. Nach Zusendung deiner Flugdaten, wird man vor der Einreiseschlange abgeholt und zu einem „VIP“ Fasttrack gebracht, was nach der langen Reise ein game changer war. Außerdem empfehle ich im Vorhinein eine eSim, zumindest für die ersten Tage, zu kaufen, sowie die App „Grab“ (Equivalent zu Uber in Europa) zu installieren und die Kreditkarte zu hinterlegen, damit man nach Ankunft gleich vom Flughafen wegkommt. In Ho Chi Minh angekommen, warten bereits viele Taxi oder Grab Fahrer und bieten ihre Dienste persönlich an. Ich würde davon abraten und immer offiziell über die App buchen, da man dadurch nicht nur die Sicherheit gegeben hat, dass es sich um offiziell registrierte Fahrer handelt, sondern auch den Preis vorab auf der App sieht. Aus Erzählungen anderer Reisenden ist es ihnen öfter passiert, dass private Fahrer im Nachhinein doch mehr verlangen wollten. Auch dies wird durch eine Buchen über die App verhindert!

Unterkunft, Beschreibung der Unterkunft, Lage

Die Unterkunft muss selbst organisiert werden. Von Seiten der Gastuniversität wird eine Unterkunft im 4. oder 5. Bezirk empfohlen, da diese am nächsten zum Krankenhaus sind. Allerdings sind die Unterkünfte in diesen Bezirken sehr begrenzt, da diese keineswegs touristisch sind. Wir buchten ursprünglich eine Unterkunft im 10. Bezirk, der sehr authentisch und wenig touristisch war, via Booking. Leider war diese Unterkunft, abgesehen von der mangelnden Sauberkeit, nicht wie auf booking beschrieben und daher haben wir nach 1 Woche diese storniert und sind für den Rest des Aufenthalts, so wie die meisten Austauschstudent*innen, in ein Hotel gezogen, welches uns schlussendlich sogar weniger gekostet hat und näher zum Stadtzentrum gelegen war. Daher würde ich allen empfehlen, gleich ein Hotel für die Dauer des Aufenthalts als Unterkunft zu wählen.

Transport

Grab

Grab ist das vietnamesische Äquivalent zu Uber und Ubereats. Man kann ganz einfach in der App seine Kreditkarte hinterlegen und dann über die App entweder Auto- oder Rollertaxis bestellen. Man bekommt dann Infos über das Kennzeichen und die Fahrten sind alle GPS verfolgt also auch sicher! Man kann sich hier nicht nur ein Taxi rufen, sondern dient die App ähnlich wie Ubereats in Europa auch als Essenslieferant.

Alternativ gibt es noch GreenSM. Ist vom Konzept das Gleiche, allerdings verwendet dieses Unternehmen nur Elektroautos und daher sind gewisse Fahrten etwas billiger. Für optimiertes low budget reisen würde ich die gewünschte Fahrt immer auf beiden Apps nachschauen, da manchmal Grab und manchmal Green SM billiger ist.

Bus

Das Busfahren hat zu meiner Überraschung sehr gut funktioniert. Während meines Praktikums war das Busfahren kostenlos, da es eine Initiative gab, die Einheimischen mehr zum Busfahren animieren sollte. Ein Unterschied zu Österreich ist, dass man sich durch Armheben erkennbar machen muss, dass man diesen Bus nehmen möchte. Tut man das nicht, bleibt der Bus nicht stehen. Im Bus eingestiegen, muss man zwar seine Kreditkarte an ein Gerät halten, allerdings wird nichts abgebucht. Auch beim Aussteigen ist es nicht selbstverständlich, dass der Bus bei jeder Station hält.

Die Busse sind dem Verkehr entsprechend, mal pünktlicher, mal etwas verspätet. Da vor allem morgens zum Arbeitsbeginn die Straßen sehr voll sind und es eher zu Stau kommt, sollte man, wenn man ins Praktikum fährt, eventuell einen oder zwei Busse früher nehmen.

Verkehr und Besonderheiten

Der Verkehr in Ho Chi Minh kann je nach Bezirk sehr chaotisch sein. Roller, Autos und Busse fahren kreuz und quer. Gibt es keine Ampelregelung (wie in den meisten Fällen), dann gilt es einfach langsam loszugehen und nicht stehen zu bleiben oder zurückzugehen. Die Roller weichen einem aus. Auch wenn es sich anfangs wie eine lebensbedrohliche Verkehrssituation anfühlt, ist das die offizielle Art und Weise, in Vietnam die Straße zu überqueren.

Lebenshaltungskosten

Essen und Trinken

Das Essen in Vietnam hat einen sehr hohen Stellenwert, was sich durch die unzähligen Streetfood Ständen, die es wirklich überall gibt, äußert. Da ich großen Respekt vor Lebensmittelvergiftungen hatte, habe ich mich während des Praktikums an ein paar Basic-Regeln gehalten. Kein Streetfood, kein rohes Gemüse (nur gekocht), so gut es ging vegetarisch und wenn möglich, keine Eiswürfel zu konsumieren. Wir sind meistens in herkömmliche Restaurants gegangen, die gute Bewertungen hatten und ich hatte nie Probleme. Je nach Bezirk zahlt man dann umgerechnet im Durchschnitt 3-5 € pro Mahlzeit. Mittagessen kann man für umgerechnet 1,50€ in der Kantine im Krankenhaus und man bekommt eine Suppe, eine Portion Reis, Beilage zum Reis nach Wahl und ein Stück Obst. Das Essen schmeckt gut und wird auch von Seiten der Uni angeraten, da im Krankenhaus die Lebensmittelhygiene gesichert ist. Trinken kann man in ganz Vietnam nur Wasser aus abgefüllten Flaschen.

Einkaufen

Zum Getränke einkaufen gibt es eigentlich an jeder Ecke kleinere Läden wie Circle K oder Family Mart. Große Supermärkte sind hier zb. Co.opmart.

Cash vs Kreditkarte

Die Praktikumsgebühren sind in vietnamesischen Dong (cash) zu bezahlen. Grundsätzlich kann man in der Stadt Ho Chi Minh recht viel mit Kreditkarte bezahlen. Allerdings ändert sich das, sobald man sich aus der Stadt rausbewegt. Ich habe damals bei einem ATM der VP Bank

dementsprechend direkt Vietnamesische Dong, sowohl für das Leben vor Ort als auch die Gebühr für das Praktikum, abgehoben. Achtung: nicht jede Bank lässt einen gebührenfrei abheben. VP Bank ist eine davon. Dennoch können Gebühren von Seiten der Heimatbank anfallen. Außerdem schadet es nicht, ein paar US Dollar einzustecken, die man dann wechseln lassen kann, falls die Karte irgendwann nicht funktionieren sollte.

Freizeit

Wir haben die Zeit unter der Woche für das Sightseeing bzw Unternehmungen in Ho Chi Minh genutzt und die Wochenenden um den Rest Vietnams zu erkunden. Viele Sehenswürdigkeiten sind gratis oder kosten ein paar Euro. Außerdem kann man auch coole Kochkurse und Kaffee Workshops machen, Märkte besuchen oder die Kaffeekultur in sämtlichen kleinen, netten Coffeeshops leben.

Die Städte Vietnams sind öffentlich sehr gut verbunden. Entweder via Bus, Zug oder auch mittels Inlandsflüge. Für kürzere Distanzen kann man über die App Vexere oder 12Go buchen. Vung Tau, Mekong Delta, Phu Quoc, Mui Ne, Con Dao, Hanoi sind nur ein paar wenige Reiseziele, die man im Zuge eines Tages bzw. Wochenendtrips besuchen kann.

Mobilfunk

Ich habe mir vor Abreise eine eSIM für 3 Tage organisiert, damit ich bei Ankunft mobile Daten habe, um mir ein Grab in die Unterkunft rufen zu können. In den darauffolgenden Tagen habe ich mir in einem Viettel Store, der größten nationalen Mobilfunkanbieter in Vietnam, eine prepaid sim für 30 Tage organisiert. Da Viettel, das größte Netz abdeckt, hat man eigentlich immer und überall Empfang und gutes Netz, was vor allem dann von Vorteil ist, wenn man in ländlicheren Gebieten Vietnams unterwegs ist, wo es kein WLAN gibt. Ich hatte 6 GB pro Tag und habe für die 30 Tage, Aktivierung und eSim umgerechnet 15€ gezahlt. Will man die Karte neu aufladen, weil man länger als 30 Tage vor Ort ist, kostet das dann nur noch 4€ für die Daten selbst, da man nicht nochmal Aktivierungsgebühren zahlen muss.

Achtung: es gibt auch prepaid sim am Flughafen, allerdings sind diese um einiges teurer als in der Stadt. Es gibt auch andere Anbieter wie Vinaphone, die etwas billiger sind, allerdings nur in der Stadt funktionieren und selbst dort oft nur sehr langsam sind. Sobald man aus der Stadt herausfährt, kommt es auch schnell mal zu Netzaussetzer.

Generell empfiehlt sich vor Ankunft die Karte von Ho Chi Minh in Google Maps herunterzuladen, damit man, im Falle von Internetproblemen, diese auch offline zur Verfügung hat.

Kultur und Menschen, Gastfreundschaft, Umgangsformen, Sprache, Kulturelle Unterschiede

Die Vietnamesen im Süden Vietnams sind extrem freundlich und hilfsbereit. Auch wenn die wenigsten, vor allem die älteren Generationen kein Englisch sprechen, sind sie dennoch sehr offen und probieren immer mit Händen und Füßen Kontakt mit einem herzustellen. Wenn man Hilfe benötigt, kann man sich auch leicht mittels Google Übersetzer mit den Einheimischen austauschen.

Das Praktikum

Am 1. Tag finden sich alle Internationalen Student*innen im International office (Infos bekommt man alle per Mail) ein. Von dort aus wird man dann bis zu seiner jeweiligen Station begleitet. Es gibt eine generelle Supervision vom Krankenhaus, die man via WhatsApp kontaktieren kann, wenn man Hilfe benötigt. Je nach Station bekommt man ebenso die Telefonnummer von den jeweiligen Ärzten und Ärztinnen, die für einen während des Praktikums zuständig sind, falls es zu Fragen, Unklarheiten oder krankheitsbedingten Ausfällen kommt.

Fachbereiche

Ich verbrachte 2 Wochen auf der Notfallambulanz und zwei Wochen auf der gynäkologischen Abteilung. Die regulären Arbeitszeiten waren von 8:00 bzw. 8:30 Uhr bis 11:30 Uhr sowie von 13:00

bis 16:00 Uhr. Je nach Patientenaufkommen und betreuender Ärztin bzw. betreuendem Arzt können die Arbeitstage jedoch unterschiedlich lang ausfallen. Stethoskop und Scrubs sind selbst mitzubringen.

Notaufnahme

Das Krankenhaus ist grundsätzlich extrem überfüllt und sprengt jegliche Kapazitäten, was sich insofern äußert, dass Patient*innen teilweise schon nachts kommen müssen, um sich eine Nummer für den nächsten Tag zu ziehen. Dementsprechend ist morgens bei Ankunft zur Famulatur sehr viel los am Krankenhausgelände. Die Ausreizung der Kapazitäten spiegelt sich auch in der Notaufnahme wieder, wo Privatsphäre ein nicht vorhandenes Gut darstellt, da die Patient*innen Bett an Bett aufgereiht liegen.

Am 1. Tag bekommt man von Dr. Nang, die zuständige Ärztin für Student*innen in der Notaufnahme, eine Führung durch die Abteilung und alle Namen der Supervisor der nächsten Tage. Planmäßig bekommt man jeden Tag ein theoretisches Teaching zu einem gewissen Thema und geht gemeinsam zum Thema passende Fälle durch. Je nachdem wie viel gerade los ist, fällt das theoretische Teaching mal länger und mal kürzer aus. Bei außergewöhnlichen Fällen, wird einem der*die Patient*in auch persönlich vorgestellt und man kann selbst einen Status (Auskultieren, Reflextestung, Abtasten usw.) erheben.

Unterschiede zu Österreich: ein großer Unterschied zwischen der Arbeit im vietnamesischen Gesundheitssystem und dem österreichischen sind die Krankheitsbilder. Ein schlecht oder gar nicht behandelter Diabetes Mellitus, dekompensierter Mb. Cushing und Antibiotikaresistenzen sind die häufigst auftretenden Krankheitsbilder von Patient*innen in der Notaufnahme. Da man in Vietnam in der Apotheke sowohl kortisonhaltige Medikamente als auch Antibiotika ohne ärztliche Verschreibungen, teilweise sogar prophylaktisch ausgehändigt bekommt und Patient*innen diese ohne zu hinterfragen einnehmen, stellen diese Krankheitsbilder ein weit verbreitetes Problem dar.

Gynäkologie und Geburtshilfe

Die Gynäkologie und Geburtshilfe ist auf drei Stockwerke aufgeteilt. Im 1. Stockwerk werden pränatale Untersuchungen durchgeführt. Im zweiten Stockwerk befindet sich die Ambulanz für Gynäkologie und Geburtshilfe, wo Vorsorgeuntersuchungen, Ultraschalle und Nachsorgeuntersuchungen durchgeführt werden. Im obersten Stockwerk befinden sich der OP-Bereich der Gynäkologie sowie die Kreißsäle, wo ich die meiste Zeit meines Praktikum verbracht habe. Man kann sich frei bewegen und selbst entscheiden, in welchem Operationssaal, je nach Eingriff man zuschauen möchte oder wenn gerade eine vaginale Geburt stattfindet, auch bei dieser anwesend sein. Die Ärzte und Ärztinnen sowie die Hebammen sind alle extrem nett und die meisten sprechen auch Englisch. Selbst wenn jemand nicht englisch spricht, bemühte sich stets jeder, alle Fragen mittels Google Übersetzer zu beantworten. Allerdings muss man sehr viel Selbstinitiative zeigen, wenn man Infos haben möchte über den OP Plan oder ob vaginale Geburten absehbar sind, sofern man bei einer dabei sein möchte.

Da die Gastuniversität ebenso eine Uniklinik ist, sieht man sehr viele verschiedene und sehr interessante Krankheitsbilder. Kaiserschnitte werden um einige mehr als vaginale Geburten durchgeführt. Außerdem waren wir bei einigen Myomoperationen, Hysterektomien, Ovariektomien und Biopsien dabei.

Unterschied zu Famulaturen in Österreich

Im Vergleich zu Österreich unterscheidet sich der Ablauf einer Famulatur bzw. eines klinischen Praktikums in Vietnam deutlich. Selbst vietnamesische Medizinstudierende dürfen keine praktische Tätigkeiten am Patient*innen durchführen. Der Schwerpunkt liegt vielmehr auf Bedside-Teaching und theoretischen Fallbesprechungen (Case Studies). Praktische Tätigkeiten, die in Österreich häufig von Studierenden durchgeführt werden – wie beispielsweise Blutabnahmen, das Legen peripherer Venenzugänge oder das Schreiben von EKGs werden in Vietnam überwiegend vom Pflegepersonal übernommen. Dadurch lag der Fokus meines Praktikums vor allem auf dem

Erlernen diagnostischer Überlegungen und dem fachlichen Austausch mit den betreuenden Ärztinnen und Ärzten.

Weiteres haben wir, obwohl das Krankenhaus angeblich mit ähnlichen Leitlinien wie die westliche Medizin arbeitet, einige intraoperative Methoden oder Techniken bei vaginalen Geburten erlebt, die in Österreich nicht mehr angewendet werden (Bsp.:standardisierter Entlastungsschnitt bei vaginalen Geburten)

Der größte Unterschied für mich persönlich war die Handhabung von zwischenmenschlichen Ausnahmesituationen in der Gynäkologie und Geburtshilfe. Während in Österreich bei einer Geburt der Fokus im besten Fall auf der gebärenden Frau und ihren Bedürfnissen liegt, gleichte es in Vietnam eher eine Checkliste, die abgearbeitet wird. Der Kreißsaal war ein Raum mit einem Bett und einer Wärmelampe. Alle Frauen haben in der gleichen Position gebären müssen. Ihre Ehemänner mussten hinter einem Vorhang warten, bis die Geburt vorbei war, da sie die Geburtsverletzungen nicht sehen durften. Der Anblick der Verletzungen könnte den sexuellen Reiz der Frau beim Mann vermindern. Des Weiteren wird Stöhnen oder das Abgeben von Lauten als respektlos gegenüber dem Pflegepersonal angesehen, wodurch die Geburten meistens sehr leise über die Bühnen gingen. Ich persönlich habe die Geburten als sehr distanziert und emotionslos empfunden, wobei das wahrscheinlich einfach durch die kulturellen Unterschiede zustande kommt.

persönlicher Tipp: Ich hatte während meines Praktikums eine Situation, die selbst eine medizinische Untersuchung erforderte. Leider war es mir, auch wenn ich als Praktikantin an der Quelle saß, nicht möglich, im Universitätsklinikum untersucht zu werden. Ich wurde dann an das Hoan My Privatkrankenhaus verwiesen, welches ich nur weiterempfehlen kann, sollte man selbst medizinische Unterstützung brauchen. Ich habe 180 000 VND (6€) gezahlt, war 30 Minuten dort und habe eine Diagnose inklusive Verschreibung bekommen. Außerdem sprechen sowohl die Sekretärinnen bei der Anmeldung, als auch die Ärzt*innen perfekt Englisch.

<https://hoanmy.com/en/sai-gon/>

Fakten / Stichworte im Überblick

- Vorbereitung: Impfungen, Visum, pre arrival Info, evt. Health Declaration, eSim für die ersten Tage, Grab installieren
- Unterkunft: Airbnb oder Hotel (Krankenhausnähe District 4 oder 5, Innenstadtnahe Distrikt 1)
- Transport: Bus, Grab, Green SM
- Finanzen: USD als back up zum Wechseln mitnehmen, ansonsten in Vietnam in den ersten Tagen vietnamesische Dong abheben
- Freizeit: unter der Woche HCMC erkunden, Kochkurs, Kaffeeworkshops, Shoppen, Spa, das Wochenende für Trips nutzen
- Do's & Don'ts
 - o Do: vietnamesische Gerichte probieren
 - o Don't: im Bus laut reden, Streetfood essen