



**ŠTUDIJSKA POROČILA ERASMUS+ ŠTUDENTOV MEDICINSKE FAKULTETE UNIVERZE V
LJUBLJANI** (poročila so v obliki, kot so jih predložili študenti)

za študijsko leto 2015/2016



Predgovor

Študijsko leto 2015/2016 je bilo na področju mednarodnega sodelovanja in izvajanja programa mobilnosti, še posebej programa Erasmus+, za Medicinsko fakulteto Univerze v Ljubljani ponovno zelo pestro. Program Erasmus+ se na UL MF naglo razvija, na kar kaže veliko zanimanje naših študentov za študij in prakso v tujini in vedno večje zanimanje in gostovanje tujih študentov na študiju naše fakultete. K uspehu programa znatno pripomore tesno medsebojno sodelovanje vodstva fakultete, predstojnikov kateder in inštitutov ter vseh

Erasmus+ študentov, ki so več kot uspešno zastopali našo fakulteto na partnerskih univerzah tudi v letu 2015/2016.

V študijskem letu 2015/2016 je bilo izbranih za Erasmus+ študijsko izmenjavo 64 študentov medicine in dentalne medicine, uspešno je Erasmus+ študijsko izmenjavo opravilo 56 študentov. 22 študentov je uspešno zaključilo Erasmus študijsko prakso. Na MF je v študijskem letu 2015/2016 gostovalo 81 tujih študentov v okviru programa Erasmus+.

V pričujoči zbirki poročil naših študentov o izkušnji z Erasmus+ študijem in prakso se odsevajo tako pozitivne kot negativne izkušnje, te študijske in osebne izkušnje študentov pa so dragocene tako za bodoče Erasmus študente kot za akademsko osebje, saj omogočajo, da bo izvajanje programa Erasmus+ v bodoče še bolj uspešno.

Mag. Jerneja Čelofiga

Mednarodna pisarna MF UL

Ljubljana, november 2016

KAZALO

VMESNA POROČILA.....	5
1. ČEŠKA – CHARLES UNIVERSITY IN PRAGUE (Urša Nagode).....	5
2. DANSKA – UNIVERSITY OF COPENHAGEN (Marija Vita Zupanič).....	6
3. DANSKA – UNIVERSITY OF COPENHAGEN (Luka Lapajne).....	8
4. FRANCIJA – UNIVERSITY JOSEPH FOURIER GRENOBLE (Eva Koban).....	9
5. FRANCIJA – UNIVERSITY CLAUDE BERNARD LYON (Hana Bešič).....	11
6. ISLANDIJA – UNIVERSITY HASKOLI ISLANDS (Urša Trampuž).....	11
7. NEMČIJA – RWTH AACHEN (Ana Marija Krumepstar).....	12
8. NEMČIJA – CHARITE BERLIN (Ana Štublar).....	14
9. NEMČIJA – FRIEDRICH-ALEXANDER-UNIVERSITY ERLANGEN NÜRNBERG (Ana Hrovat)	15
10. NEMČIJA – FRIEDRICH-ALEXANDER-UNIVERSITY ERLANGEN NÜRNBERG (Jure Salobir)	16
11. NORVEŠKA – NTNU (Ana Pavlič).....	18
12. NORVEŠKA – NTNU (Andraž Nendl).....	19
13. NORVEŠKA – UNIVERSITY OF BERGEN (Matej Perovnik).....	20
14. PORTUGALSKA – UNIVERSITY OF PORTO (Damjana Srednik).....	21
15. ŠPANIJA – UNIVERSITY OF GRANADA (Blaž Plaznik Šporin).....	22
KONČNA POROČILA.....	23
1. AVSTRIJA – MEDICAL UNIVERSITY VIENNA (Barbara Podnar).....	23
2. AVSTRIJA – MEDICAL UNIVERSITY GRAZ, UNIVERSITÄTSKLINIK FÜR ZAHNMEDIZIN UND MUNDGESUNDHEIT (Matic Kapš) – PRAKSA.....	28
3. AVSTRIJA – HOSPITAL ŠENTVID OB GLINI (Tina Prosen) PRAKSA.....	31
4. ČEŠKA – CHARLES UNIVERSITY IN PRAGUE (Luka Rebolj).....	33
5. Češka – MASARYK UNIVERSITY BRNO (Andraž Bone).....	34
6. ČEŠKA – CHARLES UNIVERSITY IN PRAGUE (Urša Nagode).....	37
7. DANSKA – UNIVERSITY OF COPENHAGEN (Marija Vita Zupanič).....	39
8. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Nika Mrzelj).....	46
9. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Metka Kelbič) DENTALNA MEDICINA.....	49

10.	FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Sara Jagodic).....	50
11.	FRANCIJA – UNIVERSITY BORDEAUX (Maja Jurtela)	54
12.	FRANCIJA – JOSEPH FOURIER UNIVERSITY IN GRENOBLE (Eva Koban).....	57
13.	FRANCIJA – UNIVERSITY CLAUDE BERNARD LYON (Hana Bešič)	60
14.	FRANCIJA – UNIVERSITY STRASBOURG (Nika Troha)	62
15.	FRANCIJA – UNIVERSITY STRASBOURG (Tajda Starman).....	67
16.	HRVAŠKA – UNIVERSITY OF SPLIT (Maja Trampuš)	70
17.	ISLANDIJA – UNIVERSITY HASKOLI ISLANDS (Urša Trampuž)	72
18.	NEMČIJA – FRIEDRICH-ALEXANDER-UNIVERSITY ERLANGEN NÜRNBERG (Jure Salobir)	
	PRAKSA	74
19.	NEMČIJA –HEINRICH-HEINE UNIVERSITY DÜSSELDORF (Petar Milovanović)	76
20.	NEMČIJA - HEINRICH-HEINE UNIVERSITY DÜSSELDORF (Kaja Troha)	78
21.	NEMČIJA – RWTH AACHEN (Monika Alič).....	81
22.	NEMČIJA - RUPRECHT-KARLS-UNIVERSITY HEIDELBERG (Urban Neudauer)	83
23.	NEMČIJA – LÜBECK UNIVERSITY (Eva Recek)	87
24.	NEMČIJA – LUDWIG-MAXIMILIAN UNIVERSITY IN MUNICH (Lea Kepic).....	88
25.	NORVEŠKA – NTNU TRONDHEIM (Ana Pavlič)	90
26.	NORVEŠKA – NTNU TRONDHEIM (Andraž Nendl)	92
27.	POLJSKA – MEDICAL UNIVERSITY WARSAW (Kristina Duh).....	94
28.	POLJSKA – MEDICAL UNIVERSITY WARSAW (Jan Alatič)	96
29.	ŠPANIJA – UNIVERSITY LA LAGUNA, TENERIFE (Ajda Mavrič) PRAKSA	98
30.	ŠPANIJA – UNIVERSITY OF GRANADA (Blaž Plaznik Šporin)	99
31.	ŠPANIJA – UNIVERSITY LA LAGUNA, TENERIFE (Zala Vrhunc)	101
32.	ŠPANIJA – UNIVERSITY OF CANTABRIA (Maja Pavlica)	103
33.	ŠVEDSKA – UNIVERSITY OF GÖTEBORG (Anida Muratagić) PRAKSA.....	104
34.	ŠVEDSKA - SAHLGRENSKA AKADEMIN, GÖTEBORGS UNIVERSITY (Maruša Mencinger)	
	106	
35.	TURČIJA – YEDITEPE UNIVERSITY (Manca Opeka).....	107
36.	VELIKA BRITANIJA – IMPERIAL COLLEGE LONDON (Špela Trampuš Ramovš) PRAKSA	
	109	
37.	VELIKA BRITANIJA – IMPERIAL COLLEGE LONDON (Tjaša Divjak) PRAKSA.....	112
38.	VELIKA BRITANIJA – IMPERIAL COLLEGE LONDON (Simon Rekanovič) PRAKSA	113

VMESNA POROČILA

1. ČEŠKA – CHARLES UNIVERSITY IN PRAGUE (Urša Nagode)

25.9. sem prispela v Prago, kjer me je toplo sprejela »buddy« Xeniya, s katero sva v trenutku postale zelo dobre prijateljice. Xeniya mi je močno olajšala prve dni v Pragi, ki so bila ena dolga čakalna vrsta pred različnimi pisarnami, polne »izgubljenih« tujih študentov. Z njeno družbo je bilo vse lažje, zato je res čudovito, ko imaš prijaznega »buddyja«, ki si vzame čas zate.

Prvi teden nisem imela pouka zato sem prost teden izkoristila za opravljanje vaj in obiskovanje predavanj in seminarjev iz sečil v Ljubljani. Nefrologije žal zaradi prekrivanja urnika ne bi mogla narediti v Pragi zato sem zgrabila ponujeno priložnost in opravila Sečila z prvim sklopom v Ljubljani. Kljub opravljenim predmetom v Ljubljani, sem vseeno obiskovala Urologijo v Pragi, za kar mi ni niti trenutek žal, ker sem obiskovala čudovita predavanja, in imela teden vaj na urološki kliniki, kjer sem asistirala pri cirkumciziji, naredila svoje prve šive in prisostvovala pri številnih endoskopskih operacijah raka mehurja in prostate. Na svojo iniciativo pa sem še en dodaten dan preživela v ambulanti pediatrične urologije pri doc. MUDr Kočvari, ki je evropsko priznan urolog pediater.

Po 2 tednih urologije sem nadaljevala z 2 tednoma kirurgije v splošni kirurški bolnici Thomayerova nemocnice, kjer sem asistirala pri operacijah raka debelega črevesa in danke, opazovala operacije varic spodnjih okončin, zloma olekranona, rabdomiosarkoma ... Na praznik pa sem dodatno prišla še v kirurško ambulanto.

Naslednji predmet je bil stomatologija, kjer žal ni bilo vaj, oziroma so bile samo na papirju, so bila pa predavanja zato toliko bolj interaktivna in zabavna. Poleg standardnih izpitnih tem, pa smo se naučili še nekaj grških besed. Cel predmet je trajal le 1 teden, zato je bilo precej intenzivno.

Kardiologija je bila precej praktično zastavljena z odličnimi interaktivnimi predavanji in zelo uporabnimi vajami. Trajala je 3 tedne po 4h na dan, od tega je bilo polovico vaj. Vaje so bile

zelo raznolike, od jemanja statusa (jemanje anamneze v češčini mi žal še ne gre tako dobro od rok) pa do asistiranja v cath labu pri angiografiji pljučnih žil. Vmes smo se v echo labu naučili kako izračunati tlak v pljučnih arterijah, na oddelku pa smo poslušali različne šume in se urili v sistematičnem branju EKG. Seveda sem morala tu opraviti tudi dodatnih 5 h vaj, ki sem jih preživela v echo labu. Te vaje in predavanja so mi definitivno približale kardiologijo.

Oftalmologija ni moje najljubše področje medicine, vendar sem si uspela z direktnim oftalmoskopom in slit lamp oftalmoskopom prikazati fundus, kar menda ni mačji kašelj. Moram reči da sem imela zelo potrpežljive in vzpodbudne mentorje. Vaje so bile zelo dobro organizirane, vsi smo videli ambulanto za glavkom, opravili perimetrijo, OCT (optic coherence tomography), ... Predavanja so bila dovolj dobra, da sem jih z veseljem obiskovala, ker so nudila dober in strukturiran pregled čez snov.

Zaključila bi s tem, da sem zelo navdušena nad vajami in predavanji dosedanjih predmetov ter prijaznostjo mentorjev. Edino kar me preseneča je slabo splošno znanje angleščine, vendar se da vse rešiti z malim slovarčkom ali pa če ne gre drugače google translate. Žal je predmet osnovne češčine, ki ga obiskujem zelo osnoven in zelo neuporaben, tako da si z njim ne morem kaj dosti pomagati.

2. DANSKA – UNIVERSITY OF COPENHAGEN (Marija Vita Zupanič)

Sem študentka 6. letnika medicine – včeraj, 25. 1. 2016, sem v Kopenhagenu zaključila s tritedenskim tečajem danščine, od februarja do konca maja pa bom opravljala še 5 tednov vaj iz interne medicine, 5 tednov vaj iz kirurgije in 2 tedna vaj iz anesteziologije. Kopenhagen sem izbrala, ker me Skandinavija že dolgo fascinira s svojo urejenostjo, kar se zrcali tudi v šolstvu, ker ponuja študij v angleščini, pa tudi, ker kot prestolnica (bolj) živahno utripa.

Po podatkih na spletnih straneh »Faculty of Health and Medical Sciences« enega izmed paketov za mednarodne študente sestavlja 5 tednov interne medicine in 5 tednov kirurgije, vendar sem v prijavnici po nasvetu kolegice, ki je bila v Kopenhagenu na izmenjavi lani, izrazila tudi željo po opravljanju anesteziologije. Trenutno namreč anesteziologija ni avtomatsko dodana k 10-tedenski praksi, kot je bojda nekoč bila, se jo pa da opravlјati, četudi uradno ni

na voljo. V Ljubljani mi bodo ta dva tedna priznali za izbirni predmet Anesteziologija, vendar moram v okviru njega junija doma opraviti še izpit.

V Kopenhagen sem prispela 3. 1., dan pred pričetkom predsemestrskega tečaja danščine, ki ga organizira Univerza v Kopenhagenu. Kmalu po prihodu sem obiskala mednarodno pisarno na fakulteti, da so mi podpisali dokumente. Na tečaj sem se prijavila v spletni prijavnici istočasno kakor za medicinske predmete. Tečaj poteka tri tedne od ponedeljka do petka med 9:00 in 12:30, domača naloga je na sporedu vsak dan. Obiskovali smo ga mednarodni študentje na različnih izmenjavah. Ob popoldnevih so bile organizirane dodatne aktivnosti (ogled Christianie, film, drsanje, predavanja o danski kulturi ...). Tečaj smo v petek, 22. 1., zaključili s pisnim delom izpita, v ponedeljek, 25. 1., pa smo opravljali še ustni del. Z nekaj zavzetosti ni težko doseči najboljših ocen, to je 12. Pozitivno opravljen izpit tukaj vrednotijo s 7,5 ECTS, vendar mi ga bodo doma šteli za izbirni predmet, ki bo ovrednoten s 3 ECTS in le opisno ocenjen (»priznan«). Tečaj predstavi nekaj segmentov življenja na Danskem in omogoča tikanje vezi z mednarodnimi študenti, upam pa tudi, da mi bo nekaj naučenih fraz pomagalo pri komunikaciji s pacienti. Prijavila sem se še na semestrski tečaj, ki bo potekal od 15. februarja do konca maja dvakrat na teden po tri šolske ure.

Dva tedna nazaj so mi na mojo prošnjo iz tukajšnje mednarodne pisarne posredovali urnik za klinično prakso. Pričenjam jo šele 22. 2., četudi naj bi se semester pričel teden prej. V bolnišnici Hvidovre se bom učila na oddelkih za pulmologijo in abdominalno kirurgijo, konec maja pa bom v glavni bolnišnici Rigshospitalet opravljala vaje iz anesteziologije.

Po koncu tečaja smo na organiziranem dogodku v okviru univerze pridobili dovoljenje za začasno bivanje in CPR številko. 8. 2. imamo na fakulteti spoznavno srečanje, proti koncu februarja še eno izključno za študente medicine. Do začetka prakse načrtujem mešanico izletov, kulturnega udejstvovanja, športa in študija. Kopenhagen je živo mesto, je pa vreme (mraz, veter, mrak) zaenkrat bolj naklonjeno notranjim aktivnostim. Univerza ponuja mnogo športov, zaenkrat se zdi, da po dostopnih cenah. Ko se otopli, načrtujem nakup kolesa, ki ga tukaj zaradi dragega javnega prevoza in prometnih konic množično uporabljajo.

Januarja najemam sobo pri slovenski družini, ki sem jo našla na Facebook-u, februarja pa se selim v študentski dom Det Ny Emdrupborg Kollegium. Za sobo v študentskem domu sem se prijavila preko podjetja Housing Foundation, ki gostuje na spletni strani Univerze v Kopenhagenu, a žal je bilo na voljo premalo sob za januar. Sobo sem morala najeti do konca semestra, to je zame od 1. 2. do 15. 7., vendar bom lahko pogodbo skrajšala, če bodo našli novega najemnika.

Zaenkrat je tukaj imenitno. Za študente je odlično poskrbljeno, tako formalna kot neformalna pomoč se zmeraj najmeta, vlada red: odlično funkcionira sistem mentorjev (moj mentor, študent medicine, mi je pisal sredi januarja); vsi študentje lahko dostopamo do intraneta univerze, kjer npr. objavljajo razne zanimive članke, tam najdeš svoj e-indeks, pa tudi svoj e-nabiralnik; Danci so prijazni in si vzamejo čas zate (ko npr. v trgovini ne najdeš neslanega masla, ti neznanka potrpežljivo obrazloži pet različnih etiket, podobni pripetljaji so pogosti); v mestu ti je težko dolgčas.

3. DANSKA – UNIVERSITY OF COPENHAGEN (Luka Lapajne)

Konec meseca julija sem prispel v Kopenhagen in prevzel ključne sobe, ki sem jo rezerviral preko organizacije *Housing foundation University of Copenhagen*, ki zagotavlja akomodacijo študentom na izmenjavi na Univerzi v Kopenhagenu. Živim v študentskem domu *Signalhuset kollegium*, ki je precej oddaljen od centra in bolnišnice, kjer bom opravljal rotacijo, ampak glede na dejstvo, kako težko je dobiti stanovanje v Kopenhagenu, sem s tem, kar imam, zelo zadovoljen.

Tretjega avgusta sem pričel tritedenski tečaj danščine, ki ga priporočam vsem študentom, ki pridejo na izmenjavo v Kopenhagen. V treh tednih smo osvojili osnove danščine in uporabne vsakdanje fraze, ki ti omogočajo lažjo integracijo z okoljem. Tečaj se je zaključil s pisnim in ustnim izpitom, ki nista bila preveč zahtevna. Tekom tečaja sem spoznal mnogo drugih študentov, ki prihajajo iz domala celega sveta in študirajo zelo različne stvari. Organizirane smo imeli tudi ekskurzije po danski prestolnici in razna druženja.

Po končanem tečaju sem imel oziroma še imam kar nekaj dni prostega časa. Z deset-tedensko klinično rotacijo v bolnišnici začnem 14. septembra. Med tem časom si bom uredil *residence permit* (dovoljenje za bivanje, če izmenjava traja več kot 3 mesece) in dansko *CPR-number* (številka zdravstvenega zavarovanja). Menim, da je bilo do sedaj s strani Univerze v Kopenhagenu vse zelo dobro organizirano. Dobili smo tudi ogromno informacij, ki zadevajo naš študij in življenje na Danskem. Pred tednom dni smo imeli tudi srečanje in večerjo z vsemi mednarodnimi študenti na *Faculty of Health and Medical Sciences*, kamor spada tudi medicina.

Še nekaj tehničnih podrobnosti. Tukaj je glavno prevozno sredstvo kolo, tako da sem si ga tudi jaz kupil že v prvem tednu. Moram priznati, da smo do sedaj imeli veliko sreče z vremenom, saj je bila večina dni sončnih in zato primernih za kolesarjenje. Kopenhagen je drago mesto, predvsem bari in restavracije so za slovenski študentski žep tako rekoč nedosegljivi, v trgovinah pa se da najti relativno kvalitetno in dobro hrano za ne previsoko ceno. Več stvari o samem delu v bolnišnici bom napisal v končnem poročilu.

4. FRANCIJA – UNIVERSITY JOSEPH FOURIER GRENOBLE (Eva Koban)

Septembra sem pričela z 10-mesečno izmenjavo. Prvi mesec je minil v urejanju dokumentacije, ki ji ni videti konca. S študentskim domom sem zelo zadovoljna, zaradi oddaje prošnje na CROUS do roka (1. julij) sem sobo dobila že z začetkom septembra. Obstaja več študentskih domov v kampusu, ki niso vsi enako opremljeni (skupni/posamezni WC in tuši). Organizacija s strani koordinatorke erasmus je bila prvi mesec zadovoljiva. Dodeljena sem bila na prvi oddelek – Diabetologie et nutrition. Prav tako smo študentje medicine dobili zadosti informacij glede administrativnih opravkov (odprtja bančnega računa, pridobitve zavarovanja...). Nakar se je oktobra sistem zamenjave oddelov pri Aline (koordinatorka Erasmus študentov) porušil. Približno 15 študentov je slaba dva tedna ostalo brez oddelka, na katerem bi lahko opravljali vaje. Nato se se stvari uredile, ob osebni zglasitvi pri Aline sva skupaj sestavili letni program zamenjave oddelkov na novo! Ob potrditvi LA sem namreč pričakovala, da bom lahko željene predmete (prakso na oddelu) tudi opravljala. Tukaj pa sem ugotovila, da se tabela kamor razporedi študente na izmenjavi po oddelkih izpolnjuje sproti, torej po principu kdor prej pride, prej melje. Tako sem zamenjala 3 željene oddelke z drugimi, ki še niso bili zasedeni.

Delo na oddelku Diabetesa sem opravljala vsak dopoldan, urnik prihoda in odhoda je bil zelo fleksibilen in odvisen od lastne motivacije. Skupaj z francoskimi študenti medicine, ki delajo na oddelku (4.-6. letnika) sem opravljala anamneze, statuse, posnela EKG in slikala očesna ozadja. Vsak dan so potekale vizite s specializanti in enkrat tedensko vizita z glavnim profesorjem. Sem zelo vesela, da sem pred izmenjavo opravila tečaj francoščine na francoskem inštitutu in 3-tedenski intenzivni tečaj v Nici. Vsemu navkljub je bil prvi mesec glede jezika izčrpavajoč, vendar se je trud poplačal ob uspešno opravljenih samostojnih pregledih pacientov. Za potrditev opravljenih vaj na oddelku potrebno opraviti observation pedagogique, kar je običajno ppt predstavitev pacienta, ki si mu sledil z dodatkom nekaj teorije. Na diabetesu pa je bilo potrebno predstaviti poljubno raziskavo/članek v povezavi s pacientom na oddelku v angleščini ali francoščini.

Sredi oktobra sem bila premeščena na torakalno kirurgijo. Vzdušje na tem oddelku je zelo sproščeno. Delo na oddelku zajema odstranitev drenov, v operacijskem bloku pa opazovanje predvsem lobektomij in tireoidektomij.

Zelo priporočljivo je, da se začne izmenjava s septembrom, saj v Franciji začnejo s študijskim letom že septembra, in posledično je takrat tudi največ dogodkov in priložnosti za spoznavanje ostalih Erasmus študentov. Grenoble je sicer relativno majhno mesto, vendar prijetno za študenstvo življenje (campus). Imajo odličen javni potniški promet s trami in avtobusi. Možen je tudi najem kolesa za daljše časovno obdobje. Med vikendi je veliko priložnosti za gorske pohode, smučanje/bordanje ali obisk sosednjih mest. Za potovanje po Franciji je najbolj ugodno rezervirati prevoz na spletni strani BLA BLA CAR, kar ustreza slovenski spletni strani prevozi.org.

Poleg štipendije Erasmus je možno tukaj pridobiti tudi sofinanciranje s strani CAF-a. Znaša približno 50 evrov mesečno, odvisno od višine najemnine za študentsko ali privatno sobo.

Glede izbirnih predmetov je možno izven fakultete za medicino opravljati tečaj francoskega jezika (enkrat tedenko po 2 uri), vpisati pa se je možno na šport, za katerega si na koncu ocenjen. V obeh primerih ti na koncu univerza prizna 3 ECTS. Ponudba je res pestra, kar je še

bolje, je to, da za šport, pri katerem si ocenjen ni potrebno plačati. Dodatno se lahko vpišeš na poljubno število športov, ki so relativno poceni.

5. FRANCIJA – UNIVERSITY CLAUDE BERNARD LYON (Hana Bešič)

Z izmenjavo sem pričela 29.2.2016. V Lyon sem prispela že en teden pred tem, saj sem pričakovala, da bom morala pred pričetkom vaj dopolniti še veliko administrativnih zadev. Izkazalo se je, da sem vse potrebne dokumente posredovala po elektronski pošti že pred prihodom, tako da sem se morala na fakulteti samo še formalno vpisati.

Stanujem v študentskem domu Lirondelle, ki je prenovljen grad z lastnim parkom blizu centra mesta. Imam svojo sobo s kopalnico, kuhinja pa je skupna za celo nadstropje. Ob prihodu sem morala kupiti posodo, odejo in vzglavnik.

Prvi del vaj opravljam na Oddelku za abdominalno in splošno kirurgijo ter transplantacijo jeter v bolnišnici Croix-Rousse. Cikel vaj traja 6 tednov. Nad sprejemom na oddelku sem bila malo razočarana, saj me, kljub temu da so bili o mojem prihodu obveščeni, ni pričakal nihče. Prav tako mi nihče ni povedal kaj se pravzaprav pričakuje od mene, kdaj naj prihajam oziroma odhajam iz bolnišnice itd. Sprejeli so me študenti, ki so mi tudi razkazali kirurški blok. Po nekaj dneh sem se navadila in odkrila rutino dela. V bolnišnico pridem ob 7.30, sledi vizita z oddelčnimi specializanti, nato grem v operacijski blok. Večinoma operacije samo opazujem, večkrat sem pa tudi že asistirala in zaprla rano. Vsi kirurgi so zelo prijazni, cenijo, da se trudiš s tujim jezikom in radi odgovorijo na vprašanja. 1-2x/teden grem tudi v ambulanto, kjer vidim veliko raznolikih primerov in malo več sodelujem pri oskrbi pacienta kot v kirurškem bloku. Domov odhajam okoli 13h, pred tem kosim v bolnišnični menzi.

Enkrat na teden obiskujem tečaj medicinske francoščine, kjer predelujemo različne zanimive z zdravstvom povezane teme.

6. ISLANDIJA – UNIVERSITY HASKOLI ISLANDS (Urša Trampuž)

Na Islandijo sem prispela dobre tri tedne pred uradnim pričetkom semestra, saj sem se udeležila tečaja islandščine, ki ga organizirajo za tuje študente. Tečaj je potekal v Nupur-ju, odmaknjeni vasici v Westfjords, na severo - zahodnem delu Islandije. Tečaj je bil dobro organiziran, osredotočen predvsem na besedišče, ki se ga uporablja vsak dan. Poleg tega pa sem spoznala tudi mnoge druge Erasmus študente, s katerimi je bilo mnogo lažje raziskovati Reykjavik in ostale dele Islandije po zaključku tečaja. Tečaj smo zaključili 22.8. ter se vrnili v Reykjavik. Prvih deset dni v Reykjaviku sem našla nastanitev preko airbnb.com (zelo priporočam), nato pa sem se s 1.9. vselila v sobo, kjer bom ostala naslednje štiri mesece. Soba je v centru Reykjavika (Miklabraut 66), približno 10 minut hoje oddaljena od bolnice ter 30 minut do druge bolnice.

Vaje sem pričela 24.8.2015. Dober teden pred pričetkom sem dobila e-mail iz bolnice z vsemi napotki in navodili. Prvi dan me je predstojnica Interne medicine in Kirurgije pričakala, me popeljala naokoli po bolnici, mi predstavila moj urnik ter me odpeljala na oddelek, kjer sem pričela z vajami. Prvih pet tednov sem na kardiologiji, trenutno sem v četrtem tednu vaj. Rotiram med tremi ekipami na kardiologiji – rdeča ekipa (za akutni koronarni sindrom), zelena ekipa (za srčno popuščanje) ter modra ekipa (za aritmije). Osebe na oddelku je prijazno in pripravljeno pomagati, vzdušje je zelo sproščeno. Kljub temu, da se trudijo govoriti angleško z menoj, vseeno poteka veliko pogovorov tudi v islandščini. Angleško načeloma govorijo vsi, izjeme so le kakšni starejši bolniki. Do sedaj se moj povprečen dan v bolnici prične ob osmi uri z raportom, nato sledi pogovor o bolnikih in nato vizita. Po viziti je potrebno napisati dnevni zapis za vsakega bolnika (pri čemur lahko pomagam tudi jaz, saj lahko pišem v angleščini) in nato sledim zdravniku naokoli. Po kosilu se zdravnik večinoma ukvarja z urejanjem papirjem, tako da mene pošljejo opazovati različne preiskave in postopke (npr. angiografija, perkutana revaskularizacija), v laboratorij, kjer lahko vadim odvzem krvi ali pa pregledujem bolnike, ki so jih na novo sprejeli na oddelek popoldne. Običajno zaključim med 15.30 – 16.00.

7. NEMČIJA – RWTH AACHEN (Ana Marija Krumeč)

Ko se po enem mesecu v Aachnu življenje končno malo umiri, se najde tudi čas za pisanje poročila.

V sredini avgusta sem izvedela, da moram biti v Aachnu že zadnji dan avgusta, ker sem takrat dobila datum za vpis na fakulteto RWTH Aachen. Z Moniko, ki v Aachnu opravlja vaje za šesti letnik, sva se odločili, da bova potovali skupaj. Letalske karte so bile konec avgusta še precej drage, pri online rezervaciji karte za vlak pri Deutsche Bahn se je zatikalo pri plačilu karte, zato sva se na koncu odločili, da bova potovali z avtobusom. Povezave z avtobusom med Ljubljano in Aachnom so vsakodnevne in precej ugodne, pot pa traja ceni primerno res dolgo.

Zadnja leta je v Aachnu res velika težava z iskanjem stanovanja/študentske sobe. Pred časom so v Nemčiji skrajšali srednješolsko izobraževanje, zato je sedaj na fakultetah ena generacija študentov več, nastanitev pa premalo. Za iskanje sobe je odgovoren vsak študent sam, fakulteta ne zagotavlja sobe niti za študente na izmenjavi. Predlagam, da se že ob misli, da bi želeli na izmenjavo v Aachen, na spletu prijavite za sobe v študentskih domovih. Sama sem skoraj pet tednov živela v stanovanju na vzhodni strani mesta kot "couch-surfing" in nato s 1.10. na srečo dobila sobo v študentskem domu na zahodni strani centra. Cene sobe na mesec s stroški so precej različne. V študentskem domu lahko bivaš za cca 220 eurov, v sobi v privatnih stanovanjih pa za 280-380 eurov/mesec. Vse sobe so enoposteljne.

V torek, 1.9., smo pisali razvrstilni test za intenzivni tečaj nemščine. Pri testu preverjajo predvsem znanje slovnice. Na tečaju pa se večinoma učiš novega besedišča, govora, poslušanja in pisanja esejev. Tečaj se je začel en teden kasneje in trajal tri tedne. Cena tega tečaja je 160 eurov.

Vsekakor se splača priti v Aachen že septembra. V enem mesecu se približno že spoznaš z mestom, urediš glavne stvari kot je vpis na fakulteto, plačilo prispevka za "semester ticket", ki velja po celi NRW in vpisnio - skupaj 230 eurov/semester, prijaviš prebivališče, odpreš račun pri nemški banki. Zame najpomembnejše je, da sem septembra spoznala veliko študentov na izmenjavi v Aachnu in tudi nemških študentov. Sporazumevanje v angleščini in nemščini pa po enem mesecu ni več velika težava.

Več študentskih organizacij tedensko organizirajo najrazličnejše dogodke za mednarodne in nemške študente. Včasih pa se tudi sami organiziramo in odidemo na izlet v Belgijo (študentska karta za vlak je zelo poceni) ali pa kamorkoli po NRW od 1.10. dalje, ko velja

"semester ticket". Nemški študentje so precej zainteresirani, da bi spoznali tuje študente in ti pomagajo na vsakem koraku.

Zimski semester se prične 1.10., predavanja na večini fakultet pa letos 19.10. Na medicinski fakulteti se vaje lahko pričnejo že konec septembra, predavanja pa na začetku oktobra. Glede začetka vaj se lahko tudi dogovoriš s koordinatorko za Erasmus študente. Sama z vajami začnem v sredini oktobra.

Pred odhodom na izmenjavo in tudi med njo, mora študent urediti res veliko stvari in izpolniti marsikateri dokument. Organizacijske dela je ogromno, vendar pa je tudi izkušnja velika. Že sedaj vem, da se bo delo poplačalo. Z izborom kraja izmenjave pa sem tudi zelo zadovoljna. Študent na izmenjavi se v Aachnu počuti resnično dobrodošlega.

Za kakršnakoli vprašanja v zvezi s študijsko izmenjavo mi lahko vedno pišete na: anamarija.krumpestar@gmail.com

8. NEMČIJA – CHARITE BERLIN (Ana Štublar)

Začetek oktobra 2015 sem začela s študijsko izmenjavo na Charite v Berlinu. Tu opravljam vaje iz kirurgije, v decembru in januarju pa bom opravljala vaje iz interne medicine.

Kot najbolj naporen del začetka moje izmenjave bi izpostavila iskanje stanovanja v Berlinu. Najti stanovanje, ki je primerno in ima sprejemljivo ceno, je zelo zelo težko. Iskanja pa se je treba lotiti pravzaprav, ko si že v Berlinu, ker brez osebnega srečanja ti nihče ne odda stanovanja. A na koncu mi je vseeno pravočasno uspelo.

S samimi vajami sem začela 12. oktobra na kampusu Virchow. Sama univerza je namreč razdeljena na tri kampuse: Mitte in Virchow ter Benjamin Franklin. Prva dva ležita centralno, tretji pa je kar daleč iz centra samega mesta. Torej če se odločate za opravljanje vaj je kar pomembno za kateri kampus se odločite.

Pred začetkom vaj se je seveda treba vpisati na fakulteto in urediti vso birokracijo, pri čemer zelo pridno pomaga njihova mednarodna pisarna Chic. Ob začetku izmenjave ti je tukaj s strani študentske organizacije Erasmix dodeljen »buddy«, ki ti pomaga pri vsej birokraciji in iskanju stanovanja in podobnih rečeh.

Vaje opravljam na Unfallchirurgie, Virchow Klinikum. Slučajno sem prišla na oddelek septične kirurgije kjer je Oberarzt gospod dr. Trampuž. To dejstvo je moja celo izkušnjo naredilo še toliko lepšo. Na splošno so vsi do mene izredno prijazni, so pa pričakovanja glede tega koliko praktičnega znanja naj bi imel študent 6. letnika, kar velika. Moje delo na oddelku je vse od jemanja krvi, do pomoči pri pisanju odpustnic, veliko pa je tudi asistiranja pri operacijah. Najbolj zanimivo je na urgenci, kjer dejansko dobiš priložnost uporabiti svoje znanje in iznajdljivost. Način dela na oddelku je podoben kot pri nas, razlika je pa v tem, da je jemanje krvi in nastavljanje IV kanalov naloga PJ (študentov 6. letnika). Torej predznanje na tem področju pride zelo prav. Prav tako pa je znanje nemščine na nivoju vsaj C1 po mojem mnenju kar nujen predpogoj za študij v Berlinu.

9. NEMČIJA – FRIEDRICH-ALEXANDER-UNIVERSITY ERLANGEN NÜRNBERG (Ana Hrovat)

V Erlangen sem prišla opravljati večino kliničnih vaj za 6. letnik (interna medicina, kirurgija, družinska medicina in pediatrija). V mesto sem prispela teden pred začetkom zimskega semestra, torej prvi teden v oktobru. V prvem tednu se je odvijal obvezen orientacijski tečaj, v okviru katerega smo s pomočjo tukajšnjih študentov in mednarodne pisarne uredili vse potrebne papirje (prijava bivališča, vpis na fakulteto) in dobili osnovne informacije glede bivanja v mestu. Iskanje študentskega doma je v Erlangnu precejšna težava, saj gre za manjše univerzitetno mesto, v katerem je študentov precej več, kot sob, ki so na voljo. Sama sem že v marcu izpolnila prijavnice za državni in večino privatnih študentskih domov. Dobila sem samo en pozitiven odgovor, za katerega sem se takoj odločila, tako da stanujem v mednarodnem študentskem domu, pol ure hoje do večine fakultet in bolnic. Ob vpisu mora vsak študent plačati 107 €. S tem so pokrite vpisnine v knjižnice, vključena pa je tudi uporaba javnih prevoznih sredstev v mestu od 19.00 do 6.00 med tednom in neomejeno ob sobotah in nedeljah. Po želji je za 193 € možno dokupiti vozovnico, ki je veljavna ves čas (tudi med 6.00 in 19.00) do konca semestra, kar je ob opravljanju dela vaj izven mesta, kot bo v mojem

primeru (družinska medicina), najbolj smiselna rešitev. Sicer je brez dileme glavno prevozno sredstvo v mestu kolo.

Na vse redne tukajšnje predmete se je potrebno prijaviti preko spleta. Dostop do za to potrebnega portala dobiš ob prejemu študentske izkaznice in ostalih dokumentov, ki ti jih tukajšnja fakulteta izda nekje 2-4 tedne po vpisu. Do takrat te vpisuje in prijavlja koordinator za mednarodne študente na fakulteti.

Začela sem z vajami iz kirurgije na oddelku za splošno kirurgijo. Z vajami sem začela 12. oktobra, kot sem se predhodno sama dogovorila na tukajšnji katedri za kirurgijo. Vaje večinoma potekajo od 7.00 do 16.00. Od študentov se pričakuje jemanje krvi, asistiranje pri operacijah, udeležba na vizitah in konzilijih, skratka aktivna vključenost v delo oddelka. Osebe je zelo prijazno. Vsak študent dobi svoj telefon, da te lahko pokličejo, kadar te kdo potrebuje. Začenjajo točno ali še raje kakšno minuto prej. Približno enkrat na teden poteka izobraževanje za študente v praktičnem letu, h katerim nas večinoma prištevajo. Na izobraževanjih se v manjših skupinah obravnava teme, vezane na področje opravljanja študijske prakse, npr. učenje šivanja in vozlanja. Za vse vaje sem se zaradi razlike med nemškim in slovenskim študijskim programom individualno že pred podpisom Learning agreementa dogovarjala na posameznih katedrah.

Dosedanja izkušnja je zelo praktična in raznolika. Erlangen je narodnostno zelo pisano mesto, saj je tujih študentov na fakulteti več kot deset odstotkov. Zaenkrat se v prostem času še precej posvečam učenju nemščine, ki včasih lahko predstavlja oviro pri komuniciranju z bolniki. Sicer se v mestu počutim varno, ljudje so prijazni, v trgovinah najdeš vse kar potrebuješ. Nekoliko me je presenetilo, da moraš v študentski dom prinesiti praktično vse, vključno z blazino in deko. V mestu je sicer več kot dovolj vsakovrstne ponudbe za študente, tako da priložnosti za izobraževanje, rekreacijo, druženje nikakor ne manjka.

10. NEMČIJA – FRIEDRICH-ALEXANDER-UNIVERSITY ERLANGEN NÜRNBERG (Jure Salobir)

V Erlangnu opravljam tri mesečno Erasmus+ prakso na Kirurški kliniki, oddelek za splošno in abdominalno kirurgijo.

Prve dni pred pričetkom izmenjave, sem si uredil izkaznico, dostop do operacijskih in druge manjše podrobnosti. Dodeljen mi je bil oddelek, razložili so mi tudi moje zadolžitve. 1.10. sem tako začel in do sedaj poteka vse brez večjih sprememb.

Z delom začnem ob 7.00. Takrat se pridružim viziti, ki jo potem ob 7.30 zaključimo in nadaljujemo z vsakodnevnim konzilijem za rakava obolenja. Od takrat naprej sem zadolžen za delo v operacijski, po navadi po razpisu ali pa me pokličejo na interni telefon. Če v operacijsko nisem razpisan moram na oddelku pobrati kri in nastaviti kanale. Če mi vse uspe lahko nekje med 11 in 14 odidem na krajše kosilo, potem pa se delo nadaljuje do 15.30, ko je mojega delavnika konec, če me ne potrebujejo v operacijski. Dodatno lahko opravljam tudi dežurstva, do sedaj sem opravil le eno sobotno, 24 urno. Med dežurstvom in navadnim delavnikom je razlika predvsem v tem, da sem zadolžen za pobiranje krvi po celotni kirurški kliniki ter da v vmesnem času med operacijami asistiram tudi na polikliniki.

Delo na oddelku je kar se tiče patologije zelo raznoliko. Splošna kirurgija tu zavzema kar obsežen del programa. Operira se vse od ščitnic, do manjših presaditev kože. Tudi abdominalna patologija je zelo raznolika, prevladujejo pa, vsaj na mojem programu, kronične vnetne črevesne bolezni. Operacije opravljajo odprto, laparoskopsko in redkeje z robotom. Sam sodelujem navadno kot 2. ali 1. asistent.

Na oddelku sem obravnavan kot PJ, to je študent praktičnega leta (Praktisches Jahr) oz. njihovega 6. letnika. Zaradi tega se smem ob obveznostih udeležiti tudi izobraževalnih seminarjev za PJ. Seminarji so navadno enkrat na teden in pokrivajo razne kirurške tehnike in praktično vadbo v simulacijskem centru. Na začetku so me na oddelku obravnavali sicer kot mlajšega študenta, vendar sem dokaj hitro izpolnil njihova pričakovanja za PJ. Razloga za to sta menim da dva. Za razliko od študentov v Nemčiji sem z 24 leti precej mlajši od večine. Glede na to kar sem videl do sedaj, bi nekako sodil v 5. Ali 6. Semester. Menim da me zaradi tega niso takoj jemali resno. Poleg tega pa se je moja nemščina v preteklem mesecu precej izboljšala in lahko sedaj v večini situacij razumljivo komuniciram, kar je bila na začetku gotovo ovira. Čeprav v svoji prijavi nisem skrival obsega mojega poznavanja nemškega jezika, tu z

menoj nihče ni komuniciral v Angleščini, ki je, sodeč po anamnezah tujih pacientov, niti ne obvladajo najbolje. Na začetku je bilo to precej strašljivo, sem pa bil po drugi strani vesel, saj lahko tako cel dan vadim Nemščino.

Zunaj študija je moje bivanje v Erlangnu prijetno, ga pa še nisem posebej raziskal vendar pa mi je za to še preostalo nekaj časa.

11. NORVEŠKA – NTNU (Ana Pavlič)

Prvi semester petega letnika opravljam v Trondheimu na Norveškem. Prispela sem 6. avgusta 2015 in se prvi teden udeležila organiziranih aktivnosti za vse Erasmus študente v okviru t.i. orientacijskega tedna. Namen je bil spoznavanje mesta in okolice, ter navezovanje stikov tudi s študenti drugih fakultet. Aktivnosti so bile dobro organizirane in zanimive (orientacija po mestu, pohodi, vožnja s kajakom ...). S poukom smo začeli 17. avgusta 2015. Predavanja in vaje se začenjajo točno, izvedene so po znanem programu. Vsi powerpointi so vnaprej na voljo na spletu, zato se lahko na ure dobro pripraviš. Pri vajah smo študentje razdeljeni v manjše skupine, ponekod si z mentorjem tudi sam (npr. pri ginekoloških pregledih ali porodih), vendar pa vaje iz določenega predmeta časovno ne sovpadajo s slušanim predmetom pri predavanjih, zato se od študenta pričakuje, da se na vaje tudi individualno pripravi. V bolnici je sprosceno vzdušje, veliko truda je vložena v izobraževanje študentov in tako profesorji kot zdravniki so zelo dostopni za študente, ki se zanimajo za njihovo področje. Presenetilo me je, da se vse učitelje tika in naziva zgolj po imenu. Izvedba pouka je drugačna kot pri nas, saj v tem semestru poslušamo 6 predmetov (pediatrija, otroška psihiatrija, ginekologija s porodništvom, nefrologija, urologija, endokrinologija ter radiologija in patologija iz izbranih tem teh predmetov) iz katerih bomo v decembru opravljali en sam obsežen izpit. Prav tako so nas opozorili, da na ustnem izpitu poleg pregleda pacienta sprašujejo tudi mikroskopiranje preparatov iz teh predmetov in izvedbo določenih posegov (vstavitev IUCD, PAP-test ...). Sošolci so me opozorili, da pri izpitih preverjajo in osvežujejo tudi znanje prejšnjih let. Poudarjajo namreč holističen pristop do pacienta in bolj kot učenje podrobnosti zahtevajo razumevanje in celostno obravnavo pacienta. Poleg rednih obveznosti sem dvakrat tedensko hodila na tečaj norveščine in iz predmeta opravila tudi izpit. Za opravljanje vaj na medicinski fakulteti norveščina sicer sploh ni pogoj, v primerih kjer pacient ne govori angleško, pogovor

prevajajo sošolci ali zdravnik. Poleg študija je veliko možnosti za šport in zabavo. Glede vremena sem zaenkrat prijetno presenečena, imeli smo veliko sonca. in šele z začetkom okrobra se je opazneje shladilo.

12. NORVEŠKA – NTNU (Andraž Nendl)

V Trondheim sem iz Benetk priletel 6. avgusta. Prvih nekaj dni sem porabil za urejanje stanovanja in seznanjanje z mestom. Od 10. do 16. avgusta smo imeli vsi tuji študenti na NTNU t. i. orientacijski teden, v katerem so gostitelji za nas pripravili razne aktivnosti, npr. spoznavanje mesta in tukajšnje kulture, pohode v okolici mesta, ogled nogometne tekme, igranje »vikinškega šaha« itd. Zelo mi je bilo všeč, da smo v tem tednu sodelovali študenti raznih smeri, tako da smo imeli možnost navezati stike tudi z drugimi študenti, in ne samo s študenti medicine.

Pouk se je pričel 17. avgusta. Tri dni na teden imamo predavanja, dva dni pa vaje. Pohvaliti moram to, da so vse prosojnice na voljo pred predavanjem, tako da lahko zapiske pišeš kar zraven, kar precej olajša sledenje in posledično učenje. Prvi vtis, ki sem ga dobil v tukajšnji bolnici, je, da so zdravniki in medicinske sestre manj pod stresom in da njihovo delo poteka nekoliko bolj umirjeno in organizirano. Sama bolnišnica je nova in moderna; imajo npr. robote, ki po bolnici prevažajo čisto in umazano perilo. Prijetno me je presenetilo, da je kar nekaj pacientov pripravljenih zavoljo nas študentov na izmenjavi govoriti v angleščini. Pri tistih, ki govorijo norveško, nam pomagajo norveški kolegi in mentorji. Dvakrat tedensko sicer obiskujem tečaj norveščine, ki ga za študente na izmenjavi ponuja tukajšnja univerza, tako da včasih niti ne potrebujem prevoda.

Praktično vsi norveški študenti živijo zelo aktivno življenje, kar se odraža tudi v izvrstni univerzitetni športni organizaciji, ki ima po mestu razsejane štiri športne centre in ki ponuja razne tečaje od plezanja in borilnih veščin do rugbyja in plesa. Imajo celo lastno quidditch ekipo.

Zaenkrat vse poteka gladko in prepričan sem, da bo tako tudi ostalo, tako da lahko izmenjavo v Trondheim toplo priporočim.

13. NORVEŠKA – UNIVERSITY OF BERGEN (Matej Perovnik)

V času pisanja tega poročila je za menoj že dober mesec petmesečne izmenjave in zaenkrat lahko rečem, da sem se uspešno prilagodil tukajšnjim navadam, sistemu vaj ter ujel ritem družabnega življenja.

V obalno mesto na zahodu Norveške sem se odpravil v začetku avgusta, saj se tukaj študijsko leto začne prej, jeseni semster se konča že v začetku decembra, tako da imajo tukajšnji študentje krajše poletne in daljše zimske počitnice. V Bergnu bom opravljal Pediatrijo (1 in 2) ter Ginekologijo in porodništvo. Oba predmeta sta na voljo Erasmus študentom v okviru angleškega semestra, ki je obvezen za vse domače študente. V prvih tednih so na urniku predavanja iz obeh predmetov (nekatera so na zelo visokem nivoju, druga na malenkost nižjem) ter posamični dnevi kliničnih vaj. Proti koncu prvega meseca pa se začne šesttedensko obdobje kliničnih vaj (trije tedni na ginekološki kliniki ter trije na pediatrični kliniki). Zaenkrat sem oddelal tri tedne ginekologije in porodništva ter en teden pediatrije. Večino kliničnih dni je zastavljenih tako, da si sam na oddelku/ambulantni ter slediš svojemu zdravniku ali babici. Na ginekološki kliniki je tako vsak študent zraven pri vsaj štirih porodih, nekaj sprejemih, ginekoloških pregledih ipd. Vaje potekajo na visokem nivoju in večino osebja se potrudi, da ti stvari iz norveščine prevaja v angleščino, če le pokažeš zanimanje. Vseeno pa toplo priporočam vsakemu, ki si bo za destinacijo izbral Norveško, da vложи nekaj truda v učenje norveščine že pred odhodom, saj norveščina resnično ni zelo težek jezik (je blizu nemščini in angleščini) in učenje tako poteka hitro.

Druga pomembna tematika, kateri bi rad namenil nekaj besed je prosti čas in družabno življenje. Količino zabav in druženja z ljudmi iz celega sveta v prvi vrsti začrta izbira študentskega doma. Večino Erasmus študentov tako izbere Fantoft, kjer se nekaj dogaja skoraj vsak dan v tednu. Druga 'očitna' izbira za študenta medicine je Alrek, ki je zelo blizu bolnišnice ter tudi dom mnogim mednarodnim študentom. Jaz sem se na koncu, zaradi različnih razlogov, odločil, da se ne vselim v nobenega izmed zgoraj omenjenih, temveč v Lobergsveien Studenthjem. Ta študentski dom je od bolnišnice oddaljen 20 minut hoje, je bolj miren in je zato dom mnogim norveškimi študentom. Vseeno upravni odbor tudi tukaj organizira tedenske

aktivnosti (gledanje filmov v ponedeljek, igranje namiznih iger v četrtek, nogomet za vikend ipd.), ki omogočajo stike z drugimi študenti na izmenjavi ter mnogimi Norvežani. Menim, da je stik z domačini zelo pomemben del izmenjave, saj lahko od njih slišiš veliko zanimivega o državi ter spoznaš kulturne razlike in podobnosti, tako da sem zelo zadovoljen s svojo izbiro študentskega doma.

14. PORTUGALSKA – UNIVERSITY OF PORTO (Damjana Srednik)

Prvo pravilo, če se odpravljate na Portugalsko, je – naučite se portugalščino! In to ne le tako »malo, ah, saj bo šlo.« Sama sem v Sloveniji dobila občutek, da že veliko razumem in se lahko sporazumevam, a po prihodu v Porto se je izkazalo, da redkokdo govori pravilno portugalščino, pa še tisto je težko razumeti. Veliko lažje je razumeti vse pisane zadeve, kot so razni izvidi in anamneze. Tisto začetno popolno nerazumevanje, ko se prvi dan prikažeš v bolnišnici, te kar malo vrže v realnost in v strah uporabe jezika pri pogovorih s pacienti. A ko premagaš svojo negotovost, ugotoviš, da se s pravo motivacijo in nekaj več dela uspe kar pridno naučiti do takega nivoja, ki ti omogoča sporazumevanje z zdravniki in pacienti, ko jih končno prepričaš, da pa naj le govorijo malo počasneje in bolj razločno.

Izmenjavo opravljam v 6. letniku, zato nimam nobenih teoretičnih ur, samo klinične vaje. Začela sem z interno medicino. Pri njih je tako (opravljam namreč vaje v njihovi glavni bolnišnici), da je na tim nadzornega zdravnika s 4 specializanti približno 5-6 bolnikov na dan. Poleg tega smo v tim priključeni še trije študentje, kar pomeni, da če želiš počenjati praktične stvari, moraš biti izjemno aktiven in pokazati zanimanje. Vsak izmed študentov je vedno odgovoren za sprejem novega bolnika – jemanje anamneze, klinični pregled, opravljanje preiskav, urejanje njihovega medicinskega kartona in spremljanje pacienta vse do odpusta. Praktično v času vaj iz interne medicine si ti njihov zdravnik. S celotnim timom vsak dan razpravljaš o primerih in načrtovanju zdravljenja. Sama sem si izborila tudi par tednov dela na urgenci, kar se je izkazalo za izredno dobro odločitev. Zopet je vse popolnoma od tebe odvisno, koliko se angažiraš in kaj želiš početi. Ko pokažeš zanimanje, ti zdravniki z veseljem povejo, pokažejo in razložijo stvari. Portugalci so izredno prijazni ljudje.

Portugalci bi ti radi pomagali v vsem, četudi včasih ne vejo kako, a se bodo potrudili po vseh svojih močeh. Mlajše generacije govorijo angleško precej dobro, odvisno od osebe do osebe, ampak med starejšimi (že od 30 let naprej) boste opazili, da jim je angleščina popolnoma tuja ali pa jim predstavlja izreden napor. Zgolj zdravniki, ki delajo izključno na urgenci, so večinoma dobri v govorjenju angleščine.

Moje stanovanje se nahaja v bližini bolnišnice, kar pomeni, da se lahko zbudim zgolj tri četrt ure pred pričetkom vaj (pri njih pričetek delovnega dne pomeni 9. ura). Vendar je bolje, če si dobite stanovanje v centru mesta v bližini metro postaje. Tako si takoj v bolnišnici, hkrati pa ponoči po vsakem žuru ne potrebuješ plačevati taksija, ki sploh ni tako poceni (dražji kot v Ljubljani).

Glede učenja portugalske imate tu izjemno priložnost. V prvi vrsti zaradi tega, ker le malo ljudi govori angleško, v drugi vrsti pa zaradi tega, ker je tu izredno veliko Erasmus študentov iz Italije, ki jim angleščina ni ravno ljuba, in sta edina jezika komunikacije z njimi italijanščina ali portugalska. Po nekaj tednih so tudi v bolnišnici z mano prenehali govoriti angleško (kar sem si tudi želela) in obstajajo dnevi, ko je zdravnika težko razumeti, a k sreči sta sošolca, ki sta skupaj z mano v timu, izredno prijazna (kot vsi) in z veseljem priskočita na pomoč ter mi stvari tudi sproti prevedeta.

Družabnega življenja tu ne manjka. ESN Porto je ena izmed bolj urejenih Erasmus organizacij in ponuja veliko različnih izletov in aktivnosti. Pred izmenjavo v Portu sem opravljala že izmenjavo v Oslu na Norveškem in vsekakor vse primerjam s situacijo tam. Moram reči, da zaenkrat Porto še zaostaja za Oslom v smislu »Erasmus izkušnje,« a mi nikakor ni žal, da sem ga izbrala. Vsekakor je destinacija, vredna Erasmus obiska.

15. ŠPANIJA – UNIVERSITY OF GRANADA (Blaž Plaznik Šporin)

V Granado sem prispel en teden pred predvidenim začetkom vaj. V času začasne nastanitve v enem izmed mnogih hostlov sem najprej uredil vse potrebne administrativne stvari v mednarodni pisarni Medicinske fakultete v Granadi. Nato sem se lotil iskanja stanovanja, ki sem ga relativno hitro našel v neposredni bližini bolnišnic, kjer opravljam vaje (Hospital

Universitario San Cecilio – kirurgija, Hospital Virgen de las Nieves – interna medicina). Preostanek tedna sem porabil za spoznavanje samega mesta, urejanje španskega telefona, vozovnice za avtobus in podobnih stvari, poleg tega pa sem se prijavil še na tečaj španščine, ki ga univerza organizira za Erasmus študente. Ob tem velja poudariti, da je andaluzijski naglas kar daleč od »knjižne španščine« in je na trenutke ljudi težko razumeti, a sčasoma se navadiš. Z vajami iz kirurgije sem začel v ponedeljek, 1.2. Vsak dan ob 8.00 ima oddelek jutranji raport v skupni sobi. Po njem se zdravniki razporedijo glede na njihov raspored – v operacijske dvorane, na urgenco, na oddelek ali v ambulante. Moj neposredni mentor je vodja oddelka in ker je precej zaseden sem prepuščen drugim zdravnikom-mentorjem. Stopnja vključitve v delovni proces je odvisna po eni strani od pripravljenosti zdravnika, da te kaj nauči oziroma vključi, in po drugi strani od samoiniciativnosti. Do sedaj sem bil večino časa v operacijski dvorani, kjer sem večinoma operacije samo opazoval, pri nekaterih mentorjih pa sem lahko tudi asistiral. Nekateri po končani operaciji še teoretično razložijo obravnavano patologijo, zaplete posega in bolezni ipd. Za tiste, ki še nismo bili večji šivanja, je ena izmed zdravnic naredila improviziran tečaj šivanja, da smo lahko osvojili osnovne tehnike.

Delo se zaključi med 14.30 in 15.30, odvisno od števila in poteka operacij oziroma števila pacientov v ambulantah. V prihodnje naj bi lahko sodelovali tudi na urgenci.

KONČNA POROČILA

1. AVSTRIJA – MEDICAL UNIVERSITY VIENNA (Barbara Podnar)

V štud. letu 2015/16 sem opravljala 6. letnik medicinskega študija na Dunaju.

NA GROBO O SESTAVI ŠTUDIJA NA MUW (Medizinische Universität Wien)

Študij je sestavljen iz 6 letnikov študija. Prvih 5 let je organizacijsko podobnih kot pri nas (torej posamezni predmeti, v sklopu katerih imaš predavanja/seminarje/nekoliko vaj/ipd.). 6. letnik je pravzaprav že nekakšno pripravništvo - imenuje se KPJ (klinisches praktisches Jahr) in traja 12 mesecev (4 mesece krg, 4 mesece interne, 4 mesece po izbiri).

Tekom študija morajo avstrijski študenti opraviti tudi 3 mesece prakse (nem. Famulatur) v učnih bolnicah, ponavadi med poletnimi počitnicami.

MOJA IZMENJAVA

Ko sem se prijavila na erasmus izmenjavo, še nisem »naštudirala« spletno stran dunajske univerze (vsekakor ne priporočam, da tudi vi tako storite). Ko sem se tega končno lotila, sem ugotovila, da se uradno na Dunaju na erasmus izmenjavi da obiskovati pouk le prvih 5. letnikov študija, za 6. letnik pa naj bi se bilo potrebno prijaviti na erasmus prakso. Z mnogo dogovarjanja in pomoči obeh mednarodnih pisarn smo tudi to težavo nekako rešili.

(Najlepša hvala prijazni gospe Čelofiga in gospodu Salemiju!)

Moja »izmenjava« je torej izgledala tako, da sem:

- 2 meseca interne medicine,
- 5 tednov pediatrije,
- 2 meseca kirurgije in
- 6 tednov družinske medicine

opravljala v obliki prej omenjenih študentskih praks (nem. Famulatur). Kurikulum je dr. Human Salemi (koordinator mednarodne pisarne MUW) sestavil tudi tako, da sem posamezen predmet zaključila tako kot se zaključujejo sklopi v Ljubljani in sem lahko med letom hodila v Ljubljano opravljati izpite. Ni bilo preprosto (veliki dogovarjanja, tudi še med samo izmenjavo), je pa mogoče.

Na Dunaju sem opravljala samo vaje (kot da bi bila na praksi in ne na izmenjavi). Redke dodatne obveznosti, določene z listino študenta, sem rešila kar mimogrede (kot npr. seminar za medicino dela), izpite pa sem sproti opravljala v Ljubljani.

In še o izbirnem predmetu: V Ljubljani sem se prijavila na izbirni predmet »Raziskovanje v družinski medicini« (6KT) – prof. Švab je v dobrih odnosih s prof. Maier-jem z dunajske katedre za družinsko medicino in se je z njim dogovoril, da lahko pri njih naredim neko raziskovalno nalogo, ki jo potem v Lj uveljavljam kot izbirni predmet.

INTERNA MEDICINA

Konec 5. letnika sem opravila **2 tedna vaj na Golniku**. Toliko jih je namreč potrebno opraviti v Sloveniji. (Opravljala sem jih izven običajnega urnika sklopov, kar je mogoče samo, če se primarno dogovorite z gospo Ireno Dolhar, tajnico za študente na Golniku, ki je izredno prijazna in pripravljena pomagati. Šele potem to sporočite na katedro za interno. Ko sem najprej spraševala na katedri, so rekli, da lahko vaje v SLO začnem samo skupaj z začetkom novega sklopa, kar pa mi ni preveč dišalo, ker sem želela imeti prosto poletje.)

Z interno medicino v dunajskem **AKH**-ju (Allgemeines Krankenhaus) sem začela začetek oktobra. Bila sem **2 tedna na presaditvah kostnega mozga** in potem **6 tednov na oddleku za paliativno medicino**. Zdravniki in vsi ostali so bili do mene korektni in prijazni. Oba oddelka sta relativno majhna, zaradi česar delo ni hektično in se večinoma nikamor ne mudi. Še posebej na paliativi so študente kar zaposlili, tako da sem ostajala tam od zjutraj pa do treh/štirih popoldan.

Vsekakor priporočam. Sploh oddelek za paliativno medicino nudi svojstveno izkušnjo nekako življenjskega pogleda na svet njegovih zaposlenih in pa toplih medsebojnih odnosov.

PEDIATRIJA

December in en teden januarja sem preživela na **neonatologiji** v pediatrični bolnišnici, ki je del AKH-ja. Tam za študenta medicine ni veliko stvari, ki bi jih lahko sam delal. Vizite so potekale v posebni sobi za računalniki. Nekajkrat sem smela dojenčkom odvzeti kri in naučila sem se delati UZ možganov. Največ sem opazovala, kaj so počeli drugi.

V primerjavi z interno je bilo veliko manj naporno, domov sem šla lahko že okrog enih popoldan.

KIRURGIJA

Kirurgijo sem opravljala na drugem kirurškem oddelku (2. chirurgische Abteilung) bolnice Hietzing. Gre za **splošno/abdominalno kirurgijo**. Oddelek je sestavljen je iz treh pododdelkov (hodnikov), vse skupaj kakih slabih 100 postelj. Ker takrat na oddelku ni bilo oddelčnih zdravnikov, ki bi bili radi v operacijski, pa tudi ostali študentje so bili raje na oddelkih, sem izkoristila priliko in bila večino časa tam. Kirurgi so bili izredno prijazni, veliko sem asistirala, tudi kot prvi asistent. Včasih sem bila na oddelku, nekajkrat pa tudi v ambulanti.

DRUŽINSKA MEDICINA

Vaje na družinski medicini organizira tajnica oddelka za družinsko medicino centra za javno zdravje. 3 tedne sem opravljala v neki praksi na Dunaju, 3 tedne pa v drugi na podeželju, kjer sem tudi stanovala pri zdravnikovi družini doma. Avstrija sistema zdravstvenih domov ne pozna, skoraj vsi družinski zdravniki so koncesionarji in imajo zasebne prakse. Preživeti 3 tedne v neki ordinaciji v velikem mestu in potem še 3 tedne v drugi na čistem podeželju, je odlična primerjava, ki razkrije, kaj vse družinska medicina lahko je in kako zelo lahko variira glede na okolje in glede na odnos zdravnika do svoje stroke in poslanstva.

Tudi izkušnja bivanja pri gostoljubni zdravnikovi družini je bila prijetno presenečenje in je dala zadnjim trem tednom izmenjave poseben pečat. S kolesom po gozdnih potkah čez hrib na hišni obisk in infuzija, ki jo obesiš kar na omaro ...

NEMŠKI JEZIK

Dobro znanje nemščine vsekakor zelo koristi. Ne samo, da je potem izmenjava res izmenjava (in vaje res vaje) in ne daljši jezikovni tečaj, ampak je tudi odnos zdravnikov in nasploh Avstrijcev precej drugačen, če te razumejo in jih ti razumeš in jim ni treba govoriti angleško. Sicer pa je glede tega pač tako, da je zelo odvisno, na koga naletiš. Nekateri so zelo odprti, drugi gledajo na nas podcenjujoče. Tukaj potrebujete nekoliko sreče.

(Nikakor pa naj vam vaše mnenje o tem, kako (ne) govorite nemško, ne vzame poguma, da bi se prijavi na izmenjavo! Vsekakor pojdite! 😊)

DUNAJ

Na Dunaju je življenje prijetno 😊.

- **Prijava bivališča:** svojo nastanitev prijavite na magistratu kot stalni in ne kot začasni naslov. (Za to v vsakem primeru potrebujete potrdilo študentskega doma/najemodajalca, da živite pri njemu);

Jaz sem spraševala gospo na magistratu, ki mi je rekla, da ima lahko človek v EU le eno samo stalno prebivališče (ki je pač v SLO), ostalo morajo biti začasna prebivališča, tako da sem se prijavila začasno. Vsi ostali študentje v našem študentskem domu (tudi veliko tujcev), so se enostavno še na Dunaju prijavi za stalno (doma se nihče ni odjavil), ker je potem študentska vozovnica enkrat cenejša. Jaz sem to ugotovila prepozno.

- **Javni prevoz:** priskrbite si t.i. »Semesterticket«. To je semesterska vozovnica za študente. Za tiste, ki so za stalno prijavljeni na Dunaju, stane 70 evrov, za ostale študente pa 150 evrov/semester. V nobenem primeru ni drago, ker velja za ves javni prevoz na Dunaju.
- **Študentski dom:** Jaz sem živela v WDH (Wilhelm-Dantone Haus), evangeličanskem študentskem domu, pet minut peš od glavne dunajske bolnišnice AKH (Allgemeines Krankenhaus). Ravno obnovljen, miren in prijeten, pa tudi študentje prijazni. Svoja soba v apartmaju, ki sem ga delila še z eno študentko – skupaj sva imeli WC in kopalnico. Skupne kuhinje. Bar v pritličju, kjer je bil vsak četrtek zvečer »Barabend«, malo druženja in muzike☺ Plačala sem 380 evrov/mesec, nekatere sobe so tudi malo cenejše.
- **Hrana.** Hofer, Billa, Lidl, Spar, ipd. Cene le malo dražje kot pri nas. Tudi več bio/eko ponudbe in več regionalno pridelane hrane na voljo (zavest Avstrijcev glede zdrave/regionalne prehrane je širša kot pri nas, je pa debelejša tudi njihova denarnica) Priporočam Kutchermarkt ob sobotah dopoldne, Naschmarkt pa seveda že kot turistično zanimivost. Na slednjem je ob sobotah dopoldan tudi Flohmarkt, t.j. boljši trg.
Menze v bolnišnicah so kar solidne in poceni (kosilo cca 3-4 evre). Za koriščenje je potrebna neka kartica, za katero povprašajte kako tajnico v bolnici ☺
Restavracije so nekoliko dražje, pa ni bonov, seveda ☺ Kosilo zunaj cca 20 evrov. Zanimiv je »Der Wiener Deewan«, pakistanska samopostrežna, kjer poješ, koliko lahko, in plačaš, kolikor želiš. Polno študentov☺ Ali pa »Schnitzelwirt« na Neubaugasse, kjer za slabih 10 evrov dobiš ogromno porcijo krompirja in 2 dunajca.
- Dunaj je popolnoma obvladljiv **s kolesom**. Pozimi morda nekoliko težje (razen če ste tiste sorte z dežnim plaščem in rokavicami na kolesu), v topli polovici leta pa je res odlično. Tudi samo mesto postane tako domače in nekako manjše.☺
- **Mestni bazeni** (Stadtbäder): mesečna karta za študente stane dobrih 16 evrov in velja za vse mestne bazene
Donava je poleti takorekoč mestna plaža. Odlično za piknike, odbojko na mivki in namakanje ☺
- **Športno življenje:** možnosti skoraj za vse, kar vam srce poželi – obstaja tudi UNISport, nekaj takega kot CUŠ pri nas

Dunajčani hodijo radi tudi na obrobje mesta, sploh na t.i. Weinbergen, na izlete. Prav pohodniško se oblečejo in obujejo in potem »mal šetajo« po gozdovih v okolici ☺

- **Muzeji** (letne in semesterske karte za študente) in **mestna opera** (stojlišča za nekaj evrov): odlična priložnost za vse ljubitelje umetnosti. Pa tudi za tiste, ki to še niste, da postanete! ☺ Tudi sicer je kulturno življenje zelo bogato; koncerti, plesi, gledališča, kino,...
- **Zum Heurigen!** »Heuriger« pomeni »letošnji« in označuje letošnje vino. Na zahodu mesta je polno vinskih trt in domačih dunjaskih gostišč, kjer strežejo doma pridelano vino in tradicionalno avstrijsko hrano (meso, meso, meso, pa krompir pa tko☺). Spet priljubljen način preživljanja večerov in praznovanja raznoraznih dogodkov. Njami.

Trenutno je junij. Na Dunaju cvetijo rože po parkih in toplo je, ljudje vrejo iz tisočernih kotičkov na plano, na vogalu zadiši po cimetrovih rolicah. Pridite še vi!

Dodatne info: barbara.podnar@gmail.com

2. AVSTRIJA – MEDICAL UNIVERSITY GRAZ, UNIVERSITÄTSKLINIK FÜR ZAHNMEDIZIN UND MUNDGESUNDHEIT (Matic Kapš) – PRAKSA

Za prakso v tujini sem se odločil predvsem z namenom, da pridobim nove izkušnje, spoznam način dela v tujini ter se seznanim s sodobno tehnologijo. Najbolj me zanimata področji stomatološke protetike in implantologije – zato sem želel prakso v tujini opravljati ravno na omenjenih področjih.

Od starejših kolegov sem izvedel za možnost opravljanja prakse na stomatološki kliniki v Gradcu, v Avstriji. Na spletu sem poiskal kontakt od pisarne za mednarodne izmenjave ter preko elektronske pošte kontaktiral njihovo koordinatorko za izmenjave (Petra Paapst), kateri sem poslal prošnjo z motivacijskim pismom in priporočilnim pismom. Brez težav sva se dogovorila za izmenjavo-prakso po mojih željah, Erasmus koordinatorka je bila izjemno prijazna. Nekaj časa sem čakal na potrditev izmenjave s strani avstrijske stomatološke klinike, a na koncu je tudi to potekalo brez težav. Kasneje je vlogo koordinatorko za izmenjave prevzela gospa Karina Theiss, s katero sva se odlično razumela. V primeru kakršnihkoli vprašanj, mi je

bila vedno na razpolago. Naj poudarim, da je vsa komunikacija potekala v nemškem jeziku, zato vsem zainteresiranim svetujem, da se najprej naučijo tekoče govoriti nemško.

Precej težka naloga je bilo poiskati stanovanje za tri mesece in pol, ki sem jih preživel v Gradcu. Na voljo so sicer sobe oz. stanovanja v študentskih domovih, a cene niso nič kaj ugodne. Po več kot mesecu dni brskanja po različnih spletnih straneh, mnogih telefonskih klicih in poslanih elektronskih sporočilih, sem končno našel primerno stanovanje, s katerim sem bil kasneje zelo zadovoljen.

Prvih štirinajst dni mojega bivanja v Gradcu sem obiskoval brezplačni tečaj nemščine za tuje študente medicine in dentalne medicine, ki je bil organiziran s strani njihove fakultete. Potekal je v manjši skupini, po 3 ure v dopoldanskem času. Poudarek je bil predvsem na strokovnem besedišču in na komunikaciji. Tam smo se spoznali tudi z ostalimi Erasmus-študenti, s katerimi smo ohranili stike vse do konca našega bivanja v Gradcu.

V prvem tednu smo imeli organiziran voden ogled mestnega jedra in druženje z ostalimi študenti na izmenjavi, ki je minilo v zelo prijetnem vzdušju.

Moja praksa na stomatološki kliniki se je pričela 1. marca 2016. Najprej sem moral poiskati gospo Schwarzl, ki mi je predstavila kliniko. Dobil sem svojo garderobno omarico in kartico, ki služi kot ključ za vrata (povsod so elektronske ključavnice). Klinika je povsem nova, vanjo so se vselili šele novembra 2015. Opremljena je vrhunsko, z najnovejšo tehnologijo, mikroskopi, CAD-CAM napravami, skratka, težko si predstavljam sodobnejšo stomatološko kliniko. Moj mentor je bil asistent Alwin Sokolowski. Razkazal mi je vse oddelke klinike, vključno z zobotehničnimi laboratoriji in me prijazno predstavil vodjem oddelkov. Že prvi dan sem obiskal tudi direktorja klinike, prof. Waltherja Wegscheiderja.

Točno določenega urnika nisem imel, kar pomeni, da sem se lahko prosto gibal po različnih oddelkih klinike. V prvih tednih sem avstrijske zobozdravnike in študente opazoval pri delu ter jim asistiral, kasneje pa sem tudi sam obravnaval različne paciente. Največ časa sem preživel na različnih oddelkih za stomatološko protetiko in v operacijski dvorani za oralno kirurgijo, kjer

sem pogosto asistiral pri operacijah s področja implantologije, augmentacijskih postopkih ter tudi pri apikotomijah, izklesih, itd..

Avstrijski študenti dentalne medicine imajo malo drugačen sistem študija kot pri nas. Študij traja 6 let. Prva tri so teoretična, bolj splošno medicinsko usmerjena. Naslednja tri leta so usmerjena bolj v dentalno medicino. Teoretičnemu semestru sledita dva praktična semestra, nato ponovno en teoretični in spet dva praktična. To pomeni, da študentje vse skupaj 4 semestre ves čas delajo s pacienti, od ponedeljka do petka, od 8ih do 15ih. V sklopu študija imajo več prakse, kot jo imamo v Ljubljani, vendar pa pri nas na koncu sledi še skoraj enoletno pripravništvo (staž), česar Avstrijci nimajo, morajo pa na koncu pripraviti diplomsko delo. Skratka, zaradi več prakse veliko bolj sproščeno in samozavestno delajo s pacienti. Mnogi uporabljajo tudi povečevalne lupe. Na voljo imajo Zeissove mikroskope, a jih precej redko uporabljajo. Prav tako uporaba »apeks lokatoja« in gumijaste opne v endodontiji ni samoumevna. Uporabljajo naprave za strojno širjenje Reciproc. Pred polnitvijo koreninskih kanalov preverijo delovno dolžino na RTG posnetku z vstavljenim endodontskim instrumentom. Študentje na Stomatološki kliniki v Gradcu morajo sami opraviti tudi kar nekaj zobotehničnega dela (izlivanje odtisov iz mavca, umavčevanje modelov v artikulatorje, izdelava individualnih odtisnih žlic,...). Same tehnike dela se v Avstriji na področju stomatološke protetike ne razlikujejo pretirano od teh, ki jih uporabljamo pri nas, kljub temu pa sem se naučil ogromno malih trikov in uporabnih prijemov, ki mi bodo v prihodnje še koristili. Pogosto delajo teleskopske prevleke, tudi implantološka oskrba ni redkost. Na voljo imajo intraoralne skenerje CEREC (Sirona) za izdelavo »digitalnih odtisov« in kasnejšo izdelavo prevlek s CAD-CAM tehnologijo. Na žalost kvaliteta končnih izdelkov ni nujno vedno vrhunska, čemur najverjetneje pripomorejo t.i. »porodne težave« - potrebno se je zavedati, da imajo vso to moderno tehnologijo na voljo šele nekaj mesecev, in da morda potrebujejo še nekaj časa, da se jo naučijo do potankosti uporabljati.

Ob sredah dopoldne sem obiskoval predavanja implantološke protetike pod vodstvom prof. Martin Lorenzonija. Predavanja so bila zanimiva in zelo slikovita. Udeležil sem se tečaja implantologije s poudarkom na kirurškem delu za implantološka sistema Ankylos (Dentsply) in Xive (Dentsply), ter tečaja za augmentacijo kosti (BioOss (Geistlich), BioGide (Geistlich)).

Udeležil sem se strokovnega kongresa »Klinik trifft Praxis«, ki je potekal 1. in 2. aprila 2016 v Gradcu. Predavali so avstrijski in tuji predavatelji, teme so bile zelo zanimive.

S področjem implantologije in protetike na implantatih sem se podrobno spoznal v ordinaciji prof. Lorenzonija. Tam sem asistiral ter kasneje tudi sam obravnaval paciente. Videl sem ogromno lepih primerov oskrbe ter tudi nekaj komplikacij – te izkušnje so še posebej dragocene.

Ljudje so me lepo sprejeli medse, bolje kot sem pričakoval. Z jezikom nisem imel hujših težav, v nemščini sem se lahko tekoče pogovarjal tako s kolegi kot s pacienti. Sicer bi lahko z zaposlenimi na kliniki komuniciral tudi v angleškem jeziku, pa vendarle menim, da je bolje, če kot gost govoriš jezik gostitelja. Trije meseci in pol so mi zelo hitro minili in kmalu je prišel čas odhoda domov. Ves čas sem bil v rednih stikih s svojim mentorjem, asist. Sokolowskim, ki je bil zelo prijazen, odprt in dostopen za kakršna koli vprašanja ali debato. Poudariti moram, da si je za tako prakso v tujini potrebno vse organizirati sam – se dogovoriti z ustanovo gostiteljico, pripraviti mnogo obrazcev, dokumentov, itd.. Skratka, dela je veliko, a kljub temu sem vesel, da sem se odločil za to izmenjavo. Pridobil sem pomembne izkušnje, ki mi bodo zagotovo koristile pri mojem bodočem delu.

3. AVSTRIJA – HOSPITAL ŠENTVID OB GLINI (Tina Prosen) PRAKSA

V 6. letniku medicine sem prvi semester opravljala v Bratislavi in ker sem bila zelo zadovoljna z izmenjavo, sem se odločila, da grem še na Erasmus prakso. Dolgo sem se odločala kam bi šla in kdaj bi bil primeren čas. Po nasvetu prijateljev sem se odločila za Bolnišnico usmiljenih bratov v, v Avstriji. Najprej sem kontaktirala slovenskega kirurga, dr. Jurija Gorjanca, ki dela v tej bolnišnici. On me je napotil naprej k predstojniku kirurgije, ki me je z veseljem in odprtih rok sprejel, četudi nisem imela nobenega znanja nemščine – res pa je, da je na Koroškem tako izrazit dialekt, da mi površno znanje nemščine nebi kaj dosti koristilo. Predstojnik se je tudi strinjal, da bo mentor Jurij Gorjanc.

Pred začetkom izmenjave sem se še osebno oglasila v bolnišnici. Tu mi je sošolka, ki je bila v tem času prav tako tu na praksi, predstavila bolnišnico, predstojnik mojega oddelka pa mi je

malce razložil potek dela in mi uredil vse potrebno za sobo, ki sem jo dobila ob prihodu – stanovanjski kompleks, ki je s hodnikom povezan z bolnico in služi večinoma zdravnikom kot dnevne sobe oz. sobe v nočni izmeni, študentom pa kot stanovanja.

Ob prihodu sem prvi dan urejala vse papirje glede izmenjave, glede ključev, sobe... Zanimivo je, da sem dobila papir, na katerem so bila napisana imena vseh pomembnih oseb v bolnišnici in sem morala v približno dveh tednih iti do njih, se jim predstaviti, nakar sem dobila podpis. Malce zamudno delo, vendar zame koristno, saj sem tako spoznala te ljudi.

Potem pa sem začela z delom. Zjutraj na oddelek, kjer smo (so) se pogovarjali o delu prejšnjega dne, o stanju pacientov in o operacijskem planu tistega dne. Na začetku je bilo to zame kar naporno, ker nisem kaj dosti razumela, s časoma pa sem se navadila in tudi kaj ujela ☺. Tu namreč niso zame posebej prevajali. Večinoma sem bila razpisana v operacijski, kjer sem asistirala pri različnih operacijah, veliko sem šivala, lahko sem se pred operacijo priključila anesteziistom in jim pomagala. Skratka, počutila sem se sprejeto in uporabno. Če nisem bila v operacijski, sem se na oddelku priljučila mlajšim zdravnikom oz. mentorju.

Ker mi je bilo vzdušje v bolnišnici zelo všeč, sem se odločila, da izmenjavo podaljšam še za 2 tedna, tokrat na oddelku za ginekologijo in porodništvo. Spet sem bila lepo sprejeta, če sem imela kakršna koli vprašanja, sem se lahko obrnila na kogarkoli. Predstojniku sem povedala, kaj bi želela videti in me je razpisal na zelena mesta. Presenečena sem bila nad prijetno opremljenimi porodnimi sobami in mirom, ki je vladal na celotnem oddelku.

Izmenjavo sem zaključila s hvaležnostjo, da sem bila lahko del te bolnišnice. Spoštljiv odnos do vseh zaposlenih in do pacientov je nekaj, kar je tu res postavljeno na prvo mesto. Zdravniki, s katerimi sem delala, so si vzeli čas in se potrudili z razlagami v angleščini, prav tako pa so me vključevali v delo kot enakovrednega člana skupine. Zagotovo pa bi bilo veliko lažje – zame in za njih, če bi imela znanje nemščine.

Študijske izmenjave so nekaj izjemnega in res bi bilo škoda, da se te možnosti tekom študija ne izkoristi. Čeprav sem se vedno podajala na pot s strahom kako bo, kaj bom zamudila pri nas..., sem nazaj prišla polna dobrih izkušenj in novih spoznanj, ki mi že in mi bodo zagotovo še koristila v življenju.

4. ČEŠKA – CHARLES UNIVERSITY IN PRAGUE (Luka Rebolj)

Konec septembra sem se odpravil na študijsko izmenjavo v prestolnico Češke, Prago. Birokratski postopek je potekal tekoče in brez problemov. Konec junija sem imel prvič kontakt z mednarodno pisarno Medicinske fakultete Prve Karlove univerze. Koordinatorica vam pošlje seznam možnih predmetov, kakšen je obseg predmetov, v katerem semestru se bo predmet izvajal, če poteka v okviru predmeta tudi izpit in kateri skupini se boste kot Erasmus študent priključili. Če namreč za posamezen predmet ni prijavljenih zadosti Erasmus študentov vas priključijo mednarodnem oddelku. Tam študij poteka v angleškem jeziku, je samoplačniški in sestavljen iz študentov z vseh koncev sveta. V primeru, da kljub vsemu predmeta ne izvajajo v vašem semestru ali se prekriva s kakšnim drugim predmetom ponujajo možnost opravljanja predmeta na Drugi ali Tretji medicinski fakulteti v Pragi.

Sam sem obiskoval predmete Urologije, Ginekologije s porodništvom, Kardiologije in izbirni predmet Klinične farmakologije. Z izjemo Kardiologije sem pri vseh predmetih dobil številčno oceno, ki se mi je ob predhodnem dogovoru na domači fakulteti upoštevala. Pri predmetu Kardiologija (ki ga zelo priporočam, saj poteka v majhnih skupinah z odličnimi mentorji) žal ni bilo mogoče pridobiti ocene, saj tudi njihovi študenti nimajo ločenega izpita, saj le ta poteka v okviru velikega izpita Interne medicine ob koncu študija. Kljub vsemu pa ob koncu predmeta opravljate kratek kolokvij, rezultat katerega se vam lahko na naši fakulteti šteje kot sprotno preverjanje s kolokviji pri predmetu Obtočila. Predmeti in vaje so po mojih izkušnjah organizirani dobro, vam pa faks dopušča tudi več prostega časa, kot ga imate na voljo pri nas :)

V okviru študentske organizacije medicinske fakultete je organizirano veliko družabnih dogodkov, izletov in zabav. Tudi izposoja literature in kopiranje gradiva poteka brez zapletov preko študentske organizacije.

Verjamem, da se boste v mesto samo hitro zaljubili in se počutili domače, saj zaradi vpliva Plečnika, ki je pustil svoj vtis v Pragi, mesto spominja na veliko Ljubljano. Velik plus mesta je prav gotovo javni prevoz z metrojem, tramvaji in avtobusi, ki poteka izjemno tekoče, cena 3 mesečne vozovnice pa stane le okrog 20EUR. Preko fakultete imate možnost prebivanja v

študentskem domu, ki se ne nahajajo v strogem centru (podnevi to ni problem, ponoči pa je potrebno prestopati na tramvaju), so pa večinoma vsi tuji študenti medicinske fakultete nameščeni v istem domu, tako da hitro lahko spoznate sošolce. Sam sem sicer živel v privatni namestitvi z dvema Slovencema v strogem centru, kjer sem za namestitev plačeval cca. 330EUR z vključenimi stroški, kar se je tudi izkazalo za super odločitev.

Vsem, ki razmišljate o opravljanju študijske izmenjave v Pragi to toplo priporočam, za dodatne informacije pa me lahko kontaktirate na luka.reboli@gmail.com

5. Češka – MASARYK UNIVERSITY BRNO (Andraž Bone)

V obdobju od 6. februarja do 1. Junija 2016 sem v okviru Erasmus študentske izmenjave del 6. letnika splošne medicine opravljal na Masarykovi Univerzi v Brnu na češkem. Že od samega začetka sem od tamkajšnje mednarodne pisarne dobil dober vtis, saj so redno odgovarjali na vsa moja vprašanja in mi sproti pošiljali vse informacije v zvezi z registracijo v njihovi elektronski študentski sistem, ki pa je po mojem mnenju dokaj zapleten, saj je potrebno opravljati več registracij na različnih spletnih straneh. Več neuradnih stvari pa sem izvedel še preko Facebook skupine v katero so bili včlanjeni študenti, ki so tam že preživeli en semester oz. so se tja odpravljali v spomladanskem semestru. Odločil sem se da bom stanoval v študentskem domu na Vinarski, kjer se nahaja tudi večina vseh Erasmus študentov. Cena doma je bila preračunanih približno 130 evrov na mesec, sobo pa sem si delil s še enim Erasmus študentom. Prvi teden smo imeli vsi novi študenti skupno srečanje s Erasmus+ koordinatorjem, kjer smo prejeli elektronsko kartico za plačevanje študentskih kosil in najemnine, ter določene dokumente. Isti dan pa so nam uredili še trimesečno vozovnico za mestni promet, ki je stala približno 30 evrov. Imeli smo možnost pridobiti tudi Erasmus+ tutorja, kar pa po mojih izkušnjah ne deluje najboljšo saj sem se prijavil, a me nihče ni kontaktiral. Vsak teden je ESN organiziral družabne dogodke ki so zajemali različne kvize, družabne igre, zabave, predstavitve držav ob vikendih pa tudi izlete v bližnja mesta pa tudi v sosednje države in večja evropska mesta. Sicer pa po mojih izkušnjah cena izletov ni bila najugodnejša in se zato bolj splača tja odpraviti v lastni režiji. Glede na to, da so izleti največkrat trajali od petkovih jutranjih ur do nedelje ali ponedeljka se jih je ob vajah, ki trajajo vse dni v tednu žal nemogoče udeležiti.

Vožnja od študentskega doma do bolnišnice ali do centra z mestnim prevozom traja približno 10 minut, saj mesto ni veliko, le nekoliko večje od Ljubljane. Bolnišnica se nahaja na južnem delu mesta v neposredni bližini novega študentskega kampusa zgrajenega leta 2010 kjer se nahaja tudi nova medicinska fakulteta. Neposredno nasproti medicinske fakultete je tudi nakupovalni center z akademsko restavracijo, kamor sem tudi pogosto odhajal na kosila. Izbira obrokov je velika, prav tako pa je tudi cena ugodna, saj je primerljiva z našimi študentski boni oz. še cenejša.

V fakultni nemocnici Brno v Bouhnicah sem opravljal vaje iz interne medicine in kirurgije. Vaje sem imel s skupino mednarodnih študentov v angleščini, ki študij v Brnu opravljajo redno študij. Začel sem z vajami z interne medicine, ki so trajale 7 tednov na kardiologiji, hemato-onkologiji, gastroenterologiji in pulmologiji. Sporazumevanje s pacienti je bilo lažje zaradi prisotnosti mednarodnih študentov, ki morajo vsako leto nadgraditi znanje češkega jezika prav tako pa je češčina podobna slovenščini zato so si nekatere besede zelo podobne. Najbolj kvalitetne vaje so bile na kardiologiji in hemato-onkologiji, kjer so se vsak dan trudili, da smo imeli nekoga, ki nam je dal naloge, nam razlagal in nas spraševal ter tako vaje ohranjal dinamične in zanimive. Poleg dela na oddelku smo morali tudi pripraviti case report takrat hospitaliziranega pacienta in pojasniti diagnostični postopek in njegovo patologijo. Prav tako smo imeli možnost jemanja krvi, izvesti sternalno punkcijo, spoznati kako delo poteka v ambulantah in prisostvovati pri diagnostičnih in terapevtskih postopkih. Na ostalih oddelkih je bil učni proces slabše organiziran saj zdravniki ali niso imeli časa ali pa interesa za razlago. Včasih je učenje potekalo le tako, da so študentom razložili kaj so pomembna vprašanja za izpit in smo se po dobri uri že razšli. Ob prihodu nazaj v Slovenijo sem tako moral opraviti še dva tedna vaj interne medicine, ki sta v vsakem primeru zahtevana. Po zaključku vaj sem imel nekaj tednov brez zadolžitev, ki ga lahko izkoristiš za potovanja.

Drugi del so predstavljale vaje iz kirurgije, ki tukaj trajajo le 5 tednov, a sem se uspel zmeniti za še dva dodatna tedna, tako da sem ob prihodu nazaj v Slovenijo opravljal le izpit. Tako sem dva dodatna tedna opravljal s mentorjem dr. Marekom, abdominalnim kirurgom, ob katerem sem lahko asistiral in aktivno sodeloval, saj mi je z veseljem razlagal potek in specifične pristope glede na vrsto operacije. Naslednjih 5 tednov sem več preživel na oddelkih,

ambulantah in enoti intenzivne medicine, ker sem lahko prevezoval rane, šival površinske rane, odstranjeval šive in pregledoval nove paciente ter videl najpogostejše zaplete po operacijah. Vsak teden smo bili razpisani na določen oddelek splošne kirurgije. Tretji teden je bil namenjen travmatologiji, kjer smo lahko aktivno sodelovali pri delu v operacijskih dvoranah in ambulantah ter se tudi učili mavčenja. Vsak teden v ponedeljkih, sredah in petkih z mentorji imeli rezervirane 2 uri za seminarje, kjer smo predstavljali v kirurgijo določenega organa, kar smo po predstavitvi nadgradili s pregledom takega pacienta in diskusijo. Kot sem že rekel so se vaje razlikovale od oddelka do oddelka, a če potegnem črto sem bil nekoliko razočaran, ker se mi je zdelo, da organizacija ni vedno stekla tako kot je bilo namenjeno, velikokrat pa je seveda vpliv imela tudi tvoja angažiranost za učenje, a se čakanju ni dalo izogniti.

Brno je kot mesto zelo lepo in urejeno. Nahaja se na gričevnatem območju, tako da je za transport bolje uporabljati javni transport kot pa kolo. Znamenito silhueto daje mestu katedrala Sv. Petra in Pavla kjer zvonovi dvanajsto uro odbijejo že ob 11-ih, kar je spomin na švedsko obleganje mesta med tridesetletno vojno. Že ob samem prihodu sem se čudil, ker je tukaj veliko brezplačnih parkirnih mest, zastojev na cestah pa praktično ni nikoli. Ker je mesto zaradi gričevja zelo povezano z naravo, je tukaj pomlad zelo barvita, ljudje pa so športno zelo aktivni. Najlepša razgledna točka je iz grada Špilberk kamor se ob lepem vremenu spleča odpraviti. Poleg tega je v mestu po mojem najlepši kraj v naravi naměstí míru, kjer je poleg zelenice tudi športni kompleks in observatorij. Sicer pa je po mestu več parkov kjer si lahko prirediš piknik. Ljudje so po mojem mnenju zelo podobni Slovencem, sprva zadržani, a se radi odprejo. Njihova angleščina ni najboljša, mladi sicer v večini govorijo tekočo angleščino, a v trgovinah moraš imeti srečo, da ti starejši zaposleni znajo odgovoriti. V preteklosti so se namreč v šolah učili rusko. Nočno življenje je tukaj zelo aktivno, predvsem med tednom, ko je zunaj veliko študentov ker so vsak teden organizirane uradne Erasmus zabave. Ker pa v 6. letniku vaje potekajo vsak dan dopoldne in je treba vstati že ob 6-ih žal tega ni mogoče toliko izkoristiti. Kar me je najbolj motilo v večini javnih prostorov vključno z diskotekami je to, da tu kljub prepovedi z novim letom kadijo skoraj vsi. Vendar obstajajo tudi restavracije kjer se zakona bolj držijo.

Češka je lepa država, ki si jo splača raziskati, saj tam lahko najdemo veliko kulturnih kot tudi naravni znamenitosti. Zaradi številnih mednarodnih študijskih programov na treh univerzah tu študirajo ljudje iz vseh koncev sveta. Vsekakor pa je tudi odlično izhodišče za potovanje po centralni Evropi, saj so ostala mesta v oddaljenosti le nekaj ur. Prav zaradi tega je Brno mesto mladih, kjer lahko srečaš ljudi, ki prihajajo sem na izmenjavo iz vseh koncev Evrope in ostalih kontinentov. Življenje je tu cenejše predvsem z vidika osnovnih življenjskih potrebščin, tako da lahko pokriješ vse stroške življenja z Erasmus+ štipendijo, okrog 100 evrov na semester pa lahko pridobiš tudi iz sklada, ki ga namenja češka vlada tujim študentom.

6. ČEŠKA – CHARLES UNIVERSITY IN PRAGUE (Urša Nagode)

Praga je cudovito, romanticno, nekoliko misteriozno in temacno mesto, ki je vedno polno življenja, dogodkov in turistov.

V Prago sem prispela konec septembra, malo pred začetkom izmenjave. Ob prihodu me je toplo sprejela kolegica iz Karlove univerze, ki mi je razkazala mesto, pomagala urediti papirologijo, vsa potrdila in ISIC. Na Karlovi univerzi imajo namreč zelo dobro organiziran 'buddy program' in vsak, ki si zeli lahko dobi dodeljenega buddyja, ki mu pomaga skozi prve dni in tudi vmes. Jaz sem se s Xenijo zelo hitro in dobro ujela, tako da sva se večkrat družili. Organiziranih izletov in dogodkov ne manjka - problem je da ne moreš iti na vse. Meni so bili osebno najljubši tisti ki so bili organizirani s strani LF ESO – njihova mednarodna studentska organizacija.

Stanovala sem v studentskem domu Kolej 17. Listopadu oz po domače „Troja“. Najemnina je bila med 130-140 eur na mesec za dvoposteljno sobo z kuhinjo, wcjem in kopalnico v enem prostoru (ja prav si prebral/a), ki si jo deliš se z eno sobo – torej skupno si ta skupni prostor deliš z 3 drugimi študenti. Troja ima svoje prednosti kot na primer cena, ostali erasmus študenti in hoces ali noces zurke pred svojo sobo, ki ne vem ali bi jih opredelila kot prednosti(ker ni treba iti dalec) ali slabosti(ker se jim ne moreš izogniti). Slabosti pa so zurke, če hoces študirat, relativna oddaljenost od centra sam moraš vzeti bus + metro ali tramvaj, in da je kopalnica v kuhinji z wcjem, pa včasih lahko stanovanje precej neugledno izgleda ko ga dobiš in porabiš najprej en teden da ga očistiš. Z metrom si v centru pri bolnici v slabe pol ure in z tramvajem cca 50 min - to je vključno z avtobusom. Tako, da so nekateri najeli sobe v

centru, ki pa stanejo med 250 in 400 eur na mesec, odvisno. Cenovno se da skozi prit cez mesec s stipendijo cist enostavno ce zivis v domu, in imas lahko hkrati kar bogato socialno zivljenje. Po pragi se da zelo ugodno vozit z mesечно vozovnico, kot student fakultete v Pragi seveda. Z mesечно vozovnico lahko uporabljas vse – tramvaj, metro(podzemna) in mestne avtobuse za malo manj kot 10eur/mesec(260czk). Kar je najboljsje je da lahko kupis 5 ali 3 mesечно vozovnico in ni treba obiskat prijaznih ljudi na okencih vsak mesec ;). Glavne obroke si lahko kuhas sam ali pa gres na kosilo v menzo za 50-70czk ali v restavracijo med casom kosil za 100-140czk.

Karlova univerza je super za nas z Ljubljanske fakultete, ker se predmetnika zelo lepo pokrivata, doloceni profesorji se poznajo med sabo (prof Batellino pozna naprimer prof Zemana iz pediatrije in podobno na ginekologiji, se posebej na podroccju uroginekologije). Prakse smo imeli vec, kot so jo imeli moji kolegi v Ljubljani. Skupine so manjse, pohvali se lahko z odlicnim programom predavanj (ki so bolj kot neki seminarji) v anglescini. Profesorji so vecinoma zelo prijazni, spostljivi do studentov. Mentorji so neverjetno točni - vsaj na predmetih ki sem jih obiskovala. Nasploh moram rect da so Cehi zelo točni in vljudni. Ce se naucis osnovne cescine, zelo hitro lahko razumes osnove. Vendar pazi, ker dolocene stvari niso iste, ceprav zelo podobno zvenijo. Zadnji mesec sem bila sposobna suvereno vzeti anamnezo in pregledati pacienta brez tezav, in so mi bili vsi studentje angleske paralelke malo nevoscljivi, ker niso do te stopnje prisli v sestih letih. Kaj naj recem, verjetno pomaga da govorimo jezike iz iste skupine, verjetno pa sem se zato tudi dostikrat znasla v nerodnih situacijah ko sem nenamerno rekla kaj neprimernega :D. Zelo pomaga ce se naucis osnovne cescine in pokazes da se trudis – v tem primeru te bojo z veseljem vzeli pod okrilje in te vkljucili v proces. V nasprotnem primeru te znajo gladko ignorirati na vajah v dolocenih bolnisnicah (Se posebej Bulovka in Thomajer sta znana po tem). V Pragi namrec (nasprotno od mojih pricakovanj) velika vecina ljudi ne govori anglesko oz se ne pocutijo dovolj dobre v tem in jim je nerodno. V pragi sem opravila vse predmete 5. Letnika razen sodne medicine(vse doma, ceprav bi lahko gor opravljala vaje in predavanja), Maksilofacialne kirurgije s stomatologijo (izpit doma), secila (izpit in del nefrologije, ceprav ne bi bilo potrebno) in ORL(izpit doma). Poleg tega sem se dogovorila s prof Kosnikom za dodatne vaje na golniku, saj v Pragi dihala niso bila (zame) dovolj prakticna.

Prago bi priporočala vsem, ker je zelo raznolika tako da se za vsakega kaj najde. Jaz naprimer nisem prevec party oriented pa sem vseeno uzivala, in tisti ki so partzanimals so tudi, sodec po zvokih, slikah in zgodbicah. Vendar bi vas rada opozorila na eno stvar, ki me je resnocno presenetila. Ljudje v Pragi so namrec lahko zelo neprijazni se posebej tisti, ki delajo v strezbi, na javnem prevozu, v administraciji v domu in podobno. Na faksu so naceloma prijazni. Odvisno kam gres seveda, ampak samo da ne bos presenecen/a ce se "lady in the accommodation office" zacne zdirat nate zato, ker ti ne zna razlozit dolocene stvari. Pac tako se dolocenim stvarjem streze gori. Aja ne skrbi, tako pac je, vsi smo se nasmejajl veckrat na racun tega. Najboljse je ko jih ne razumes kaj govorijo v cescini in potem isto stvar v cescini glasneje ponovijo in se glasneje dokler ne pride do pomoje okrog 80 dB 😊 . Ampak smo vsi preziveli in se zdaj samo smejimo na racun tega. Mislimo celo organizirat novoletno zabavo v Troji drugo leto samo da recemo tem gospem zivjo spet 😊.

Ce me vprasate ali bi sla se enkrat na Erasmus bi rekla DA!, no saj tudi grem. Mislim, da je zelo pomembno za nas bodoce zdravnike, da vidimo kako se dolocenih stvari lotijo drugje po svetu, da lahko iz razlicnih pristopov poberemo naboljse za nase paciente. Pomembno je da ne ostanemo znotraj crne skrinjice. V Pragi nisem spoznala le nacinov dela na Ceskem. Spoznala sem kar nekaj kolegov iz Nemcije, Finske, Svice, Francije, Poljske, UK, Spanije, Potrugalske itd in skupaj smo veckrat primerjali pristope, ki so v nasih drzavah.

Ce imate se kaksno vprasanje, mi lahko pisete na nagode.ursa@gmail.com.

7. DANSKA – UNIVERSITY OF COPENHAGEN (Marija Vita Zupanič)

Sem študentka 6. letnika medicine, od 3. 1. do 28. 5. 2016 sem bila na izmenjavi Erasmus+ na Univerzi v Kopenhagenu na Danskem. Januarja sem obiskovala intenzivni tečaj danščine, v času od 22. februarja do konca maja pa sem opravila 5 tednov vaj iz interne medicine in 5 tednov vaj iz kirurgije v bolnišnici Hvidovre ter 2 tedna vaj iz anesteziologije v glavni bolnišnici Rigshospitalet. Izmenjava je izpolnila moja pričakovanja, ki so bila lahko glede na obča dejstva precej visoka: Univerza v Kopenhagenu se ponaša z bogato tradicijo – ustanovljena je bila še pred odkritjem Amerike, njena medicinska fakulteta se uvršča med 100 najboljših na svetu, Kopenhagen slovi po svoji kulturni bogatosti, Danska je bila uvrščena na 8. mesto od 144 držav

po svoji razvitosti tehnološke infrastrukture, Danci pa so bili prepoznani za najbolj srečen narod.

JEZIKOVNI TEČAJ

Katere predmete je možno opravljati, lahko najdete na spletnih straneh »Faculty of Health and Medical Sciences«

[\(http://healthsciences.ku.dk/education/exchange_quest_students/medicine-exchange/courses/\)](http://healthsciences.ku.dk/education/exchange_quest_students/medicine-exchange/courses/). Kot uvod priporočam udeležbo na predsemestrskem tečaju danščine, ki

ga organizira Univerza v Kopenhagenu in je brezplačen. Tečaj je potekal tri tedne od ponedeljka do petka med 9:00 in 12:30, zaključil se je z izpitom. Pri nas so ga upoštevali kot izbirni predmet. Tečaj se je dotaknil nekaterih segmentov življenja na Danskem in omogočil tkanje vezi z mednarodnimi študenti. Med semestrom sem obiskovala tudi nadaljevalni jezikovni tečaj, ki je potekal od sredine februarja do sredine maja dvakrat na teden po tri šolske ure. Obiskovanje tega tečaja je zahtevalo nekaj več fokusa, saj sem bila dva dni od doma od 6:45 do 20:00, še dvakrat pa sem si morala vzeti čas za domačo nalogo, a učenje jezika me je veselilo. Danščina velja za zelo težek jezik, predvsem zaradi izgovorjave. Nemško govoreči študentje so pri učenju hitreje napredovali. Sama sem lahko v danščini vzpostavila prvi stik z ljudmi in sčasoma tudi kaj malega prebrala, kar mi je poleg naklonjenih pogledov prineslo nekaj več udobja v bolnišnici. Morda bi se splačalo pred izmenjavo pridobiti osnove in se na Danskem že na začetku udeležiti nadaljevalnega tečaja ... Za več kot trimesečno bivanje na Danskem je treba pridobiti dovoljenje za začasno bivanje in CPR številko, kar smo uredili na organiziranem dogodku v januarju. Priporočam, da si potrebne dokumente natisnete doma in s seboj prinesete fotografijo za osebni dokument.

KLINIČNE VAJE

Interna medicina

S kliničnimi vajami sem pričela šele 22. 2., četudi naj bi se semester pričel teden prej. Dobro se je zgodaj v januarju v danski mednarodni pisarni pozanimati o terminih vaj (četudi tisti hip morda še ne bodo znani), da si lahko v primeru daljšega prostega obdobja svoj čas primerno načrtujete. Internistične vaje sem opravljala na oddelku za kardiologijo v bolnišnici Hvidovre, kamor običajno razpišejo slovenske študente, čeprav sem bila sprva obveščena, da bom na pulmologiji. Vaje so bile na urniku kar 6 tednov, saj smo imeli vmes skupno 4 dni proste, od

tega 3 za velikonočne praznike. Delovni dan smo pričenjali ob 8h z raportom, nato sva z nemško študentko izmenjaje sledili zdravnikom z različnimi zadolžitvami (oddelek, ambulante, akutni center, preiskave), ob 13:30 je bil ponovni raport, bolnišnico pa sva navadno zapustili okrog 15h. Obema se je najbolj zanimiv zdel akutni center, paralela našega IPP. V akutnem centru so delali zdravniki pripravniki in specializanti, ki so bili pripravljene samoiniciativno prevajati in razlagati več od starejših zdravnikov, s pacienti so se pogosteje pogovarjali v angleščini (če je situacija seveda to dopuščala), poleg tega pa smo zdravili širši spekter bolezenskih stanj (še zmeraj je sicer specializant kardiologije primarno obravnaval kardiološke bolnike). Kot študentka nisem bila aktivno vključena v delo, moja naloga je bila potrpežljivo slediti zdravnikom, jih opazovati in loviti prevode, pa tudi zastavljati vprašanja. Žal je to pomenilo, da sem veliko časa le poslušala danščino. Izključno ena zdravnica v akutnem centru je dovolila samostojno prvo izpraševanje in pregledovanje pacientov. Na oddelku sem se s pacienti lahko pogovarjala po mili volji, a žal nisem razumela njihove dokumentacije. Študentje smo prejeli seznam veščin (jemanje krvi, vstavljanje kanil in katetrov itd.), ki naj bi jih osvojili tekom vseh vaj, in trudila sem se z njimi, da bi bolj aktivno preživela svoj čas. Uspela sem se sicer na raznih mestih s sestrami dogovoriti, da me pokličejo po telefonu, če bi imele kaj zame, a žal je bilo klicev malo (verjetno so v naglici pozabile name). Veščine sem tako hitro postavila v drugi plan.

Na Danskem imajo pacienti elektronske kartoteke, v katerih lahko najdeš vse zapise o predhodnih ambulantnih in bolnišničnih zdravljenjih, slikovno diagnostiko, izvide laboratorijskih preiskav ter celo redno terapijo. Sistem zaenkrat še ne zajema celotne države, temveč ločeno pokriva regije. Na splošno bi zdravnike in vso osebje zelo pohvalila, saj so bili vsi po vrsti prijazni z mano in se trudili pojasniti vse, kar me je zanimalo. V danskih delovnih okoljih vlada t. i. »flat structure«, kar pomeni, da ni veliko vertikalne hierarhije, odnosi so bolj sproščeni, vsi (tako zdravnik kot medicinska sestra in študent) imajo pravico do izražanja mnenja. Ljudje se med seboj kličejo po imenu ne glede na položaj in enako so pričakovali od mene. Delovno vzdušje je prijetno, pomembno je timsko delo, čutiti je medsebojno spoštovanje, tako se npr. zdravniki ob predpisovanju terapije ležečemu bolniku redno posvetujejo s sestrami, saj je samoumevno, da vsak člen tima nosi del koristnih informacij.

Na vajah sem pogrešala več strukture v svojem vsakdanu, kakšno zadolžitev, pa tudi več angleščine. Ta je bila jezik mojega programa, toda na raportih je razen izjemoma ni bilo slišati, čeprav nama je glavni mentor naročil, naj se jih udeležujeva. Verjetno bi lahko bili zanimivi, saj so se zdravniki poleg predstavljanja novih bolnikov lahko s kolegi posvetovali o zdravljenju svojih pacientov. Kardiologi niso sestavljali zelo velikega tima (na jutranjem raportu jih je bilo okrog 10, resda pa niso vsi delali vsak dan), kot posamezniki so bili prijazni, angleško so govorili tekoče, a v skupini se angleščine ni govorilo, pa naj sta za mizo poleg mene sedela le dva, naj je bil uraden sestanek ali odmor za kosilo, naj sem poskusila z vprašanji v angleščini ali molčala. Zelo redko je iz skupine izstopila kaka usmiljena duša, a nenapisano pravilo je govorilo proti angleščini (in gostoljubju) v skupini sicer nasmejanih ljudi. Razumela sem odklanjanje angleščine v uradnem delu raportov, a tudi navadno kramljanje ob kavi je moralo teči v danščini. Ena na ena se mi je kdo celo opravičil, a skupinska dinamika je bila močnejša in je morda izhajala iz tega, da se najin glavni mentor za naju ni dovolj zavzemal, kljub prošnjam ni posredoval, bil pa je tudi pogosto odsoten. Na sosednjem oddelku za pulmologijo so tujim študentom na raportih namreč občasno naredili povzetek v angleščini, v skupini so se neformalno zanimali zanje, a kardiologi so pač bili nadvse zadržane sorte. Kljub precejšnji omejenosti zaradi jezika sem se lahko čudila drugim dimenzijam – urejenosti ljudi in okolja, umirjenosti. Nekaj utrinkov iz akutnega centra: tam ni kaosa, vnaprej so obveščeni o prihodih bolnikov in s prebiranjem elektronske kartoteke se zdravniki nanje pripravijo, pacientom je namenjeno več časa (v mirnih dneh lahko tudi 1 ura) in tako se lahko zelo razgovorijo, zdravniki pripravniki so pri delu samostojni in sprva obravnavajo trižno najlažje bolnike, ekipa za oživljanje, ki jo vodi dežurni mlad kardiolog ali anesteziolog, je fascinantno sinhrona ...

Kirurgija

Kardiologiji je sledilo 5 lepših tednov na oddelku za abdominalno kirurgijo. V bolnišnici Hvidovre je eden največjih centrov za abdominalne težave na Danskem; kirurški oddelek je zaposloval 70 kirurgov, skupaj z gastroenterologi jih je bilo čez 100. Prvi dan je glavna mentorica našo skupino 10 študentov razveselila z natančno predstavitev oddelka in urnika ter jasnimi »pravili obnašanja«; dala nam je vedeti, da se lahko nanjo kadarkoli obrnemo in nam zabičala, naj vsak dan sledimo svojemu osebnemu cilju, saj bomo sicer na tako velikem oddelku izgubljeni. Po njenem mnenju istega posega ni smiselno gledati večkrat (morda krajše 2- do 3-krat za primerjavo), prav tako naj ne bi bilo smiselno opazovanje večurnih operacij (prišli naj bi za kako uro in se čez čas vrnili, da bi videli napredek). Prvi dan smo imeli tudi

delavnico šivanja. Vsak dan smo rotirali med več kot 10 mesti (operacijske dvorane, razne ambulante, sledenje zdravnikom na različnih položajih v akutnem centru, prevezovanje ran, dežurstvo, dnevna bolnišnica, endoskopije), obenem pa je bila vsakemu dodeljena »baza« na enem izmed pododdelkov, kamor naj bi zahajali, če bi imeli »luknjo v urniku« (npr. ob čakanju med dvema operacijama). Mentorica nas je opozorila, da nismo nikjer primorani ostati, če nam ni všeč oz. smo videli dovolj – takrat naj bi se zahvalili in si poiskali drugo mesto. Ta svoboda se je po omejujočih internističnih vajah izkazala za resnično dobrodošlo, tudi težave z jezikom so se na ta način zmanjšale. Raport je bil ob 7:45, po njem pa je štirikrat v tednu sledila še kratka (neobvezna) radiološka konferenca, kjer so radiologi pred mladimi zdravniki interpretirali slikovno-diagnostične izvide. Enkrat tedensko so imeli v okviru raporta še izobraževalno predavanje. Žal je bilo vse naštetu v danščini, a na raportu s 50 prisotnimi zdravniki je kaj drugega težko pričakovati. Mi je pa prav prišlo moje skromno razumevanje brane danščine, saj so bile na raportih pogoste prezentacije. Kirurgi so bili na splošno bolj odprti kot kardiologi, bolj vajeni tujcev, mimogrede ti je kdo na hodniku po raportu namenil kak stavek v angleščini, spraševali so nas, kako smo zadovoljni in če bi kaj spremenili. Svoje delo so bili pripravljene obrazložiti, še najmanj angleščine se je slišalo v ambulantah in akutnem centru. Povsod sem se veliko pogovarjala s sestrami, ki so bile zelo vključene v delo in znale marsikaj pojasniti. Sproti so se kazale (zelo redke) priložnosti za pomoč pri operacijah (šivanje kože, asistiranje, držanje kamere pri laparoskopiji, sama sem lahko odstranila perianalni absces), več kot dovolj pa je bilo priložnosti za ambulantne preglede, vključujoč rektalni pregled ter tipanje brezštevilnih pooperativnih in ingvinalnih hernij. Ko so se stvari začele ponavljati, sem se odločila, da se vadim v vstavljanju venskih kanil in jemanju krvi, saj se je to skoraj samo ponujalo. V pripravljalni sobi pred endoskopirnicami so namreč bolnikom vstavljali kanile, na svojem pododdelku pa sem se javljala za jemanje krvi. Domov sem odhajala med drugo in tretjo uro. Kirurške vaje so bile dinamične in poučne, mislim, da bi generalno težko bile boljše, je pa bila tudi tu pomembna lastna iniciativa, s katero se je k sreči dalo marsikaj doseči.

Predavanja

Ves čas vaj v bolnišnici Hvidovre smo imeli ob petkih popoldne štiriurna predavanja iz tem interne medicine in kirurgije, pretežno zasnovana na osnovi kliničnih primerov. Potekala so v angleščini v skupini 10 študentov in bila zelo interaktivna. Na Danskem je pri študiju medicine

velik poudarek na kliniki; vaje, ki sem jih opravljala, imajo danski študentje že v 4. letniku, njihovi izpiti po slišnem že v prvih letih temeljijo na kliničnih primerih. Pri učenju osnova ni učenje na pamet, temveč je pomembno poznavanje osnovnih principov, povezovanje in logičen pristop pri obravnavi bolnika.

Dvakrat smo imeli tudi zanimive delavnice za »team building«, na katerih so sodelovali študenti medicine in zdravstvene nege. Študente so želeli naučiti dobre komunikacije v timu. Žal so bile v danščini, a vendar smo en primer izvedli tudi v angleščini.

Anesteziologija

Po končanih vajah iz kirurgije sem bila 11 dni prosta, zadnja dva tedna maja pa sem opravljala še zelo dobre vaje iz anesteziologije v univerzitetni bolnišnici Rigshospitalet. Dva dni smo imeli predavanja, v okviru katerih smo tudi vadili spinalno anestezijo, intubacijo in oživljanje na lutki, sedem dni pa smo preživeli na izbranem oddelku, od tega dva v enoti intenzivne nege in enega v dežurstvu. V bolnišnici smo bili med 7:45 in približno 14:00. Sama sem bila na oddelku za nevrokirurgijo, kjer so mi dovolili predihavati z obrazno masko in dihalnim balonom, vstaviti kak endotrahealni tubus (ne pa tudi laringoskopa) ter vstavljati intravenske kanile. Ko je bilo premalo anesteziološkega dogajanja ali zgolj razlage, sem se osredotočila na potek operacije. Ponovno je bila potrebna samoiniciativa, sicer bi lahko kaj hitro nesrečno obsedela. Tukaj so bili raporti v angleščini, celo enourno predavanje za približno 40 zdravnikov so le zaradi 3 tujcev izvedli v angleščini. Junija sem v Ljubljani opravila še izpit iz anesteziologije in tako mi bo priznan izbirni predmet Anesteziologija.

NASTANITEV

Januarja sem bivala pri slovenski družini, potem pa sem dobila sobo v prijetnem študentskem domu Det Ny Emdrupborg Kollegium. Pogodba je žal trajala vse do 15. 7., a možno se je bilo prijavit za skrajšanje. Tako so za zadnji mesec in pol iskali drugega najemnika; če ga ne bi našli, bi morala plačati najemnino do 15. 7. V mojem primeru je šlo gladko, a svetujem, da se pri iskanju najemnika angažirate tudi sami, sploh v poletnih mesecih, ko je povpraševanje manjše. Da želim nastanitev iskati preko podjetja Housing Foundation (<http://housingfoundation.ku.dk>), sem odključala že poletje pred izmenjavo v univerzitetni spletni prijavnici, ko sem morala izbrati tudi medicinske predmete in se odločiti o jezikovnem tečaju. Poleg študentskih domov podjetje ponuja še sobe v študentskih stanovanjih in sobe pri

družinah. Zaradi možnosti za več socialnega življenja sem se odločila za dom. Ponudbo smo morali vnaprej preučiti in sredi novembra se je ob vnaprej znani uri odprla spletna prijavnica, kjer je bilo treba po vstopu v 30 minutah izbrati sobo (teh 30 minut so ti namreč hranili najcenejšo sobo med tebi ponujenimi). Bila sem razočarana, ker je vsak študent v izbor dobil le naključno peščico sob, obenem pa je prišlo do kolapsa spletne strani. Na koncu sem nekoliko brezglavo izbrala najcenejšo prosto sobo, ki je stala zasoljenih 486 evrov mesečno, morala sem si jo deliti in oddaljena je bila kar 11 km od bolnišnice Hvidovre. Poleg mesečne najemnine je bilo treba odšteti skupno še dobrih 100 evrov podjetju za posredovanje in pa strošek plačilne transakcije. K sreči se je izbrani dom izkazal za zelo udobnega, skupnost je bila domačnostna, soba v bistvu garsonjera, sostanovalka prijetna, povezave javnega prevoza pa ugodne. Četudi je bilo o Housing Foundation slišati marsikaj slabega (preplačevanje, oddajanje bivalno neprimernih prostorov, zgodbe o nepovrnjenem depozitu, neuspele skrajšane pogodbe), je bila večina študentov še kar zadovoljna, glavni minus je šel (pre)visokim cenam. A vsako iskanje na lastno pest bi verjetno prineslo več nejevolje, saj je nastanitev v Kopenhagnu zaradi velikega povpraševanja težko dobiti, cene so povsod visoke, še posebej pa za tujega študenta na izmenjavi, ki so mu zaprte poti do raznih drugih (cenejših) posredovalnic sob.

STROŠKI BIVANJA

Po podatkih strani numbeo.com so stroški bivanja na Danskem za 57 % višji od slovenskih, v kar niso vštete najemnine. Varčnosti se torej ne da izogniti ... Poleg najemnine, ki sem jo pokrila z Erasmus štipendijo, sem mesečno porabila še 50 evrov za vozovnico za javni prevoz. Splačalo se je prehranjevanje v bolnišnični menzi, kjer sem za srednje veliko kosilo odštela približno 4 evre, v Rigshospitalet sicer 1-2 evra več. Pogosto sem si hrano prinesla s seboj, kar je bilo splošno razširjeno. Živila so za vsaj polovico dražja kot pri nas, a v nekaterih supermarketih se najde precej artiklov s »slovenskimi cenami«, sploh če segaš po znižanih. So pa zmeraj zelo dragi lokali; najti obrok za 10 evrov je velika sreča, kava stane okoli 4 evre. Priporočam nakup rabljenega kolesa – za povečanje mobilnosti, znižanje stroškov in rekreacijo. Sama sem svojega uspela prodati po kupni ceni. Premikanje po državi je zelo drago; cenovno se bolj splača leteti z nizkocenovnim letalom iz države kot iti na izlet po njej. Predmete po dostopnejših cenah in tudi oglase za sobe lahko najdete na Facebook-u v skupinah ESN CPH: Give-Buy-Sell-Rent in Buy a Bike Copenhagen, morda pa jih dobite celo brezplačno preko skupine Free Your Stuff Copenhagen.

ZAKLJUČEK

Za študente na izmenjavi je bilo odlično poskrbljeno, tako formalna kot neformalna pomoč sta bili na voljo. Kopenhagen je zanimivo mesto in ponuja dovolj aktivnosti za ves semester (koncerti, muzeji, galerije, šport, nočno življenje). Danska je bogata država, standard bivanja je visok, prav tako socialna varnost, v bolnišnicah si privoščijo vse »po zadnji modi«. Delovna kultura je visoko razvita, kar ne pomeni, da ljudje delajo preveč, temveč da so pri delu učinkoviti, se držijo fiksnih delovnih ur, je delavnik 37-urni in plačilo pošteno. Študenti k študiju pristopajo odgovorno (k temu verjetno najbolj botruje že ustaljeno prosto leto po gimnaziji), prebivalci Kopenhagna so mirni, omikani, zadržani, a zelo sodelovalni, njihov čas je načrtovan daleč vnaprej. Pri poglobljanju medicinskega znanja je bil jezik seveda ovira, a zaradi vpogleda v zelo drugačen študijski in zdravstveni sistem ter povsem drugo kulturo je bila izmenjava v Kopenhagnu zame dragocena izkušnja.

8. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Nika Mrzelj)

Izmenjavo sem opravljala v poletnem semestru 6. letnika. Na Finskem v mestu Oulu sem ostala od začetka januarja do konca maja. Opravljala sem 7 tednov vaj iz kirurgije in 2 tedna vaj iz interne medicine ter 2 izbirna predmeta (Interprofessional Health and Wellbeing Promotion and Prevention, Survival and Beginner's Finnish course). Oddaja prijave je potekala elektronsko, dobili smo uporabniško ime in geslo za dostop do Solemove, strani, kamor je bilo potrebno naložiti vse zahtevane dokumente. Za pridobitev sobe v študentskem domu se je bilo potrebno prijaviti preko PSOAS-a (nekakšna organizacija študentskih domov za S Finsko), in sicer če odhajate v Oulu v zimskem semestru čim prej (še preden oddate prijavo za študij), v spomladanskem semestru pa načeloma ni takšnega povpraševanja in smo vsi dobili mesto v študentskem domu. Pogodba za sobo se sklene za cel semester in je ni možno prej prekiniti. Pred prihodom smo dobili tudi kontakt od svojega študentskega tutorja, ki naj bi nam pomagal z birokracijo in kako se znajti v mestu v prvih dneh (jaz sicer svoje tutorke na žalost do konca izmenjave nisem spoznala).

Na Finsko sem prispela že konec decembra, z izmenjavo pa sem uradno začela v začetku januarja z orientacijskim sestankom za vse mednarodne študente. Na uvodnem

sestanku smo tudi naročili študentske izkaznice, s katerimi imaš številne ugodnosti (50% popust na vozovnice za vlak, obrok za 2.60 eur v študentskih menzah). Po orientacijskem sestanku sem imela še sestanek s koordinatorko medicinske fakultete v Oulu-ju, na katerem sva se dogovorili, kaj bom opravljala, kaj pričakujejo, dobila sem belo haljo in badge z imenom.

- Opis dela na oddelku in izbirnih predmetov

Kot že omenjeno sem opravljala 7 tednov vaj iz kirurgije ter 2 tedna vaj iz interne medicine.

Na kirurgiji sem bila na 3 tedne na urološkem oddelku ter po 2 tedna na kardiorakalni in abdominalni kirurgiji. Vaje so na vseh kirurških oddelkih potekale podobno. Delovni dan se je začel ob osmih z vizito, razen ob ponedeljkih in sredo, ko je bilo ob osmih na sporedu seminarji o različnih kirurških temah. Vsi so bili sicer precej prijazni, vendar pa se sami od sebe z mano niso kaj veliko ukvarjali. Redko mi je kdo brez spraševanja kaj razložil (izjema so bili zdravniki na urologiji, ki so se res potrudili), tudi med vizitami v finščini se ni nihče trudil s prevajanjem. Tu so vizite zelo dolge (lahko trajajo tudi 2 uri in več), saj si zdravniki res vzamejo čas za vsakega pacienta, ga pregledajo, odgovorijo na vsa njegova morebitna vprašanja. Večino preostalega časa sem preživela pri opazovanju operacij, pri katerih mi je ponavadi kakšen specializant bil pripravljen razložiti dogajanje. Včasih sem lahko tudi asistirala, vendar pa največkrat ni bilo možno, tako da sem se večino časa počutila precej nekoristno. Predvsem na kardiorakalni kirurgiji mi je bilo precej dolgčas, saj sem v prvem tednu videla večino operacij, ki so jih opravljali (bypassi in zamenjava aortne zaklopke) in so se že v prvem tednu začele ponavljati.

Z vajami iz interne medicine sem bila veliko bolj zadovoljna (opravljala sem jih na pulmološkem oddelku), vendar sem na žalost tam lahko opravljala le 2 tedna. Tudi tu se je dan začel ob osmih, vendar so mi dovolili, da sem prihajala ob devetih, saj so ob 8ih imeli razne seminarje in različne sestanke, ki so potekali v finščini in so ocenili, da od tega ne bom kaj veliko odnesla. Ravno tako je bila tudi tu najprej na sporedu vizita, vendar pa so mi že preden smo pristopili do bolnika razložili njegove težave, pregledali smo njegove laboratorijske izvide ter slikovno diagnostiko in terapijo. Vizite tu so bile ponavadi še daljše kot na kirurgiji. Po viziti je bil navadno čas za kosilo, popoldne pa smo jemali kri za PAAK, odstranjevali drene, ob določenih dneh sem lahko opazovala bronhoskopije, imeli so konziliarne sestanke...

Poleg vaj sem opravljala še Survival and Beginner's Finnish course in Interprofessional Health and Wellbeing Promotion and Prevention. Ne glede na to, da sem začetni tečaj finščine uspešno opravila, je bila v bistvu največja korist tega tečaja, da sem na koncu v trgovini približno vedela, kaj kupujem 😊 Finščina je zelo zahteven jezik in je potrebno veliko motivacije, da se ga naučiš. Na srečo večina Fincev zelo dobro govori angleško in če se ne nameravaš ravno preseliti/delati tam, znanje finščine za preživetje niti ni potrebno. Interprofessional Health and Wellbeing Promotion and Prevention pa je bil izbirni predmet, ki je v bistvu obsegal nekatere vsebine, ki jih mi obravnavamo pri javnozdravstvenih predmetih. Za razliko od predavanj pri nas, je na Finskem pouk potekal precej bolj interaktivno, imeli smo razne okrogle mize, kjer smo govorili o različnih problemih, za končno oceno pa smo morali v skupinah posneti promocijski video na temo, ki nas je zanimala.

- Opis nastanitve

Nastanjena sem bila v študentskem domu v študentskem kampusu zraven univerze, kjer so se nahajale vse fakultete razen seveda Fakultete za medicino (in arhitekturo). Do Fakultete za medicino in bolnišnice, kjer sem opravljala vaje sem bila tako oddaljena približno 6 km. V najbolj mrzlih in temnih mesecih sem se vozila z avtobusom, kasneje ko se je dan začel daljšati pa sem hodila s kolesom. Oulu je nasploh zelo kolesarjem prijazno mesto, imajo ogromno kolesarskih stez in nič čudnega ni, ko pri -30 stopinjah vidiš študente, ki kolesarijo proti faksu. V študentskem domu sem imela svojo sobo, stanovanje pa sem si delila še z eno mednarodno študentko. V stanovanju sva imeli še kopalnico in kuhinjo. V zadnjem nadstropju študentskega doma pa je bila tudi savna, v pritličju pa je bila pralnica. Za sobo sem plačevala okoli 300 eur.

- Opis kraja izmenjave

Moja izmenjava je potekala v Oulu-ju, ki se nahaja ob obali približno 500 km severno od Helsinkov. Je zadnje večje mesto na Finskem v severni smeri in ima okoli 200.000 prebivalcev. Je zelo študentsko mesto, zaradi tega naj bi imel tudi v povprečju najmlajšo populacijo na Finskem. Povsod se da priti s kolesom, pa tudi javni prevoz z avtobusi je dobro organiziran, a drag (splača se kupiti mesečno karto, saj posamezna vožnja stane 2.05 eur ali 3.10 eur). Avtobusi so ponavadi precej točni.

- Opis družabnega programa

Lokalne organizacije mednarodnih študentov so skrbele, da se je vedno nekaj dogajalo in ni bilo nikoli dolgčas. Organiziran je bil ogled mesta, National food party, smučanje, izleti na Laponsko, Norveško, v Rusijo, različne tematske zabave, filmski večeri, družabne igre, Ice hole

swimming...Ker je večina izletov med tednom, se je potrebno prej s koordinatorko uskladiti glede vaj, če se želite katerega udeležiti, vendar vsaj jaz s tem nisem imela težav, če sem ji dovolj zgodaj sporočila, kdaj bi bila odsotna. Poleg aktivnosti s strani študentskih organizacij, pa smo si seveda tudi sami organizirali kakšne vikend izlete in druženja. Za približno 30 eur si lahko kupil tudi karto za športne aktivnosti za cel semester (neomejeno št. vadb), ki so potekale v okviru fakultete.

Z izmenjavo sem bila na splošno zelo zadovoljna in jo vsekakor priporočam!

9. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Metka Kelbič) DENTALNA MEDICINA

Na izmenjavo sem odšla v letnem semestru 5. letnika dentalne medicine in sicer na Finsko v Oulu. Moja izmenjava je trajala od 5. januarja 2016 do 31. maja 2016. Na medicinski fakulteti smo začeli z vsemi obveznostmi šele v začetku februarja. Konec januarja smo tako dobili urnike predavanj in vaj ter datume vseh izpitov.

Na izmenjavi sem hodila na predavanja, asistirala študentom na vajah (dela s pacienti zaradi neznanja finskega jezika ne dovolijo) in opravljala izpite. Opravila sem 5 izpitov, priznana sta mi bila tukaj 2.

Pred odhodom sem imela veliko dogovarjanja in prilagajanja z vsemi profesorji, a se je dalo vse lepo dogovoriti brez težav. Veliko je bilo tudi pripravljanja in izpolnjevanja dokumentov ter papirjev, ampak verjemite, da je na koncu to vse vredno nove izkušnje.

Morem reči, da sem bila zelo presenečena nad organiziranostjo in prijaznostjo vseh ljudi na fakulteti v Oulu-ju. Res so se potrudili, nam marsikaj omogočili in prilagodili čim več aktivnosti. V pomoč smo imeli tudi tutorje in njihove študente dentalne medicine, ki so bili zelo prijazni in pripravljeni pomagati pri različnih problemih (asistiranje na vajah, delo na fantomih, iskanje kolesa, iskanje restavracij,...). Tutorica me je prišla iskati tudi na letališče, mi izročila ključe študentskega doma in me pospremila do njega. Tudi odnosi med profesorji in tamkajšnjimi študenti so več kot odlični. Vedno so pripravljeni pomagati in razložiti, če študentom ne gre. Lahko jim postavijo vsa možna vprašanja kadarkoli in bodo vedno pomagali. Si vzeti tudi po 20 minut za enega študenta, jim sploh ni odveč. Urniki so točno določeni od 7.30-11.30 so vaje, potem je ena ura časa za kosilo in nato so vaje spet od 12.30-15.30, lahko tudi dlje če se kaj

zavleče. Nimajo vajalnic kot jih imamo mi ampak ima vsak študent svojo sobo (box), kjer dela in ima vse potrebne pripomočke. Asistenti krožijo po teh boxih, pokličejo pa jih lahko tudi preko računalnika. Zdi se mi super, da vidiš kako potekajo vaje kje drugje ne samo na naši kliniki, da vidiš mogoče še kakšne druge tehnike, postopke ter materiale, ki se uporabljajo.

Živela sem v študentskem domu, kjer smo bili vsi Erasmus študenti, tako da sem spoznala kar nekaj študentov iz celega sveta. Od študentskega doma sem imela okoli 30 minut vožnje s kolesom do medicinske fakultete. V prvih mesecih sem uporabljala avtobus, saj so se temperature gibale od -10 pa do -30°C. Sicer pa večina študentov uporablja kolo.

Na izmenjavi sem se udeležila tudi veliko izletov. Veliko izletov organizira ESN, študentska organizacija-Erasmus Student Network (Stockholm). Ta organizacija pripravlja tudi smučanje, filmske večere, inštrukcije peke finskih specialitet, zimske igre, ogled po mestu ter veliko drugih stvari. Nekaj izletov smo si organizirali sami (Norveška, St. Petersburg, Helsinki, Talin). Univerza organizira tudi veliko športnih aktivnosti. Najbolj dinamičen mesec na finskem je maj in delno konec aprila, saj se takrat dogaja Wappu- največji študentski dogodek na Finskem. Načeloma traja 3 tedne. Večina študentov do takrat že zaključi z vsemi izpiti. Veliko stvari se dogaja na prostem, saj je že bolj toplo. Vseh 5 mesecev ti res ni dolgčas. Obiskala sem tudi escape room, laser tag, veliko zabav,...

Erasmus izmenjava je bila za mene edinstvena in nepozabna izkušnja. Niti malo mi ni žal da sem šla, čeprav je bilo potrebnih kar nekaj priprav za to in ti ni vedno enostavno, ko si moreš večinoma vse sam organizirati, se pa ob tem zelo veliko naučiš. Spoznala sem veliko prijetnih ljudi, se marsikaj naučila, videla prelepe kraje in doživela nepozabne trenutke. V glavnem bilo je NORO!

10. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Sara Jagodic)

Na izmenjavo na Finskem sem se sprva prijavila za deset mesecev, od konca avgusta 2015 do konca junija 2016, vendar sem izmenjavo nato podaljšala na dvanajst mesecev in se v Slovenijo vrnila konec septembra 2016. V Oulu-ju naj bi opravljala obveznosti šestega letnika, vendar na žalost ni bilo mogoče vpisati kliničnih vaj iz Družinske medicine ter le teden vaj iz Interne

medicine. Zato sem poleg kliničnih vaj na različnih kirurških in pediatričnih oddelkih vpisala tudi mesec vaj iz Otroške nevrologije ter mesec vaj iz Otroške psihiatrije, klinične vaje iz Družinske medicine ter preostanek vaj iz Interne medicine pa moram opraviti po povratku v Ljubljano.

Pred odhodom sem se morala soočiti z vso birokracijo, sprva na domači fakulteti, nato pa še na Univerzi v Oulu, kamor se je bilo potrebno prijaviti že do aprila. Sam vpis na Univerzo, prav tako kot prijava za nastanitev nista bila težavna, saj sta potekala preko spletnega obrazca. Stvari so se zapletle s planiranjem študijskega sporazuma, saj dolgo ni bilo znano, katere klinične vaje je možno vpisati, koordinatorica pa na e-maile ni odgovarjala. Študijski plan ni bil pripravljen niti do mojega prihoda v Oulu konec avgusta, Learning agreement pa sva s koordinatorico formirali sredi septembra, in ga kasneje večkrat prilagodili. Kljub začetni skeptičnosti, so se stvari presenetljivo uredile in koordinatorica je uspela organizirati vse, kar je bilo obljubljeno v študijskem sporazumu. Po nekaj mesecih prosjačenja se mi je uspelo dogovoriti tudi za delo na raziskovalnem projektu iz področja Otroške nevrologije. Tako sodelujem pri pisanju znanstvenega članka na temo Neonatalne Aleksandrove bolezni, ki bo v kratkem, ko svoj del prispeva Univerza v Helsinkih, tudi objavljen.

V začetku semestra je Mednarodna pisarna organizirala obvezno predavanje, na katerem so nas seznanili z organizacijo in načinom dela v tamkajšnji bolnišnici. S kliničnimi vajami sem pričela 7. Septembra na oddelku za Kardio-torakalno kirurgijo, sledili so štirje tedni vaj iz Nevrokirurgije, nato mesec vaj iz Pediatrije, teden vaj iz Interne medicine, štirje tedni vaj iz Otroške nevrologije, dva tedna vaj iz Urologije, dva tedna vaj iz Plastične kirurgije, štirje tedni vaj iz Otroške psihiatrije ter pet tednov vaj iz Ortopedije. Na nekaterih oddelkih so mi v začetku dodelili finskega študenta tutorja, čigar naloga je bila predvsem prevajanje in predstavitev oddelka ter pomoč s kakršnimi koli vprašanji. To se mi je zdela izvrstna ideja, saj je bil moj dan tako bolj efektiven, imela pa sem tudi možnost spoznati nekaj finskih študentov, s katerimi sem ohranila stike. Na kirurških oddelkih se delovni dan navadno začne ob 8. uri z različnimi »meetingi«, včasih v okviru osebja na oddelku, kjer predstavitve primerov pripravijo specializanti, drugič v obliki videokonferenc z ostalimi centralnimi bolnišnicami Severne Finske, ter radioloških in farmacevtskih srečanj. Nato si osebje organizira delo po tedenskem razporedu. Dva navadno opravita vizito po vseh bolniških sobah na oddelku, nekaj jih

prevzame ambulante na polikliniki, ostali delajo v operacijskem bloku. Kot študent sem lahko izbirala, komu se bom pridružila, pogosto pa so me sami prosili za asistenco pri operacijah. Ovira pri delu je seveda komunikacija s pacienti, ki poteka v finščini, vendar večini zdravnikov ni odveč prevajati in razlagati primerov v angleščini, je pa seveda veliko odvisno od samoiniciative.

Na Pediatriji sem dva tedna krožila na infekcijskem in dva tedna na internističnem oddelku, popoldanski del delavnika pa sem prisostvovala v urgentni ambulanti. Dnevno sem se udeležila jutranje vizite, kjer sem pregledala vse paciente in sodelovala pri planiranju zdravljenja, podobno pa tudi v urgentni ambulanti. Preden smo sprejeli pacienta, so mi zdravniki prevedli anamnezo in povedali o primeru.

Delovni pogoji so v primerjavi z našimi veliko boljši. Delo poteka brez stresa, za pacienta si zdravnik lahko vzame eno uro, čakalna doba za specialistični pregled v javni bolnišnici je manj kot en teden, pacient pa v istem dnevu opravi MRI oz. druge slikovne preiskave, predno vidi zdravnika. Delovni dan se konča ob 15.30 uri, ob petkih pogosto še bolj zgodaj, kakršnekoli morebitne nadure (čemur sem bila res redko priča) pa so po finskem zakonu plačane dvojno. Presenetilo me je, da je polovica kirurgov ženskega spola, ne glede na vejo kirurgije. Vsi zaposleni v bolnišnici, od čistilke do predstojnikov oddelkov, nosijo enake delovne uniforme (»scrubs«). Izpostaviti velja predvsem razlike v odnosih v kolektivu, ki na Finskem niso hierarhični, ampak velja enakost. V praksi to pomeni, da se vse zdravnike oz. nadrejene, vključno s predstojniki oddelkov imenuje po imenu, brez kakršnih koli pripon ali nazivov, ter se jih izključno tika. Med odmori sem imela kavo oz. kosilo skupaj z ostalimi oddelčnimi zdravniki, nekajkrat pa so me celo povabili na privatne zabave na njihovem domu, kjer jim ni bilo odveč zaradi mene komunicirati v angleščini. Z nekaterimi sem navezala prijateljske odnose in me imajo namen obiskati v Sloveniji.

Stanovala sem v enem izmed študentskih domov, namenjenih študentom na izmenjavi. Sobo sem dobila brez težav, preko spletnega obrazca. Lokacija stanovanja sicer ni bila najboljša. Stanovanje je bilo približno 3 km oddaljeno od centra mesta in približno 6 km oddaljeno od bolnišnice. Čeprav nas je bilo v stanovanju (je bilo bolj pol nadstropja kot stanovanje) sedem, sem bila zelo zadovoljna. Imela sem svojo sobo na ključ, delili pa smo si dve kopalnici, dva

ločena tuša in veliko kuhinjo. Najemnina je bila močno subvencionirana, tako sem plačevala le nekaj več kot 200€ mesečno, vključno s stroški.

Pokrajina je čudovita. Do centra mesta vodi pot ob ogromnem jezeru, skozi park, čez mnogo mostičkov. Drugo polovico mesta pretežno pokriva gozd. Center mesta je manjši, kot sem pričakovala, trgovin ni veliko, hiše so v skandinavskem arhitekturnem stilu. Poleti in med vikendi je na osrednjem trgu tržnica, ki naj bi bila ena izmed večjih na Finskem, znamenitosti in starih zgradb pa iz zgodovinskih razlogov ni. Mesto ima tudi večjo plažo Nallikari. V zimskih mesecih močno priporočam ogled hokejskih tekem, lokalni klub Oulun Kärpät, je namreč ened izmed najboljših v finski hokejski ligi. Mesto predvsem poleti gosti številne festivale, med najbolj znanimi sta QStock in Air Guitar Championship, v oktobru »Irish festival«, v februarju pa Jelenji karneval.

Za transport do bolnišnice sem do sredine januarja uporabljala kolo, ko so temperature padle pod -20°C, pa sem se odločila za nakup avtobusne vozovnice. Sneži pogosto že novembra, prvi sneg nato izgine in izdatno sneži od decembra, pa nekje do sredine aprila. Kolesarske steze so kljub temu dobro urejene, kolesarjenje pa, še posebno, če investirate v zimske gume, in niste občutljivi na nizke temperature, ki januarja padejo tudi pod -32°C, ni problem. Ko jezero in morje popolnoma zmrzneta, se odpre sezona za »ice-hole fishing«. Vsako leto zgradijo tudi ledeno cesto do bližnjega otoka Hailuoto.

Zaradi natrpanega urnika med letom sem več potovala poleti po koncu obveznosti v bolnišnici. Lokalno univerzitetno društvo ESN sicer organizira izlete v Lapland, pa tudi Stockholm, Sankt Petersburg in Lofoten, ter skupaj z društvom NISO skrbi za družabni program na univerzi. Na univerzi se je možno vpisati tudi v tečaje finščine, ki pa na žalost niso dobro organizirani in potekajo le enkrat tedensko. Če imate možnost, svetujem, da se na univerzi registrirate za »kummi family programme«. V okviru tega projekta sem spoznala izjemen finski par, s katerima sem pogosto preživela vikend in katerih dobrota in pripravljenost pomagati, me nikoli ne nehata presenečati.

Zame je bila izmenjava na Finskem neprecenljiva izkušnja. Ne le iz akademskega, pač pa predvsem iz kulturnega in vidika osebnostnega razvoja. Za Oulu bi se vsekakor še enkrat odločila.

11. FRANCIJA – UNIVERSITY BORDEAUX (Maja Jurtela)

V Bordeauxu sem od februarja do junija 2016 opravljala klinične vaje 6. letnika. Opravila sem interno medicino, splošno in žilno kirurgijo, psihiatrijo in nevrokirurgijo. Kar v uvodu lahko povem, da izbiro tega mesta za izmenjavo zares priporočam, saj mene v ničemer ni razočarala. Če le imate osnovno – se pravi v določeni meri pozabljeno srednješolsko – znanje francoščine, ni razloga za omahovanje glede prijave. V vsakem primeru pa neverjetno prijazni prebivalci Bordeauxa pa vse napake v uporabi jezika z veseljem spregledajo.

Začela bom kar opisom vaj iz psihiatrije, ker so mi bile najbolj všeč. Videla sem ogromno pacientov z najrazličnejšimi težavami, saj sem vaje opravljala na polzaprtem oddelku bolnišnice Charles Perrens (Lescure I), ki je namenjen tako osebam z depresijo kot tistim z bipolarno motnjo, shizofrenijo, anksioznostjo, precej je bilo tudi spolnih motenj, pa tudi blažjih težav, kot so socialna fobija in akutna stresna motnja. Slednje predvsem pri migrantih, ki po legalnem ali ilegalnem prihodu v državo živijo v slabih socialnih razmerah, brez stalnega bivališča in možnosti zaposlitve in so tako podvrženi anksiozni simptomatiki ter imajo veliko suicidalno ogroženost. S temi sem imela tudi največ direktnega stika. Ker mnogi sploh niso govorili francosko, znali pa so se sporazumevati v angleščini, so me zdravniki večkrat prosili, naj te paciente o kakem glede zdravljenja pomembnem aspektu njihovega življenja podrobno izprašam in potem poročam naslednji dan na viziti. Tudi zdravniki so se sicer trudili sporazumevati s tujci, vendar sem se z veseljem priskočila na pomoč in naredila nekaj koristnega (ter za razliko jaz pomagala drugim glede jezika). Zelo všeč mi je bilo tudi, da smo študentje lahko kadarkoli spremljali zdravnike pri njihovih obiskih pacientov v sobah in v ambulantah. Kadar je s kakšnim pacientom bila potrebna največja mera diskretnosti, so nas opozorili. Vseeno pa sem dnevno videvala paciente z več mesecev trajajočo rezistentno shizofrenijo ali bipolarno motnjo. Naloga študentov – v skupini na oddelku smo bili trije ali štirje – je bila še, da smo skrbeli, da je vsak pacient imel vedno opravljen EKG (torej po prihodu in pred vsako uvedbo nove terapije in po njej), kar nam ni bilo pretirano všeč, a taka je, kot

sem kmalu spoznala, kar pogosta praksa, ne glede na to, iz katerega predmeta opravljamo vaje.

Moj prvi stik z medicino pa sta bila 2 meseca vaj iz interne medicine v bolnišnici v centru mesta Hopital St André. Bila sem v skupini z 8 francoskimi študenti. Vsak dan smo ob 8. uri poslušali vizito, nato pa smo opravljali svoje zadolžitve. Vsak študent je imel dodeljene okoli 3 paciente. Študent je najprej svoje paciente po prihodu natančno izprašal in pregledal in vse ugotovitve vnesel v pacientov karton, ki je pravzaprav namenjen študentovi evidenci, da ima vedno pregled nad dinamiko bolezni, trenutnimi osrednjimi težavami in načrtom zdravljenja ter potrebnimi manjšimi ukrepi, ki so lahko študentova zadolžitve. Tako je tudi pripravljen na vprašanja specializantov, predstojnika oddelka in profesorja in lahko pomaga pri njihovi oskrbi ter sprotih nalogah. Nato študent pacienta vsak dan obišče, se z njim pogovori in naredi kratek usmerjen pregled. S temi ugotovitvami, laboratorijskimi in slikovnimi rezultati vsak dan sproti dopolni pacientov karton.

Enkrat tedensko smo imeli celo dopoldne trajajočo vizito s profesorjem, kjer smo študentje predstavili vse svoje paciente in jih obiskali v bolniških sobah. Te vizite so bile moj prvi resen stik s francoščino, saj sem se na poročanje in profesorjeva vprašanja pripravljala tudi doma, ker je teh postavljajl precej. Pomembno pa je poudarili, da so vsi, s katerimi sem bila v stiku v bolnišnicah, bili zelo razumevajoči in so se zavedali, da vseh nalog ne morem opraviti tako dobro kot domačini. Tako so tudi predlagali, da prvi teden le opazujem, nato začnem s spremljanjem enega pacienta in se nato sama odločim, koliko jih želim spremljati. Vendar pa glede poročanja na viziti in ostalih zadolžitve enkrat, ko imaš določeno število pacientov, pričakujejo, da to opraviš, seveda po svojih najboljših zmožnostih.

Vsak petek smo imeli tudi predavanja, ki se niso veliko razlikovala od predavanj oziroma seminarjev pri nas, pričakuje pa se precej sodelovanja študentov. Imeli smo tudi možnost spremljati zdravnike v ambulante, a te so namenjene infekcijskim boleznim, saj sem vaje opravljala na oddelku za interno medicino in infekcijske bolezni. Sem pa videla praktično vso patologijo s področja interne medicine, pa tudi nekaj za naše razmere bolj nenavadnih primerov: imeli smo veliko mladih s krizo srpastocelične anemije, o kateri sem v Sloveniji poslušala zgolj teorijo, en primer okužbe z virusom denga, veliko primerov je bilo tudi težjih,

na primer zakompliciranih s psihiatričnimi motnjami. Študentje poleg zgoraj opisane glavne naloge, kadar so prosti, povprašajo specializantko ali specializanta, kako lahko dodatno pomagajo in se zaposlijo. Ta mu potem sproti dodeljuje dodatne naloge, kot so telefonsko naročanje laboratorijskih izvidov in pregledov, opravljanje EKG-jev, abdominalnih punkcij, jemanje venske krvi in podobno. Priložnosti za treniranje praktičnih veščin je torej veliko, precej pa je tudi dela s papirji, ki med študenti ni bila ravno priljubljena.

Sledil je mesec vaj iz žilne in splošne kirurgije, ki je bil precej bolj umirjen, kar mi je po dveh mesecih interne medicine prišlo kar prav. Predstavljal je izmenjujoče se en dan spremljanje zdravnika v ambulanti in naslednji dan v operacijski dvorani. V ambulanto me je vzel zelo prijazen Dr Sassoust, ki se zelo rad ukvarja z Erasmus študenti in si je vzel veliko časa za razlage, tako da sem mimogrede se ogromno naučila. V operacijski dvorani pa niso ravno navdušeni nad sodelovanjem študentov iz Francije, še manj pa Erazmovcev. Imamo pa možnost se pozanimati in poiskati kirurge, ki so temu bolj naklonjeni in dovolijo asistirati pri enostavnejših posegih, kot so vstavev žilnega pristopa za hemodializo ali odstranitev katetra za peritonealno dializo. V dvorani se pričakuje prisotnost od 8. do okoli 12. ure, vendar je to povsem odvisno od programa, ki se precej nepričakovano spreminja in se lahko zavleče v popoldanske ure, vendar je okoli 12:30 običajno na voljo čas za počitek in kosilo.

Zadnje so bile vaje iz nevrokirurgije, ki niso bile povsem strogo organizirane predvsem v smislu, da se urnikov niso povsem držali. Nekoliko se je poznal vpliv junija in težko pričakovanih dolgih sončnih dni, za 8 francoskih kolegov pa tudi vpliv bližajočih se izpitov. Sicer pa so vaje zastavljene tako, da so v ponedeljek predavanja zdravnikov iz oddelka, ki bi naj trajala celo dopoldne, a so praktično trajala okoli 2 uri. Sledile so zadolžitve, podobne tistim na vajah iz interne medicine. Vsak je imel enega ali dva pacienta iz prvega oddelka oziroma krila bolnišnice Pellegrin: v ponedeljek smo jih pregledali in vnesli ugotovitve in izvide v karton, v torek pa predstavili profesorju iz oddelka (razen mene, ki sem prva dva tedna imela »imuniteto« - ki mi je prišla prav, saj navajanje na nevrološki klinični pregled v francoščini in pomnjenje osnovnih izrazov, ki sem jih potrebovala za poročanje, ni prišlo samo od sebe). V sredo smo nato pregledovali paciente iz drugega oddelka in te paciente smo predstavili na viziti v četrtek z upokojenim profesorjem. Popoldneve smo si morali organizirati sami po lastnih interesih. Na voljo smo imeli spremljanje zdravnika v ambulanti in operacijsko dvorano.

Vendar je potrebno vse razporede poiskati sam in nato povprašati zdravnika ali glavnega kirurga za strinjanje. Operacij popoldne ni bilo ravno veliko, tako da sem v vsem času videla le tri, od tega le eno odprto in dve endoskopski.

Bordeaux je zares lepo urejeno mesto, hkrati tudi zabave ni težko najti. Zelo vam priporočam bivanje v študentskih domovih. Večinoma so vsi precej novi, sobe so skoraj vedno enoposteljne in velike 20 kvadratnih metrov, tako da se glede udobja res ne bi bilo prav pritoževati. Jaz sem se po neuspešnem iskanju sobe v centru mesta (ki se po vsakem sprehodu po mestu vsakič znova tudi zazdi kot zelo dobra ideja, sploh če vam je všeč francoska arhitektura in vse ostale lepote in bi želeli čimbolj izkusiti njihov način življenja) precej pozno prijavila na študentski dom, a sem brez težav dobila prostor, a v starejšem naselju Village 3 z manjšimi sobami, kar pa se je izkazalo za srečno naključje, saj je kvalitetna in raznolika družba odtehtala slabe občutke zaradi pozne prijave.

Fakulteta v času vašega študija organizira in prek mailov vabi na številne aktivnosti – v tem smislu se vam posebno splača Bordeaux obiskati že oktobra, ko je tujih študentov več, zato je tudi aktivnosti več. Še vedno je bilo veliko izletov (priporočam predvsem obisk obmorskih mestec), tečajev, tematskih večerov. Za konec bi priporočala še obisk tečaja francoščine – vse informacije o njem bodo v enem od mailov, ki jih boste prejeli iz fakultete, potrebna je prijava pred prihodom. Tečaji so izjemno kvalitetni, povsem zastonj in potekajo v poznih popoldanskih urah vedno z istim simpatičnim profesorjem. Vendar vas želim opozoriti, da morate za pridobitev kreditnih točk nujno biti prisotni na tečaju že na prvi uri in ta je en teden pred uradnim pričetkom vaj! Fakulteta organizira za Erasmovce, ki študirajo medicino, tudi izjemno koristen tečaj medicinske francoščine, ki traja po ves dan 4 dni zapored in ki vas opravičuje prisotnosti na vajah. Veliko Erasmovcem se ta tečaj ni zdel potreben, vendar smo tisti ki smo prišli, vsi bili zadovoljni – zagotovo tudi zato, ker smo se na teh tečajih mnogi Erasmovci spoznali in začeli skupno druženje v zelo lepem obmorskem kraju.

12. FRANCIJA – JOSEPH FOURIER UNIVERSITY IN GRENOBLE (Eva Koban)

Zimsi in poletni semester sem opravljala v Grenoblu. Opravila sem vaje kirurgije interne medicine in pediatrije.

Grenoble je prijetno mesto za študentsko življenje. Center mesta je blizu campusa, povezave javnega prometa so odlične (avtobusi, trami). Možen je tudi najem kolesa za mesec ali več. Grenoble leži med tremi gorovji: Belledonne, Chartreuse in Vercors. V vsakem letnem času je kaj za početi, pozimi zimski športi in poleti pohodništvo. Relativno blizu je tudi Provansa in Azurna obala, za kakšen vikend oddih ☺. Najugodneje je potovati po Franciji s prevozi BLA BLA CAR, kar ustreza slovenski spletni strani prevozi.org.

Zelo priporočljivo je, da se začne izmenjava s septembrom, saj v Franciji začnejo s študijskim letom septembra, in posledično je takrat tudi največ organiziranih družabnih dogodkov, vodenih ogledov mesta, večerov svetovne kuhinje, plesa...

Prvi mesec je minil v urejanju dokumentacije, ki je ni malo. Na uvodnem sestanku smo dobili vse informacije glede administrativnih opravkov (odprtja bančnega računa, pridobitve zavarovanja...) Nastanjena sem bila v študentskem domu Residence OUEST in bila zelo zadovoljna z nastanitvijo. V sobi (12m²), je tudi tuš in wc, kuhinje pa so skupne celemu nadstropju. Zaradi oddaje prošnje na CROUS do roka (1. julij) sem sobo dobila že z začetkom septembra. V kampusu je več študentskih domov, ki pa niso vsi enako opremljeni (skupni/posamezni WC in tuši). Poleg štipendije Erasmus je možno tukaj pridobiti tudi sofinanciranje s strani CAF-a. Znaša približno 50 evrov mesečno, oziroma odvisno od višine najemnine za študentsko ali privat sobo.

Nekaj besed o francoski administraciji: na začetku izmenjave priporočam, da se zglasite pri koordinatorki in preverite ali so vsi oddelki, na katerih želite opravljati tudi potrjeni iz njene strani. Sama sem imela nekaj težav 2. mesec, ko je bil željen oddelek že zaseden. Nato se se stvari uredile, ob osebni zglasitvi pri Aline – koordinatorki, sva skupaj šli še enkrat čez cel vse oddelke, ki sem jih želela na izmenjavi opravljati. Do konca izmenjave ni bilo nikakršnih težav več.

Prvi mesec sem opravljala prakso na oddelku Diabetologie et nutrition. Delo na oddelku sem opravljala vsak dopoldan, urnik prihoda in odhoda je bil zelo fleksibilen in odvisen od lastne motivacije. Skupaj z francoskimi študenti medicine, ki delajo na oddelku (4.-6. letnika) sem

opravljala anamneze, statuse, posnela EKG in slikala očesna ozadja. Vsak dan so potekale vizite s specializanti in enkrat tedensko vizita z glavnim profesorjem. Sem zelo vesela, da sem pred izmenjavo opravila tečaj francoščine na francoskem inštitutu in 3-tedenski intenzivni tečaj. Vsemu navkljub je bil prvi mesec glede jezika izčrpavajoč, vendar se je trud poplačal ob uspešno opravljenih samostojnih pregledih pacientov. Za potrditev opravljenih vaj na oddelku potrebno opraviti observation pedagogique, kar je običajno ppt predstavitev pacienta. Na diabetesu pa je bilo potrebno predstaviti poljubno raziskavo/članek v povezavi s pacientom na oddelku v angleščini ali francoščini.

Oktober sem opravljala prakso na oddelku Chirurgie thoracique. Vzdušje je bilo zelo sproščeno. Delo na oddelku je zajemalo odstranitev drenov, v operacijskem bloku pa opazovanje predvsem lobektomij in tireoidektomij.

Od novembra do junija sem zamenjala oddelke: gastro-entérologie et hépatologie, néonatalogie, neurochirurgie, clinique universitaire de digestive, chirurgie infantile, médecine interne in rhumatologie. Na vseh kirurških oddelkih lahko hodiš v operacijski blok in opazuješ operacije, prav tako pa spremljaš delo na oddelkih. Najbolj zanimiva in pedagoška sta oddelek interne medicine in oddelek revmatologije. Na obeh se zdravniki vključno s šefom oddelka trudijo, da se študenti veliko naučijo. Na vizitah predstavljaš svoje paciente (če si želiš samostojnega dela, sicer slediš ostalim študentom), enkrat tedensko potekajo učne ure o boleznih, ki jih pogosto vidiš na oddelku. Delo poteka od približno 8 ure pa do 12, 13. Paciente, ki so na novo hospitalizirani, si študentje razdelijo in nato opraviš status in anamnezo svojega pacienta, nakar vse zapišeš v njihov informacijski sistem. Vsakodnevno spremljaš rezultate preiskav in stanje bolnika ter naročaš dodatne preiskave, kar ti pač naročijo specializanti. Tako da če se vključuješ v delo na oddelku, se hitro naučiš francoske izraze in si samostojen. Seveda pa v primeru da česa ne znaš narediti so ti pripravljene pomagati, pokazati... Tako sem imela možnost videt in zvesti lumbalno punkcijo, punkcijo kolena, punkcijo ascitesa in arterijski odvzem krvi.

Glede izbirnih predmetov je možno izven fakultete za medicino opravljati tečaj francoskega jezika (enkrat tedensko po 2 uri), vpisati pa se je možno na skoraj katerikoli šport (smučanje, plavanje, plezanje, tenis, borilni športi, joga...), za katerega si na koncu ocenjen. V obeh

primerih ti na koncu univerza prizna 3 ECTS. Ponudba je res pestra, kar je še boljše, za šport, pri katerem si ocenjen ni potrebno plačati. Dodatno se lahko vpišeš na poljubno število športov, ki so relativno poceni.

Izmenjava v Franciji je super izkušnja, vredna vsega administrativnega truda in jo priporočam tudi tistim, ki imajo dvome zaradi francoskega jezika!

Eva Koban

13. FRANCIJA – UNIVERSITY CLAUDE BERNARD LYON (Hana Bešič)

Z izmenjavo sem pričela 29.2.2016. V Lyon sem prispela že en teden pred tem, saj sem pričakovala, da bom morala pred pričetkom vaj dopolniti še veliko administrativnih zadev. Izkazalo se je, da sem vse potrebne dokumente posredovala po elektronski pošti že pred prihodom, tako da sem se morala na fakulteti samo še formalno vpisati.

Stanovala sem v študentskem domu Lirondelle, ki je prenovljen grad z lastnim parkom blizu centra mesta. Imela sem svojo sobo s kopalnico in hladilnikom, kuhinja pa je bila skupna za celo nadstropje. Nekaj mesecev pred pričetkom izmenjave pride po mailu razpis za študentske domove, kjer vsak dobi mesto. Ob prihodu sem morala kupiti posodo, odejo in vzglavnik, posteljnino pa sem imela s sabo.

Lyon ima super transportni sistem; mesečna vozovnica, ki velja za metro, tramvaj, avtobuse in vzpenjači, stane približno 30 evrov. Za spomladanski čas pa pride v poštev VeloV (njihova varianta Biciklja), ki stane 15 evrov/leto. Kot študent imaš popust tudi za bolnišnično menzo in pa vstopnice za muzeje, koncerte, gledališke predstave, kino, ...

V Lyonu sem opravljala vaje iz kirurgije in pediatrije. Vsak cikel vaj je trajal 6 tednov, od mene pa je bilo pričakovano, da sem prisotna cel delovni dan. Lahko sem si vzela največ 5 dni dopusta, od tega ne več kot 4 dni na cikel. Vsako odsotnost naj bi sporočila tako mentorju na oddelku kot tudi koordinatorki izmenjave (v praksi mi tega ni bilo treba početi). Ponavadi je na oddelku samo en Erasmus študent. Francozi že stereotipno ne govorijo skoraj nič angleško, zato je potreben kar visok nivo znanja francoščine.

Prvi del vaj sem opravljala na Oddelku za abdominalno in splošno kirurgijo ter transplantacijo jeter v bolnišnici Croix-Rousse. Nad sprejemom na oddelku sem bila malo razočarana, saj me, kljub temu da naj bili o mojem prihodu obveščeni, ni pričakoval nihče. Prav tako mi nihče ni povedal kaj se pravzaprav pričakuje od mene, kdaj naj prihajam oziroma odhajam iz bolnišnice itd. Sprejeli so me študenti, ki so mi tudi razkazali kirurški blok. V bolnišnico sem prihajala ob 7.30, sledila je vizita z oddelčnimi specializanti, nato pa sem večinoma šla v operacijski blok. Večinoma sem operacije samo opazovala, izjemoma sem pa tudi asistirala in zaprla rano. Vsi kirurgi so bili zelo prijazni, cenili so, da se trudiš s tujim jezikom in so radi odgovorili na vprašanja. 1-2x/teden sem šla tudi v ambulanto, kjer sem videla veliko raznolikih primerov in lahko malo več sodelovala pri oskrbi pacienta. Domov sem odhajala okoli 13h, pred tem sem kosim v bolnišnični menzi. Po pravici povedano sem bila nad temi vajami malo razočarana (prav tako kot francoski študenti, s katerimi smo bili skupaj na oddelku), saj se mi je zdelo, da bi me lahko veliko bolj vključili v delo in mi približali kirurgijo.

6-tedenski sklop pediatrije pa sem opravljala na Oddelku za endokrinologijo in metabolne bolezni v bolnišnici Femme Mère Enfant. Nad temi vajami sem bila navdušena! Dan se je začel ob 8.30 in trajal dokler nisi opravil svojih zadolžitev (ponavadi sem odhajala okoli 18h). Od mene se je pričakovalo isto kot od francoskih študentov, in sicer sem ob sprejemu bolnika prebrala njegovo dokumentacijo, naredila anamnezo in status, ugotovljeno napisala v elektronsko kartoteko ter poročala specializantu, ki mu je pripadal ta otrok. Vsako jutro smo študenti »svoje« otroke pregledali in opisali stanje v kartoteko. Če so imeli specializanti čas (kar je bilo pogosto), smo skupaj splanirali potrebne preiskave in terapijo. Ob mirnih dnevih pa smo skupaj predelali obravnavo pogostejših pediatričnih bolezni. Enkrat na teden je bila vizita, kjer smo študenti oddelčnim asistentkam poročali o svojih bolnikih. Poleg sladkorne bolezni in drugih pogostejših endokrinoloških bolezni sem dobro spoznala tudi bronhiolitis, pielonefritis, neonatalno sepsa, psihiatrične bolezni, zastoj v rasti, ... V ambulanti pa sem se srečala z nekaterimi redkimi sindromi (McCune-Albright, Prader-Willi). Všeč mi je bilo tudi, da smo vsak dan skupaj s specializanti in asistentkami jedli v menzi.

Enkrat na teden sem obiskovala tečaj medicinske francoščine, kjer smo predelovali različne zanimive z zdravstvom povezane teme.

Da zaključim: Lyon je super mesto in se mi zdi idealen za izmenjavo za nekoga, ki so mu množice v Parizu zoprne, ampak bi vseeno rad okusil življenje v velikem mestu. Dogajanja je neskončno veliko, (festivali filma, kriminalk, elektronske glasbe, ...) in prav tako priložnosti za spoznavanje novih ljudi.

14. FRANCIJA – UNIVERSITY STRASBOURG (Nika Troha)

Študijsko izmenjavo v sklopu programa ERASMUS+ sem opravljala na Université de Strasbourg, v Strasbourg, v Franciji, v poletnem semestru od februarja do konca junija 2016.

PRIHOD

V mesto sem prispela prvi teden februarja, z avtobusom Arriva do Munchna in nato z družbo Flixbus preko Freiburga do Strasbourg. Ker so nam z Univerze v Strasbourg sporočili, da študentje medicine, ki opravljajo izmenjavo v enem semestru, ne morejo kandidirati za sobo v študentskem domu, sem vedela, da bom morala živeti v stanovanju. Ker sem si želela čim več govoriti v francoščini, je bil moj cilj živeti s Francozi ali francosko govorečimi sostanovalci. K sreči sem že predhodno preko medicinske Erasmus skupine na Facebooku spoznala Sophie, študentko medicine, ki je ravno oddajala sobo v bližini fakultete in bolnic, zato iskanjem stanovanja nisem imela večjih težav. Želela sem si opravljati tečaj francoščine, ki naj bi se začel konec januarja, za kar sem se že predčasno prijavila, a so mi ob prihodu in po desetih emailih sporočili, da so skupine polne in da opravljanje tečaja, ki bi prinesel ECTS kredite, ni več mogoče. To me je razočaralo, saj sem precej računala na kredite s tečaja v svojem Transcript of Records, saj so predmeti v Franciji ocenjeni z veliko manj krediti v primerjavi z našimi, kakršni koli drugi tečaji, ki bi jih lahko validirala, pa so bili občutno predragi. Ker sem si močno želela naučiti jezika še pred začetkom staža, sem si poiskala tečaj na Faculté de Gestion v sklopu programa FLE, kamor sem hodila nekajkrat na teden na tako imenovane atelier-je. To so tematske delavnice, na katere se študentje prijavijo preko spleta, ki zaobjemajo ure konverzacije, slovnice in celo medicinskega besedišča.

Ker je bila pred mojim prihodom kolegica Tajda v Strasbourg na izmenjavi že prejšnji semester, mi je v prvih dneh veliko pomagala s francosko administracijo in orientacijo po kampusu. Za tuje študente skrbi gospa Celine Kieffer, pri kateri sem se zglasila v prvih dneh, oddala vse potrebne

dokumente kot je potrdilo o prihodu in potrdilo o cepljenju, tu tudi sem pridobila francosko potrdilo o vpisu in zaprosila za študentsko kartico. Pri Celinini sodelavki si študentje lahko uredijo tudi Carte Culture in Carte Sportif, s katerima imamo popuste pri večini kulturnih in športnih prireditvah; znižane so karte za kino, koncerti, vstopnine za muzeje. Karta stane okoli 7 evrov in jo priporočam vsem, saj se tako francoske cene približajo slovenskim. Ob prihodu vsem toplo priporočam, da si čimprej uredijo francosko subvencijo za stanovanje, ki se imenuje Caf. Za to je treba poskrbeti čim prej, saj celotna procedura traja zelo dolgo časa, oziroma povsem odvisno od sreče. Na Caf strani izpolnite vprašalnik o prihodkih in ceni najemnine, tako vam preračunajo, koliko denarja na mesec vam pripada, nato pa si uredite sestanek v njihovih pisarnah ali pa pošljete po pošti vse potrebne dokumente, na katere vas opozorijo. Sama sem čakala do meseca junija, da sem prejela kakršnokoli finančno pomoč, saj so v postopku napravili kar nekaj napak, dokumentov naj ne bi prejeli, čeprav sem jih osebno dostavila, označili so, da ne prihajam iz EU in me ves čas opozarjali na vizo, ki je seveda nisem potrebovala. Prebivalci EU kot dokazilo potrebujejo le matično potrdilo o rojstvu, ki mora biti prevedeno v francoščino, kar si poleg zavarovanja, fotokopij osebne izkaznice, nujno priskrbite še pred prihodom.

ŠTUDIJ

Študij medicine v kliničnih letnikih v Strasbourgu poteka tako, da se izmenjujeta dva meseca predavanj in seminarjev in dva ali tri mesece staža, torej kliničnih vaj. V februarju in marcu sem zato hodila seminarje iz Otorinolaringologije in Maksilofacialne kirurgije, ki sta pri njih v 4. letniku. Kasneje sem opravljala tudi Kardiologijo in Pulmologijo, ki pa sta v Franciji že v 3. Letniku, zato so se mi predavanja in seminarji prekrivali že z vajami mesecu aprilu. Vseeno pa se da nekako uskladiti, odvisno od zahtevnosti in obvezne prisotnosti na vajah. Na izpite se ni potrebno posebej prijavljati, treba je le aktivirati svoj račun na spletni strani, ki je označena na francoskem potrdilu o vpisu, kjer piše tudi osebna koda računa. Na tej strani je ime uporabnika vaš priimek z veliko začetnico, osebno geslo pa si lahko spremenite in si ga dobro zapomnite, saj ga boste potrebovali na vsakem izpitu. Za vaje pa je potrebno izpolniti formular, ki ga preko gospoda Gilberta Vinceta, že upokojenega, a še vedno aktivnega tajnika medicinske fakultete, dobite po emailu. To potem skenirate in mu pošljete nazaj kakšen mesec pred začetkom staža. Za vsak mesec staža so študentje plačani okoli 100 evrov, kar je potrebno urediti na uradu za finančne zadeve na kampusu fakultete, v bližini Porte de l'Hopital. Sama za staž v mesecu juniju nisem bila plačana, saj sem šele naknadno zaprosila za ta staž, sicer je za staž v juniju dobro sporočiti že v začetku izmenjave. Za prejetje

plačila si je treba urediti francoski račun na banki, večina študentov se odloča za Société Générale, ki ima študentsko podružnico na Esplanade, sama pa sem račun odprla pri Credit Mutuel, brez večjih zapletov.

Seminarji iz vseh predmetov potekajo tako, da se pred začetkom ure piše uvodni test, sestavljen iz nekaj vprašanj MCQ tipa, nekajkrat so bili tudi esejski. Ti testi niso lahki, sestavljajo jih za vsak blok različni predavatelji, pridobljene točke štejejo k izpitu, če se pri izpitu doseže določeno število točk brez točk iz seminarjev. Vsak seminar obsega nekaj študijskih tem, iz katerih se rešuje klinične primere. Primeri so običajno zanimivi, treba pa je precej dobro naštudirati snov, da lahko slediš pouku, poleg tega včasih predavatelji sprašujejo študente po klopeh. Precej stresno in naporno, ampak poučno.

Izpite se v Strasbourgu od 3. Letnika dalje piše na Ipad tablicah. Sestavljeni so iz nekaj kliničnih primerov z MCQ odgovori, kjer se sproti odločaš o diagnostiki, zdravljenju, odgovorov pa ni mogoče popravljati, ko jih enkrat potrdiš. Sledijo splošna vprašanja spet tipa MCQ, ki pa jih lahko popravljáš. Izpit od izpita se seveda razlikuje, vendar vprašanja niso lahka, predvsem ne iz predmetov iz interne medicine, ki jih sama v Franciji nisem uspešno opravila. Znanje je zelo praktično usmerjeno, ne osredotočajo se na patofiziološko ozadje kot pri nas. Izpiti ocenjeni so številčno od 1 do 20, rezultate je treba čakati okoli mesec dni, objavljeni pa so na oglasni deski v avli medicinske fakultete poimensko.

Prva dva meseca sem se zato navajala na precej težek ocenjevalni francoski sistem, kar pa se je kaj malu popravilo, saj sem v aprilu začela s kliničnimi vajami iz ORL, v maju iz Kardiologije in juniju iz Revmatologije, s katerimi sem bila zelo zadovoljna. Na vajah študentje opravljajo sprejeme in odpuste, klinične preglede, celo asistirajo pri operacijah (ORL), vse pa zavisi od prijaznosti in dobre volje specializantov in specialistov, s katerimi delaš. V mesecu staža se študentje res posvetijo kliniki, v bolnici sem ostala v mesecu maju in juniju skoraj vsak dan (tudi sobote) od 9ih pa do najmanj 18.30. Staž iz ORL je bil nekoliko bolj prijazen socialnemu življenju, končal se je po kosilu. V Strasbourgu toplo priporočam staž iz Revmatologije in ORL, po besedah drugih študentov pa so prijetni tudi: Urgenca, Pediatrična urgenca in Reanimatologija.

V mestu je kar nekaj udobnih knjižnic, nekaj jih je na kampusu Esplanade, kjer se nahajajo vse fakultete razen medicinske, meni najljubša pa je bila BNU (Bibliothèque Nationale et Universitaire de Strasbourg), odprta od 10. do 22.ure.

MESTO IN SOCIALNI PROGRAM

Strasbourg je prikupno študentsko mesto, kjer pa izmenjava zagotovo ni ekvivalenta Erasmusu v Španiji, na Portugalskem in podobno, zaradi česar mi je bila še toliko bolj všeč. Erasmus organizacija v Strasbourgju poskrbi za veliko spoznavnih večerov, skupnih aktivnosti, izletov po Franciji in Nemčiji, vsak ponedeljek pa smo se dobivali v baru La Taverne Française, kjer je bila organiziran Cafe des Langues, kavarna jezikov, kjer ob kozarcu piva študentske cene vadiš jezike, ki jih govoriš. Ker je v Strasbourgju veliko priložnosti za prakse tako v domeni družboslovja, prava, doktorskih programov in znanstvenih raziskav ima tu študent na izmenjavi ogromen nabor raznolikih in zanimivih ljudi. Ljudje se raje družijo na domačih zabavah in večerjih, ki se zavlečejo do jutranjih ur kot pa v dragih klubih, ki se povrh vsega še precej kmalu zaprejo (okoli 2h). Strasbourg ima pestro kulturno ponudbo, gledaliških in filmskih predstav, koncertov, festivalov, dostopno in ugodno s Carte Culture. Še posebej spomladi in poleti je res veliko prireditev na prostem, zanimiva je na primer muzejska noč in seveda zelo francoski Fete de la Musique, kar res toplo priporočam. Življenje v mestu je res udobno, ljudje niso tipični vzvišeni Francozi ampak Alzačani, karakterno nekoliko bližje nemški ali naši vzgoji.

ODHOD

Ob odhodu sem se zglasila pri gospe Kieffer in prejela poročilo o odhodu. Potrebno je tudi sporočiti Cafu, kdaj odhajaš iz Francije, da ti prenehajo pošiljati finančno pomoč, prav tako ne pozabite zapreti francoskega računa na banki. Potrebno je tudi preklicati francosko SIM kartico za telefon, ki si jo uredi večina študentov ob prihodu, opozorila bi na to, da je za prekinitev naročnine pri družbi Free, ki je med študenti zelo priljubljena, potrebno poslati pismo v Pariz, kjer sporočite, da bi od določenega datuma naprej radi prekinili naročniško razmerje. Francoska administracija pač.

STROŠKI

Strasbourg je v skladu s francoskimi standardi precej drago mesto, kljub temu, da se s subvencijami in raznimi popusti trudi biti prijazen do denarnice študentov. Za najemnino sem plačevala 400 evrov, v kar je všteti internet, ne tudi pa elektrika. Za elektriko se plačuje za dva meseca skupaj,

sama sem plačala enkrat po 70 in enkrat 100 evrov. Dobivala sem subvencijo za stanovanje v vrednosti 130 evrov na mesec, za mesec prihoda se subvencije ne dobi, trenutno pa še čakam na subvencijo za mesec junij. Sobo sem imela že opremljeno, zato nisem imela večjih stroškov s pohištvom. Za iskanje stanovanja in pohištva priporočam spletno stran Le Bon Coin ali pa market Emmaus, kjer se da dobiti ugodne in lepe stvari. V času staža sem jedla v bolnišnični menzi, prva dva meseca pa sem jedla predvsem doma. Menza v bolnici NHC je dobra in poceni (2,3 evre za krožnik), v bolnici Hautepierre, kjer sem opravljala staž iz revmatologije, je cena podobna, vendar je hrana precej slabša. Pred stažem si je tudi tu potrebno urediti kartico za menzo, ki velja za obe bolnici, sama sem to storila v bolnici NHC, okence za to je tik za vhodom desno. Sicer ima mesto ogromno ponudbo restavracij, od prestižnih pa do majhnih ugodnih, tudi menz za študente (campus Esplanade), creperij, falaflov, kebabov. Omeniti moram, da se v Strasbourgu da povsod plačevati s kartico viso in predvsem brezstično kartico, tudi v turških trgovinah, celo pri prodajalcu sladoleda. Ker Strasbourg leži približno 20 minut stran iz nemškega mesta Kehl, si splača vzeti nekaj ur in tam nakupiti izdelke, ki so v Franciji občutno dražji – predvsem kozmetika, tudi hrana!

Po mestu sem se pozimi vozila s tramvajem, ki je zelo ugoden (20 evrov na mesec) in hiter, preostali del semestra pa s kolesom, ki sem ga kupila v Strasbourgu za 60 evrov. Strasbourg brez kolesa ni pravi Strasbourg, ima namreč lepo urejene proge za kolesarje, priporočam pa tudi obisk sosednjih alzaških vasi ali vinsko pot s kolesom. Za prevoz po Alzaciji, do Pariza ali kamorkoli v Franciji priporočam prevoze Blablacar, ki se jih v Franciji plača vnaprej, zato so zelo zanesljivi. Ugodni so tudi Flixbusi, za malo dražja ampak hitra in udobna potovanja pa priporočam francoske železnice TGV. Nekateri študenti so za potovanja po Alzaciji najeli avtomobile, preko organizacije Drivey. Letalske povezave so takšne kot v Ljubljani, sem in tja kakšen Easyjet do Bordeauxa ali Nante-a, sicer se bolj splača leteti iz ali v Basel, ki je dve uri stran, ali pa v Stuttgart ali Frankfurt. Povezave z Ljubljano so kar dobre, sama sem se zaradi prtljage tja in nazaj odpravila s Flixbusom preko Munchna, za vse skupaj sem odštela okoli 50 evrov, je pa pot trajala okoli 12 ur.

Strasbourg je prijetno in varno mesto v središču Evrope, ki kot prestolnica Evropskega parlamenta in mnogih drugih evropskih inštitucij povezuje ter združuje najrazličnejše ljudi. Z izmenjavo sem bila zelo zadovoljna, predvsem sem hvaležna za prijateljstva in poznanstva, ki sem jih ustvarila v tem prikupnem mestecu. Zaradi francoskih sostanovalcev sem se res počutila integrirano v tamkajšnjo družbo in vsakdanje življenje. Poleg znanja francoskega jezika, kar je bila od nekdaj

moja življenjska želja, sem s prakso v bolnici osvojila tudi ogromno teoretičnega in predvsem praktičnega znanja medicine. Svojo izmenjavo v Strasbourg bi z veseljem ponovila in vem, da se bom v mesto, na katerega sem se navezala, zagotovo še vrnila.

Za kakršnakoli vprašanja sem dosegljiva na: nika0troha@gmail.com

15. FRANCIJA – UNIVERSITY STRASBOURG (Tajda Starman)

Erasmus izmenjavo sem opravljala v Franciji, v mestu Strasbourg in sicer na Université de Strasbourg. Trajala je dva semestra, od začetka oktobra do konca junija.

Režim študija

Pouk za vse študente medicine v Strasbourg poteka v obliki dvomesečnih sklopov. Dva meseca študenti sledijo predavanjem, ki potekajo večinoma v skupinah po 30 študentov z manjšim predtestom pred začetkom pouka. Namen je interaktivnost pouka, kar je v praksi seveda odvisno od predhodne pripravljenosti študentov. Po dveh mesecih sledijo izpiti, ki potekajo za klinične predmete na tablicah in se večinoma zvrstijo v enem tednu. Izpit je samo pisni (na tablici) v obliki reševanja kliničnega primera z vsemi potrebnimi slikami, podatki od dodatnih preiskav, največkrat so vprašanja tipa multiple choice. Seveda je vse v francoščini. Naslednja dva meseca sledijo klinične vaje na oddelku, tako imenovani 'stage'. Francoski študenti imajo v učnem načrtu predvidene obvezne vaje, ker pa ostanejo en mesec na enem oddelku, seveda ne vidijo dela na vseh oddelkih. So pa tisti en mesec lahko zelo vpeti v delo oddelka. Sama sem opravljala vaje iz oftalmologije, ginekologije, orl, kardiologije in urgence. Največja je bila vpetost študentov na urgenci, kjer smo tvorili del tima zdravnik-specializant-študent. Naša naloga je bila pregledovanje pacientov, šivanje manjših ran, izvajanje elektrokardiogramov, itd. Na oftalmologiji in orl, kjer je delo bolj specializirano, so vaje potekale bolj kot pri nas, v obliki opazovanja. Velika naloga študentov je tudi skrb za papirologijo, na kardiologiji smo na primer iz prejšnjih izvidov sestavljali dosje za sprejem pacienta in ob odpustu pomagali pripraviti papirje. Velikokrat so nas uporabili tudi za klicanje na druge oddelke ali pa, da smo kontaktirali osebnega zdravnika pacienta. Pri pouku ginekologije smo bili študenti nepogrešljivi tudi pri asistiranju pri operacijah. Celotni cikel (2 meseca predavanj, 2 meseca vaj) se je v letu ponovil dvakrat, s tem da so

predavanja za ginekologijo potekala istočasno s stažem in je vajam sledil izpit. Poleg tega sem v mesecu juniju izbrala poljuben staž. Francoski študentje namreč opravljajo poleg opisanih dveh ciklov tudi dva dodatna meseca vaj, bodisi junija in julija, bodisi avgusta in septembra. Na določenih oddelkih (npr. na urgenci) so torej navajeni konstantne prisotnosti študentov. Poleg tega ti opravljajo tudi dežurstva, in sicer na svojem in tudi na drugih oddelkih. Za svoje delo na oddelku prejemajo plačilo (okoli 100 evrov), ki smo ga prejeli tudi tuji študentje, poleg tega oni za vsako dežurstvo prejmejo določeno vsoto. Opisani pouk v ciklih je posebnost Strasbourga, vendar naj bi za razliko od mest drugod po Franciji študentje na oddelku ostajali cel dan. V praksi se je to razlikovalo glede na oddelke, moj najdaljši delovnik je traja od osmih zjutraj do pol sedmih zvečer.

Posebnost Strasbourga so tudi predavanja za kardiologijo, pulmologijo, nevrologijo in ortopedijo, ki potekajo že ob koncu tretjega letnika. Predavanja in izpiti so torej potekali izven zgoraj opisanega urnika, kar je nekoliko otežilo usklajevanje z drugimi predmeti.

Bivanje:

Sama sem živela v stanovanju s cimrami (colocation), kar se mi osebno zdi najboljša opcija. Tako si ves čas v stiku z drugimi ljudi, po možnosti francozi in lažje/bolje spoznavaš njihov jezik in kulturo. Seveda pa to ni ravno najlažja izbira, saj je povpraševanje veliko večje od ponudbe. Posebno oktobra, saj večina študentov v Strasbourgu študijsko leto začne že s septembrom. Sama sem imela nekaj sreče, saj sem na začetku lahko začasno bivala pri neki znanki. Za iskanje nastanitve sem uporabljala spletni strani leboncoin in cartedescolocs. Sicer bi vsakemu priporočala, da že poleti na mestu samem išče stanovanja ali pa se že kakšne pol leta prej pozanima o mestih v eni izmed 'résidence'. To je neka mešanica med stanovanjem in študentskim domom, s tem da si vedno sam v sobi in imaš velikokrat tudi svojo kuhinjo. To včasih lahko pomeni težje navezovanje stikov s sostanovalci, zato bi priporočila amitelovo rezidenco na Rue de soleure, ki ima skupno kuhinjo in jedilnico. Cena najema sobe je v tovrstni nastanitvi okoli 500 evrov, sama pa sem za sobo v stanovanju plačevala 400 evrov. Cene sob so sicer tako višje kot nižje, najcenejša možnost pa je bivanje v študentskih domovih (cité universitaire). Vendar so ti precej osnovno opremljeni (dve plošči in mikrovalovka v kuhinji za celo nadstropje) in včasih tudi neprimerne higijenskega standarda. Za večino nastanitvev je možna pridobitev subvencije (APL preko organizacije CAF), ki znaša okoli 100 evrov oz. odvisno

od vrste nastanitve. Je pa pri nekaterih stanovanjih to nemogoče, tako da se je o tem dobro pozanimati.

Prevozi:

Strasbourg velja za francosko mesto z najbolj urejeno kolesarsko mrežo. Res je mesto dobro preprejeno s kolesarskimi stezami, poleg tega pa imaš kot kolesar velikokrat nenadejano prednost pred avtomobili. Za razliko od Ljubljane vsi vozijo tudi v napačno smer, vendar se glede tega nihče ne vznemirja. Po drugi strani pa se tudi na zvončkljanje nihče ne odzove, tako da je treba voziti previdno in z nekaj spretnosti. Kolo je mogoče kupiti na dražbi začetek septembra ali oktobra ali pa na spletni strani leboncoin. Možen je tudi celoletni/večmesečni najmem mestnega kolesa velhop za ugodno ceno. Za tiste, ki jim to ne diši, obstaja dobro razvejana mreža tramvajev. Ena vožnja stane 1,4/1,7 evra, mesečna karta pa okoli 24 evrov. Za obisk okoliških mest je najceneje uporabljati avtobus ali pa 'covoiturage', ki ga najlažje najdeš na spletni strani blablacar. Tudi za prevoz do/iz Ljubljane sta ti dve opciji najboljši. Možnosti je res veliko, saj gre pot preko Munchna, kjer zlahka najdeš prevoz do Slovenije.

Jezik:

Vsak, ki se odpravlja na izmenjavo v Francijo, mora poznati vsaj osnove francoščine, saj je to edini možen jezik sporazumevanja. Predvsem je dobrodošlo znanje jezika v bolnici, saj veliko več odneseš od vaj. Poleg tega je medicinski jezik specifičen, včasih so kakšni izrazi zaradi svoje univerzalnosti lahko razumljivi, večinoma pa francozi uporabljajo kratice. Pomembno je tudi vedeti, da so njihove kratice v drugačnem vrsnem redu kot naše (npr. VIH namesto HIV), kar še oteži razumevanje. Sporazumevanje med študenti je potekalo večinoma v francoščini oz. med italijani in španci v njihovem maternem jeziku;) Angleščine je bilo slišati izredno malo. Kar se tiče tečajev, so organizirani s strani univerze, vendar se jih sama nisem udeležila. Mislim pa, da obstaja možnost pridobivanja kreditnih točk ob rednem obiskovanju tečaja. Seveda imajo prednost tisti, ki tečaj dejansko potrebujejo. O sami kvaliteti tečaja nisem dobila veliko informacij.

Prosti čas:

Strasbourg je majhno mesto, nekje velikosti Ljubljane. Je pa zaradi svoje lege na nemško-francoski meji in delno tudi zaradi evropskih institucij zelo mednarodno mesto. Poleg tega se

tudi na kulturnem področju vedno kaj dogaja. Kot študent lahko za 10 evrov kupiš carte culture ter tako vstopaš zastonj v muzeje, hodiš v opero in gledališče za 6 evrov ter v kino za 5. Na športnem področju je ponudba univerzitetnih dejavnosti proti plačilu 25 evrov velika (organizacija SUAPS), vendar je za nekatere stvari omejeno število mest, druge pa potekajo sredi dneva, kar je seveda nepraktično. So pa čez vikend organizirane tako imenovane randonné, ki omogočajo spoznavanje alzaškega hribovja (Vosges) peš, z gorskim kolesom ali na smučeh. Sicer gre za nižje, vinorodne hribčke, ki nekoliko spominjajo na Štajersko. V sklopu organizacije ESN je možen obisk tako imenovane route des vins, organizirajo pa tudi druge ekskurzije (npr. v Lyon). Nočno življenje ni ravno močna točka Strasbourga, saj se večina sicer številnih lokalov zapre okoli ene ure. Seveda pa se vedno najde kaj, kar je odprto do jutranjih ur. V Franciji je zelo v navadi prirejanje 'soirée' doma ali pa vsaj povabilo na 'apéritif,' saj je pitje alkoholnih pijač na ulici prepovedano, npr. pivo v baru pa stane 6-7 evrov. Strasbourg je mesto, prijetno za življenje, ki ga v enem letu kljub majhnosti ravno dodobra spoznaš. Ni mi žal, da sem si ga izbrala kot mesto svoje izmenjave, saj sem domov prišla polna novih izkušenj in poznanstev.

16. HRVAŠKA – UNIVERSITY OF SPLIT (Maja Trampuš)

Sem Maja, študentka 4.letnika splošne medicine na Medicinski fakulteti v Ljubljani. Poletni semester 2016 sem preživela v na Erasmus+ izmenjavi na v Splitu, kjer sem se izobraževala na MEFST.

Za Split sem se odločila po spletu naključij in pred izmenjavo nisem zares vedela, kaj pričakovati. Vedela sem le, da se želim naučiti "zares" govoriti hrvaško, spoznati hrvaški zdravstveni sistem in dinamiko delovanja ter seveda izkusiti bivanje na svojem in v tujini.

Medicinski fakultet u Splitu me je absolutno pozitivno presenetil kar se tiče količine znanja in zahtevnosti študija. Letniki so manjši kot v Ljubljani, po 100 študentov, atmosfera je na trenutke zaradi tega bolj osebna, na trenutke pa še vedno zelo arhaična. Pol izmenjave sem preživela s 4. letnikom, pol s 5. letnikom, poslušala sem Infektiologijo, Psihatrijo, Ekologijo medicine z medicino dela in pomorstva, Onkologijo in Epidemiologijo. Sama izvedba predmetov me je različno navdušila.

Snov na infektologiji je bila zelo korektno podana, pristop profesorjev do predavanj, seminarjev in kolokvijev resen in zahteven. Vaje so bile na trenutke šibka točka, a je treba razumeti, da so razmere na infektološki klinike težke. Klinika je stara, manjkajo razkužila, maske, zaposlenih je premalo. Znanje se vsekakor podaja in zahteva na visokem nivoju.

Psihijatrija me je navdušila. Tudi ta klinika se na žalost spopada s slabimi razmerami. Vseeno so bili vsi izvajalci predmeta izjemno motivirani, predvsem pa zelo človeški in razmišljujoči. Vaje so bile tako izredno zanimive, znanje pa se mi je zasidralo še malo močneje, kot sicer.

Ekologija medicine z medicino dela in pomorstva in Epidemiologija sta me pustili hladno. Predavanja iz ekologije so bila monotona, seminarji sami sebi namen, vaje so bila pravzaprav predavanja. Medicina dela je bila za odtenek bolj zanimiva, medicina pomorstva pa super – tako predavanja kot vaje. Epidemiologija je bila, z izjemo ene predavateljice, podobna ekologiji. Žal sta se mi oba predmeta zdela razvlečena, napihnjena in sama sebi namen.

Po drugi strani je splitska klinika za Onkologijo zelo nova, urejena in na visokem nivoju. Predmet Onkologija je bil temu primeren. Urnik sicer natrpan, akumulacija znanja pa intenzivna. Tudi na izpitu se je zahtevalo veliko. Od izvajateljev do rezultata - super.

Iskreno mi je bilo predvsem na začetku na fakulteti precej težko. Jezik sem sicer hitro razumela, a sem imela težave s strokovno terminologijo in izražanjem, sploh na ustnih izpitih. Profesorji so bili do tega vedno zelo razumevajoči. Pozna se tudi, da sem bila edina študentka na izmenjavi, tako da je bil vklop med kolege, ki se pač poznajo in delujejo skupaj že štiri ali pet let malce težji. Vseeno sem resnično vesela, da sem se odločila za program v hrvaškem jeziku, saj se v njem zdaj zlahka sporazumevam in zdi se mi da sem na ta način dobila krasen vpogled v delovanje in razmišljanje splitskega zdravstva. Nekateri stvari so me zmotile, precej me jih je navdihnilo.

Življenje v Splitu sicer je bilo super. Živela sem v študentskem domu, prehrana je organizirana v menzah in resnično poceni, kupila (in ob zaključku izmenjave prodala) sem si kolo, tako da stroškov prevoza praktično nisem imela. Organiziranih je bilo nekaj stvari za študente na izmenjavi, a sem raje izkoristila prednost "domačega terena" in obiskovala hrvaške dejavnosti.

Opravila sem delavnico ulične umetnosti, obiskovala krožek risanja stripov in zaključila šolo plezanja. Na splošno so v Splitu super razmere za šport, pogoji za tek, plezanje in plavanje so skoraj predobri, da bi bili resnični!

Na trenutke težke situacije so me prisilile v še kako potreben osebnostni razvoj. Nove izkušnje so mi spremenile nekatere od mojih pogledov na sočloveka, medicno in svet. Lepe situacije so mi prinesle ogromno veselja do dela in življenja.

V Slovenijo se vračam s polnim srčkom toplih občutkov in prijateljev iz Hrvaške, Avstrije, Moldavije, Nemčije, Čila, Bolivije in Argentine.

Kaj ni to lepo?

17. ISLANDIJA – UNIVERSITY HASKOLI ISLANDS (Urša Trampuž)

Na Islandijo sem prispela dobre tri tedne pred uradnim pričetkom semestra, saj sem se udeležila tečaja islandščine, ki ga organizirajo za tuje študente. Tečaj je potekal v Nupur-ju, odmaknjeni vasici v Westfjords, na severo - zahodnem delu Islandije. Tečaj je bil dobro organiziran, osredotočen predvsem na besedišče, ki se uporablja vsak dan. Poleg tega pa sem spoznala tudi mnoge druge Erasmus študente, s katerimi je bilo mnogo lažje raziskovati Reykjavik in ostale dele Islandije po zaključku tečaja. Tečaj smo zaključili 22.8. ter se vrnili v Reykjavik. Prvih deset dni v Reykjaviku sem našla nastanitev preko airbnb.com (zelo priporočam), nato pa sem se s 1.9. vselila v sobo, kjer sem bila naslednje štiri mesece. Soba je v centru Reykjavika (Miklabraut 66), približno 10 minut hoje oddaljena od bolnice ter 30 – 40 hoje minut do druge bolnice. Sobo močno priporočam, saj je med najcenejšimi v Reykjaviku, najemnina znaša 450 EU na mesec. Leži precej idealno, saj lahko peš prideš do centra in do prve bolnice. Za drugo bolnico, sem uporabljala avtobusni prevoz zjutraj, tako, da sem si za tista dva meseca kupila avtobusno karto. Verjetno pa se da dobiti kakšno kolo, tako da v spomladanskem / jesenskem času, pride tudi to v poštev. Tudi lastnik je zelo zanesljiv in priskoči takoj na pomoč, če se pojavijo kakršne koli težave, jih tudi takoj uredi. Vendar sobe zelo hitro poidejo, tako da je potrebno biti kar hiter, njegova internetna stran je <http://miklabraut.blogspot.si/>.

Vaje sem pričela 24.8.2015. Dober teden pred pričetkom sem dobila e-mail iz bolnice z vsemi napotki in navodili. Prvi dan me je predstojnica Interne medicine in Kirurgije pričakala, me popeljala naokoli po bolnici, mi predstavila moj urnik ter me odpeljala na oddelek, kjer sem pričela z vajami. Začela sem z vajami na Interni medicini. Prvih pet tednom sem bila na kardiologiji, nato 2 tedna na revmatologiji in 2 tedna na pulmološkem oddelku. Osebjem na oddelkih je prijazno, pripravljeno pomagati, vzdušje je zelo sproščeno. Angleško načeloma govorijo vsi, izjema so le kakšni starejši bolniki. Kljub temu se večino časa govori islandsko, tako da jih je potrebno na trenutku spomniti, da ne razumem islandsko preveč dobro in da, če bi lahko sedaj še meni prevedli v angleščino. Vaje so se začele z raportom, nato je sledil pogovor o bolnikih in nato vizita. Po viziti je bilo potrebno napisati dnevni zapis za vsakega bolnika (kar sem lahko delala tudi jaz, ker je zapis lahko tudi v angleščini). Nato sem sledila zdravniku in ga spremljala pri njegovih opravilih. Po kosilu se je zdravnik večinoma ukvarjal z urejanjem papirjev, tako da sem jaz takrat opazovala različne preiskave in postopke (npr. angiografija, perkutana revaskularizacija), bila v laboratorij, kjer sem vadila odvzem krvi ali pregledovala bolnike, ki so bili na novo sprejeti na oddelek popoldne. Običajno sem zaključila med 15.30 – 16.00.

Nato je sledilo še 7 tednov vaj iz kirurgije, ki ih imajo organizirane tako, da rotiraš med več oddelki. Prva dva tedna sem bila na ortopediji, nato na žilni kirurgiji, kirurgiji prsnega koša, kirurgiji dojke, splošni kirurgija, abdominalni kirurgija. Večino časa sem preživela v operacijski sobi, kjer sem običajno asistirala (držanje instrumentov, občasno šivanje, ipd). Med čakanjem na operacije sem se lahko spočila v sobi za druženje ali delala kaj na oddelku – če je potrebno narediti kakšne meritve, izmeriti gleženjski index, vzeti kri, narediti ponovni status. Lahko pomagaš tudi pri sprejemih, če se bolnik strinja, da poteka pogovor v angleščini.

Občasno sem se pridružila tudi islandskim študentom, ki imajo dvakrat dnevno organizirano poročanje o bolniku – kakšni so pri volji to narediti v angleščini; pa tudi kadar je potekalo v islandščini je vedno kak študent prevedel še v angleščino, tako da sem lahko sodelovala tudi v diskusijah.

Na splošno je tako kot povsod, potrebna samoiniciativa. Nihče ne bo preverjal prisotnosti ali prosil, da karkoli narediš. Če pa pokažeš, da bi se rad dejansko tudi kaj naučil, so tega zelo veseli in te vključijo v delo.

Cene za osnovne potrebščine so višje kot v Sloveniji. S toplim obrokom enkrat dnevno v bolnici (500 ISK = 3,5 EU) in nakupovanjem v cenejših marketih (predvsem Bonus), se da zmanjšati stroške za hrano. V Reykjaviku ekstremnega mraza ni (decembrske temperature se gibajo med 0 in -7 °C), večji problem predstavlja veter, ki onemogoča uporabo dežnika v dežju/snegu, tako da so nepremočljive obleke in čevlji nujni. Priporočljivo je tudi preverjanje vremenske napovedi na njihovi spletni strani, saj tam izdajo tudi opozorila, kadar se približuje močnejši veter, katere ceste so zaprte in kdaj je najbolje ostati kar nekje pod streho (www.vedur.is).

(V primeru dodatnih informacije, se vedno lahko obrnete name na e-mail naslov: ursa.trampuz@gmail.com)

18. NEMČIJA – FRIEDRICH-ALEXANDER-UNIVERSITY ERLANGEN NÜRNBERG (Jure Salobir) PRAKSA

Z 31.12.2015 sem zaključil tri mesečno Erasmus+ prakso v Erlangnu. Prakso sem opravljal na Kirurški kliniki, oddelku za splošno in abdominalno kirurgijo.

Kliniko v Erlangnu sem izbral po predlogu dr. Jelenca, predstojnika abdominalne kirurgije v UKC Ljubljana. Dr. Jelenc, mi je predlagal 3 klinike v Nemčiji, eno v Avstriji in eno v Španiji. Ker mi Španija že v osnovi ni odgovarjala, sem prošnje za mesto praktikanta poslal na preostale 4 klinike. Iz ene so mi odgovorili, da nimajo prostih mest, za drugo je bilo potrebno potrdilo o znanju nemščine, ki ga nisem imel, iz Erlangna pa so mi odgovorili, da mi je mesto na voljo. Odgovora iz četrte klinike še vedno nisem prejel.

Do ureditve papirjev sem porabil kar nekaj mesecev. Ob zadnji izmenjavi emailov je bilo do mojega odhoda le še nekaj tednov. Sledilo je panično iskanje stanovanja. Ker sem se vse dogovarjal s kliniko, me Univerza Erlangna in Nürnberga ni jemala za njihovega študenta, zaradi česar nisem mogel kandidirati za študentska stanovanja. Z nekaj sreče sem na spletni strani (<http://www.wg-gesucht.de/>) le uspel najti primerno sobo.

V Nemčijo sem prispel nekaj dni pred pričetkom prakse. V teh dneh sem si uredil izkaznico, dostop do operacijskih in druge manjše podrobnosti. Dodeljen mi je bil oddelek, razložili so mi tudi moje osnovne zadolžitve. Po pomembnosti so to bile asistiranje v operacijski, nastavljanje kanalov in pobiranje krvi. Tako sem 1.10. začel z delom na kliniki.

Z delom sem začel ob 7.00. Takrat se začne vizita, ki se zaključi ob 7.30 in nadaljuje z vsakodnevnim konzilijem za rakava obolenja. Od takrat naprej sem BIL zadolžen za delo v operacijski, po navadi po razpisu ali pa so me ob spremembah urnika poklicali. V času med operacijskimi sem na oddelku pobiral kri in nastavljal kanale. Če sem imel čas, sem med 11 in 14 lahko odšel na hitro kosilo v menzo. Z delom sem uradno zaključil ob 15.30, ko se začne popoldansko dežurstvo. Ker sem bil takrat večinoma še zaposlen v operacijski sem povprečno zaključeval z delom med 16. In 17. uro.

Na kliniki sem imel možnost opravljati tudi dežurstva. Skupno sem bil dežuren osemkrat. Za razliko od običajnega delavnega časa, sem med dežurstvom bil na voljo vsem oddelkom kirurške klinike, tako da sem lahko asistiral pri najrazličnejših urgentnih operacijah abdominalne, otroške, travmatološke, žilne in torakalne kirurgije. Nekoliko manj prijetno je bilo pobiranje krvi po celotni kirurški kliniki, ki se je med vikendi lahko zavleklo tudi do poznih večernih ur.

Delo na oddelku je kar se tiče patologije zelo raznoliko. Splošna kirurgija tu zavzema kar obsežen del programa. Operira se vse od ščitnic, do manjših presaditev kože. Tudi abdominalna patologija je zelo raznolika, na mojem programu so prevladovale predvsem operacije pri kroničnih vnetnih črevesnih boleznih in rakavih boleznih. Veliko je bilo tudi operacij žolčnika in divertikulitisa sigme. Večino operacij pri katerih sem asistiral je bilo odprtih, nekaj pa tudi laparoskopskih. V času med operacijami sem si nekajkrat lahko ogledal tudi operacije z robotom (tu z robotom operirajo tudi sigmo in pankreas).

Na oddelku so me obravnavali kot PJ, to je študent praktičnega leta (Praktisches Jahr) oz. njihovega 6. letnika. Zaradi tega sem se lahko ob obveznostih udeležiti tudi izobraževalnih

seminarjev za PJ. Seminarji so navadno enkrat na teden in pokrivajo razne kirurške tehnike in praktično vadbo v simulacijskem centru.

Z osebjem na oddelku sem se razumel dobro. Na začetku je bila pot nekoliko trnjeva, saj moje znanje nemščine nikakor ni bilo zavidljivo. Angleško ni z menoj govoril nihče, tako da sem se počasi, do konca prakse, začel uspešno pogovarjati v nemščini. K temu so močno pripomogli moji sostanovalci in pa preostali študentje na oddelku, ki so bili v pogovoru z menoj zelo potrpežljivi.

Zunaj študija je moje bivanje v Erlangnu prijetno, mesto je izrazito študentsko in neprestano so se vrteli različni kulturni in družabni dogodki. Decembra so se odprli tudi trije božični trgi tako, tako da je bilo priložnosti za zabavo precej. Od okolice sem opravil nekaj izletov v Bamberg in Nürnberg.

Po prihodu domov, mi odhoda v Nemčijo ni nikakor žal. Mislim da sem se naučil veliko, poleg tega pa sem spoznal tudi zelo prijazne ljudi.

19. NEMČIJA –HEINRICH-HEINE UNIVERSITY DÜSSELDORF (Petar Milovanović)

V decembru 2014 sem se prijavil na NFM razpis (Norveški Finančni mehanizem), katerega štipendijo sicer nisem dobil, predlagan pa sem bil za en semester v Oslu. Naknadno se je izkazalo, da je pravzaprav v Oslu nemogoče opravljati izmenjavo v šestem letniku, saj ponujajo samo predmete, ki so del našega programa za peti letnik (ginekologija in pediatrija). Tako sem se ponovno prijavil na Erasmus+ razpis in bil izbran za Düsseldorf.

Urejanje papirjev je bilo relativno enostavno, opozoril pa bi na to, da je dobro imeti potrdilo o znanju jezika (zame je to bila jezikovna diploma po opravljenem tečaju na šoli Berlitz za stopnjo B1/B2, ni nujno potrebna diploma Goethe Institut-a). Kljub pravočasno poslani prijavi za sobo v študentskem domu, te nisem dobil. V začetku septembra sem šel en teden v H&O hostel in si poskušal urediti maksimalno število ogledov (stran: www.wg-gesucht.de). Priporočilo pri iskanju sobe – glejte oglase, kjer je navedena številka in kličite lastnike po telefonu, ker so zelo neažurni ali celo popolnoma neodzivni po emailu. Sobo sem dobil na (zame osebno) idealni lokaciji med centrom in univerzitetno (predel Bilk, Gurlittstr., kjer je tudi eden izmed

študentskih domov) in neposredno ob največjem mestnem parku (Volksgarten). Soba je znašala 350eur/mesec z vključenimi stroški. Ob tem je bilo treba (vsaj pri nas) računati na dodatne stroške popravil (v kolikor se karkoli pokvari in stroški poprave ne presegajo 120 eur) in prispevek za radio in televizijo. Stroški so tudi povezani ob vpisu na univerzo (230 eur), za kar študent dobi semestrsko vozovnico za vse oblike javnega prevoza na področju zvezne države NRW.

Izmenjava je bila sicer izvorno mišljena za en semester, a sem uspel ob podpori naše Mednarodne pisarne dobiti predlog za celoletno štipendijo, tako da sem opravljal vaje vseh predmetov 6. letnika (pediatrija, interna medicina, kirurgija, družinska medicina). Potrebno je bilo izpolniti obrazec, na katerem se označijo želeni predmeti, trajanje v tednih ter (pri kirurgiji in interni) zaželjene oddelke. V septembru (približno istočasno, kot sem šel iskat sobo), sem dobil potrjene oddelke in datume.

Vaje sem (večinoma) opravljal na Universitätsklinikum Düsseldorf (UKD). Kot boste povsod drugje prebrali, nemški študentje v šestem letniku opravljajo staž oz. *Praktisches Jahr (PJ)*. Erasmus študentje, ki opravljajo prakso, imajo praktično identične naloge, kar obsega predvsem sprejem pacientov (anamneza, pregled, podpis določenih obrazcev, snemanje EKG, odvzem krvi in morebiti vstavljanje venskih kanil), vizito ter sprotne opravila na oddelku (prevezi, odstranjevanje šivov, drenaž, CVK-jev).Številni Erasmusci so imeli probleme predvsem s temi praktičnimi veščinami, kar pa mentorji in lokalni študentje razumejo. V kolikor ima človek željo, so ti pripravljeni pomagati, pokazati, obenem pa dopuščajo dovolj svobode, da se človek z rutino omenjenih veščin tudi nauči. Delo se je na oddelkih v povprečju začelo okrog 8h, zaključilo pa okrog 16h. Poleg rutinskega dela na oddelku si je možno popestriti izkušnjo glede na področje (hišni obiski pri družinski, operacije na kirurgiji, katetrski laboratorij na kardio), poleg tega pa dvakrat tedensko poteka seminar za študente na določeno temo. Oddelke, ki sem jih v tem času obiskal so bili: pediatrija (urgentna ambulanta, nevrologija z endokrinologijo), interna (nefrologija, kardiologija), kirurgija (kardiokirurgija, kirurška ambulanta) in družinska medicina (privatna ambulanta izven UKD).

Düsseldorf je približno dvakratne velikosti Ljubljane. Je glavno mesto zvezne države (NRW), v okolici pa so še druga zanimiva mesta (Köln, Aachen, Essen, Bonn ...). Nekateri so se pritoževali,

da je mesto dolgočasno, kar pa je v veliki meri stvar posameznika in vremena. Osebnost sem potreboval nekaj časa, da sem našel prave lokacije, ki mi odgovarjajo (klubi, galerije, bari z živo improvizacijsko glasbeno sceno), potem pa mi je bilo super. Tudi ESN-ovci (Erasmus Student Network) se potrudijo z organizacijo vsaj 3 dogodkov med tednom in kljub dolgim delavnikom sem uspel udeležiti številnih. Konec marca je padel zadnji sneg, potem pa se je tudi vreme obrnilo na lepše in z začetkom poletja se je celo mesto naenkrat razživel.

Če povzamem – sama izkušnja je bila zame zelo pozitivna. V strokovnem smislu sem dobil veliko praktičnih veščin, sposobnosti interakcije s pacienti in zdravniki v tujem jeziku ter jasnejšo idejo, kako poteka zdravstvo v tuji državi. Po drugi strani človek spozna veliko zanimivih ljudi in izboljša znanje jezika za vsakodnevno uporabo. Vsakemu bodočemu zdravniku priporočam izkušnjo (po možnosti za celo leto) in pa mesto Düsseldorf. Glede na številne podrobnosti, me lahko kontaktirate preko emaila: petar.milovanovich@gmail.com.

20. NEMČIJA - HEINRICH-HEINE UNIVERSITY DÜSSELDORF (Kaja Troha)

Študijsko izmenjavo v sklopu programa ERASMSU+ sem opravljala na Heinrich-Heine Universität, v Düsseldorfu, v Nemčiji, in sicer 5 mesecev - od oktobra 2015 do konca februarja 2016.

PRIHOD

V mesto sem prišla konec septembra, približno 3 tedne pred uradnim začetkom obveznosti na faksu, z razlogom, da si poiščem stanovanje in 2 tedna obiskujem tečaj nemščine, s katerim sem tudi pridobila ECTS točke.

Po priporočilu kolegov, ki so prejšnja leta iskali namestitev v Nemčiji, sem kar precej sob oz. stanovanj pregledala že prej od doma preko interneta (www.wg-gesucht.de) in poslala veliko prošenj, vendar pričakovano dobila le nekaj odgovorov. Stanovanj v Düsseldorfu v najem je namreč malo, na posamezen oglas pa dobijo ogromno prošenj. Vnaprej sem se torej dogovorila za nekaj terminov ogledov stanovanj, ki me niso prepričala (npr. soba v stanovanju še s 5 moškimi in eno kopalnico - za 360€ na mesec), na koncu pa sem preko na novo spoznanih brazilskih prijateljev dobila ugodno (380€ na mesec) sobo v stanovanju v čistem centru mesta, z le eno sostanovalko in lastno kopalnico. Pri iskanju torej rabiš več ali manj srečo. Ob prvi najemnini se večinoma plača tudi kavcijo (približno za dve najemnini), treba je biti previden, nekaterim kolegom namreč kavcije

na koncu niso povrnili. V izogib prepuščenosti naključjem predlagam, da se prijaviš za sobo v študentskih domovih (prijetna stanovanja, velikokrat prizorišče druženja študentov), sama sem rok za prijavo namreč zamudila.

Vsak študent medicine pred prihodom dobi tudi termin pri vodji International Office-a, kjer se ob prihodu zglesi in uradno vpiše na univerzo. Ob tem je potrebno plačati približno 230€ na semester, vendar se s tem dobi Semesterticket, vozovnico za vsa javna prevozna sredstva (razen hitrih vlakov) po celotni zvezni deželi NRW. Vnaprej določen termin ima vsak študent medicine tudi pri zdravniku medicine dela, kjer preverijo nekatere titre protiteles in pregledajo dokumentacijo o cepljenjih/že opravljenih testih titrov, ki jih je študent prinesel s seboj iz države, od koder prihaja.

ŠTUDIJ

Na Heinrich-Heine Universität Düsseldorf študij medicine poteka po Modelstudiengangu, precej novem sistemu, pri katerem so predmeti organizirani v bloke oziroma sklope. Ker sem tam opravljala prvi semester petega letnika, sem delala predmete Otorinolaringologija, Oftalmologija, Ginekologija in Sečila. Začela sem z blokom Onkologie, znotraj katerega sem imela predavanja in nekaj seminarjev iz onkoloških tem ORL-ja, Ginekologije in Sečil. Že po nekaj tednih smo pisali delni izpit (Klausur). Tri tedne pred izpitom se je potrebno prijaviti nanj preko e-maila. Celoten predmet Onkologie sicer zajema onkologijo več področij, ob prijavi na izpit je seveda potrebno napisati, katere teme pišeš, če ne pišeš vseh. Kasneje sem začela s sklopom Kopf, znotraj tega ORL in Oftalmologijo. Za vsakega od predmetov se je možno dogovoriti za dodatne vaje, vsak teden dodatnih vaj ti tudi prinese nekaj kreditov (1,25). Decembra smo začeli s sklopom Lebensphasen, ki je zajemal še en del ginekologije, sestavljen iz predavanj, seminarjev in vaj na oddelkih. Tretji, zadnji del za ta predmet pa sem opravila s sklopom Abdomen. Znotraj tega bloka je bil tudi drugi del Sečil. Za ORL sem kasneje morala opraviti še delni izpit iz Mensch und Umwelt. Da povzamem, za opravljeno celotno ginekologijo (Frauenheilkunde und Geburtshilfe) je potrebno vzeti sklope Onkologije, Lebensphasen in Abdomen. Za ORL Onkologie, Kopf in Mensch und Umwelt. Za oftalmologijo Kopf in za Urologijo Onkologie in Abdomen. Izpiti niso težki, čeprav se na MCQ izpitih točke hitro zgubi, sprašujejo več ali manj po predvanih temah, zelo klinično zastavljena vprašanja o konkretnih kliničnih primerih, ne izgubijo se v podrobnostih. Za ginekologijo sem se dogovorila, da opravljam na Frauenklinik Famulatur, to je praksa, ki jo nemški študenti ponavadi delajo med počitnicami, s katero pridobiš dodatne ure za ginekologijo (za priznan predmet v Ljubljani nujno

potrebno) in dodatne kredite. Na oddelkih so zdravniki prijazni, vendar se je treba zelo angažirati in veliko spraševati, da ti sproti razlagajo, saj so zelo zaposleni. Največ različnih patologij, porodov in operacij sem videla, ko sem na kliniki ostala med vikendom.

Sicer pa posebne Erasmus skupine za študente medicine ni, pomešaš se med nemške študente in z njimi pišeš izpite, obiskuješ ista predavanja ipd. Na campusu je predvsem študentom medicine namenjena knjižnica O.A.S.E, ki je odprta vsak dan do 24.ure.

MESTO IN ZABAVNI PROGRAM

Düsseldorf je zelo urejeno, bogato nemško mesto, ki leži neposredno ob Renu. Veliko je približno za dve Ljubljani. Vsak teden je veliko kulturnih dogodkov, npr otvoritev razstav, veliko teh organizirajo študenti znane umetnostne akademije – Kunstakademie Düsseldorf in jih vsakomur zelo priporočam. Novembra in februarja mesto obnori karneval, ki je tako priljubljen v tem delu Nemčije, da temu obdobju rečejo celo peti letni čas. Z vse Nemčije pridejo ljudje v Düsseldorf predvsem nakupovat na Königsallee, glavno shopping ulico, vendar za študentski budget to gotovo ni destinacija za nakupe. Kozmetika in izdelki iz drogerij so sicer kjerkoli v Nemčiji cenejši kot doma, sicer pa priporočam izlet v Köln (20min stran) za dober in ne najdražji shopping. Tudi za izlete z drugimi nameni ima Düsseldorf odlično lego, obkroža ga namreč gosta mreža drugih mest (npr Köln, Bonn, Aachen,...), zelo blizu pa so tudi meje z drugimi državami (Nizozemska, Belgija). Z avtobusnimi prevozniki kot so npr Flixbus ali Blabla Car-jem lahko zelo poceni potuješ izven regije NRW.

Sicer je Erasmus Student Network organizacija v Düsseldorfu zelo aktivna in se precej trudijo z organizacijo najrazličnejših dogodkov, izletov, poučnih večerov v nemščini ipd.

ODHOD

Pred odhodom se ne pozabi izpisati iz univerze, poslati poročilo in izpisati iz knjižnice in pridobiti potrdilo o odhodu.

STROŠKI

Za najemnino sem vsak mesec plačevala 380€, prvi mesec sem imela največ stroškov, saj sem si morala sobo nekoliko opremiti. (Zelo blizu campusa se nahaja Ikea, v prvih tednih pričakovano

oblegana s tujimi študenti) Študenti v študentskih domovih so večinoma morali kupiti tudi osnovne potrebščine za kuhinjo ipd. Za hrano se zapravi zelo različno, če si kuhaš sam doma, so najdražje sestavine v Galerii Kaufhof, najcenejše pa v Aldiju. Na campusu so tri menze, kjer lahko dobiš večinoma zelo okusen, relativno poceni obrok (tudi od okrog 1€ naprej). Glavna menza se zapre že ob 15ih, kar je precej neugodno. Plačuješ lahko z gotovino ali naložiš denar na Mensacard (v eni izmed menz lahko plačuješ le s tem). Vstopnine v klube niso drage, razen ob posebnih priložnostih. Po celem mestu, nekateri tudi 24ur na dan, so odprti kioski s pijačo in prigrizki. Precej drago je pranje perila. Sicer življenje ni zelo drago, seveda nekoliko dražje kot v Ljubljani, vendar so cene še sprejemljive.

Del stroškov predstavlja tudi pot do tja in nazaj. Najcenejše je z avtobusnimi prevozi (že omenjen Flixbus, ali Mein Fernbus, DB Bus,...) preko Münchna, do koder vozi Arriva Bus iz Ljubljane. V eno smer stane vse skupaj okrog 50€. Traja okrog 15ur. Ker v NRW-ju živi kar dosti Slovencev, se pogosto najde tudi avtomobilski prevoz preko Blabla cara (okrog 60€ v eno smer), traja pa pravzaprav približno isto kot prevoz z avtobusom. Konec aprila 2016 se odpira nova letalska povezava iz Maribora direktno do Düsseldorfa za okrog 100€ povratna. Sicer se da leteti tudi iz Ljubljane v Bruselj z Wizairom. Zaradi obilice prtljage sem sama potovala kar z avtobusom.

Düsseldorf je udobno, varno, lepo mesto. Kljub začetnemu vtisu, da je zelo »posh«, snobovsko, nekoliko dolgočasno mesto, tekom preživljanja časa tam spoznaš, da ponuja vse, kar mesto potrebuje – od alternativnih dogodkov do parkov, športnih prireditev in zanimivih ljudi. Študij medicine je na visokem nivoju, ne pa zelo težek, saj se osredotoča predvsem na zelo pomembne patologije in stanja, za katere v Ljubljani ob kopici podrobnosti velikokrat študenti medicine ne dobimo ustrezne perspektive. Opravljanje izmenjave v Düsseldorfu na Heinrich-Heine Univerzi vsakomur, ki se je pripravljen tudi sam angažirati, da si priskrbi dodatne vaje in praktično delo, toplo priporočam.

Za kakršnakoli vprašanja: kaja.troha@gmail.com

21. NEMČIJA – RWTH AACHEN (Monika Alič)

Izmenjavo sem opravljala na Rheinisch-Westfälische Hochschule Aachen v Nemčiji. Tam sem preživela slaba pol leta in med tem časom opravila vaje iz interne medicine in kirurgije v okviru 6. letnika. Za Nemčijo kot državo izmenjave sem se odločila, ker sem želela utrditi in izboljšati svoje znanje nemščine, za Aachen pa zaradi ugodne lege in bogate zgodovine.

Za prevoz do Aachna sem uporabljala predvsem mednarodne avtobuse (Flixbus, Postbus), sicer pa se da priti do njega tudi z letalom iz Ljubljane v Belgijo (Bruselj) in potem z vlakom (Aachen Pass 1). Med samim potekom izmenjave dobi študent tudi Semesterticket, ki mu omogoča, da se po celi zvezni deželi z javnim prevozom vozi brezplačno.

Ker je v Aachnu veliko študentov, je ena najtežjih nalog najti sobo za čas bivanja tam. V okviru Studentenwerk Aachen se lahko prijaviš za sobo v enem od študentskih domov, meni je sicer ni uspelo dobiti, sem bila pa zato uspešnejša drugje. Predvsem je uporabna spletna stran www.wg-gesucht.de, na kateri se najde veliko ponudb. Mesečne najemnine v študentskih domovih se gibljejo nekje med 160-230€, pri privat najemnikih pa med 200-400€.

V Aachen sem prispela že konec avgusta, vpis je namreč potekal 31.8., 1.9. je bil obvezni preizkus znanja nemščine (pisni). V naslednjih dneh smo izvedeli rezultate in se lahko vpisali v tečaj nemščine, ki je potem potekal cel september (3 tedni, ponedeljek – petek, po dobre 4 ure na dan). Tečaj je stal 160€ in meni se je zdel uporaben, saj sem se lažje navadila na vsakdanjo uporabo nemščine, jo tudi izboljšala, hkrati pa spoznala nekaj nemških navad in seveda tudi nekatere druge mednarodne študente.

Teh je v Aachnu res veliko, prihajajo pa iz celega sveta. V okviru univerze tako poteka cel kup aktivnosti za tuje študente (BeBuddy program – kjer ti domači študent pomaga, da se znajdeš na faksu ali po mestu, INCAS, ...). Organizirajo različne družabne aktivnosti – mednarodne večere s predstavitvijo držav, Pub crawl, City rally, izlete v okoliška mesta, ki so super način za spoznavanje Nemčije ali pa tujih študentov in njihovih držav. Aachen leži ob meji z Nizozemsko, blizu pa je tudi Belgija, zato je veliko možnosti za izlete tudi v ti dve državi. Avtobusne povezave po mestu so ok, je pa nekako velikosti Ljubljane, tako da po centru si tudi peš zelo hitro kjerkoli.

Klinične vaje sem opravljala v Marienhospital Aachen (MHA), manjši bolnišnici v eni od mestnih četrti. Opravljala sem po 8 tednov vsakih, 7 po dogovoru z domačo fakulteto in 1 »za vsak slučaj«. ☺ Pred tem sem se udeležila še enotedenskega tečaja interne medicine (Innere Medizin in 5 Tagen) na Uniklinik – zelo strnjena predavanja za utrditev znanja. Študenti 6. letnika v Nemčiji opravljajo Praktisches Jahr, v okviru katerega delajo na internističnem, kirurškem in na oddelku po lastni izbiri. Delo je ponavadi plačano, v MHA je bilo to 250€/mesec. Vaje iz kirurgije sem opravljala na oddelku splošne in abdominalne kirurgije, kjer se je osnovno delo na oddelku (pobiranje krvi, preveze, sprejem z anamnezo in statusom) prepletalo z delom v operacijski dvorani (asistiranje) in pa v urgentni ambulanti. Ker je MHA licencirana bolnišnica za operacije trebušnih kil, je bilo veliko takih operacij, sicer pa operacije na debelem črevesju, žolčniku, ščitnici, rekonstrukcije trebušne stene, ... Delo je od 7:15 do okvirno 16:00, odvisno od operativnega programa in zainteresiranosti mentorja, sicer pa od ponedeljka do petka. Ob nočeh ali vikendih, ko je bila MHA sprejemna bolnišnica za urgentne paciente, pa je bilo mogoče tudi dežuranje. Vaje iz interne medicine sem opravljala na enem izmed internističnih oddelkov. Ker imajo v bolnišnici le 5 internističnih oddelkov, le-ti niso specializirani in tako lahko vidiš veliko različnih patologij iz vseh organskih sistemov že na enem samem oddelku. Tudi tu so bile moje zadolžitve podobne kot na kirurškem oddelku, poleg tega pa sem lahko še prisostvovala endoskopijam, ultrazvočnim preiskavam (lahko tudi vadiš, če je pacient zainteresiran), šla na oddelek intenzivne nege. Enkrat ali dvakrat na teden je bilo za študente organizirano tudi dodatno izobraževanje s predavanji iz področja kirurgije (abdominalna, žilna, travma) in anesteziologije. S samimi vajami sem bila precej zadovoljna. Mentorji so bili specializanti, ki so bili bolj ali manj zainteresirani za ukvarjanje s študenti, tudi na oddelkih sem se dobro počutila. Pacienti so bili zelo prijazni, še toliko raje so se pogovarjali, ko so ugotovili, da nisem Nemka. Na splošno cenijo pripravljenost za delo in to, da se trudiš (z nemščino, na primer) in ti dajo ob dobro opravljenem delu to tudi vedeti.

S samo izmenjavo sem bila zelo zadovoljna, naučila sem se mnogo stvari in spoznala super ljudi iz celega sveta. Vsakomur bi priporočila takšno izkušnjo. Za druge informacije o Aachnu pa sem dosegljiva na Facebooku ali na mail: monika.alich@gmail.com.

22. NEMČIJA - RUPRECHT-KARLS-UNIVERSITY HEIDELBERG (Urban Neudauer)

V študijskem letu 2015/2016 sem bil na dvosemestrski izmenjavi na Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg, kjer sem opravljal obveznosti 5. letnika.

Za izmenjavo v Heidelbergu sem se odločil zaradi odličnega slovesa, ki ga uživa medicinska fakulteta, prav tako pa sta bila pomembna dejavnika dobra kompatibilnost študijskega kurikulumu in simpatičnost samega mesta, ki ponuja odlično okolje za študij – nekje na sredi med vrvežem nemških vele mest in ležernostjo provincialnih mest.

Postopki pred samim pričetkom izmenjave so bili ustaljeni, po dogovoru z nosilci predmetov na matični univerzi sem poslal Learning Agreement gospe Abri Tsolenyanu (Abra.Tsolenyanu@med.uni-heidelberg.de), ki je bila v našem študijskem letu zadolžena za urejanje stvari v zvezi s poukom na fakulteti za »incoming« Erasmus študente, medtem ko je za administrativne zadeve, ki tečejo preko univerze, npr. za urejanje študentskega doma, bolje kontaktirati gospo Ganno Korenga (incoming-erasmus@zuv.uni-heidelberg.de). Vsem študentom je bila proti plačilu ponujena možnost enomesečnega jezikovnega tečaja nemščine pred pričetkom študijskega leta (poteka 4 tedne v mesecu septembru), ki ga toplo priporočam, tudi če je vaša nemščina že na višji ravni, sam sem ga obiskoval na nivoju C1 in bil zelo zadovoljen s kvaliteto. Prav tako pa vedno prija imeti nekaj časa za uvajanje v samo mesto.

Preko elektronske pošte smo prejeli tudi obrazce za prijavo za bivanje v študentskem domu, cene so znašale med 180 in 280 evrov, možna je bila izbira kategorije. Kolikor mi je znano, je bil študentski dom odobren vsem Erasmus študentom, ki so pravočasno poslali vso dokumentacijo, kar je velika sreča, saj nemški študentje na takšno nastanitev čakajo po več let. Cene zasebne nastanitve (WG) so namreč bistveno višje in se gibljejo od 300 evrov dalje, samo iskanje pa terja nemalo potrpežljivosti.

Sam sem s študijskim letom pričel že s pričetkom septembra, ker sem se udeležil jezikovnega tečaja, sicer pa na univerzi študijsko leto traja praviloma od srede oktobra do srede februarja (zimski semester), čemur sledi skoraj dvomesečni premor in nato od srede aprila do konca julija (poletni semester). Pri prijavi sem v Learning Agreementu lahko označil, katere predmete želim opravljati v prvem in katere v drugem semestru, samo zaporedje pa se določa kasneje, saj pouk, tako kot v Ljubljani, poteka v modulih.

Opravljal sem obveznosti 5. letnika, in sicer: Innere Medizin (predmeti na MF LJ: sečila, dihala, obtočila, bolezni presnove in imunski sistem) v prvem semestru, ginekologijo in porodništvo, pediatrijo (ob opravljanju dodatnih obveznosti se mi je priznala tako pediatrija 1 in 2), okulistiko in oftalmologijo pa v drugem semestru. Predmeta maksilofacialna kirurgija s temelji dentalne medicine in sodna medicina sem opravljal na MF LJ. Izmenjavo bolj priporočam študentom 5. letnika kot 4. letnika, saj se predmetnik bistveno bolje ujema, škoda pa bi bilo ne izkoristiti možnosti ostati dva semestra.

Interna medicina je celosemestrski predmet, ki zajema predavanja, seminarje in praktičen pouk, deloma v obliki vaj na oddelku, deloma pa v obliki treninga komunikacijskih veščin ipd ter dodano samostojno vadbo praktičnih veščin (ultrazvočenje, jemanje krvi ipd.). Udeležba na predavanjih ni obvezna, na seminarjih načeloma je, a se je ne preverja, medtem ko je na vajah zahtevana. Zahtevana je tudi udeležba na dodatnih treningih praktičnih veščin, kjer je pouk izpeljan zelo kvalitetno. Izpit je pisen (velja za najzahtevnejši izpit na fakulteti, a se ga da z zadostnim učenjem prav tako gladko opraviti) in ustno-praktičen (OSCE). Študirali smo iz knjige (Herold), prosojnic s predavanj in starih izpitnih protokolov.

Ginekologija in porodništvo traja 4 tedne, pouk poteka v obliki predavanj, vaj in dodatnih praktičnih vsebin (npr. opravljanje dežurstva v porodnem bloku), udeležba, razen pri določenem številu ur iz praktičnih vsebin ni bila obvezna. Za priznanje predmeta na MF LJ sem moral dodatno opraviti še en teden kliničnih vaj (Famulatur), za kar se že na samem začetku dogovorite z go. Tsolenyanu. Sam sem klinične vaje opravljal v dvomesečnem premoru med semestroma, praktičnega dela je zelo veliko, časovno pa računajte, da je zahtevana dnevna prisotnost minimalno cca. 8 ur – tako da je bistveno napornejše kot študij. Izpit je bil pisen in praktičen (OSCE), za študij priporočam kombinacijo izpitnih protokolov iz prejšnjih let ter Ambossa (spletni portal za študente medicine).

Pediatrija prav tako traja 4 tedne, pouk je deloma teoretičen, deloma praktičen v obliki vaj in simulacijskega treninga. Dodatno sem moral opraviti še 3 tedne kliničnih vaj (Famulatur). Za prijavo na »Famulatur« iz pediatrije so izrecno zahtevali dokazilo o znanju nemškega jezika na nivoju B2, se pa da gotovo urediti opravljanje teh vaj v kateri drugi izmed mestnih bolnišnic

brez te zahteve. Dokaj zahteven izpit je prav tako pisen in praktičen (OSCE), za študij smo kombinirali prosojnice s predavanj z izpitnimi protokoli.

Okulistika (Augenheilkunde) in Otorinolaringologija (HNO) potekata hkrati v enem štiritredenskem modulu, čeprav sta navedena samostojno. Zato je precej nesmiselno opravljati le enega izmed predmetov ali pa oba v različnih semestrih. Prisotnost je zahtevana, izpita sta ločena, pri HNO je izpit tako pisen kot praktičen (OSCE), pri okulistiki le pisen.

Ponujenih je veliko možnosti za brezplačno športno udejstvovanje, zelo ugodni so jezikovni tečaji (60 evrov na semester), študentsko (razglasi visijo v študentski menzi) in prostovoljno delo. Voluntirati, kot to poznamo mi, tam ni v navadi, se pa lahko dogovorite za dodatno Famulatur, bodisi preko ge. Tsolenyanu bodisi direktno na kliniki.

Za študentsko hrano je odlično poskrbljeno z večini menzami, kjer plačujete s študentsko kartico, na katero je mogoče naložiti denar. Cena obroka je odvisna od teže – znaša 3-5 evrov. Za prevoz vam svetujem, da si omislite kolo (cena rabljenega kolesa je 80-100 evrov, da se tudi ceneje), semestrski vozovnica, ki jo toplo priporočam zlasti v zimskem semestru, pokriva še širše regionalno območje (proti vzhodu še čez bavarsko deželno mejo, proti zahodu skoraj do francoske meje, severno in južno je ta domet krajši) in stane 155 evrov. Heidelberško nočno življenje je bolj usmerjeno na bare (t. i. Kneippen), mestno jedro jih je polno, kjer v potokih teče pivo do zgodnjih jutranjih ur. Mesto premore tudi nekaj solidnih nočnih klubov, zahtevnejšim in queer populaciji pa se bo splačalo podati v Mannheim, dvakrat večje mesto, ki je oddaljeno le 20 km in z javnim prevozom povezano vso noč. Dostopnost Heidelberga se je s prodorom Flixbusa na slovensko tržišče še povečala (13 ur, od 30 evrov naprej), sicer pa obstaja tudi direktna železniška povezava (Frankfurt special, 8 ur, 50 evrov), leti iz bližnjega Frankfurta (oddaljen 70 km) so praviloma precej dragi.

Izmenjava je bila super, imel sem se odlično, spoznal veliko novih ljudi, pridobil ogromnih znanj, tako medicinskih kot življenjskih. Heidelberg kot mesto za Erasmus študijsko izmenjavo lahko le najtopleje priporočam! Če kdo potrebuje še dodatne informacije, pa sem dosegljiv na elektronskem naslovu: urban.neudauer@gmail.com

23. NEMČIJA – LÜBECK UNIVERSITY (Eva Recek)

Celoten 4. letnik sem opravljala v Lübecku. S priznavanjem predmetov večinoma nisem imela večjih težav, sem pa malo kombinirala predmete iz 4. in 5. letnika in bom prihodnje leto opravljala še par obveznosti 'za nazaj'. Lübeck je lepo, majhno mesto na severu Nemčije, dokaj mirno in z veliko narave. Študij se začne sredi oktobra, sama sem prišla tja že en mesec prej, ker organizirajo tečaj nemščine. Za moje pojme je bil žal malo prelahek (nivo nekje med B1 in B2), je bil pa super organiziran in je omogočil tudi spoznavanje drugih Erasmus študentov. Že na začetku sem bila navdušena nad Nemci, ki so se izkazali za res prijazen narod, so zelo ustrezljivi, vljudni, točni, natančni in vedno z veseljem pomagajo.

ŠTUDIJ

Študij poteka nekoliko drugače kot pri nas, predavanja potekajo za različne predmete vzporedno celo leto, za prakso za posamezen predmet pa te dodelijo v skupino in jo opravljaš v enem kosu. Vse bolnice in oddelki se v Lübecku nahajajo na kampusu, tam so tudi predavanja, knjižnica, menza ipd. – vse je na kupu, kar res prihrani veliko časa. Erasmus študentov ni zelo veliko, večina sicer pride študirat medicino, ampak vseeno si na faksu večinoma z nemškimi študenti, ki pa te lepo sprejmejo in so pripravljeni pomagat. Vse poteka v nemškem jeziku – ampak brez panike, res zelo hitro napreduješ, če cele dneve poslušáš samo nemščino. V bolnici je naloga študentov vstavljanje iv kanalov, jemanje krvi ipd. Od študentov se pričakuje, da se vključijo v delo na oddelku, pomagajo, sprašujejo, sam se moraš čim več angažirati, ker se sicer nihče ne ukvarja preveč s tabo – če pa vidijo, da te zanima, pa zelo radi razložijo, pokažejo. Izpiti so z nekaterimi izjemami (pediatrija, praktičen del interne medicine) pisni. Če ga ne narediš, imajo Erasmus študenti možnost še ustnega.

BIVANJE

Živela sem na kampusu v študentskem domu še z dvema študentoma. Stanovanja so lepa, moderna, imela sem svojo sobo in samo pet minut peš do faksa. Tudi cena je bila zelo ugodna. Študentje, ki so sami iskali privat stanovanja, so imeli težave, ker je večina stanovanj neopremljenih/so draga/daleč od faksa, tako da priporočam, da se tega lotite dovolj zgodaj, če ne želite bivati v študentskem domu. Vsekakor pa priporočam bivanje v bližini faksa in ne v centru – v center lahko pridete s kolesom ali avtobusom v 15 min.

PREVOZ

S plačilom šolnine dobite študentsko izkaznico, s katero brezplačno uporabljate avtobus in vlak v Lübecku in okolici. Sicer pa vsi uporabljajo kolesa, tako da definitivno priporočam nakup rabljenega kolesa! Iz Lübecka lahko poceni pridete v mnoga mesta – sama sem obiskala Kopenhagen, Berlin, Hamburg, Kiel, Wismar, Schwerin... Zelo popularen je tudi blablacar.de, kjer se lahko pridružite komu v avtu in se peljete res poceni.

JEZIK

Vsekakor priporočam tečaj na začetku študijskega leta, s katerim lahko super osvežite svoje znanje nemščine. V vsakem primeru boste tekom študija res napredovali in poskusite čim več govorit nemško – sama angleščine praktično nisem uporabljala. Tudi med letom se lahko vpišete na tečaj nemščine (ali kakšnega drugega jezika), ponujajo pa tudi pester izbor športnih aktivnosti.

Če imate še kakšno konkretno vprašanje, me lahko vsekakor kontaktirate.

24. NEMČIJA – LUDWIG-MAXIMILIAN UNIVERSITY IN MUNICH (Lea Kepic)

V študijskem letu 2015/16 sem odšla za 2 semestra na izmenjavo v Muenchen – Ludwig Maximilian Universitaet. Opravila sem večino predmetov 5.letnika. S priznavanjem predmetov pri nosilcih predmetov v Sloevniji nisem mela težav in so mi priznali vse kar sem si želela, saj je študijski sistem zasnovan podobno kot pri nas. Zahvaliti pa se moram tudi Roku in Janu (ki sta bili na izmenjavi prejšnjo leto) saj sta mi ravno one dva dala največ potrebnih informacij z samo organizacijo urnika, geslo za dostop do nemške spletne učilnice, kaj se splača narediti... Z iskanjem študentskega doma (300 evrov na mesec) sem imela srečo saj mi ga je pridobila univerza- zna pa biti velik problem najti ugodno nastanitev v Muenchenu če iščeš sam. Javni prevoz za študente stane okoli 150evrov na semester, vpisnina v šolsko leto stane približno 120 evrov, cena hrane in pijače v trgovinah je podobna kot pri nas, v restavracijah in barih pa precej dražje, imaš pa veliko študentskih menz kjer lahko dobiš kosila za 2 – 3evre, organiziranih je res veliko izletov in zabav tako da se je včasih kar težko odločiti kam bi šel. Mesto na splošno je bilo meni zelo všeč, polno parkov in zelenih površin, dobrih muzejev in galerij, hribi so blizu in hitro dostopni z vlakom, pozimi so v bližini smučišča, celo surfaš lahko

na reki, Bavarci pa so me presenetili z njihovo prijaznostjo in odprtostjo. V Muenchen sem odšla že Septembra na 1-mesečni intenzivni tečaj nemščine ki je bil organiziran s strani univerze. Tečaj bi priporočala vsem, ki bi želeli izboljšati svojo nemščino, uveljaviti tečaj kot izbirni predmet (6KT) in spoznati veliko drugih študentov že pred začetkom šolskega leta. V okviru tečaja je organiziran tudi Orientation week, Buddy program, uradni vpis na univerzo in vikend izleti po Bavarski.

V prvem semestru ki je trajal od 12.10.2015 do konca Januarja 2016 (oni imajo semester razdeljen na 2 Bolka) sem v 1. bolku opravljala Sodno medicino, Dihala, Sečila in Imunske bolezni – od tega je sodna medicina del L-Kurs programa kar dejansko pomeni da je to predmet ki ga opravljaš ob sredah. Priznane sem imela predavanja, seminarje in vaje, izpit sem morala opravljati v Sloveniji. Interni predmeti so bili del Modul 23 ki je celoletni program (4bloki) internističnih predmetov in poteka ob ponedeljkih, torkih in četrtek. Dihala in Sečila sem lahko v celoti opravila, Imunske bolezni pa sem imela priznane vaje, predavanje in seminarje izpit sem morala narediti v Sloveniji. Modul 23 se mi je zdel v celoti zelo zanimiv in dobro zasnovan, tudi izpiti so prijetni (vedno imaš najprej ustni in praktični izpit ki je navadno na zadnjih vajah, ob koncu bloka pa sledi še pisni izpit z MCQ) tako da bi predmete zelo pohvalila in priporočila tudi ostalim da jih opravljajo. V 2. bloku sem opravljala Okulistiko in Otorinolaringologija. Predmeta sta potekala vsak ponedeljek in torek. Predmeta mi na splošno nista bila najbolje izpeljana, tudi seminarji, vaje in predavanja ne najbolj zanimivi... Na koncu bloka je sledil izpit – MCQ.

Februarja in marca imajo v Nemčiji Semesterferien oz počitnice. Tako sem odšla nazaj v Slovenijo in tam opravila izpita iz sodne medicine in imunskih bolezni, poleg tega sem ravno ujela naš slovenski 3.sklop in se jim pridružila pri opravljanju Mafe, Endokrinologije in Obtočil (predmeti se malo prekrivajo po urniku a je vseeno izvedljivo opraviti vse hkrati). 11. Aprila se je začel drugi semester. V tem semestru sem opravljala Ginekologijo, Pediatrijo in Izbirni predmet. Vsi predmeti so spadali v Modul 5 ki mi je bil dobro organiziran in zelo zanimiv. Pediatrija traja 5 tednov. Prvi 4 tedni so namenjeni predavanjem, seminarjem, praktičnim vajam in Problem based Learning ali Tutorials. Potem imaš kolokvij ki se ti šteje polovico ocene in temelji na praktičnih primerih na koncu Modula 5 pa še MCQ test ki prinese drugo polovico ocene. Nato imaš en teden vaj na oddelku, ki ti ga določijo in za to dobiš

posebno oceno pri kateri se ocenjuje tvoje sodelovanje na vajah. Nato je sledil teden namenjen izbirnim predmetom. Sama sem si izbrala predmet Pediatrija – avtoimunske bolezni in revmatologija v Garmish-Partenkirchnu. Predmet je zelo dobro organiziran in zanimiv, veliko se naučiš tako praktičnega kot teorije, vsi zdravniki in zdravstveni delavci so neverjetno prijazni. Poleg tega ti zastonj organizirajo prenočišče v Garmishu in 3 obroke na dan. Sredo imaš kot po navadi prosto in jo lahko izkoristiš za izlet v hribe. Zadnji dan – v petek imaš ustni izpit in seminar s predstavitvijo svojega pacienta. Ginekologija traja 4 tedne od tega en teden samo vaj na različnih oddelkih kar je ocenjeno posebej enako kot pri pediatriji, ostalo so seminarji predavanja in Problem Based Learning ali Tutorials. V sklopu Tutorialsov imaš na koncu tudi ustni izpit. Na koncu Modula je MCQ pisni izpit. Po ginekologiji sem elektivno opravljala še predmet Geriatrija saj me je to zanimalo, ni se mi pa kakorkoli priznaval v Sloveniji.

Izmenjavo v Muenchenu bom za konec opisal kot eno svojih najboljših izkušenj. Meni osebno je bilo všeč vse! Študij, univerza, samo mesto, kulturne in športne dejavnosti v njem, Erasmus stil življenja in druženje z ne stereotipno zabavnimi Nemci. Predvsem novi prijatelji s katerimi smo doživeli nešteto nepozabnih trenutkov, ki so naredili moje Erasmus leto tako izjemno, kot ga vsi ki so na že izmenjavo odšli opisujejo.

Če imaš še kakšno vprašanje mi lahko pišeš na mail: kepic.lea@gmail.com

25. NORVEŠKA – NTNU TRONDHEIM (Ana Pavlič)

Prvi semester petega letnika sem opravila v Trondheimu na Norveškem. Izmenjava je trajala od 6. avgusta do 17. decembra 2015. Prvi teden je bil namenjen predvsem urejanju administrativnih zadev (vpis na faks, izdelava bolnišnične izkaznice, pridobitev članstva za knjižnico, registracija za omarico,...), kar sprva zglada zelo zapleteno, vendar vse poteka tekoče, če se držite rokov in upoštevate navodila. Poleg tega je prvi teden s strani NTNU organiziran t. i. orientacijski teden, cigar namen je spoznavanje mesta in okolice Trondheima ter navezovanje stikov tudi s študenti drugih fakultet.

Živela sem v študentskem naselju Moholt, ki je od bolnice z avtobusom oddaljen cca 10 minut. Najemnina za en semester je znašala 1900e. Veliko študentov se je navkljub deževnim dnevom odločilo za nakup kolesa, saj trimesečna avtobusna vozovnica stane cca 100e. Študentsko naselje ima svojo trgovino, pralnico in je precej družabno, z odbojkaškim igriščem, biljardno mizo in mizo za namizni tenis. Vsak student ima svojo sobo, kuhinjo in kopalnico pa si deli s 4 tujimi ali norveškimi študenti. Načeloma so kuhinje neopremljene, tako da je prve dni dodaten strošek s kupovanjem kuhinjskega pribora (posod, loncev, pribora,..) in drugega malega pohištva (posteljnina, koš za smeti, namizna luč,..). Veliko omenjene robe se lahko kupi rabljene prek študentskega marketa po relativno ugodni ceni (link do strani: <https://www.facebook.com/search/top/?q=Students'%20market%20Trondheim>).

Pouk poteka v obliki predavanj, vaj, seminarjev in PBL seans (problem based learning). Vsi powerpointi so vnaprej na voljo na spletu, zato se lahko na ure dobro pripraviš. Pri vajah smo študentje razdeljeni v manjše skupine (od 4-8 študentov) ponekod pa si z mentorjem tudi sam (npr. pri ginekoloških pregledih ali porodih, operacijah, urodinamskem laboratoriju,). Pri določenih predmetih vaje potekajo tudi izven običajnega delavnika (npr. pri spremljanju porodov je student lahko prisoten tudi v nočni rotaciji). Vsak student v bolnici dobi izkaznico, s katero dostopa do belih uniform, garderob, omarice, kuhinje in študentskih bralnih sob, namenjenih skupnemu učenju, Izposoja knjig v knjižnici je brezplačna, zato knjig od doma ni treba prinašati.

Izpit je pisni tipa multiple choice in ustni pri treh različnih profesorjih. Tudi pri pisnem izpitu je poudarek na primerih pacientov, tako da pogosto sprašujejo kakšni so diagnostični postopki in ukrepanje pri različnih boleznih in stanjih. Ustni izpit smo imeli vsi študentje na isti dan, nekaj dni za pisnim. Snov na pisnem in ustnem izpitu obsega pediatrijo, otroško psihiatrijo, ginekologijo s porodništvom, nefrologijo, urologijo, endokrinologijo ter radiologijo in patologijo iz teh predmetov. Ker norveški študenti tekom študija nimajo posebnega predmeta patologije smo imeli vaje tudi iz mikro in makro patologije. Na ustnem izpitu zato pride v poštev tako poznavanje določenih patoloških veščin (npr. Demonstracija staging-a raka dojke), kot drugih praktičnih veščin (vstavitev znotrajamternične ali subkutane kontracepcije, oživiljanje novorojenčkov/otrok,..)

Trondheim je študentsko mesto. V sklopu njihove študentske organizacije imajo pestro izbiro športnih, glasbenih in drugih aktivnosti. Večina študentov, ki se odloči za izmenjavo na Norveškem je tudi plezalcev in hribolazcev, zato društva pogosto organizirajo razne izlete in pohode po državi (npr. Pohod v Syllan, izlet v Lofoten,...), omogočajo pa tudi najem koč na oddaljenih krajih, tako da lahko v lastni režiji zelo udobno preživiš kakšen vikend v naravi. Ljudje so zelo prijazni in mesto je zelo varno – pred trgovinami je veliko koles nezaklenjenih, med odmori puščajo računalnike in telefone v knjižnici, med prenovo knjižničnega sistema so knjige posojali na zaupanje,... Nad izmenjavo sem zelo navdušena in jo toplo priporočam.

26. NORVEŠKA – NTNU TRONDHEIM (Andraž Nendl)

Prvi semester petega letnika sem opravljal v Trondheimu, ki je tretje največje mesto na Norveškem in leži 600 km severno od Osla. Tja sem se odpravil v začetku avgusta, saj se pouk tam začne sredi avgusta, pred tem pa smo imeli vsi tuji študenti t. i. orientacijski teden, ki ga je organizirala tamkajšnja univerza. Namen tega tedna je bil spoznati mesto in okolico in omogočiti študentom, da se spoznajo med sabo. Organizirani so bili pohodi, vožnja s kanujem po reki, ribarjenje, razne družabne igre, ogled nogometne tekme itd. Tekom tega tedna smo morali opraviti tudi nekaj tehničnih zadev, npr. dvigniti študentsko izkaznico in se udeležiti uvodnega sestanka z navodili za tuje študente, ampak je vse potekalo precej gladko in brez večjih nadležnosti z birokracijo.

Po orientacijskem tednu smo 17. avgusta začeli s poukom. Na NTNU imajo pouk razdeljen v semestre, ki vsebujejo točno določene predmete. Vsi tuji študenti smo bili v semestru IID, ki je zaenkrat edini semester, kjer celoten pouk poteka v angleščini, tudi za norveške študente. Predmeti v tem semestru so ginekologija, porodništvo, pediatrija, urologija, nefrologija, endokrinologija, otroška psihiatrija in radiologija. Skupine so sestavljene iz osmih študentov, štirih tujih in štirih Norvežanov. Znotraj skupine si v paru z enim Norvežanom, s katerim imaš skupaj vaje in ki ti pomaga znajti se po bolnišnici in s prevajanjem. Tri dni na teden (ponedeljek, torek in petek) so predavanja, dva dni (sreda in četrtek) pa vaje na raznih oddelkih. Na predavanja se spleča hoditi, ker je izpit sestavljen iz snovi, ki je bila predstavljena na predavanjih. Velika večina študentov ima zato s seboj prenosnike in med predavanjem dopisujejo svoje zapise na prosojnice, ki so v veliki meri na voljo že pred predavanji. Na vajah se trudijo izbirati takšne paciente, ki znajo angleško, vedno pa to ni mogoče, tako da v približno

polovici primerov pacienti govorijo angleško, v preostali polovici pa zdravniki ali kolegi prevajajo. Sicer so vaje dobro organizirane, učitelji si vzamejo čas in se med vajami študentom res posvetijo. Belih oblačil ni treba prnesti s seboj, ker dobiš v bolnici vsak dan sveža. Poleg vaj in predavanj so četrtki popoldne rezervirani za *problem-based learning* (PBL), kjer se dobi ena skupina in pod nadzorom enega od učiteljev po korakih obravnava en klinični primer, kar se mi zdi odlična oblika pouka, od katere veliko odneseš. Nekajkrat so tudi vaje iz mikroskopiranja in makropatologije, saj na tamkajšnji fakulteti nimajo posebnega predmeta patologije, ampak jo obravnavajo pri vsakem predmetu posebej. Tudi sama bolnišnica je študentom zelo prijazna. Obstaja namreč ogromno skupinskih sob za učenje, v katerih je tabla, računalnik in velik zaslon na steni, ki so zelo koristne za skupno učenje ali ponavljanje pred izpitom. Precej je tudi čitalnic in sob za odmore, v katerih so grelniki vode, mikrovalovke in hladilniki, tako da si lahko tam pogreješ kosilo. Po bolnici je razsejanih nekaj kantin, ki so skoraj edini kraji v Trondheimu s spodobno ceno kave ali čaja (9 NOK), kosila so pa kar draga, od 70 NOK dalje. NTNU ponuja tudi dve možnosti za učenje norveščine: intenzivni tečaj v koncu julija in začetku avgusta ali pa kratki tečaj, ki poteka tekom semestra. Sam sem hodil na kratki tečaj, kjer sem se naučil toliko, da sem se lahko v norveščini pogovarjal v trgovini ali na pošti.

Od SiT, organizacije, ki skrbi za študentske domove v Trondheimu, dobi velika večina študentov na izmenjavi ponudbo za sobo v študentskem domu. Toplo priporočam Moholt studentby, ker je najcenejši (okoli 400 EUR na mesec), ker so sobe opremljene in ker je tam 95 % vseh študentov, ki so na izmenjavi, tako da je tam tudi večina zabav. Do bolnice, ki je v bližini centra, je peš okoli 30 minut, s kolesom pa precej hitreje, saj je pot ves čas navzdol po hribu. Po mestu vozijo tudi avtobusi, s katerimi si v bolnici v približno 15 minutah.

Trondheim je izrazito študentsko mesto in ponuja veliko obštudijskih dejavnosti. Univerza ima največje športno društvo na Norveškem (NTNUI), ki ima po mestu več športnih centrov in ki ponuja tečaje in možnosti za desetine športov, od plezanja in fitnesa do juda in salse. Društvo ima v širši okolici Trondheima tudi lesene kočice brez elektrike in tekoče vode, ki so med študenti na izmenjavi zelo popularne za krajši oddih od učenja in vsakodnevnega stresa. Poleg tega je na vsako liho leto v mestu največji kulturni festival na Norveškem, imenovan UKA, ki traja tri tedne in ga v celoti organizirajo študenti prostovoljci, vedno se pri organizaciji pridružijo tudi kakšni tuji študenti.

Edina negativna stvar, ki sem jo opazil na Norveškem, so zelo visoke cene predvsem hrane. Večina stvari je dva- do trikrat dražjih, najcenejši trgovini pa sta REMA 1000 in Kiwi. Koristna je aplikacija Mattilbud, na kateri so navedene trenutne akcijske ponudbe za vse trgovske verige. Prehranjevanje v restavracijah za študente praktično ni mogoče, saj so cene od okoli 120 NOK navzgor, tako da si vsi kuhajo doma. Izjemno drag je tudi alkohol, ki ga zato tako tujci kot Norvežani hodijo kupovat v nakupovalni center takoj za mejo na Švedskem, kamor vsak dan vozi zastoj avtobus.

Z izmenjavo sem bil zelo zadovoljen in jo toplo priporočam.

27. POLJSKA – MEDICAL UNIVERSITY WARSAW (Kristina Duh)

Svojo Erasmus+ izmenjavo sem opravljala dva semestra, in sicer na Varšavski medicinski univerzi (WUM).

Dobra stvar njihove univerze je, da se sploh predmete 4. in 5. letnika da zelo lepo kombinirati z našimi. Tam sem opravljala praktično vse predmete 4. letnike, ki so mi bili v veliki večini tudi priznani (le pri ortopediji zgolj vaje, pri nevrologiji zgolj klinični del, prav tako pa moram doma opravljati obvezni izbirni predmet Pogoji za operacijsko delo). Medicinska univerza ima poleg poljskega programa tudi angleški program, kateremu se pridružijo tudi Erasmus+ študentje. Tako ves pouk poteka v angleščini. Predmeti ponavadi trajajo od 1 – 3 tednov, kjer imaš naenkrat predavanja, seminarje ter vaje, in se zadnji petek pouka končajo z kolokvijem ali »creditom«, iz katerega pridobiš oceno. Zdi se mi, da so se pri veliki večini predmetov asistenti potrudili in nam poskušali pokazati čim več pacientov. Kljub temu, da pa pouk poteka v angleščini, pa jezikovna prepreka vseeno obstaja. Angleščina na Poljskem ni ravno »naravni« jeziki, zato so se našli asistenti, ki niso govorili ravno dobro angleško, kar je bilo malce moteče, poleg tega pa je komunikacija s pacientom zelo okrnjena. Sami s pacientom praktično nismo bili (že zaradi jezika), ponavadi smo bili v skupini 5 študentov z zdravnikom, ki je prevajal, in smo tako skupaj vzeli anamnezo ter opravili pregled. Tako da kljub temu, da sem imela možnost videti raznorazne bolezni, svojih individualnih spretnosti tam nisem ravno okrepila. Zdi se mi tudi, da teoretično razen redkih izjem zahtevajo manj znanja in podrobnosti kot pri

nas. Tako da se lepe ocene da dobiti na precej lahek način, če pa hočeš pridobiti tudi dobro znanje in teoretično podkrepljenost, pa moraš vseeno biti kar precej samoiniciativen. Asistenti dobro znanje vsekakor cenijo in to tudi pokažejo, vendar tega vseeno ne zahtevajo. Pouk poteka na 5 bolnišnicah po Varšavi, odvisno od predmeta in skupine, s katero si, in tako nisi vedno na isti bolnišnici.

Zdi se mi, da sta včasih bili zaposleni v mednarodni pisarni malce neorganizirani. Očitno je bilo, da je bilo v tem letu na Erasmus+ na WUM sprejetih preveč študentov, kar je posledično vodilo do tega, da niso vsi študentje dobili mest pri predmetih v njihovem Learning agreementu. Prav tako so se sredi leta poskušali premisliti glede tega ali določeni predmeti sploh bodo izvajani za Erasmus+ študente ali ne. Sicer so bili zaradi prevelikega pritoževanja na koncu vsi normalno izvajani, vendar za naslednje leto dobro preverite ali so tudi v vašem izbranem letu. Napačno se mi je zdelo tudi to, da kljub temu, da smo vsi morali svoje željene urnike poslati že približno mesec pred začetkom semestra, so te o tem, da nisi dobil mesta pri predmetu, obvestili le par dni pred začetkom le-tega predmeta. In če se ti predmet začne v ponedeljek, ti pa izveš v sredo, da le-tega ne moreš opravljati, je v tistem momentu zelo omejeno kaj lahko glede tega sploh postoriš in si pri tem ne porušiš preostanka tvojega urnika.

Velika večina Erasmus+ študentov je bivala v študentskem domu (stane okoli 80€/mesec, sobe so 2- ali 3-posteljne). Ker sem se prijavila malo prepozno, študenta nisem dobila in sem stanovala v stanovanju. Cene stanovanj in sob so primerljive z Ljubljano. Če se odločate za privatno bivanje, priporočam, da se včlanite v kakšno izmed skupin na facebooku (npr. Erasmus in Warsaw), kjer je veliko oglasov za stanovanja. Prav tako je vsakemu študentu dodeljen študentski mentor, ki ti lahko pomaga pri iskanju stanovanja in urejanju drugih stvari. Javni prevoz v Varšavi in tudi nasploh na Poljskem je zelo dobro organiziran. Kot študentje imate na vseh vrstah javnega 50% popust in tako je npr. potovanje z vlakom zelo poceni. 3-mesečna karta za javni prevoz stane okoli 35€ in velja za vse vrste prevoza v Varšavi – tramvaji, avtobusi in metro.

Univerza ponuja v poletnih mesecih enomesečni intenzivni jezikovni tečaj (ki na žalost stane okoli 500€), kasneje pa je posebej za Erasmus+ študente organiziran jezikovni tečaj, ki poteka en semester. Sama sem obiskovala to drugo opcijo, vendar se mi zdi, da nisem ravno dosti

odnesla, ker učiteljica ni bila ravno dobra. Se pa zagotovo splača osvojiti vsaj osnove poljščine, ker ti pridejo prav v mnogo večih vidikih kot samo na faksu. Kot že omenjeno so Poljaki bolj slabi v znanju angleščine in se tako pri problemih v trgovinah, restavracijah, javnem prevozu, ipd. velikokrat moraš nekako znati s svojim (ubogim) znanjem poljščine, ki, mimogrede, niti za Slovence ni ravno enostavna in tako lahko osvojljiva kot npr. hrvaščina.

Kljub nekaterim nevšečnostim, se je na koncu vse uredilo in izšlo kot treba, tako da je bila izmenjava v Varšavi definitivno pozitivna izkušnja. Varšava je super, živo mesto, kjer lahko vedno kam greš in kaj zabavnega počneš. Poleg tega so možnosti za potovanja odlična, ker imaš poceni avtobuse, vlake in tudi letala marsikam. Tudi nasploh je življenje nekoliko ceneje kot pri nas in si zaradi tega lahko privoščiš malo več kot sicer v Ljubljani (ogromno odličnih restavracij in kavarn). Predvsem pa je Erasmus+ izmenjava (kjerkoli že) edinstvena in odlična priložnost za nabiranje prijateljstev in poznanstev preko celega sveta, spoznavanje novih kultur ter ti resnično razširi obzorja.

28. POLJSKA – MEDICAL UNIVERSITY WARSAW (Jan Alatič)

Četrty letnik študija sem opravljal na medicinski univerzi v Varšavi. Tja sem se podal za dva semestra in v tem času doživel ogromno ter se tako obogatil za eno veliko izkušnjo. Ker ponuja ta univerza angleški program, katerega obiskujejo študenti praktično iz celega sveta, se mi je ta opcija zdela pravšnja tako iz stališča jezika v katerem se izvaja pouk, kot tudi široke palete različnih študentov iz različnih kultur. Prav tako pa je naš predmetnik kompatibilen njihovemu, kar ti omogoča lažjo organizacijo predmetov.

Na začetku moram omeniti, da mi čakanje na urnik, ki sem ga moral izpolniti z zelenimi predmeti in čakanje na samo potrditev le-tega ni bilo preveč všeč. Njihova politika je "kdor prvi pride, prvi melje" in, če pri tem ne uspeš, za to izveš le par dni pred začetkom določenega predmeta in se ti tako lahko poruši ves sistem. Priporočam, da ste pri tem oprezni in redno spremljate njihove "mail-e". Iz tega stališča je torej bilo leto kar napeto, ampak se mi je na srečo vse poklopilo. Tako sem imel možnost opravljanja vseh predmetov četrtega letnika (izpit iz predmeta Gibala bom sicer moral še opravljanje doma, prav tako iz obveznega izbirnega

predmeta Pogoji za operacijsko delo, pri predmetu Živčevje pa sem moral opraviti del pisnega izpita, ki temelji na bazičnem, predkliničnem delu predmeta).

Večina predmetov, ki sem jih opravljal je bilo zelo dobro izvedenih in organiziranih. Čeprav je pouk baziral na predavanjih in seminarjih, je za vaje bilo tudi poskrbljeno. Menim, da so nam doktorji/profesorji želeli vcepiti logiko, s katero operiraš pri dejanski praksi, nas poskušali naučiti praktičnih, uporabnih reči. Predmeti so trajali od enega do treh tednov in na koncu vsakega predmeta si imel tudi izpit ali kolokvij, ki ti je prinesel končno oceno. Kar se tiče organiziranosti predmetov, je izgledalo tako, da smo pri nekaterih predmetih imeli prvi teden samo predavanja, v naslednjih pa smo se lahko posvetili samo vajam. To je dalo študentu možnost, da se na vaje dobro pripravi in tako lahko z lahkoto spremlja potek vaj. Spet pri drugih smo imeli diskusije ob koncu pregleda in smo tako pokomentirali ves primer, vključili vso teoretično znanje in prišli do končnih odgovorov. Uporabljena je bil zares široka paleta pristopov pri pouku, kar je v didaktičnem smislu zelo poučno in koristno. Nenazadnje sem imel možnost opravljanja tečaja poljskega jezika, ki ga je organizirala fakulteta za študente na izmenjavi. Da pa ne bo vse izgledalo tako lepo, pa je bilo tudi nekaj stvari, ki so me motile. Včasih se je zgodilo, da je bilo dodeljeno enemu mentorju preveč študentov in si tako avtomatsko izgubil na kvaliteti pouka in si si šel z ostalimi študenti v napoto. Ker nisem obvladal poljskega jezika, je prišlo včasih do težav pri komuniciranju s pacienti, zato so mentorji morali pomagati pri prevajanju in je bila ta faza lahko tudi zamudna. Ker ni bilo prevelikih zahtev glede potrebnega znanja za izpit, je bilo učenje odivsno od lastne samoiniciative in vedoželnosti. Na koncu bi še omenil, da sem na čase dobil občutek, da smo Erasmus+ študenti manj zaželeni pri pouku in tretirani kot manjvredni ali manj sposobni.

Sicer pa sem bil nastanjen v privatnem stanovanju. Pri iskanju le-tega sem naletel na majhne težave, saj nisem govoril poljsko, ponudniki pa se na angleščino niso kaj prida odzivali, od enega sem bil celo poučen, da je uradni jezik poljščina in, da se tam tako govori. Priporočam, da spremljate objave na socialnih omrežjih (npr. Erasmus in Warsaw). Nazadanje mi je le uspelo najti stanovanje v bližini univerze in s super povezavami do ostalih predelov mesta. Pouk namreč potekal na petih različnih bolnišnicah in takšne povezave ti v tem mestu pridejo še kako prav. Sicer pa je življenje na Poljskem ceneje, kot pri nas, kar je pomenilo ogromno možnosti za različna doživetja tako v kulinaricnem, športnem, kot tudi kulturno-umetniškem

smislu. Nenazadnje so bili stroški potovanja po Poljski in v bližnje evropske države relativno nizki, kar ti je dalo dobre možnosti obiskati vse pomembne atrakcije in znamenitosti.

Erasmus izkušnja je nepozabna. Spoznal sem veliko ljudi, se z nekaterimi tudi dobro spoprijateljil, dobil večji vpogled vase in v svoje sposobnosti, spoznal "tuje" kulture in še marsikaj. Kar mi je dala ta izmenjava, je nedvomno širina, toleranca do soljudi, boljše razumevanje drugače mislečih in nenazadnje tudi kritično razmišljanje ter nekaj idej o nadaljevanju in nadgrajevanju lastne kariere. Kljub temu, da ljudje ne pripisujejo velike vrednosti Erasmus+ izmenjavi in jo včasih tretirajo, kot "tretjerazredno" menim, da ti takšna izkušnja prinese ogromno lepega in dobrega in je vse prej, kot le eno leto vstran vrženega časa.

29. ŠPANIJA – UNIVERSITY LA LAGUNA, TENERIFE (Ajda Mavrič) PRAKSA

Erasmus + prakso sem opravljala na Tenerifih, v Univerzitetni bolnišnici Kanarskih otokov, na oddelkih za Dermatologijo (1mesec) in Psihatrijo (1 mesec).

Dermatologija se pri njih deli na kirurški del in del, ki se ukvarja s spolno prenosljivimi boleznimi. Moja mentorica je bila večinoma na kirurškem delu, zato sem bila tam tudi jaz. Od ponedeljka do petka sem bila prisotna na oddelku. Bila sem bila z njo v ambulanti, kjer sem videla različne patologije, štempljala recepte in previla kakšno rano. S specializanti sem hodila po drugih oddelkih, ko so jih poklicali na konzultacijo in tako videla značilne izpuščaje pri sifilisu, lepri...

V operacijski dvorani dermatologi opravljajo ekscizijo znamenj, kjer sem tudi asistirala in pa biopsije sumljivih sprememb. Plastična kirurgija in dermatologija sta locirani na istem hodniku, zato si velikokrat pomagajo med seboj pri konzultacijah. Na koncu sem že dobro prepoznavala BCC in pa znamenja sumljiva za melanom.

Drugi mesec sem bila na Psihatriji. Psihatrija ima svoj oddelek v sami univerzitetni bolnišnici in le-ta je zaprtega tipa. Tja se stekajo najhujše patologije s celotnih Kanarskih otokov; večinoma so tam hospitalizirani shizofreniki, bolniki s hudo obliko unipolarne depresije in bipolarno motnjo. Izkušnja je bila zanimiva. Oddelek ima dve nadstropji, v zgornjem so

hospitalizirani mladi, spodaj pa starejši bolniki. Videla sem precej hudih primerov (npr. po večkratnih poskusih samomora..). Večinoma se je z njimi pogovarjal mentor, jaz pa sem bila zraven. Na intenzivnem oddelku je psihiater prisoten na oddelku neprestano in razgovori s posameznim bolnikom trajajo pol ure, opravlja jih večkrat na dan, pa tudi sami pridejo do njega in ga prosijo za pogovor. Vsak bolnik je imel predpisanih vsaj 5-10 različnih psihiatričnih zdravil. Veliko sem se naučila o farmakoloških interakcijah med temi zdravili in pa o pomembnosti odmerka posameznega zdravila (visoka koncentracija ima lahko popolnoma drugačen učinek kot nizka in se jo uporablja za druge bolezni). Pri njih je v uporabi tudi elektrokonvulzivna terapija, ki je indicirana za hude oblike depresije. Oddelek za motnje hranjenja je v glavnem mestu in zato tam nisem imela prakse.

Osebjem je bilo na obeh oddelkih zelo prijazno. Angleško govorijo zelo zelo slabo, ker se tega jezika povečini ne učijo v šolah, zato je znanje španščine priporočeno. Tenerife imajo na severu zelo muhasto vreme, ki se spreminja z vsakim kilometrom. Tako zna biti kakšen teden zelo meglen, oblačen in hladen za razliko od juga, ki je 80km stran in se večino leta kopa v soncu. Praksa je bila zame koristna, ker sem se naučila bolje prepoznavati različne klinične slike bolezni in pa bolje govoriti špansko.

Za vsa ostala vprašanja sem dosegljiva na mail: mavricajda@gmail.com

30. ŠPANIJA – UNIVERSITY OF GRANADA (Blaž Plaznik Šporin)

V Granado sem prispel en teden pred predvidenim začetkom vaj. V času začasne nastanitve v enem izmed mnogih hostlov sem najprej uredil vse potrebne administrativne stvari v mednarodni pisarni Medicinske fakultete v Granadi. Pri tem nisem imel nobenih problemov, vsi postopki vpisa so stekli gladko, njihovo osebje je izredno prijazno. Nato sem se lotil iskanja stanovanja (priporočam stran idealista.com – stran brez posrednikov ali stroškov prijave, ali pa katero izmed mnogih facebook skupin, namenjenih Erasmus študentom), ki sem ga relativno hitro našel v neposredni bližini bolnišnic, kjer sem opravljal vaje (Hospital Universitario San Cecilio – kirurgija, Hospital Virgen de las Nieves – interna medicina). Preostanek tedna sem porabil za spoznavanje samega mesta, urejanje španskega telefona, vozovnice za avtobus in podobnih stvari, poleg tega pa sem se prijavil še na tečaj španščine, ki ga univerza organizira za Erasmus študente. Tečaj ni intenziven, ampak traja 10 tednov

dvakrat na teden. Ob tem velja poudariti, da je andaluzijski naglas kar daleč od »knjižne španščine« in je na trenutke ljudi težko razumeti, a se ga sčasoma navadiš.

Z vajami iz kirurgije sem začel v ponedeljek, 1.2. Vsak dan ob 8.00 je imel oddelek jutranji raport v skupni sobi. Po njem so se zdravniki razporedijo glede na njihov raspored – v operacijske dvorane, na urgenco, na oddelek ali v ambulate. Moj neposredni mentor je bil vodja oddelka in ker je bil precej zaseden sem bil prepuščen drugim zdravnikom-mentorjem. Za tiste, ki še nismo bili veščji šivanja, je ena izmed zdravnic naredila improviziran tečaj šivanja, da smo lahko usvojili osnovne tehnike. Stopnja vključitve v delovni proces je bila odvisna po eni strani od pripravljenosti zdravnika, da te kaj nauči oziroma vključi, in po drugi strani od samoiniciativnosti. Nekateri po končani operaciji, na oddelku ali v ambulanti še teoretično razložili obravnavano patologijo, zaplete posega in bolezni ipd. Zato sem, po tem začetnem menjanju mentorjev, ostal večino časa z enim, ki si je vzel čas, da je videne paciente, patologije, posege... dodatno (ob)razložil. Pri nekaj operacijah tedensko sem lahko opravljal delo druge asistence, dovolili pa so mi tudi zašiti kožo in podkožje ob koncu operacij. Delo se je zaključevalo med 14.30 in 15.30, odvisno od števila in poteka operacij oziroma števila pacientov v ambulantah.

18. 4. sem pričel z vajami iz interne medicine, natančneje v enoti za sistemske bolezni veziva. Na začetku mi je vodja oddelka dodelil mentorico – specialistko, ki je bila moja referenca za delo na oddelku. Tudi tu se je delovni dan pričel ob 8.00 zjutraj z jutranjim raportom, ki mu je nato sledilo še cca. 45 minut do ene ure dolga t.i. »sesion clínica«, kjer se je ali predstavljalo t.i. »slepe primere«, seminarje iz različnih področij interne medicine, predstavitve bodočih študij, ki se bodo odvijale na oddelku, predavanja gostujočih predavateljev in podobne stvari. Po končanih seminarjih sva z mentorico pregledala morebitne rezultate preiskav najin角度 pacientov ter urejala različne administrativne stvari. Nato je sledila vizita na oddelku. V začetku je vse opravljala mentorica, kasneje pa sem pri posameznih pacientih status in anamnezo delal sam. Mentorica je kasneje pri vsakem pacientu tudi dodatno razložila oziroma komentirala njegovo diagnostiko, zdravljenje, itd... Po končani viziti je sledilo še vnašanje statusov in anamnez v računalnik, naročanje morebitnih preiskav ter morda še kakšna administrativna stvar. Delo se je zaključilo nekje med 13.30 in 14.30.

Kar se tiče obštudijskega življenja je Granada izredno dobra destinacija – po eni strani je zelo prijazna do študentske denarnice, po drugi pa ima zelo dobro lego - v eni uri si lahko na obali ali na 2500m nadmorske višine v Sierra Nevada. Prav tako so za študente organizirane neštete obštudijske delavnice, tečaj, predstave, filmske projekcije, izleti, športni dogodki itd., ogromno je tudi drugih dogodkov, organiziranih za širšo javnost. Splača se spremljati različne facebook skupine, začenši z ESN – Granada, ki vse te dogodke organizirajo. Omeniti še velja, da je Granada relativno majhno mesto, zato je kot prevozno sredstvo najbolje uporabljati kolo, saj lahko z njim prideš praktično v kateri koli del v roku pol ure. Za morebitne dodatne informacije me lahko kontaktirate na: bplaznik@gmail.com.

31. ŠPANJA – UNIVERSITY LA LAGUNA, TENERIFE (Zala Vrhunc)

V študijskem letu 2015/2016 sem bila na dvosemestrski študijski izmenjavi na Universidad de La Laguna, La Laguna, Tenerife, kjer sem lahko brez težav opravila vse obveznosti za 5 letnik. Za študij na dotični univerzi sem se odločila predvsem zaradi skorajda popolne kompatibilnosti študijskega programa, ugodnih poročil iz preteklih let in učenja jezika. Postopki pred samim pričetkom izmenjave so bili ustaljeni, po dogovoru z nosilci predmetov na matični univerzi sem poslal Learning Agreement njihovemu koordinatorju Erasmus programov (se ponavadi vsako leto spremeni – preverite na njihovi spletni strani). Podpora incoming študentom je bila sicer minimalna, razen spoznavnega dne smo si morali vse urediti sami. Za nastanitev sem se dogovorila z drugimi incoming študenti že pred prihodom, ne bi pa bilo to nujno potrebno, saj je glede na veliko število študentov na univerzi, pa tudi število incoming erasmus študentov iz drugih držav, ponudba zasebne študentske namestitve dokaj velika in poceni.

Na univerzi se je potrebno registrirati (vpisati) do 1. oktobra, takrat morate biti tam torej tudi fizično prisotni, sam spoznavni dan in občasno, odvisno od letnika, tudi že prve vaje, pa se začnejo prej, ponavadi v tretjem tednu septembra.

Opravljala sem obveznosti 5. letnika, in sicer: Patología del Aparato Cardiocirculatorio (Obtočila), Obstetricia y Ginecología (Ginekologija in porodništvo), Patología del Aparato Respiratorio (Dihala), Patología del Sistema Endocrino, Metabolismo y Nutrición (Bolezni presnove), Patología del Aparato Locomotor (Imunske bolezni), Patología Renal, de las vías

urinarias y del aparato reproductor masculino (Sečila), Especialidades Medico-Quirurgicas (okulistika, otorinolaringologija), Pediatría (Pediatría 1 in priznane vaj iz Pediatría 2). Poleg tega sem si izbrala še izbirni predmet, Enfermedades Tropicales y Salud Internacional. Dveh predmetov se ni dalo opravljati, to sta maksiofacialna kirurgija in sodna medicina.

Vsak od predmetov ima 3 tedne obveznih vaj, za skupine se navadno lahko dogovoriš s koordinatorjem, vendar ti veliko prostih tednov, če želiš opraviti vse obveznosti, ne ostane. Vaje so načeloma dobre, 100% obvezne, velikokrat imate veliko več priložnosti za stik s pacientom kot v UKC Ljubljana, seveda pa kvaliteta variira od mentorja do mentorja in od bolnišnice do bolnišnice. Predavanja so vsak dan popoldne (2-3h) in niso obvezna, so pa pri nekaterih predmetih priporočljiva. Študenti vodijo bazo podatkov z zapiski z vseh predavanj, ki so glavni in zadostni študijski material, tako da študijskih knjig ne potrebujete. Na začetku leta le poskrbite, da boste imeli dostop do baze podatkov. Erasmus študentov navadno ne prosijo, da bi delali zapiske.

Izpiti so vedno le pisni, razen Obtočil, ki je tudi ustni (priporočam da opravljate v Sloveniji, če imate dovolj kreditov za štipendijo – slovi kot eden najtežjih izpitov). Nekateri so narejeni po principu slovenskih internističnih izpitov, torej MCQ (ABCD) sistem (sečila, bolezni presnove), večina pa jih zahteva esejske odgovore na vprašanja, prepoznavo slik itd., zato znajo biti kar zahtevni. Pouk in izpiti so izključno v španskem jeziku, z angleščino si lahko pomagaš res bolj malo, zato vam priporočam intenziven tečaj, če špansko še ne znate. Se pa po prihodu večina študentov hitro nauči jezika, saj je kakršnakoli komunikacija v angleščini, razen z drugimi erasmus študenti, navadno nemogoča.

Iz centra do fakultete in obeh univerzitetnih bolnic pelje tramvaj. Enkratna vožnja stane 1.35 € oz 65 centov, če kupiš študentski "bon" (ni mesečna, pač pa nekakšen vrednostni bon za 15 €). Vožnja s kolesom je mogoča vendar zaradi prometa in neurejene infrastrukture nekoliko nevarna. Avtobusi vozijo po celem otoku, vendar vam za obiske prijateljev ali vikend izlete priporočam najem avtomobila (nikoli ne stane več kot 100€/teden, tudi bencin je zelo poceni, okrog 90 centov/liter).

Letalski prevoz do Tenerifov je edina praktično uporabna možnost za pot tja in nazaj, direktni leti so mogoče iz Trevisa na južno letališče, sicer pa reko španskih letališč (Barcelona, Madrid, Valencia) na severno letališče, ki je La Laguni mnogo bližje.

Izmenjava je bila super, imela sem se odlično, spoznala veliko novih ljudi, pridobila ogromno znanj, tako medicinskih kot življenjskih. Kljub precejšnji obremenitvi s študijskimi obveznostimi se vedno najde čas za surfanje, plavanje, hojo v hribe: Tenerife je res otok, kjer lahko počneš vse, s primernim vremenom čisto celo leto. Če še kdo potrebuje še dodatne informacije mi lahko pišete na zala.vrhunc@gmail.com

32. ŠPANIJA – UNIVERSITY OF CANTABRIA (Maja Pavlica)

Erasmus izmenjavo sem opravljala na severu Španije, v majhnem mestu z imenom Santander. Pred samim pričetkom sem že imela sobo, ki sem jo rezervirala preko spletne strani pisos.emancipia.net. Emancipia je startup tamkajšnje univerze oz. študentov. Oni so me tudi prišli iskat na letališče in mi dali nekaj splošnih napotkov.

V Španiji sem se odločila za opravljanje vaj iz interne medicine in kirurgije. Teden dni pred pričetkom vaj sem obiskala Erasmus koordinatorskega, ki je bil glede izbora oddelkov res izredno ustrežljiv in mi je pustil proste roke.

Prav tako sem pričela z intenzivnim sedem tedenskim tečajem španščine. Tečaj je potekal vsak dan po dve uri. V istem času sem imela tudi vaje v bolnišnici, tako da prostega časa nisem imela ravno na pretek. Sam tečaj je bil izveden zelo strokovno in bi ga priporočila vsem študentom, ceni navkljub. Definitivno je zelo pomembno, da obvladate vsaj osnove španščine, velika večina špancev namreč ne govori angleško. Posledično pa boste zelo hitro nadgradili svojo španščino.

Vaje sem opravljala v bolnišnici Universitario Marqués de Valdecilla. Sama ustanova je nova, oziroma je del nje obnovljen, tako da je zelo dobro opremljena. Za paciente je precej dobro poskrbljeno, vsak ima svojo lastno sobo in kopalnico. V Valdecilli sem opravljala sedem tednov vaj iz interne medicine in sedem tednov vaj iz kirurgije, s slednjimi sem tudi pričela. Moj

koordinator se je dogovoril za vaje na oddelku za abdominalno kirurgijo, kjer pa nisem bila preveč zadovoljna, saj sem lahko le opazovala. Tamkajšnji študentje so mi priporočili urologijo, in tako sem oddelek kar se da hitro zamenjala. Moj mentor je bil šef oddelka, Dr. Jose Luis Gutierrez. Vaje so se začele ob osmih zjutraj, z jutranjim sestankom. Pozneje sem lahko izbirala med samim delom v operacijski, v ambulanti ali na oddelku. Največ časa sem preživela v operacijski, kjer sem asistirala. Naučili so me šivati, vstavljati urinske sonde, sodelovala sem lahko tudi pri laparoskopskih posegih. V ambulanti sem opazovala cistoskopije in opravljala rektalne preglede. Na oddelku so bili do mene zelo prijazni, vsak poseg pa so mi tudi podrobno razložili.

Aprila sem nadaljevala z vajami iz interne medicine, na oddelku hematologije. Vaje so potekale vsak dan od 8.30 do 14.30. Kot prej, smo začeli z jutranjim sestankom, ki mu je sledila vizita. Vsakemu pacientu smo namenili kar precej časa. Z vsakim smo se res dobro pogovorili, ga pregledali in nato pretehtali možnosti, potek diagnostike in zdravljenja. Po končani viziti smo izpolnili temperaturne liste ter opravili anamnezo in status. Lahko sem vzela tudi kak bris kužnine in pomagala pri biopsiji kostnega mozga. Dvakrat na teden sem šla v ambulanto, kjer sem opravljala statuse. V času vaj sem bila tudi v hematološkem laboratoriju.

Še par besed o samem mestu. Santander je majhno mesto z oceansko klimo, kjer nujno potrebuješ dežnik in dežne škornje. Življenje v mestu je poceni, cena hrane je primerljiva z našimi cenami. Za sobo sem odštela 230€ mesečno, vključno s stroški. V mestu imajo urejen avtobusni mestni prevoz, ker pa je mesto dokaj majhno sem v glavnem hodila peš. Kuhala sem si večinoma doma, imata pa bolnišnica in fakulteta tudi svojo menzo. Za malico so precej ugodni tapasi oz. pinchosi. V mestu je ogromno Erasmus študentov in pa tudi študentov iz ZDA in Latinske Amerike, tako da družbe res ne manjka.

Skratka, Erasmus v Španiji je super izkušnja. Veliko sem videla s strokovnega vidika, tekoče sem se naučila španščine in spoznala ogromno novih ljudi.

33. ŠVEDSKA – UNIVERSITY OF GÖTEBORG (Anida Muratagić) PRAKSA

Ko sem na predstavitvenem predavanju odkrila nov program, Erasmus+ praksa, sem bila takoj za stvar. Zdelo se mi je super, da je samoiniciativen program, da si lahko sam izbereš kaj te veseli in si tako nabereš dodatno znanje, ki ti kasneje vsekakor koristi. Prakso sem opravljala prostovoljno, saj sem imela vse obveznosti na faksu že izpolnjene. Vedno sem si želela obiskati Švedsko, tako da to ni bila stvar diskusije. Vendar se je izkazalo, da je možno dobiti prakso le v Göteborgu (Sahlgrenska Academy). Göteborg je bil odlična izbira, meni je bil celo bolj všeč od Stockholma, vendar pa tudi tam ni lahko priti do prakse oziroma mentorja. Tako je bilo tudi v mojem primeru. Ko sem pisala, da me zanima dermatološki oddelek, so mi sporočili, da je premalo mentorjev, ampak da še vseeno lahko poskusim napisati e-mail. Slednje je po nekem srečnem naključju uspelo, kmalu sem dobila pozitiven odgovor s strani mentorice, ki ji je klinika odobrila sprejetje mednarodnega študenta.

Kaj kmalu sem začela iskati namestitev in tu se je rahlo zalomilo, saj je tam težko priti do sobe, kaj šele do stanovanja. Vendar se je tudi to nekaj dni pred odhodom uredilo, dobila sem sobo v deljenem stanovanju. Tam sem bila od začetka oktobra do drugega tedna v decembru 2015. Ob prihodu v Göteborg sem bila zelo navdušena, poleg tega so me na kliniki zelo toplo sprejeli. Mentorica se je resnično potrudila seznaniti celotno osebje s tem, da prihajam, tako da se skoraj nisem rabila predstavljati. To me je resnično presenetilo, delovno okolje je bilo res prijazno. Zanimivo mi je bilo to, da se tam nikogar ne vika, vse je zelo sproščeno in vsi ti nudijo nekaj za piti in jesti (slavna »fika«).

Na začetku prakse sem imela klinično rotacijo, kjer sem se srečala z mnogimi dermatološkimi in venerološkimi boleznimi. Ker Švedi odlično govorijo angleščino, nisem imela težav pri komunikaciji z bolniki. Bilo je kar nekaj praktičnega dela, kjer sem lahko sodelovala pri biopsijah, laserski terapiji, mikroskopiranju in tako naprej. Poleg tega mi je zelo koristila prisotnost pri pregledih v sklopu ambulate za spolno prenosljive bolezni, bolniki niso imeli nič proti prisotnosti študenta. Po tem sem začela še z manjšim raziskovalnim delom, na temo katerega nameravamo izdati članek. V prostem času sem uživala v prazničnih lučkah in dobrotah s cimetom in kardamomom. Naj omenim še, da so stroški življenja kar visoki, tako da pride vsak prihranek prav.

Opazila sem, da je tam odnos med mentorji in študenti bolj sproščene narave, da so tako mentorji lažje dostopni študentom in so študentje v takem okolju bolj produktivni. V teh devetih tednih, ki so še prehitro minili, sem se naučila marsikaj koristnega, tako za študij/delo kot za življenje kot tako.

Vsem, ki razmišljajo o Erasmus+ praksi, bi svetovala, da naj čim prej vzpostavijo stik s potencialno ustanovo/kliniko, saj zna vse skupaj trajati dlje, kot se zdi na začetku.

34. ŠVEDSKA - SAHLGRENSKA AKADEMIN, GÖTEBORGS UNIVERSITY (Maruša Mencinger)

Poletni semester 5. letnika sem preživela v Göteborgu, drugem največjem mestu Švedske na zahodni obali. Tam sem opravljala ORL, oftalmologijo, geriatrico ter interno medicino, od katere so mi bili pri nas priznani moduli Obtočila, Dihala ter Sečila. Pri tem je šlo za manjši zaplet na začetku študijskega leta, ko so nas s Švedske obvestili, da pri predmetu Ginekologija in porodništvo (ki sem ga sprva nameravala opravljati tam) ne sprejemajo več tujih študentov, ker so kapacitete polne. Tako sem morala ginekologijo zamenjati za interno medicino, pri čemer pa sem imela Bolezni presnove in Imunske bolezni opravljene že v Sloveniji.

Z izjemo tega zapleta sem bila z izmenjavo zelo zadovoljna. Njihov način pouka je precej bolj klinično usmerjen in imajo veliko več praktičnega dela. Vsi predmeti so potekali v švedščini, tako da sem bila edina Erasmus študentka v letniku. Pri vseh štirih predmetih je bilo obvezno opraviti tudi določeno število vaj na dežurstvu oz. urgenci ob popoldnevih ali vikendih. Skupine študentov na vajah so majhne (največ 3 študenti na oddelku/v ambulanti), tako da smo imeli več priložnosti tudi sami opraviti kakšen pregled. Izpiti so ponekod pisni, ponekod samo ustni, torej podoben sistem kot pri nas, s to razliko, da pri njih ni ocen, izpit se oceni le z opravljenimi opravili. V Sloveniji se potem to pretvori v oceno prek procentov, ki si jih dosegel na izpitu.

Na splošno mi je bil zelo všeč odnos med zaposlenimi v bolnišnici, vsi so zelo prijazni in vljudni, z vsakim novim človekom se rokujejo in predstavijo in ni čutiti nobene hierarhije, tako da sem bila kot študentka praktično enakovredno obravnavana kot zdravniki ali medicinske sestre, čeprav seveda nisem imela enake odgovornosti kot oni. Zelo me je impresioniralo tudi to, kako

so bolj pripravljeni razpravljati o napakah, ki se kdaj zgodijo ter kako jih preprečiti v prihodnje ter tudi to, da zdravniki ob pregledu skoraj vedno tudi povprašajo paciente o tem, kaj jih skrbi in kaj pričakujejo od zdravljenja; trenutno pri njih poteka projekt »Person-centered-care«, pri katerem gre za to, da ima pacient večjo vlogo pri lastnem zdravljenju in da z zdravnikom pri njem bolj aktivno sodeluje.

Sicer je Švedska dokaj draga, večina stvari v trgovinah stane približno še enkrat več kot pri nas (razen npr. oblačil v H&M ali Zari, kjer so cene praktično iste). Skoraj povsod imajo kreditne kartice, tako da včasih cele tedne sploh nisem dvignila gotovine. Če greste ven na pijačo, je dobro izkoristiti »after-work«, ki se ponavadi začne okrog 16h ali 17h in so cene (alkoholnih) pijač precej nižje, včasih je pri tem vključena tudi hrana iz samopostrežnega bara. Če potrebujete kakršnokoli opremo oz. pripomočke za gospodinjstvo in dom, je ciljna destinacija seveda Ikea. Javni promet je super, tramvaji vozijo na približno 5 min ter so hitri in zanesljivi, imajo pa tudi avtobuse ter sistem izposoje koles kot ljubljanski Bicikelj. Živela sem v študentskem domu Helmutstro, ki je od centra mesta oddaljen 10 min in od bolnišnice Sahlgrenska 20 min vožnje s tramvajem, 3 min hoje stran pa je tudi supermarket. Najemnina je bila 500 eur na mesec z vsemi stroški, imela sem pa svojo kopalnico ter kuhinjo.

Mesto samo je zelo prijetno, ima ogromno zelenih površin ter leži ob morju (na bližnje otočje se lahko z ladjo zapelješ kar z mesečno karto za javni prevoz), vreme pa niti ni tako zelo mrzlo – pozimi je podobno kot pri nas, poleti pa so temperature max. 25 stopinj. Göteborg je tudi odlično izhodišče za izlete po Skandinaviji – do Osla in Copenhagna redno vozijo avtobusi, ki jih lahko dobite že za približno 20 eur v eno smer, do Stockholma pa za približno 30.

Z izmenjavo sem bila zelo zadovoljna in bi jo vsekakor priporočila vsem, ki želijo spoznati drug način življenja in dela. Mislim, da od nje lahko veliko odneseš in si nabereš tako kliničnih kot osebnih izkušenj.

35. TURČIJA – YEDITEPE UNIVERSITY (Manca Opeka)

Na izmenjavo sem odšla v poletnem semestru 5.letnika, od začetka februarja do sredine junija 2016.

Najprej ti iz gostujoče univerze pošljejo navodila, da v spletno aplikacijo naložiš potrebne dokumente, tudi learning agreement. Tako je bilo pred izmenjavo potrebno izbrati, katere predmete bom tam opravljala. Ker je spletna stran fakultete precej neuporabna glede tega, je najbolje kontaktirati koordinatorko za medicino Özlem Tanriover (otanriover@yeditepe.edu.tr).

Meni je poslala tale link <http://med.yeditepe.edu.tr/yuklemeler/APK/>.

Sama sem se dogovorila, da sem tam opravljala ginekologijo in pediatrijo za šesti letnik. Vse moje vaje so potekale v bolnišnici Yeditepe hospital, ki se nahaja zelo blizu postaje podzemne železnice Bostanci (M4). Tako je zelo dobro, če živiš kje blizu postaj podzemne železnice, saj je to najhitrejši javni prevoz. Promet v Istanbulu je namreč kaotičen in praktično so zastoji na cesti ob vseh urah. Ker je bolnišnica privatna, se lahko zgodi, da je pacientov kdaj zelo malo. Tako pediatrija ni bila ravno najboljša, saj pacientov ni bilo veliko. Si pa ves čas z zdravniki, ki govorijo angleško in so pripravljeni odgovarjati na vprašanja. Na žalost medicinske sestre in pacienti največkrat ne govorijo angleško. So pa vseeno zelo prijazni in te lepo sprejmejo. Ginekologija je bila na srečo veliko boljša. Pacientov je veliko in vidiš lahko veliko stvari. Posebno dobro je, če si v ambulanti z doktorjem Gazi. Ker večina nosečnic želi carski rez, jih lahko vidiš zelo veliko. Dovolijo ti, da tudi asistiraš, včasih celo, da narediš šiv. Vsi zdravniki iz oddelka za ginekologijo so izredno prijazni, pripravljeni predajati znanje in ti ponudijo veliko priložnosti, da tudi sam kaj narediš. Na koncu je izpit, ki je pisni in ustni. Kot izbirni predmet pa sem opravljala turški jezik. V bolnišnici je tudi menza, kamor lahko gredo tudi tuji študentje in tam dobiš brezplačno kosilo. Imajo tako začetni kot nadaljevalni tečaj. Poteka na kampusu, dvakrat na teden po eno uro in pol, vendar smo končali vedno v eni uri. Moja profesorica je bila Sevda (seydaergul@yahoo.com). Njene ure so vedno zabavne in hitro se naučiš osnov turščine, ki ti zelo pomaga v vsakodnevnem življenju, saj večina Turkov ne govori angleško.

Stanovati je mogoče v študentskem domu, ki je na kampusu. Kar pomeni, da moraš do bolnice z avtobusom, kar ti vzame od 30minut, če ni gneče na cesti, pa tudi do ene ure. Cena za en semester je 4280 turških lir (1,314.82 EUR). Vendar to pomeni, da moraš po polnoči iz Kadikoya, ki je nekakšen center azijske strani, s taksijem. Tako je najbolj priljubljen predel za Erasmus študente Kadikoy in bližnji predeli od koder lahko pešachiš do centra Kadikoya. Tam se

namreč dogaja večino stvari, prav tako pa imaš od tam najboljše povezave z evropsko stranjo (trajekt, metrobus, dolmus). Sama sem stanovala 5 minut od Acibadem postaje podzemne železnice in 20 minut peš do centra Kadikoya. Stanovanje najlažje najdeš na facebooku. Jaz sem plačevala 800 turških lir (245 EUR), kar je bilo med erasmus študenti precej poceni, a turškim študentom se je zdelo drago. Predlagam, da se za ceno pogajate, tako kot za vse ostalo kar kupujete v Turčiji J.

Najemnina zagotovo predstavlja največji strošek, saj je hrana večinoma poceni, posebej če sadje in zelenjavo kupuješ na tržnici. Vsak ponedeljek je ena pri spodnjem vhodu na kampus. Erasmus študentka organizacija priskrbi študentske vozovnice za javni prevoz, kar pomeni, da ena vožnja stane le 1,15 turških lir. A na žalost smo na njo čakali skoraj tri mesece. Organizirajo tudi različne dogodke in izlete po Turčiji, ki so zelo poceni.

Istanbul je skoraj neskončno veliko mesto, polno najrazličnejših znamenitosti in skritih kotičkov. Skoraj nemogoče je videti vse kar si želiš in zagotovo ti ni nikoli dolgčas. Kljub aktualnim dogodkom in terorističnemu napadu v času mojega bivanja, se nikoli nisem počutila ogrožena. Na sploh so Turki zelo gostoljubni, sproščeni in pripravljeni pomagati. Istanbul je zelo raznolik in večkrat se počutiš nekje na polovici med tradicionalno islamsko kulturo in naprednim zahodnjaškim svetom. Zagotovo pa je bil semester v Istanbulu nepozabna izkušnja, ki jo vsem priporočam.

Za kakršnekoli informacije me lahko kontaktiraš na moj mail: manca.opeka@gmail.com

36. VELIKA BRITANIJA – IMPERIAL COLLEGE LONDON (Špela Trampuš Ramovš)

PRAKSA

Erasmus prakso sem opravljala na Global eHealth Unit, Imperial College London v Veliki Britaniji med 1. oktobrom 2015 in 30. novembrom 2015. S tem inštitutom ima naša fakulteta že sklenjen bilateralni sporazum, tako da je postopek izbire študentov, ki bodo imeli možnost tam opravljati prakso, potekal podobno kot za Erasmus izmenjavo, preko razgovora. Po izbirnem postopku so iz mednarodne pisarne vzpostavili stik z Živo Cotič, ki je bila na oddelku v Londonu odgovorna za študente iz Slovenije. Ker je bila Živa v času urejanja papirjev

za prakso odsotna, mi je dala kontakt njenega kolega Joseja, preko katerega sem nato uredila vse potrebne papirje. Priporočam, da se tega lotite vsaj dva do tri mesece pred želenim odhodom, ker se stvari lahko zavlečejo, vsekakor pa se ne ustrašit, ker stvar ni tako komplicirana, ljudje na oddelku pa so vsi zelo prijazni in pripravljeni pomagati oz. odgovoriti na kakršna koli vprašanja.

Nastanitev v Londonu si moraš poiskati sam. Možna je nastanitev v študentskih domovih, vendar se sama za to možnost nisem odločila, ker cene niso ravno nizke in ker sem se v London odpravljala zgolj za dva meseca. Glede študentskih domov tako, razen tega da je zelo blizu inštituta Parson house, ne vem kaj dosti, vendar pa se v kolikor se boste odločili za to možnost, vedno lahko obrnete na koordinatorja, ki vam bo z veseljem dal povezave, na katerih lahko izveste več o tem.

Svetujem, da si vzamete kakšen teden za iskanje stanovanja in za ta čas poiščete nastanitev v hostlu ali preko www.airbnb.com, ker vam nihče ne bo oddal stanovanja brez ogleda v živo. Ponudba stanovanj je velika vendar pa se poceni stanovanja hitro oddajo. Jaz sem nastanitev iskala preko spletne strani <https://www.spareroom.co.uk/> in <http://uk.easyroommate.com/spareroom-and-lodger>. Pri iskanju bodite pozorni na to ali so stroški že vključeni v ceno, ker se zaradi slabe izolacije, pozimi lahko stroški dvignejo kar visoko.

Javni prevoz je v Londonu drag, mesečna karta za podzemno, avtobuse in tramvaje za cono 1-2 stane okoli 180€, alternativa je mesečna vozovnica samo za avtobuse, ki pa stane 120€. Tukaj bi opozorila, da so prometne konice pogoste, tako da z avtobusom nikoli ne veš kdaj boš prispel na cilj, podzemna pa je v »rush hours« nabito polna. V kolikor boste tam več kot 3 mesece, si lahko naročite student's Oyster card, s katerim imaš 30% popust na vozovnice, vendar moraš biti študent več kot 12 tednov za pridobitev kartice. Najboljše je če vam uspe dobiti stanovanje v bližini Charing cross Hospital, saj boste tam preživeli večino časa in lahko veliko prihranite na prevozu, če boste tja lahko hodili peš. Druga možnost je kolo, meni se zdi sicer dokaj tvegano, saj je promet v Londonu zelo konfuzen.

Delo navadno poteka v sklopu bolnišnice Charing Cross v stavbi Raynolds, od 9.00 do 17.00 vendar so glede časa zelo fleksibilni, dokler opraviš, kar ti je bilo naročeno. Tam sem se tudi prvi dan sestala z mojim mentorjem – Josejem, ki mi je dal uvodne napotke in praktične informacije glede same prakse. Za dostop do prostorov oddelka in vse študentske ugodnosti, potrebuješ tudi izkaznico, ki jo pridobiš na glavnem kampusu kolidža v South Kensingtonu blizu Science Museum. Prakso sem opravljala v istem terminu kot moja sošolka in kolegica Nika, tako da sva sodelovali pri vseh nalogah, ki sva jih dobili. Večinoma je šlo za iskanje raziskav po bazah podatkov in interpretiranje raznih podatkov iz teh raziskav. Najin končni izdelek je bil neke vrste pregledni članek, ki je pomagal Joseju pri njegovi raziskavi, saj ga je zanimalo koliko je že bilo narejenega na tem področju v preteklosti. Delo sva opravljali v skupnem prostoru na oddelku za javno zdravje in primarno varstvo v že omenjeni stavbi Raynolds v 3. nadstropju. Na oddelku je manjša čajna kuhinja, kjer je vedno na voljo čaj in kava, hrano pa si lahko pogreješ v mikrovalovki, zato sva si jo večinoma prinašali od doma, je pa v tej stavbi tudi mala menza. Hrano naj bi se dalo dobiti tudi v bolnišnici, ki je v sosednji stavbi, vendar tega nikoli nisva poskusile. Na oddelku je veliko raziskovalcev in zdravnikov, ki opravljajo raziskave na področju javnega zdravja, epidemiologije in primarne zdravstvene oskrbe. Najini sodelavci so bili večinoma zelo prijazni in prijetni, zato smo se občasno ob petkih po delu podružili tudi v katerem izmed bližnjih pubov.

Imperial Collage ponuja tudi veliko aktivnosti za mednarodne študente. Več si lahko preberete na spletni strani <https://www.imperial.ac.uk/study/international-students/international-student-experience/>. Poleg tega imate kot študent IC zastonj vstop v bazen v športnem centru ETHOS, prav tako pa se lahko udeležite brezplačnih tečajev angleščine (pogovorne, pianje znanstvenih člankov itd.) V primeru, da imate FB račun se lahko pridružite njihovi skupini na Facebooku <https://www.facebook.com/groups/ICEC1516/> saj boste tako redno obveščeni o socialnih dogodkih in raznih izletih.

Omenila bi še projekt HOST, ki sem se ga udeležila v času prakse. HOST omogoča mednarodnim študentom obisk pri pravi angleški družini izven Londona. Obisk lahko traja en dan, ali cel vikend, sam si kriješ stroške prevoza, za ostalo poskrbijo gostitelji. Ob prijavi tudi napišeš višino stroškov, ki si jih lahko privoščiš. Po mojem mnenju gre za prvovrstno izkušnjo in možnost ogleda drugih delov Anglije.

Za kakršna koli vprašanja me lahko kontaktirate na spela@trampus.si

37. VELIKA BRITANIJA – IMPERIAL COLLEGE LONDON (Tjaša Divjak) PRAKSA

Trimesečno poletno Erasmus+ prakso sem opravila na nevrološkem oddelku St George's University Hospital v jugozahodnem delu Londona v okrožju Tooting. S prakso sem začela 1. julija, zaključila pa konec septembra. Za opravljanje prakse v Angliji sem se odločila predvsem zaradi poznavanja jezika in seveda dobrega slovesa njihovega izobraževalnega in zdravstvenega sistema. Pri dogovarjanju za prakso sem imela kar nekaj težav pri urejanju papirjev, ker v Angliji Erasmus+ program ni najbolje poznan. Kakor koli, s pomočjo mednarodne pisarne in nekaj vztrajnosti mi je uspelo pridobiti vse potrebne dokumente.

Ob prihodu v bolnišnico sem takoj prvi dan dobila študentsko izkaznico in s tem dostop do vseh študentskih prostorov (knjižnica, računalniška soba...). Prav tako sem prvi dan spoznala tudi svojega mentorja dr. Isaacs, ki mi je razkazal bolnišnico in me predstavil zdravnikom na oddelkih in klinikah, dogovorila pa sva se tudi o poteku moje prakse. Dr. Isaacs je odličen zdravnik, avtoriteta na svojem področju in mentor, ki si ga lahko le želiš. Na tem mestu se najlepše zahvaljujem doc. dr. Blažu Koritniku iz Nevrološke Klinike v Ljubljani, ki mi je pomagal pri iskanju mentorja.

Delo v bolnici je potekalo večinoma od devetih do petih. Pri izbiri klinik in oddelkov sem imela proste roke. Ker gre za učno bolnišnico, so tako zdravniki kot sestre vajeni prisotnosti študentov. Prve nekaj tednov sem preživela predvsem na različnih klinikah. Nato sem bila nekaj tednov na splošnem nevrološkem oddelku, nevrokirurškem oddelku, oddelku za možgansko kap, oddelku za otroško nevrologijo in na oddelku intenzivne terapije. Vsi zdravniki so bili izredno prijazni, z veseljem so odgovarjali na moja vprašanja ter me vključevali v dnevno delo. Občasno sem dobila tudi svoje paciente, ki sem jih morala izprašati in pregledati, ugotovitve pregleda pa nato poročati nadzornemu zdravniku.

Poleg dela na oddelkih in klinikah sem se udeleževala tudi dnevnih radioloških posvetov in tedenskih strečanj (grand rounds) ter različnih predavanj namenjenih tamkajšnjim študentom in zdravnikom.

Lahko rečem, da sem se v treh mesecih naučila zelo veliko. Videla sem bolnike z najrazličnejšimi, tudi zelo redkimi neurološkimi boleznimi in sodelovala z zdravniki različnih, pretežno z nevrologijo povezanih specialnosti in tudi domačimi študenti. Delo ni bilo vedno lahko. Ker od mene nihče ni imel posebnih pričakovanj, sem si urnik in cilje morala na nek način postaviti sama. Na splošno sem bila očarana tudi nad profesionalnostjo zdravnikov in vseh zaposlenih v bolnici ter veščinami sporazumevanja z bolniki.

Nastanjena sem bila v neposredni bližini bolnišnice v Pelical London Hotel and Residence. Obstaja tudi možnost bivanja v študentskem domu, ki pa mi jo fakulteta na žalost ni ponudila. Mesečna najemnina je znašala 650 funtov (študentski dom 450) in je vključevala vse stroške. Na okoli sem se prevažam s kolesom, kar morda ni najbolj varna izbira, uporabljala pa sem tudi javni promet.

Najbrž mi ni potrebno posebej omenjati, da je London živahno mesto, kjer se vedno nekaj dogaja. Poleg galerij, muzejev in kavarn v središču mesta, številni parki in pohodne poti na obrobju ponujajo izvršno priložnost za kolesarjenje in tek.

Lahko rečem, da sem se v treh mesecih naučila zelo veliko. Videla sem bolnike z najrazličnejšimi, tudi zelo redkimi neurološkimi boleznimi in sodelovala z zdravniki različnih, pretežno z nevrologijo povezanih specialnosti in tudi domačimi študenti. Delo ni bilo vedno lahko. Ker od mene nihče ni imel posebnih pričakovanj, sem si urnik in cilje morala na nek način postaviti sama. Na splošno sem bila očarana tudi nad profesionalnostjo zdravnikov in vseh zaposlenih v bolnici ter veščinami sporazumevanja z bolniki. Upam, da se bom v prihodnosti še kdaj vrnila in morda v St Georges Hospital opravila del specializacije.

Prakso ali morda celo študij na St Georges University vam toplo priporočam. V kolikor bi potrebovali kakršne koli informacije v zvezi z vsebinskimi ali logističnimi zadevami, me lahko kontaktirate na email, tjasadivjak@gmail.com.

38. VELIKA BRITANIJA – IMPERIAL COLLEGE LONDON (Simon Rekanovič) PRAKSA

Erasmus prakso v študijskem letu 2015-2016 sem opravljal na Imperial college-u v Londonu. S prakso sem pričel prvega maja in končal v zadnjem tednu julija.

Pred izmenjavo sem ogromno podatkov pridobil od kolegov, ki so izmenjavo opravljali pred mano in iz poročil na spletni strani mednarodne pisarne. V nadaljevanju bom predstavil moje izkušnje in pa opozoril na nekaj stvari, ki sem jih sam opazil.

BIVANJE:

Bivanje v Londonu je za Slovence drago, vendar je to vseeno edinstvena izkušnja. Za stanovanje sem plačeval 150 funtov na teden v privatni hiši skupaj s še šestimi sosočivci. Iskanje stanovanja je bilo dokaj naporno in mi je vzelo prvi teden prihoda v London (stanovanja nima smisla iskati prej, saj moraš na ogled in podpisati pogodbo). Med iskanjem stanovanja sem prespal v Airbnb-ju. Pri iskanju stanovanja bodite pozorni na nekaj preprostih stvari: ali se v soseki in stanovanju počutiš dobro (London in tak način življenja je lahko zelo neprijeten, pozimi pa je tudi zelo mrzlo), pripravljene bodite na drugačno kvaliteto življenja (Londonske hiše in bloki niso tako izolirani kot pri nas in le redko boste našli stanovanje brez prepaha, raznih glodalcev itd), izberite lokacijo, ki je blizu delovnemu mestu (transport po Londonu je odličen, a vseeno lahko porabite po 2 uri le za vožnjo na in iz delovnega mesta, kjer delo že tako poteka od 9-5), preverite ali ima vaše stanovanje primerne prostore za pripravo hrane (Londončani jedo ogromno predpripravljene hrane, ki je za nas običajno slabša od navad, ki jih imamo doma). Primeren obrok si tako lahko skuhaš v stanovanju, ki pa mora imeti primerno kuhinjo – zopet je potrebno upoštevati delovnik 9-5 in vmesno kosilo, ki si ga običajno prineseš s sabo), imejte v mislih, da je v bližini tudi ena od trgovin, saj lahko nakup v poceni trgovini nanese veliko razliko v proračunu in majhne privatne trgovine so mnogo dražje od večjih trgovskih verig kot npr. Tesco, Sainsbury's in podobno.

DELO:

Erasmus praksa na Imperial College-u v Londonu poteka na oddelku za eHealth (področje digitalnega zdravja in sorodnih tem), ki je raziskovalni oddelek in pokriva predvsem področje primarnega nivoja zdravstva. Jaz sem se priključil trem različnim projektom (MIND – mHealth in development, eLearning za specializante družinske medicine in mLearning v medicinskih strokah). Pri projektih sem opravljal različno delo, ker pa so to raziskave, ki lahko vzamejo tudi

12 mesecev in več, sem bil prisoten pri le delu celotnega postopka raziskave. V začetnih fazah projektov sem sodeloval pri prebiranju (screening-u) člankov po tem, ko smo jih z iskalnimi nizi našli v bazah, delu z EndNote-om, pripravi protokola, pripravil sem anketo za uporabo mHealth rešitev, ki sem jo nato razposlal kontaktom iz celega sveta in zbiral njihove odgovore, delal z orodjem Survey Monkey, delal v skupini za zbiranje podatkov iz izbranih člankov za kvalitativno analizo itd. V 3 mesecih se na takšnem oddelku nabere veliko različnih izkušenj in veliko različnih opravil, ki jih študent lahko opravi. Pri tem je pomembno, da se vsak zaveda, da med študentom in raziskovalcem ni tako velike razlike in tako se lahko naučiš in narediš veliko več, kot bi v nasprotnem primeru. Velikokrat si povabljen k resnemu delu, ki ga tudi ostali članki ekipe opravljajo prvič in tako se soočiš z neznanimi programi, zapletenimi postopki najbolj priznanih kliničnih raziskav in naučiš mnogo trikov za hitro delo, presejanje, zbiranje tem, idej, kritično presojo literature itd. V kolikor vas zanima raziskovanje v medicini, boste po takšni izmenjavi gledali drugače na strokovno literaturo in delo v raziskovanju.

ŽIVLJENJE IN PROSTI ČAS:

London je brez dvoma izjemno raznovrstno mesto. Poskušal sem biti natančen in sistematično preiskati večino kotičkov po Londonu, pa mi kljub izjemnemu trudu ni uspelo. Med bivanjem v Londonu imate odlično priložnost, da si vzamete čas in prehodite posamezne dele Londona peš po raznoraznih ulicah, se izgubite in najdete skrite kotičke. Na voljo so brezplačni vodeni ogledi (Harry Potter, Soho, Staro mesto, ...), lahko se zapeljete z ladjico, s podzemno železnico do najgloblje postaje, prehodite nabito polne tržnice, se sprehajate ob Temzi, uživajte v ulični glasbi, si ogledate enega izmed najboljših musical-ov na svetu in mnoge druge možnosti, ki jih je v Londonu resnično veliko.

POVZETEK VTISOV:

Izmenjava v London mi je pomenila ogromno, spoznal sem ogromno ljudi in se veliko naučil. To izmenjavo priporočam vsem, ki jih poleg zabave in kulturnega življenja na Erasmusu zanima tudi resno delo in boljše možnosti za nadaljne delo. Trije meseci na Imperial College-u so mi pustili odlično popotnico in z veseljem se bom vračal v London na dopust, pozdravit pridobljene prijatelje ali nekega dne celo na delo.