

University of *Ljubljana*
Faculty of *Medicine*



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

za študijsko leto 2017/2018



Ljubljana, oktober 2018

Vsebina

KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE	6
1. AVSTRIJA – Medicinska univerza na Dunaju (Anja Kunc)	6
2. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Katarina Lakner).....	7
3. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Martina Miklavčič).....	9
4. AVSTRIJA – Medicinska fakulteta na Dunaju (Aida Zečkanovič).....	10
5. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Nataša Aleksovska)	11
6. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Hana Smrekar)	12
7. ČEŠKA REPUBLIKA – Masarykova univerza, Brno (Iza Korpar)	13
8. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Nastja Obranovič).....	16
9. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Eva Podbregar).....	17
10. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Maruša Selan).....	18
11. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Sara Goršič)	19
12. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Tina Pahor).....	20
13. DANSKA - Univerza v Kopenhagenu (Luka Zwitter).....	20
14. DANSKA - Univerza v Aarhusu (Lucija Bizjak)	21
15. ESTONIJA – Univerza v Tartuju (Brina Šebez).....	23
16. FINSKA – Univerza v Turkuju (Nejc Završšan)	24
17. FRANCIJA – Univerza v Strasbourg (Anja Lekše).....	26
18. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Metka Sluga).....	27
19. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Špela Hočevar)	28
20. FRANCIJA - Univerza Grenoble Alpes, Grenoble (Gašper Pintar)	30
21. FRANCIJA - Katoliška univerza v Lillu (Irena Krapež)	31
22. FRANCIJA – Univerza v Lyonu (Nikola Zhivkovikj)	33
23. FRANCIJA - Univerza Paris Descartes, Paris (Ana Berus).....	34
24. FRANCIJA - Univerza Paris Descartes, Paris (Zala Smole).....	35
25. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Joanna Prusnik)	37
26. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Lea Dora Janežič)	38
27. ISLANDIJA – Univerza na Islandiji (Ana Bertonsel).....	41
28. ITALIJA – Univerza v Bologni (Kendi Sirk).....	42
29. ITALIJA – Univerza v Bologni (Nastja Levašič)	43
30. ITALIJA – Univerza v Sieni (Jaka Piletič)	44
31. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Urška Kosi)	45
32. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Špela Leiler).....	46
33. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Tina Rihtar)	48
34. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Nika Sotošek)	49

35.	NEMČIJA – Univerza v Lübecku (Aleksandra Mitrovič)	50
36.	NEMČIJA – RWTH Aachen (Anja Jurejevčič)	51
37.	NEMČIJA – RWTH Aachen (Lučka Šetinc).....	53
38.	NEMČIJA – RWTH Aachen (Mojca Kecelj)	54
39.	NEMČIJA – Charité Berlin (Primož Holc)	55
40.	NEMČIJA – Univerza Heinrich Heine, Düsseldorf (Nina Vrtačič)	57
41.	NEMČIJA – Univerza Friedrich-Alexander, Erlangen, Nürnberg (Polona Klavžar)....	59
42.	NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Ana Gale)	60
43.	NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Vesna Koračin).....	62
44.	NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jure Puc).....	64
45.	NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jan Salmič).....	66
46.	NEMČIJA - Univerza Heidelberg, Mannheim (Tina Gspan).....	68
47.	NORVEŠKA – NTNU, Trondheim (Ana Erman)	69
48.	NORVEŠKA – NTNU, Trondheim (Veronika Vogrin)	70
49.	POLJSKA – Jagiellonska univerza v Krakowu (Žiga Kolarik)	71
50.	POLJSKA – Medicinska univerza v Varšavi (Katarina Barbara Bajec).....	73
51.	POLJSKA – Medicinska univerza v Varšavi (Neža Vatovec)	74
52.	POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze Mikolaja Kopernika v Torunu (Anja Kopitar, Nika Jutraž)	75
53.	POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze v Gdansku (Maruša Kopač).....	77
54.	ŠPANIJA – Univerza La Laguna de Gran Canaria (Barbara Volarič).....	78
55.	ŠPANIJA – Univerza v Granadi	80
56.	ŠPANIJA – Avtonomna univerza v Madridu (Jan Romih)	81
57.	ŠPANIJA – Medicinska fakulteta Univerze v La Laguna (Maja Trampuš)	82
58.	ŠPANIJA – Medicinska fakulteta Univerze v La Laguna (Kenda Nina).....	82
59.	ŠPANIJA – Medicinska fakulteta Univerze v La Laguna (Sara Meden)	84
60.	ŠVEDSKA - Univerza v Göteborgu (Gorazd Jakoš).....	85
61.	TURČIJA - Univerza Yeditepe, Istanbul (Živa Macura)	86
	POROČILA - PRAKSA.....	89
1.	AVSTRIJA – KABEG Klinikum v Celovcu (Polona Potočnik)	89
2.	AVSTRIJA – KABEG Klinikum v Celovcu (Dominik Lanjšček)	90
3.	AVSTRIJA – Bolnišnica AKH, Dunaj (Edvard Rostohar)	91
4.	AVSTRIJA – Bolnišnica LKH, Gradec (Nataša Aleksovska)	92
5.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Ana Ferfolja)	92
6.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Domen Kandutti)	94
7.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Kaja Troha)	96

8.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Mojca Globočnik)	97
9.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Mojca Globočnik)	98
10.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Petra Šterbenk)	99
11.	AVSTRIJA – KABEG Klinikum v Celovcu (Sara Kukman)	101
12.	AVSTRIJA – LKH Gradec (Stella Stevoska).....	102
13.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Tjaša Žagar)	103
14.	AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Vanja Lavrenčič)	104
15.	AVSTRIJA – Ordensklinikum Barmherzige Schwestern, Linz (Ester Gaggi Slokar)..	105
16.	BELGIJA– Katoliška univerza Leuven, Leuven (Jure Pešak)	106
17.	FINSKA – Biomedicum, Helsingin Yliopisto; Helsinki (Sara Jagodic)	107
18.	FRANCIJA – Cti Biotech Lyon (Mojca Ahačič).....	108
19.	FRANCIJA – Université Claude Bernard Lyon (Neža Eržen).....	109
20.	HRVAŠKA – Splošna bolnišnica Pula (Jovana Bekić).....	110
21.	HRVAŠKA – Klinična bolnica Dubrava Zagreb (Marija Jeler).....	111
22.	IRSKA – 3 Dental Clinic, Dublin (Paula Kodermac)	112
23.	ITALIJA – Univerza v Pisi (Urška Žitko)	113
24.	ITALIJA – Univerza Tor Vergata Rim (Lina Pajnik).....	113
25.	NEMČIJA – Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Trier (Matic Kelvišar).....	114
26.	NEMČIJA – Uniklinik Aachen (Ana Marija Krumpetar Carneiro).....	115
27.	NEMČIJA – The Charité Universitätsmedizin Berlin (Ana Pavlič, Matic Ločniškar).	116
28.	NEMČIJA – The Charité Universitätsmedizin Berlin (Tina Tomažič).....	116
29.	NEMČIJA – The Charité Universitätsmedizin Berlin (Valentin Golouh)	117
30.	NEMČIJA - Bolnišnica Klinikum Nürnberg (Alenka Bahovec)	118
31.	NEMČIJA - Bolnišnici Bethanien, Solingen (Katja Pavšič)	121
32.	NEMČIJA - Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Trier (Matic Kelvišar).....	122
33.	NIZOZEMSKA – Meander Medisch Centrum, Amersfoort (Hana Zavrtanik).....	123
34.	NIZOZEMSKA – Maastricht UMC Hart en Vaat Centrum, Maastricht (Tanja Žagar)	125
35.	NORVEŠKA –Univerzitetna bolnišnica v Oslu (Polona Rajar)	125
36.	PORTUGALSKA – Hospital Pedro Hispano, Porto (Lucija Ceklin)	126
37.	PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Klemen Mihelčič)	127
38.	ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Ševal Bjelkić)	128
39.	ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Katja Gerčer).....	128
40.	ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Naja Videmšek)	130
41.	ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Iva Kukovica)	131
42.	ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Matej Debevec)	131

43.	ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Tim Velkavrh)	132
44.	TURČIJA – Eskisehir Osmangazi univerza (Brina Gabersček)	133
45.	VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Matic Munda)	134
46.	VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Julija Dimnik).....	135
47.	VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Nika Juriševič)	136
48.	VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Tjaša Divjak).....	137
50.	VELIKA BRITANIJA – NHS Foundation Trust, Oxford University Hospitals (Kendi Sirk)	137

KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE

1. AVSTRIJA – Medicinska univerza na Dunaju (Anja Kunc)

Tekom zadnjega letnika medicinske fakultete sem pol leta preživela na Dunaju.

Pričela sem v oktobru 2017 s šest tedensko prakso iz družinske medicine (Allgemein Medizin), nadaljevala pet tednov na oddelku za splošno in abdominalno kirurgijo (Allgemein und Viszeralchirurgie) in zaključila s sedem tedensko prakso iz interne medicine na oddelku za kardiologijo (Abteilung für Kardiologie).

V Sloveniji sem po koncu vsakega sklopa vaj opravila izpit, za kar pa je bilo potrebno že pred pričetkom izmenjave precej organizacije in usklajevanja, da se datumi prakse na Dunaju in izpitov v Sloveniji niso prekrivali.

Za Dunaj sem se odločila, ker sem želela izboljšati znanje nemščine, obenem pa so mi prakso v avstrijskem glavnem mestu priporočili tudi študentje, ki so tam že bili.

Prakso na različnih oddelkih sem si uredila sama tako, da sem kontaktirala željene oddelke in jih povprašala za možnost opravljanja vaj. Na Dunaju je veliko bolnic, zato to ni bil takšen problem.

Pričela sem z družinsko medicino, v Avstriji imajo vaje sestavljene iz treh tednov dela v ambulanti družinskega zdravnika v mestu in treh tednov na podeželju. Katedra za družinsko medicino študentom dodeli mentorja tako v mestu, kot na podeželju.

V mestu sem delala v ambulanti prijazne zdravnice, ki me je veliko naučila.

Ambulanta je delovala polovico tedna dopoldan in popoldan, dva dni pa samo popoldan, tako da sem delala povprečno 8 ur na dan. Poleg redne ambulante je zdravnica imela razpisane še termine za Neuraltherapie (vbrizgavanje lokalnih anestetikov na določene točke v telesu za preprečevanje bolečin-tega v Sloveniji nimamo.), tako da sem se naučila še nekaj novega.

Moje naloge pri njej so bile pregledovanje pacientov, cepljenje, jemanje krvi in pobiranje šivov.

Po treh tednih v mestu sem se za tri tedne preselila še v majhno mestece dobro urco severno od Linza-Haslach an der Mühl, kjer so mi dodelili zdravnika, pri katerem sem delala in stanovala. V zgornjem nadstropju sem imela svoj apartma, v spodnjem pa so bile ambulante. Delo na podeželju je bilo precej bolj naporno kot v mestu. Moj dan se je pričel ob pol 8 zjutraj, ko sem v laboratoriju do pol 9 ure jemala kri, nato sem delala z zdravnikom v ambulanti (snemanje ekg-jev, pregledi pacientov, anamneze, cepljenja, nastavljanje infuzij). Med 12 in 13 uro je bil čas kosila, nato sva se vsak popoldan odpravila na hišne obiske in nato še na vizito v dom starostnikov. Delo se je zame končalo okoli 19 ure zvečer. Med delom v ambulanti sva morala občasno na nujne vožnje, 2x pa sem bila zraven tudi pri nočnem dežurstvu.

Delo na podeželju je bilo res posebno doživetje in čeprav sem bila precej utrujena bi to še enkrat ponovila.

Po opravljenih vajah iz družinske medicine sem v Neurologische Zentrum Rösenhugel Wien na oddelku za splošno in abdominalno kirurgijo opravila pet tednov vaj. Za to bolnico sem se odločila, ker so mi predhodniki svetovali, da lahko tu veliko asistiraš, medtem ko je v glavni dunajski bolnišnici- AKH Wien preveč študentov in je težko priti na vrsto.

Ob pol 8 zjutraj smo se vsak dan zbrali na jutranji viziti, nato pa sem večino dni preživela v operacijski dvorani, kjer sem ves čas lahko asistirala pri operacijah na trebušni slinavki, črevesju, ščitnici, žolčniku. Z delom sem končala okoli 14 ali 15 ure, včasih pa so se operacije zavlekle tudi v pozno popoldne.

Na koncu izmenjave sem opravila še 7 tednov vaj iz interne medicine v Allgemein Krankenhaus Wien (AKH), največji in glavni dunajski bolnišnici. Bila sem na oddelku za kardiologijo, kjer sem spoznala tudi veliko avstrijskih in tujih študentov. Zadolžena sem bila, tako kot avstrijski študentje zadnjega letnika, za sprejeme pacientov (anamneza, status, ekg, odvzem krvi, nastavitev venskega

pristopa), pisanje podatkov v računalnik, pripravljanje napatnic in poročanje zdravnikom. Kadar ni bilo veliko sprejemov smo šli lahko gledat katetrške posege na srcu in elektro-konverzije.

Pol leta na Dunaju je bila zame super izkušnja, naučila sem se veliko novega na področju medicine, izboljšala sem nemščino in spoznala mnogo novih prijateljev.

Dunaj je veliko mesto, z zelo dobro organiziranim mestnim prometom, tako da dostopi do različnih lokacij ne predstavljajo težav. Avstrijska prestolnica ima veliko znamenitosti in prelepih koticov, ki se jih splača ogledati.

Za konec pa še: Prakso na Dunaju bi zagotovo priporočila tudi ostalim. Vsekakor je dobro čim boljše znanje nemškega jezika za sporazumevanje s pacienti in delavci na oddelkih. Sicer pa, več zanimanja in pripravljenosti za delo kot pokažeš, več lahko delaš in več se naučiš.

2. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Katarina Lakner)

Na Dunaju sem opravljala prvi semester 5. letnika. Tik pred izmenjavo sem razmišljala še o podaljšanju za celo leto, vendar nam niso pustili izdelovati predmetov iz interne medicine, ki bi jih potrebovali za priznanje celotnega petega letnika. Če želiš torej na izmenjavo za celo leto, ne priporočam Dunaja, ker to enostavno ni mogoče v petem letniku (čeprav je bilo lani to še mogoče). Lahko pa se prijaviš v 6. letniku za opravljanje fumulature oziroma KPJ – Klinisch-Praktische Jahr, ki je med drugim tudi plačan.

POSTOPEK VPISA

Postopek vpisa se začne nekaj mesecev prej, ko moraš urediti vse potrebne dokumente. Pri tem je treba nekaj energije vložiti v pridobitev soglasij od posameznih kateder za opravljanje predmetov, vendar je del izmenjave tudi pridobitev določene stopnje samostojnosti in samoiniciativnosti. Torej, potruditi se je treba, da se ne zamudi rokov prijav na univerzo gostiteljico in, še pomembneje, na štipendijo. ☺

Pri tem so ti v res veliko pomoč koordinatorji mednarodnih izmenjav, ki jih lahko kadarkoli vprašaš karkoli.

PREDMETNIK

Kot sem že omenila, je predmetnik v petem letniku nekoliko omejen. Na voljo so nam bili predmeti ginekologija, pediatrija, ORL, oftalmologija, psihiatrija, nevrologija in urgentna medicina. Torej sem lahko izbrala samo 4 predmete.

POUK

Pouk je izgledal podobno kot pri nas – vsak predmet je imel nekaj predavanj, nekaj vaj in nekaj seminarjev. Odvisno od posamezne katedre je bila prisotnost včasih 80%, včasih pa 100%. In to me je malo presenetilo – res so preverjali ali si bil na vseh predavanjih, morali smo se podpisovati, in če si manjkal na eni uri, si moral narediti 4 strani dolg seminar na temo predavanja. V nemščini. Je bil pa urnik zelo prijeten – vsak ponedeljek smo imeli Erasmus študenti prosto, ostale dni pa je bil pouk omejen na 4-5 ur. Torej si imel veliko prostega časa, samo ne veliko prostih dni.

Vaje so bile zelo dobro organizirane, imeli smo jih tudi veliko več kot v Ljubljani v petem letniku, tako da to mi je bilo zelo všeč. Profesorji, oziroma vsi zdravniki so bili zelo prijazni, vedno so nas z veseljem sprejeli v svoje ambulante in so se nam posvetili tudi med pregledi pacientov. Tudi če nisi dobro razumel nemščine (oziroma 'avstrijščine') si se lahko z vsemi pogovarjal v angleškem jeziku, saj ga vsi govorijo odlično.

IZPIT

Preverjanje znanja je na Dunaju organizirano kar precej drugače kot v Ljubljani. Tam imajo vsako leto na koncu šolskega leta samo en izpit, v katerem so vključeni vsi predmeti tistega leta. Vmes ni

nobenih izpitov, mora pa vsak študent enkrat na semester opraviti nekakšno klinično preverjanje znanja oziroma kot nek mini klinični kolokvij ali ustni izpit, ki pa ni zelo zahteven. Izgleda tako, da v začetku novega Tertiala oziroma sklopa pošljejo e-mail z vpisnimi številkami študentov, ki so v tistem sklopu vprašani. Preverjanje oziroma Tertialüberprüfung izgleda tako, da prideš na oddelek, dobiš pacienta, narediš anamnezo in status in to poročaš spraševalcu. Naredijo vsi, tako da tega se res ne gre bati.

Na koncu leta, oziroma za nas na koncu semestra, je bil organiziran izpit, kjer so bili vsi predmeti, ki si jih opravljal, združeni v eno izpitno polo. Jaz sem imela dva Tertiala, ker sem se odločila pediatrijo delati doma. En Tertial je bila ginekologija in en ORL ter oftalmologija skupaj. Za oba skupaj sem imela na voljo 80 minut. Izpitna vprašanja so bila odprtega tipa, torej si moral odgovor napisati sam, izpit je potekal v nemščini. Načeloma ni bilo pretežko, saj obstaja veliko starih vprašanj, po katerih smo se tudi večina učili. Če kakšnega izpita ne narediš, ga lahko nato kasneje opravljaš doma, saj je domači univerzi pomembno samo to, da opraviš obvezne vaje in predavanja in tako pridobiš potrebne kreditne točke.

PRIPRAVE NA IZMENJAVO

Med pripravami na izmenjavo sem bila malo razočarana, da univerza na Dunaju ni organizirala nobenega tečaja nemškega jezika. Kakor sem bila seznanjena s strani svojih kolegov, so povsod, v vseh državah, univerze gostiteljice organizirale tečaje uradnega jezika, in še kakšen Welcome week ali kaj podobnega. Na medicinski fakulteti na Dunaju ni bilo to nič organizirano, čeprav zahtevajo vsaj nivo B1 nemščine in niso vsi študenti, ki jih sprejmejo, na tem nivoju.

Slabo je bil organiziran tudi Welcome week ali Welcome Party, vsaj po mojem mnenju. Bili smo povabljeni v nek lokal blizu fakultete, kjer se je v dveh urah odvrtela ppt predstavitev izmenjave, in to je bilo to. Za tem ni sledila nobena spoznavna žurka, ob devetih je bilo že vsega konec.

MED IZMENJAVO

Razočarana sem bila tudi nad sistemom razdeljevanja študentov med skupine. Niso imeli organizirane prav posebne Erasmus skupine, vendar so nas vse pomešali med avstrijske študente. Kar sicer ni slabo, če se želiš vklopiti med lokalno prebivalstvo, ali če zelo dobro govoriš nemško. Vendar pa so Avstrijci malo poseben narod. Zelo radi so doma, po pouku je redkokateri ostal na kosilu v bolnici, samo nekajkrat v oktobru smo šli skupaj na pivo, ko je bilo še lepo vreme. Vsak ima, razumljivo, svoje obveznosti in domače prijatelje, zato mi je manjkalo družbe, ki bi bazirala na tujih študentih. Razporejeni smo bili namreč po mnogih bolnicah po Dunaju, do katerih so nekateri potrebovali tudi več kot eno uro. Zato se s kolegi na izmenjavi nismo prav veliko videli.

SOCIALNO ŽIVLJENJE

Socialno življenje je bilo malo drugačno, kot sem si predstavljala, da bo. Julija sem bila še na izmenjavi v Ekvadorju, kjer je bil socialni program odlično organiziran in smo se imeli noro dobro, tako da sem pričakovala na Erasmusu podobno situacijo. Vendar sem morala biti malo razočarana. Živela sem sama, v stanovanju, tako da je tudi to zagotovo pripomoglo k rahli osamljenosti, vendar sem na koncu spoznala, da je tudi to del življenja – da si v nekem obdobju sam in se naučiš kako živeti in preživeti sam. Tudi to je del odraščanja. ☺

PO IZMENJAVI

Po izmenjavi moraš poskrbeti še za urejanje dokumentov za priznavanje izmenjave, torej moraš iti najprej do mednarodne pisarne na Dunaju in nato še v Ljubljani. Vsi koordinirani so res zelo prijazni, nič ne komplicirajo, tako da tukaj ne bi smelo biti nobenega problema. Paziti moraš spet samo na roke oddaj poročil, predvsem za štipendijo, ki ti jo nakažejo najprej 80% in po koncu izmenjave še preostanek.

Vseeno bi priporočala izmenjavo vsem študentom, ne glede na študij ali število pretečenih študijskih let – to je šola za življenje, ki ti prinese veliko dobrega: osebno rast, nova poznanstva in spoznanja, razširjenje obzorij in cenjenje domače dežele. Zagotovo zanimiva izkušnja!

3. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Martina Miklavčič)

Za razliko od prejšnjih generacij se je pred mojim odhodom Medicinska univerza na Dunaju odločila, da bo erasmus študentom pustila opravljati le še predmete v njihovem 5. letniku – Ginekologija, Pediatrija, ORL, Oftalmologija, Nevrologija, Psihatrija ter Urgentna & intenzivna medicina. Posledično sem morala skrajšati izmenjavo iz celega leta na en semester, ker nisem smela opravljati nobenega kirurškega ali internističnega predmeta (pri njih v 4. letniku, sestavljeni samo iz predavanj in seminarjev).

Sama prijava je sicer zelo enostavna in navodila, ki jih prejmeš preko maila jasna. Poteka preko spleta, dodatno pa je treba prek pošte poslati še Learning Agreement. Soglasja predstojnikov za opravljanje predmetov je potrebno dobiti do konca aprila. Ne vzame veliko časa, spodaj prilagam tudi link, kjer najdete vse potrebne informacije. Je pa veliko manj stresno, če se tega lotite pravočasno. Meni so v celoti priznali ginekologijo, ORL in oftalmologijo; za pediatrijo pa moram dodatno opraviti še 1 teden vaj v Ljubljani in izpit Pediatrija 2.

Če mislite živeti v študentskem domu (kar je najcenejša opcija) se začnite prijavljati že spomladi, saj se mesta hitro zapolnijo. Alternativa je najem sobe v stanovanju - WG (iščite jih, ko boste že osebno na Dunaju, saj je treba fizično priti na ogled. Uporabljajte stran wg-gesucht.de) ali pa prijava v privatni študentski dom (zelo drago, ampak luksuzno in vedno imajo proste sobe).

Edina slaba stran izmenjave na Dunaju je, da medicinska univerza ne ponuja posebnih tečajev nemščine za Erasmus študente (pošljejo ti le link do nekaj drugih tečajev), prav tako ni nobenega welcome weeka. Prideš tja in si tretiran kot reden študent, prav tako si pomešan v skupine z avstrijskimi študenti, kar pa zelo pripomore k izboljšanju znanja nemščine 😊 Za druženje erasmus medicincev naj bi uradno skrbelo njihovo študentsko medicinsko društvo, ampak so na žalost totalno nesposobni, tako da ne pričakujte preveč (pri nas so v 5 mesecih uspeli organizirati 2 dogodke). Spoznavni dogodek smo imeli šele v 3. tednu izmenjave ipd. Mi smo se za druženje in spoznavanje večinoma zorganizirali sami preko Whatsapp in Facebook skupine. Druge univerze na Dunaju imajo veliko boljše poskrbljeno glede jezikovnih tečajev ter družabnih aktivnosti in medicinci smo se jim dostikrat brez problema pridružili.

Ko se preseliš na Dunaj se moraš tudi prijaviti na njihovi upravni enoti, da pridobiš Meldezettel. Pred začetkom študija se moraš tudi fizično vpisati na Univerzo (vse lahko opraviš v pol dneva). Ko dobiš študentsko izkaznico lahko kupiš semestersko karto za celotni javni prevoz, ki stane le 75€ (če pri pridobitvi Meldezettla odkljušaš, da bo Dunaj tvoje glavno prebivališče – Hauptwohnsitz. Če tega ne narediš, te karta stane 150€). Sama prebivališča v Sloveniji nisem nič odjavljala ali spreminjala, saj sem odšla le za 5 mesecev in sem se vmes nekajkrat vrnila domov.

POZOR – V 6. letniku opravljajo dunajski študentje prakso iz kirurgije, interne medicine in še poljubnega oddelka, skupno 12 mesecev. Kot tuj študent lahko opravljaš 8 tednov kirurgije in interne medicine, vendar samo kot Erasmus prakso in ne kot izmenjavo!! Tudi oddelke si moraš priskrbeti sam, mednarodna pisarna pri tem ne pomaga.

Uporabne povezave:

Study guide: <https://studyguide.meduniwien.ac.at/curriculum/n202-2017/?state=0-80952-4747/9-10-semester> (tu tudi najdete opise predmetov, koliko je ur seminarjev, vaj... kakšne so vsebine. Skratka to skopirate in potem nosite predstojnikom, da vam potrdijo opravljanje predmetov)

MEGALINK:https://mega.nz/#F!oZoCUThQ!eEcJknDHBbk_NSPgtkv6TA

(vsa stara vprašanja, ppti za vse letnike... kot naš dropbox/google drive)

Med izmenjavo:

Tik pred začetkom študijskega leta smo prejeli urnik, kjer sem tudi izvedela, da bom različne predmete opravljala po različnih bolnicah na Dunaju. Pouk je dobro organiziran, vse informacije so na voljo na spletnem portalu, vaje pa so podobne, kot pri nas – včasih imaš srečo z bolnico in majhno skupino in lahko delaš veliko (asistiraš, pregleduješ paciente, študenti tudi dostikrat jemljejo kri, saj to šele zdaj počasi postaja domena sester), včasih pa je ravno obratno in samo čakaš in gledaš. Veliko je odvisno od mentorjev, njihove zasedenosti in količine študentov. Prisotnost se preverja s podpisi (velikokrat pri tajnicah), dobiš pa tudi Logbook, kjer mentorji s podpisom potrjujejo, katere klinične veščine si že pridobil.

Sicer pa je sama izmenjava zelo nenaporna in je dopuščala tudi veliko časa za uživanje življenja na Dunaju. Cel semester sem imela ponedeljke proste (ker takrat poteka en predmet samo za avstrijske študente – Case conferences), slučajno na jesen pade tudi veliko praznikov. Božični prazniki trajajo še prvi teden januarja.

Pouk v celoti poteka v nemščini, tako da boste odnesli veliko več, če jo dejansko razumete in ste zmožni vsaj malo komunicirati. Na Dunaju nimajo prehudega naglasa (razen kakšni pacienti, ki pridejo od daleč). Smo pa imeli tudi nekaj sošolcev (Španci, Italijani), ki so se optimistično začeli prvič učiti nemščino 1 teden pred izmenjavo, pa so tudi oni nekako uspeli študirati z nami. Bolje kot znate nemško, lažje vam bo, ampak se pa ni treba bat. V bolnici so vsi zelo potrpežljivi in prijazni, sošolci tudi radi pomagajo in vaša nemščina bo hitro napredovala 😊

PS. Ogromno medicinskega osebja prihaja iz bivše juge, Madžarske ali ostalih bližnjih vzhodnih držav, tako da so oddelki večinoma zelo multi-kulti in si kot tujec dobro sprejet. Prav tako na vajah velikokrat delaš s študenti 6. letnika (Klinisch-praktisches Jahr; KPJ študentje) in zdravniki na sekundarjatu (Turnusarzt) in je vzdušje zelo sproščeno.

Izpiti:

Enkrat na semester pri enem od predmetov opravljaš praktični izpit, ki pa je samo opravil/ne opravil. Za vsak predmet naključno izberejo kandidate, datum in izpraševalca zveš vsaj 1 teden vnaprej. Načeloma samo zahtevajo, da znaš opraviti klinični pregled glede na področje in osnove, nikakor pa ne celotne snovi predmeta. Splača se pogledat stara vprašanja vsakega izpraševalca.

Če odhajate za en semester, pišete vse izpite na isti dan ob koncu semestra (pozor – če bi kdo odšel za eno leto, se piše vse izpite na isti dan na koncu leta). Ampak brez skrbi - veliko vprašanj je starih. Mi smo imeli zaključek predavanj in vaj konec januarja, izpiti pa so bili v drugi polovici februarja.

Po zimskem semestru se piše izpite, kjer moraš na vprašanja odgovarjati pisno, na koncu letnega semestra pa so multiple choice vprašanja (nihče ne ve zakaj in kako je to sploh dovoljeno). Izpiti niso preveč težki, časa za pripravo je dovolj in se da dobiti tudi lepe ocene. Ustnih in praktičnih izpitov za oceno ni.

Skratka izmenjava je bila zame čudovita izkušnja in jo toplo priporočam (le pojdite prej na kakšen osvežilni tečaj nemščine). Dunaj kot mesto ponuja ogromno, od kulture do nočnega življenja. V kolikor pa vam to ni zadosti, je Dunaj tudi odlično lociran za vikend izlete – od smučanja do vinorodnih okolišev v bližini, od Bratislave do krajših potovanj po Češki in Poljski, poleg tega pa letališči na Dunaju in v Bratislavi ponujata tudi izjemno poceni lete po celi Evropi.

Za kakršna koli vprašanja mi lahko pišete na martina.miklavcic1@gmail.com

4. AVSTRIJA – Medicinska fakulteta na Dunaju (Aida Zečkanović)

V jesenskem semestru študijskega leta 2017/18 sem opravila Erasmus izmenjavo na Univerzi na Dunaju (MUW). Opravila sem 8 tednov dolgo praktično usposabljanje na oddelku za hematologijo in hemostazeologijo v dunajski splošni bolnišnici (AKH).

Živela sem v 16. Bezirku Duanja- Ottakringu. Stanovanje je bilo od AKH oddaljeno približno 30 minut z javnimi prometnimi sredstvi. Dvomesечna najemnina za garsonjero je znašala 933 evrov. V stanovanju sem imela kuhinjo in tuš, WC je bil na hodniku, vendar zaklenjen s ključem, ki sem ga imela le jaz. V stavbi je bila tudi pralnica.

Registracija na fakulteto je potekala gladko. V enem dopoldnevu sem dobila sem študentsko izkaznico in geslo, s katerim sem lahko dostopala do univerzitetnega spletnega portala. Dobila sem še izkaznico za pridobitev uniforme in izkaznico za menzo ter omarico za osebne stvari. Za uniformo in ključke omarice sem morala plačati varščino, prav tako sem univerzi plačala še tudi študentsko zavarovanje za jesenski semester.

V bolnišnici so me zelo lepo sprejeli. Prvi teden je bil na oddelku še en Erasmus študent iz Belgije. Prav tako sta bili na oddelku z menoj dve KPJ študentki, ki sta opravljali obvezne vaje v 6. letniku in sta na oddelku tako kot jaz ostali 8 tednov.

Delo je potekalo v nemščini. Na žalost kot famulantka nisem imela dostopa do njihovega internega računalniškega sistema, vendar sta mi KPJ študentki in specializanti dovolili, da sem uporabljala njihov dostop do izvidov.

Delo se je pričnalo ob 7:30, ko sem pomagala medicinskim tehnikom pri odvzemih krvi in aplikaciji intravenskih in subkutanih zdravil. Sledila je jutranja predaja, ko je dežurni zdravnik oddelčne zdravnike obvestil o stanju bolnikov preko noči. Zjutraj smo opravljali tudi biopsije kostnega mozga. Sprva sem le asistirala, nato pa sem biopsije tudi samostojno opravljala.

Pred vizito sem običajno pregledala tudi vse laboratorijske izvide, zabeležila odstopanja in nanje opozorila zdravnike specializante ali specialiste ter po potrebi naročila krvne derivate.

Okoli 10h je bil običajno začetek vizite, ki je trajala približno 2h. Po viziti sem pomagala pri pisanju odpustnih pisem, naročanju pacientov na potrebne preiskave, lumbalnih punkcijah, naročanju kemoterapevtskih protokolov, obešanju koncentratov eritrocitov in trombocitov itd. Moja naloga so bili tudi sprejemi novih pacientov, kjer je bilo potrebno opraviti anamnezo, status, EKG in pregledati staro medicinsko dokumentacijo ter nato seveda o pacientu poročati nadrejenim. Okoli 14. ure smo običajno imeli popoldansko vizito. Delovni dan se je zaključil ob 16:00 s predajo pacientov dežurnim zdravnikom.

Nekajkrat na teden so imeli tudi dodatna izobraževalna predavanja iz interne medicine, hematologije in onkologije, ki sem se jih z veseljem udeleževala, saj so bila zelo zanimiva in poučna. Prav tako smo imeli vsak petek posvet z specialisti laboratorijske medicine in patologije, kjer smo skupaj pregledovali razmaze kostnega mozga.

Dunaj je živahno mesto, kjer je nešteto možnosti za zabavo. Jaz sem svoje bivanje tam izkoristila za obiske raznih muzejev in galerij in druženje z novimi prijatelji s hematološkega oddelka. Tako s KPJ študentkama, kot z zdravniki specialisti in specializanti smo se večkrat srečali tudi po delovnem času in se družili. Kljub temu, da nismo imeli uradnega socialnega programa, mi zato družbe ni manjkalo. Vsekakor mi bodo sodelavci ostali v zelo lepem spominu.

Mislím, da sem od izmenjave veliko odnesla, tako z novo pridobljenim medicinskim znanjem, kot z novimi poznanstvi. Prav tako me je veselilo živeti v Dunaju, ki je čudovito mesto.

5. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Nataša Aleksovská)

V zimskem semestru 2017 sem v Gradcu opravljala 9 tedensko Erasmus praktično usposabljanje, od tega 5 tednov na oddelku za angiologijo in 4 tedne na oddelku za vaskularno kirurgijo.

Erasmus koordinatorica na njihovi Univerzi je zelo ažurno odgovarjala na maile, čeprav je na začetku bil problem prostor na interni medicini, smo potem dokončno dokumentacijo uredili v manj kot enem tednu. Vendar glede na to da je poleti imela kar dolg dopust, če greste na izmenjavo v zimskem semestru, priporočam da čim prej z njo uredite oddelke in trajanje izmenjave. Skoraj vse potrebne formalnosti sem po prihodu v njihovi pisarni uredila v enem dopoldnevu, ko dobiš dostop tudi do Medonlina, ki je podoben sistem našemu VISu.

Stanovanje sem začela iskati mesec dni pred odhodom. Sobo sem najdla preko spletne strani erasmusu.com. Cena sobe v stanovanju z drugimi študenti stane okrog 350-400 evrov. Za prevoz sem uporabljala spletno stran prevozi.org, saj prideš najhitreje in najceneje. Hrana je v Avstriji

nekoliko dražja kot v Sloveniji, predvsem meso in kruh. Imajo pa vsi zaposleni in študentje na Medicinski Univerzi možnost kosila (juha, glavna jed, solata in sladica) v bolnišnični menzi za 3,00 evra.

V Gradcu je glavna bolnišnica LKH-Univ. Klinikum Graz (Landes Krankenhaus), ogromen kompleks, sestavljen iz manjših zgradb. Zemljevid kompleksa sem dobila od Erasmus koordinatorke in brez njega gre vsaj prvi dan zelo težko. Prvi dan sem od tajnika na interni medicini dobila svojo uniformo, tako da vam ni treba nesti uniforme s sabo, kot tudi ključe za garderobo. Potem mi je pokazal oddelek in me predstavil zdravnikom.

Delo na oddelku za angiologijo je potekalo tako, da se začne z raportom ob 7.45 zjutraj, potem sledi branje izvidov, nato pa vizita. Glede na moje pomanjkljivo znanje nemščine je komunikacija z mojim mentorjem potekala v angleščini, za kar sem bila zelo vesela. Po viziti je sledila diskusija o najbolj kompleksnih bolnikih, nato pa urejanje dokumentacije in naročanje preiskav. Veliko dela, še posebej zame, ni bilo. Če vas zanima interna medicina, priporočam da si izberete kakšen drug oddelek, kjer se veliko dogaja.

Delo na oddelku za vaskularno kirurgijo je pa bolj pestro. Raport se začne ob 7.30 zjutraj, nato sledi vizita, potem sem ponavadi šla v operacijsko. V operacijski sem lahko bila cel dan, včasih sem ostala na oddelku, kjer sem pobirala kri, pregledovala paciente v sprejemni ambulanti, pobirala šive in merila perfuzijske tlake z Dopplerjem. Zdravniki so bili zelo prijazni do mene, odprti za vprašanja, sem se tudi zelo veliko naučila, tako da zelo priporočam ta oddelek če boste opravljali vaje ali prakso na kirurgiji.

Če vam ostane kaj prostega časa, vam v Gradcu ne bo dolgčas. Univerza se je res zelo potrudila, da se študenti na izmenjavi med sabo spoznajo in delijo izkušnje. International office nam je prvi teden izmenjave organiziral ogled mesta z vodičem, organizirali so tudi Intercultural get together dinner in Christmas get together. Poleg tega, Graz ponuja pestro izbiro restavracij in barov in ne razočara tudi s svojim nočnim življenjem.

Da zaključim, vsakemu bi priporočala podobno izkušnjo, resnično bi mi bilo žal, če je sama ne bi dala skozi. Odprla sem si vrata v tujino, spoznala zanimive ljudi, s katerimi bi z veseljem delala še naprej.

Za kakršna koli vprašanja ali dodatne informacije sem na voljo preko e-maila aleksovskanatas@gmail.com.

Srečno!

6. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Hana Smrekar)

Namesto 6. letnika v Ljubljani sem v Gradcu opravila celoletno Erasmus+ izmenjavo. Študentje imajo v Avstriji 6. letnik sestavljen izključno iz vaj v bolnici in tako kot oni, sem tudi sama opravila 4 tedne vaj pediatrije, 16 tednov kirurgije in 16 tednov interne medicine, česar se ne da skrajšati. To se imenuje klinično praktično leto, saj do takrat opravijo vse izpite in obvezno prakso (imenuje se "Famulatur"), potem pa začnejo s 40-urnim delavnikom, ki je seveda pod nadzorom zdravniškega kolektiva. Med poletjem sem v Ljubljani morala opraviti 2 dodatna tedna vaj za interno medicino in 2 tedna na pediatrični kliniki, med izmenjavo pa sem se vozila nazaj v Ljubljano na izpite. Glede na lokacijo Gradca to ni bil prevelik zalogaj. Družinsko medicino bom zaradi velikega odstopanja v številu ECTS (v Sloveniji jih ima ta predmet precej več) in težavne organizacije vaj v celoti opravljala jeseni po vrnitvi z izmenjave. Tudi Avstrijski študenti imajo težave pri iskanju prostega mesta za vaje pri družinskih zdravnikih v Gradcu, saj jih je le peščica uradno določena za mentorstvo in se vozijo na vaje v bolj ali manj oddaljene kraje.

Kljub dodatnim vajam med poletjem in seštevku vse prakse do končanega 5. letnika, nisem imela toliko ur, kot naj bi jih imeli avstrijski študenti pred začetkom kliničnega praktičnega leta. S tega vidika je izmenjava po mojem mnenju tukaj priporočljiva v prvih petih letnikih, saj ima večina predmetov (po poročanju kolegov iz drugih držav) dobro učno strukturo in veliko več praktičnega

pouka kot pri nas. Prav tako je ogromno možnosti za tedensko ali več tedensko prakso pri kateremkoli predmetu, na katero se, kot na ostale predmete, prijavite prek spletnega programa. Imamo pa v povprečju manj praktičnega znanja kot tamkajšnji študenti, ki med poletjem redno opravljajo vaje (Famulatur) v bolnici. Zato je bil začetek dela v zdravniškem timu izziv.

V mojem primeru je bilo na vajah zelo pomembno znanje nemščine, saj sem bila na oddelkih večinoma zadolžena za sprejeme (anamneza in status), poleg tega pa tudi za vse ostale malenkosti preko dneva. Študenti brez znanja nemščine so občasno vzeli kri in asistirali pri operacijah. Če so imeli zdravniki čas, so jim kaj razložili v angleščini, včasih so se z njimi ukvarjali specializanti, a na takih vajah so se dolgočasili in kmalu namesto 8 ur ostajali le 2 ali 3. Moje znanje nemščine se je tekom leta izboljšalo, tudi dialekt mi je postal bolj domač. Na žalost je več različnih narečij in velikokrat je bilo tudi proti koncu izmenjave potrebno paciente prositi, naj govorijo v "Hochdeutsch", ki je inačica našega knjižnega pogovornega jezika. Na nekaj predavanjih, ki sem jih obiskala za izbirne predmete, je bilo dosti lažje slediti pravilni in jasni izgovorjavi.

Medicinska Univerza v Gradcu organizira pred začetkom študija brezplačen intenzivni tečaj medicinske nemščine, ki ga vodi krasna profesorica. Tečaj temelji na besedišču s področja medicine in na učenju osnov tukajšnjega dialekta, nekaj malega je tudi slovnice. Ogromno smo vadili dialoge zdravnik - pacient in se pogovarjali o avstrijskem zdravstvenem sistemu. Ta tečaj zelo priporočam, na njem tudi spoznaš kolege, s katerimi raziskuješ mesto in tamkajšnje študentsko dogajanje. Opravljala sem še semestrski tečaj nemščine, ki je potekal enkrat tedensko po 2 šolski uri. Tudi priporočam, ker se naučiš besedišče posameznih medicinskih vej in ostale malenkosti, ki pridejo prav pri praksi v bolnici.

Vselila sem se v študentski dom, za katerega sem morala podpisati celoletno pogodbo, čeprav praksa ni trajala 12 mesecev. Tudi sicer se nekateri najemodajalci malo izogibajo oddajanju stanovanja vsem, ki ne ostanejo vsaj eno leto. A tudi ogromno Avstrijcev opravlja Erasmus+ izmenjave in v tem času oddajo svojo sobo. Večina prostih sob je objavljena na Facebook straneh (v iskalnik vpiši WG Graz). Normalne cene so okrog 350 € mesečno, na začetku pa računajte še ne kavcijo, ki znaša 2 ali 3 najemnine.

Septembra potekajo vpisi k različnim športom v okviru organizacije USI Sport Graz. Stanejo približno 30 € za cel semester (pol leta) in izbira je res velika. Je pa dokaj težko dobiti nekatere aktivnosti, kot so npr. nogomet, košarka in plavanje. Poleg tega sem se včlanila v ESN (Erasmus Student Network), kjer dobimo brezplačno avstrijsko SIM kartico in popust za izlete po Avstriji. Vse te ponudbe se podrobno predebatirajo med udeleženci tečaja medicinske nemščine, v primeru, da ga ne obiskuješ, pa lahko veliko izveš od tutorja, ki ti je dodeljen s strani medicinske fakultete. Moja tutorica mi je odgovorila na vsa vprašanja, nikoli pa se nisva videli v živo.

Na splošno je življenje v Gradcu udobno, Ljubljana mu je res izjemno podobna. Pogrešala sem bike-sharing sistem in priporočam, da si pripeljete kolo. Ko oktobra pridejo še drugi študenti, se mesto razživi in kmalu se razširi socialni krog. Če vam je všeč v Ljubljani, vam bo tudi tam.

7. ČEŠKA REPUBLIKA – Masarykova univerza, Brno (Iza Korpar)

Za izmenjavo v Brnu sem se odločila zato, ker sem že dalj časa resno razmišljala o Erasmusu v državi, kjer je študij v angleščini, pacienti pa govorijo nam soroden jezik, in čeprav sem dolgo imela v prvem planu Prago, sem se odločila v prid Brna po obisku obeh mest – kljub veličastnosti in živahnosti velike Prage me je Brno s svojo velikostjo (malce več prebivalcev od Ljubljane), lepoto in očitno prilagojenostjo študentom, ki med letom predstavljajo petino populacije, začaralo na čisto

svojestven način. Na Masaryk University sem nato opravljala oba semestra 5. letnika ter tam opravila vse predmete 5. letnika, razen Sodne medicine, dodatnega tedna vaj in ustnega izpita iz Ginekologije in porodništva ter izpitov pri predmetih Bolezni presnove, Imunske bolezni in Maksilofacialna kirurgija. Kot Erasmus študent se na Masaryk University Faculty of Medicine priključiš študentom njihovega rednega angleškega programa, ki obsega 5 skupin po cca 15-18 študentov, in ki je sicer za redno vpisane plačljiv (seveda pa ti kot študent na izmenjavi ne plačaš šolnine).

Prijavni postopek je potekal zelo gladko in brez težav, mednarodna koordinatorica iz tamkajšnje medicinske fakultete mi je bila na voljo že pred vpisnim postopkom, tako da sva mi sestavili okviren urnik že vnaprej, saj sem se precej bala, kako bo s prekrivanjem, ker sem skombinirala precej predmetov njihovega 4. in 5. letnika. Sicer pa problemov z neskladnostjo ni bilo, v urnik je bilo mogoče spraviti vse željene predmete, na splošno je bilo precej olajšano zaradi njihovega sistema – pouk kliničnih predmetov namreč poteka v eno- ali večtedenskih blokih, vsak predmet se ponovi 4-5krat v letu, ker je toliko tudi skupin v angleškem programu, tako da imaš pravzaprav za vsak predmet 4-5 možnih terminov. V aprilu so nas kontaktirali z navodili za prijavo v njihov sistem prijav, želeli so, da izpolnimo kratko prijavnico ter naložimo Learning Agreement, Language Confirmation (potrdilo, da obvladam angleščino na vsaj B2 nivoju, če nisi imel certifikata imajo oni pripravljen obrazec, ki so mi ga nato izpolnili v naši mednarodni pisarni na podlagi OLS preizkusa), podpisano prijavnico in svojo sliko, z rokom prijave 15.6. Kmalu zatem sem prejela sprejemno pismo in vabilo na uvodni teden.

Na izmenjavo sem prispela dne 10.8.2017, ko se je začel Orientation Week v organizaciji International Students Club Brno v sodelovanju z Erasmus koordinatorji Masaryk University. V okviru tega tedna so nam podali vse od navodil, kako urejati spremembe predmetov in LA, kaj urediti ob prihodu, urgentne številke in kam se obrniti za pomoč, do napotkov kako živeti življenje »po češko«. Hitro smo izvedeli, da tam za študentsko izkaznico uporabljajo ISIC kartico, ki so nam jo tudi naredili v prvem tednu, in je uporabna za popuste ko kaj potujete okoli, saj je mednarodno priznana, zelo uporabna pa je tudi po kampusu v Brnu, saj z njo plačujete kopije, hrano v menzah, vstopate v knjižnice in učilnice, uporabljate omarice v bolnišnici, itd. V prvem tednu pa nas je na srečanje pozvala tudi Erasmus koordinatorica medicinske fakultete (torej tista, s katero sem bila tudi jaz že prej v kontaktu glede urnika). V okviru srečanja nam je razložila nekaj osnovnih specifik glede študija na tamkajšnji medicinski fakulteti, kot so lokacije in delitev bolnišnic v Brnu, kje najti garderobo v bolnišnicah ter kaj obleči za vaje, hkrati pa nam je bila na voljo za razrešitev morebitnih problemov in dilem glede naših posameznih urnikov ali predmetov. Precej praktično je bilo tudi to, da smo imeli možnost vpisovanja novih predmetov in izpisovanja vpisanih še celo tekom prvih dveh tednov tam, zato smo si lahko še premišljevali na licu mesta glede npr. izbirnih predmetov in podobnega. Sama sem jim povzročila precej zdrah s tem, ker sem na žalost oktobra huje zbolela in zato zamudila 4 tedne pouka, vendar mi je Erasmus koordinatorica medicinske fakultete pri tem zelo pomagala in na koncu sem lahko vseeno opravila vse predmete, ki sem jih želela opraviti na izmenjavi.

Za predmete njihovega 5. letnika so se predavanja zvrstila v prvem tednu vsakega semestra, za predmete njihovega 4. letnika pa vsak teden med semestrom ob določenem dnevu in uri. Ta predavanja so bila neobvezna, a marsikdaj zanimiva in koristna (kdaj pa se je na žalost tudi zgodilo, da predavatelja zaradi pričakovanja nezainteresiranosti študentov sploh ni bilo). Obvezna predavanja, seminarji in vaje pa so se zvrstili znotraj bloka pri posameznem predmetu. Pouk je tako v posameznem bloku potekal navadno vsak dan od 7:30 ali 8:00 do 12:00 ali 13:00, nekateri predmeti so imeli tudi kakšen del popoldne, navadno je dan izgledal tako, da je bila polovica časa namenjena kliničnim vajam, polovica pa predavanjem oz. seminarjem. Na splošno je kvaliteta vaj zelo variirala od oddelka do oddelka, predvsem bi pohvalila vaje pri oftalmologiji, ORL, pediatriji in pulmologiji, kjer so bile vaje dobro organizirane, mentorji pripravljeni poučevati in imeli smo

občutek, da je za nas poskrbljeno. Tudi pri nekaterih drugih predmetih, npr. kardiologiji, je bila organizacija precej dobra, vendar so bile žal vaje za moj okus premalo praktične, saj smo marsikdaj končali nazaj v seminarski sobi s papirnatiimi pacienti. Sem pa tekom leta ugotovila, da je na kvaliteto vaj bistveno vplival tudi pristop študentov, sama sem se precej hitro naučila češko dovolj, da sem lahko samostojno vzela anamnezo in status, ter mentorjem sem vedno dala jasno vedeti, da ne želim posedati naokoli, temveč želim nekaj početi, in po mojem aktivnem »teženju« so bile marsikdaj na koncu vaje dobre. Kar se tiče seminarjev in predavanj pa bi jih ocenila približno tako kot pri nas – nekateri kliniki so tudi nadarjeni pedagogi z željo po poučevanju, in pri tistih so bila predavanja in seminarji zelo kvalitetni, se pa je žal večkrat tudi zgodilo, da so profesorji v zadnji sekundi predavanje obesili na kakšnega specializanta, ki je nato na licu mesta prvič videl predstavitel. So pa glede prisotnosti precej strogi, pri večini predmetov zahtevajo 100% prisotnost (ali pa tolerirajo zgolj izostanek pol dneva, npr. en seminar ali ene vaje), ki jo tudi redno preverjajo s podpisami in štempilkami mentorjev na evidenčnih kartončkih, tako da raje ne računati, da lahko v tednu, ko imate pouk, kam vmes »izginete« - kot opravičljiv razlog vzamejo samo bolezen, potrjeno z zdravniškim potrdilom, tudi npr. izpit v Sloveniji nekateri niso videli kot opravičljiv razlog za izostanek. Velja načelo, da če te del pouka ni, moraš pač opravljati ta blok v drugem tednu z drugo skupino. Še enkrat poudarjam, da se zavoljo izboljšanja lastne izkušnje naučite vsaj osnov češčine, tako pogovorne kot osnovne medicinske (npr. kako se reče vročina, sladkorna bolezen, bolečina v trebuhu, itd.) – na Češkem namreč, vsaj po mojem vtisu, v povprečju manj ljudi obvlada pogovorno angleščino kot pri nas, in tako tudi ljudje srednjih let ali celo mladi ljudje včasih ne znajo ali se ne čutijo suvereno govoriti po angleško, zato boste mnogo dlje, tako pri na oddelku ali v ambulanti kot npr. v supermarketu ali restavraciji, prišli z vsaj malo češčine, tudi če je ta polomljena in dopolnjena s slovenščino ali hrvaščino.

S svojo izbiro sem v splošnem zadovoljna. Študij sam je bil v marsičem podoben kot pri nas, srečujejo se z marsikatero podobno težavo, sem pa pridobila precej znanja. Delno zato, ker sem bila v novem okolju sama zelo stimulirana za delo, velik del zaslug pa gre poleg nekaterim dobrim pedagogom tudi samim študentom angleškega programa, ki so s svojim znanjem in samoiniciativnostjo mnogokrat bistveno prispevali h kvaliteti pouka in količini naučenega na vajah. Sama izkušnja življenja v tem mestu pa je bila naravnost čudovita, od kulturnega dogajanja do raznih živahnih festivalov, do ogromno možnosti rekreacije in nenazadnje zanimive in raznolike populacije mesta.

Še nekaj uporabnih informacij:

- stroški izmenjave: menim, da se da v Brnu preživeti tudi samo z Erasmus štipendijo, posebej če imaš zraven še Zoisovo/državno štipendijo za malce rezerve. Hrana stane približno isto kot pri nas, če ste zbirčni lahko tudi še malce več, je pa postrežba v lokalih cenejša, poceni prehrambeno opcijo pa predstavljajo tudi študentske menze, kjer stane glavna jed okoli 2EUR. Najemnine so malenkost cenejše kot pri nas, samostojna soba stane nekje 200-300EUR na mesec vred s stroški, deljena soba v študentskem domu, kjer imata dva skupaj sobo, kopalnico in manjšo kuhinjo, stane okvirno 170EUR na mesec, sama sem živela v zelo lepem staro meščanskem stanovanju na izjemni lokaciji v sobi velikosti 20 m² in za to plačevala 265EUR vred s stroški. Trimesečna vozovnica za njihov odlično urejen mestni javni prevoz stane zgolj 26EUR, prevoz do Brna pa stane nekje 25-30EUR v eno smer, najlažja opcija je, da se pelješ do Dunaja z avtobusom ali rednimi prevoznimi linijami, nato pa iz Dunaja še uro in pol do dve potuješ z vlakom ali avtobusom;
- pravno-formalne zadeve: načeloma imate dolžnost, da pri nas prijavite svoje začasno prebivališče v tujini na upravni enoti, ter da se v Brnu prijavite na policiji za tujce (v kolikor boste živeli v študentskem domu vas bodo oni prijavili v Brnu, še vedno pa bi se naj prijavili tudi v Sloveniji). S potrdilom o vpisu se lahko prijavite tudi za češko številko zdravstvenega zavarovanja. Po zelo ugodnih pogojih lahko tam odprete tudi študentski račun v kronah pri banki ČSOB, kar

vam zna priti prav za nakazila (npr. najemnine), vendar pozor – v skladu s slovensko zakonodajo morate vse račune v tujini v precej kratkem roku tudi prijaviti FURS-u, tako da v primeru, da se odločite odpreti račun, ne pozabite preveriti kje in v kakšnem roku morate svoj tuji račun prijaviti;

- jezik: še enkrat poudarjam, da se zavoljo izboljšanja lastne izkušnje naučite vsaj osnov češčine, tako pogovorne kot osnovne medicinske (npr. kako se reče vročina, sladkorna bolezen, bolečina v trebuhu, itd.) – na Češkem namreč, vsaj po mojem vtisu, v povprečju manj ljudi obvlada pogovorno angleščino kot pri nas, in tako tudi ljudje srednjih let ali celo mladi ljudje včasih ne znajo ali se ne čutijo suvereno govoriti po angleško, zato boste mnogo dlje, tako pri na oddelku ali v ambulanti kot npr. v supermarketu ali restavraciji, prišli z vsaj malo češčine, tudi če je ta polomljena in delno dopolnjena s slovenščino ali hrvaščino. Sama sem se največ naučila najprej preko jezikovnih mobilnih aplikacij, nato na uvodnem tečaju češčine med uvodnim tednom ter pri predmetu Czech Language, ki sem ga imela tudi kot izbirni predmet, nato pa od ljudi in vsakodnevnih situacij, v katerih sem uporabila svoje na začetku zelo omejeno znanje, ker sem kmalu ugotovila, da te imajo domačini tako mnogo raje (tudi če se malce spotikaš) in najhitreje se učiš iz teh interakcij. Meni je sicer slovnica še vedno tuja, lahko se pa pogovarjam o večini osnovnih tem;
- kultura: čeprav so Čehi, tako kot mi, srednjeevropski Slovani z marsikaterimi zgodovinskimi podobnostmi, smo si kulturno v nekaterih aspektih malce različni. Na podlagi lastnih opažanj bi svetovala naslednje: ne zamujajte, saj tako pri pouku kot v prostem času načeloma pričakujejo točnost ali celo malce zgoden prihod, govorite češko kolikor le lahko, ker boste naleteli na mnogo bolj odprt odnos, in ne jemljite osebno, če vam v vsakdanjih situacijah npr. v trgovini, restavraciji ali na oddelku kdaj kdo reče kakšno ostro besedo – ne mislijo resno, gre zgolj za njihov način, ki se lahko tudi hitro ob vaši prijaznosti tudi omehča.

Za kakršnakoli dodatna vprašanja, pojasnila, natančnejše informacije o predmetih, nastanitvi, Erasmus postopku ali čemurkoli drugem, tudi če zaenkrat samo razmišljaš o odhodu na Erasmus v Brno, me brez oklevanja kontaktiraj na izakorpar@gmail.com

8. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Nastja Obranovič)

V Brno sem prišla sredi septembra, teden pred začetkom semestra. Takrat univerza in ESN organizirata Orientation week, ki je preplet uradnih zadev in zabave. V tem času sem uredila vse potrebno za lažji potek izmenjave. Dobili smo ISIC študentsko izkaznico, s katero se plačuje v menzi, fotokopira, pride v knjižnico 24/7... Uredila sem tudi karto za mestni prevoz, trimesečna karta za študente stane približno 27 evrov. Udeležbo na orientation week zelo priporočam. Lahko dobite tudi buddy-ja, češkega študenta, ki vas lahko pričaka ob prihodu v Brno, in pomaga pri začetni orientaciji v mestu in na fakulteti. Če želite, da je to medicinec, morate to posebej napisati. Veliko informacij sem dobila tudi v uradni facebook skupini, kjer so združeni vsi študentje na izmenjavi, češki študentje, ki so del ESN, pa tudi erasmus koordinatorji. V tem tednu smo imeli tudi srečanje s koordinatorico na MF, kjer smo dobili vse potrebne informacije, kje potekajo vaje, predavanja, dobili priponke in uskladili urnike. Gospa Pilatova z Medicinske fakultete se res potrudi in upošteva želje, kaj bi kdo rad opravljal. Še poleti pred začetkom študija se morajo vsi registrirati v njihov informacijski sistem, ki sprva zglada zapleteno, vendar imajo pripravljene tudi youtube videe kako to narediti.

Tam sem opravljala vaje iz kirurgije (4 tedni) in interne medicine (7 tednov) ter češčino kot izbirni predmet. Še poleti pred odhodom na izmenjavo sem opravila 2 tedna vaj interne, ki sta zahtevana v vsakem primeru, ne glede na to koliko tednov vaj opravite na izmenjavi. Čakajo pa me še trije tedni vaj kirurgije. Sprva je sicer kazalo, da teh dveh predmetov, zaradi prekrivanja urnikov, ne bom mogla opravljati, zato sem se dogovorila za opravljanje kirurgije v različnih skupinah.

Začela sem z vajami iz kirurgije. Večino vaj sem opravila v Fakultni nemocnici u sv. Anny. Najprej smo zjutraj imeli seminar potem pa smo bili na oddelku ali v operacijski.

Vaje interne sem opravila v Fakultni nemocnici Bohunice, na oddelkih kardiologije, hematookologije in gastroenterologinje. Bila sem skupaj z mednarodnimi študenti, ki tukaj redno študirajo v angleščini vseh šest let. Komunikacija s pacienti je bila zato lažja, saj morajo študentje vsako leto nadgraditi znanje češčine. Češčina pa je tudi podobna slovenščini. Najboljše vaje so bile na kardiologiji in hematologiji.

Češčino sem imela skupaj z bruci medicine mednarodnega oddelka. Možno je tudi imeti češčino z drugimi erasmovci, vendar je ta predmet plačljiv. Pred odhodom na izmenjavo lahko osnove češčine spoznate na spletnih straneh OLS, Duolingo, mluvtecesky.net.

Vsi študentje na izmenjavi imajo zagotovljeno mesto v študentskem domu. Rezervacije sob so bile julija in takrat tudi že izveš kdo je tvoj cimer in se lahko povežeš prek facebooka. Jaz sem bivala v študentskem domu Vinarska, kjer je tudi največ erasmus študentov in je med bolj opremljenimi. Skupaj s še enim študentom si deliš sobo, kuhinjo in kopalnico. Sobo sem si delila z erasmus študentko iz Španije, prav tako medicinko, kar pa je bilo čisto naključje. Naj opozorim, da v kuhinji ni pribora za kuhanje, vendar lahko osnovno opremo kupite na sejmu-2nd hand shop, ki ga organizira ESN, to so stvari, ki so jih tu pustili prejšnji študentje. Lahko pa kupite opremo v IKEI ali drugih supermarketih. Možno je tudi, da bivate v stanovanju. Za tovrstno iskanje namestitve priporočam FB skupino Multilingual flats in Brno. Za sobo v študentskem domu sem mesečno odštela približno 160 evrov.

ESN je v Brnu zelo aktiven in vsak teden organizira različne aktivnosti; družabne igre, kvizi, predstavitve držav, zabave, pohodi, potovanja v različna češka mesta, sosednje države ali bolj oddaljena velika mesta (Pariz, Benetke...). Veliko možnosti je tudi za samostojna potovanja, ki so velikokrat cenejša kot organizirane možnosti. Pri ESN dobiš tudi češko SIM-kartico, kar pa za nas odkar velja EU free roaming niti ni tako pomembno.

Cene na Češkem so v primerjavi s Slovenijo nižje. Meni je erasmus štipendija popolnoma zadostovala, poleg tega imajo vsi erasmus študentje možnost zaprositi še za češko štipendijo, ki znaša približno 120 evrov na semester. Hrano sem večinoma kupovala v supermarketih Tesco, Alberts, univerza ima tudi menze na različnih lokacijah po mestu, kjer so študentske cene kosil primerljive z našimi boni ali pa še cenejše.

Erazmus izmenjava je bila super izkušnja in bi jo priporočila vsem. Spoznala čudovite ljudi in spletla vezi, ki upam, da bodo še dolgo obstale. Kdor razmišlja o izmenjavi o Brnu in ga zanima še kaj, pa me lahko kontaktira.

9. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Eva Podbregar)

V zimskem semestru (od oktobra do sredine marca) sem opravljala predmete 5. letnika na študijski izmenjavi na Karlovi univerzi v Pragi. Njihova lokalna koordinatorica me je kontaktirala praktično takoj po prejeti nominaciji z navodili, naj čimprej sestavim svoj urnik (na podlagi urnika preteklega leta), saj prijava za predmet pri njih poteka na način »Kdor prej pride, prej melje.« Naš urnik se popolnoma sklada z njihovim, zato težav pri sestavljanju nisem imela. Na izmenjavi sem opravila Okulistiko, Kardiologijo, Maksilofacialno kirurgijo, Ginekologijo, Pediatrijo I v celoti, vaje in predavanja Pediatrije II (za katero so mi na katedri odobrili prošnjo, da izpit opravljam še v istem šolskem letu), ter dodatne 3 tedne vaj na splošni kirurgiji. Z izvedbo predmetov sem bila zadovoljna, večinoma imajo sistem, da najprej poslušáš predavanja, potem greš pa vsak dan še na vaje.

Predmete opravljaš ali z angleško paralelko (to so njihovi redno vpisani študentje, ki študirajo v angleščini) ali pa so posebej organizirani za Erasmus študente (ti so bolj zabavni, saj spoznaš veliko več ljudi, ki postanejo tvoji prijatelji tudi izven časa vaj in predavanj). Seznam ponujenih

predmetov dobiš na začetku in se nanje prijaviš preko maila koordinatorju (ne skrbi, vsa navodila so podana zelo natančno in razumljivo).

Težave sem imela edino s predmetom Pediatrija, kjer so nam na začetku pri organizaciji predmeta povedali, da so predavanja neobvezna, le priporočljiva, nato pa sva s kolegico imeli probleme in morali kazensko na izpit, ker sva zamudili 3 dopoldneve predavanj. Predmet pri njih traja 7 tednov in velja za najtežjega v vseh 6 letih študija, zato mogoče premisli, če si želiš komplicirati življenje ☺.

Kar se tiče nastanitve, sva se skupaj s kolegico odločili, da bova živeli v študentskem domu, ki so nama ga ponudili preko univerze. Je sicer primerno poceni glede na to, kar za vloženi denar dobiš. Če se odločiš za študentski dom, ti predlagam, da zraven pripišeš, da želiš biti v t.i. Troji, s katero so bili najini Erasmus kolegi bolj zadovoljni. Ti pa predlagam, da razmisliš tudi o sicer malce dražji opciji- stanovanju. Namreč res je zlata vredno, da živiš blizu centra, kjer se vse dogaja in ti zato ni treba še zjutraj zgodaj vstajati.

Praga je super mesto. Poseben občutek je, da lahko študiraš tam, kjer je toliko »velikih«, napredno mislečih ljudi pred tabo in kjer so se dogajale pomembne stvari v zgodovini. Je odlično izhodišče tudi za vse izlete po Evropi, ki so »a must«, ko si na Erasmus izmenjavi. Vesela sem, da sem za svojo izmenjavo izbrala Prago in bi jo še enkrat, če bi imela možnost.

Če te še karkoli zanima, mi lahko pišeš na evapodbregar@gmail.com. Ti bom z veseljem odgovorila na vsa tvoja vprašanja.

10. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Maruša Selan)

V Pragi sem opravljala del vaj šestega letnika- celotno Kirurgijo in tri tedne Interne Medicine.

Sama priprava in prijava na tamkajšnjo univerzo je potekala zelo gladko, saj imajo vse zelo organizirano. Mednarodna pisarna tam je zelo ažurna in nas je obvestila o vseh predmetih in urnikih že praktično pred začetkom poletja. Prijave potekajo preko spletnega obrazca, celoten postopek tudi natančno obrazložijo. Tja sem prispela en teden pred uradnim začetkom, torej zadnji teden septembra. Takrat smo imeli tudi orientacijsko srečanje za vse medicinece, kjer so nam dali vsa navodila in razložili razne podrobnosti kar se tiče predmetov. Odpravila sem se kar z avtobusom, Flixbus ima zelo ugodne povezave iz Ljubljane in Maribora. Ko sem se vmes vračala domov za praznike pa sem si našla prevoz preko prevozov oz. Facebook skupine Slovenci v Pragi, saj mnogo Slovencev tedensko hodi tja in nazaj.

Pred prihodom imaš možnost, da se prijaviš tudi za buddy-ja, študenta medicine, ki ti na začetku pomaga z vsemi malenkostmi. Ko prideš v Prago te tudi poberejo na letališču oz. v mojem primeru na postaji in gredo s tabo do nastanitve. Tudi čez semester organizirajo več dogodkov in izletov, kjer večji del sofinancira fakulteta.

Kot sem že omenila sem tam opravila vseh sedem tednov Kirurgije, le-ta je pri njih fleksibilen predmet, kar pomeni da opravljaš poljubno število tednov vaj (maksimalno je sedem), sam si določiš tudi termine. Poslali so nam tabelo z vsemi možnimi tedni, kjer smo se lahko potem sami razporedili. Na voljo so tri bolnišnic: Bulovka, Motol in Thomayer. Preizkusila sem vse tri in lahko rečem da je Bulovka daleč najslabša izbira, tako Motol in Thomayer pa sta bili dobra izkušnja.

Opravila sem še tri tedne Interne Medicine, skupaj z angleško paralelko, saj ti trije tedni pri njih služijo kot neke vrste rotacija in priprava na večji izpit iz Interne. Vaje so bile super, potekale so v manjših skupinah, kjer smo se izmenjevali na kardio, pulmo in gastro oddelkih. Vsak dan smo imeli drugega mentorja, s katerim smo skupaj predebatirali primere na oddelku.

Poleg tega sem imela še izbirni predmet Clinical skills, kjer smo vadili vstavljanje kanil (na sebi), merjenje EKGja, sladkorja... Skratka osnove. Prijavila sem se tudi na izbirni predmet Češčine, ki je potekal skupaj z ostalimi Erasmusovci, učili smo se osnove, za nas torej precej neuporabno, ker sta jezika tako podobna, da osnove znaš in razumeš brez učenja.

Stanovala sem v neke vrste privatnem študentskem domu (imenuje se Zeitraum, nova zgradba stara kakšno leto ali dve), kjer imaš svojo sobo in kopalnico deliš še z eno osebo, kuhinja pa je skupna

za eno nadstropje. Plačevala sem cca 320€ s tem, da sem živela v Pragi 7, torej od centra približno 20min z javnim prevozom, ki je mimogrede v Pragi odliččen. Želela sem živeti v stanovanju v centru vendar sem poleti ob iskanju ugotovila, da je to nemogoče če nisi za sobo pripravljen odšteti 450€ ali celo več, cene najema v centru Prage so šle namreč v zadnjem letu v nebo. Takrat sem stanovanje iskala večinoma prek raznih facebook strani, ki jih je res veliko. Ob prijavi ti ponudijo tudi možnost bivanja v univerzitetnem študentskem domu, nobeden od domov ni ravno v najboljšem stanju. Slovence nastanijo v Vetrniku, ki je od centra oddaljen kakšnih slabih 45min, poleg tega je treba vzeti v zakup, da si sobo deliš še z eno osebo. Je pa cena seveda temu primerno nizka, okoli 100€ na mesec. Oddaljenost od centra sama po sebi niti ni taka težava, saj imajo redne tram in avtobusne povezave tudi ponoči.

Cene na splošno so približno enake, morda malo nižje kot pri nas, če izvamemo cene najemnin, ki so ogromne. Karta javnega prevoza je zelo poceni, 10€ na mesec, všteti pa je tram, metro in avtobus.

Kar se družabnega življenja tiče je za študente zelo dobro poskrbljeno. Od zabav do izletov in raznoraznih srečanj skozi celoten semester. Na začetku poteka orientacijski teden s še povečanim številom teh dogodkov, vendar iskreno tudi čez leto ni dosti drugače, skratka dolgčas ni nikoli. Tudi univerza organizira za študente na izmenjavi organizira razne izlete, subvencionirane karte za opero in balet in podobno.

marusa.se@gmail.com

11. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Sara Goršič)

V Prago sem prispela konec septembra, nekaj dni pred začetkom izmenjave. Najprej sem se vselila v študentski dom, si uredila študentsko kartico ter karto za transport, nato pa smo se z Erasmus študenti (s katerimi smo že prej ustvarili skupino na Whatsappu) odpravili na pivo, medsebojno spoznavanje in raziskovanje Prage.

Praga je mesto, ki se ga spleča obiskati zaradi sijajnega izgleda, arhitekture in zgodovine, še bolje pa je v njem živeti, saj je eno izmed najbolj živih mest. Vsak dan lahko odkriš nove lokacije, zvečer pa se ogromno dogaja – klubi so vedno polni, vsak teden je kakšen Erasmus party, za večerna druženja pa so idealni češki pubi. Praga je prav tako odlična lokacija za potovanja v številna evropska mesta, kamor so organizirani tudi poceni avtobusni prevozi, poleg tega pa se spleča ogledati tudi ostala češka mesta.

Na Karlovi univerzi sem opravljala oftalmologijo, stomatologijo, kardiologijo, ginekologijo, pediatrijo in dva izbirna predmeta – češčino ter clinical skills. Predmeti se večinoma pokrivajo z našimi in so organizirani v blokih, kar pomeni, da si lahko sam sestaviš urnik, tako da ti najbolj ustreza. S faksom si večinoma vsak dan konec že ob 12h, kardiologija pa je edini predmet, ki poteka popoldne (ampak tudi samo do 15h, tako da je prostega časa res ogromno).

Glede bivanja priporočam življenje v stanovanju, če vam to dopuščajo finance (cene v centru se gibljejo okoli 400e za svojo sobo), če pa želite živeti v študentu, priporočam, da v prošnjo za študentski dom dopišete, da bi radi bivali v Troji, saj je po izkušnjah študentov, ki sem jih spoznala v Pragi, ta dom najboljši. Študentski dom Vetrnik, v katerem sem prebivala sama, je bil namreč zame dokaj slaba izkušnja, saj je bil zelo star in zanemarjen, poleg tega pa tudi lokacija ni bila najboljša. Se pa seveda da preživeti tudi tam, če ne drugega, prihraniš ogromno denarja (cena mesečne najemnine je le 100e).

Praga je po mojem mnenju odlična lokacija za izmenjavo, tako iz vidika samega mesta in dogajanja v njem, kot tudi faksa in spoznavanja novih ljudi – res veliko je Erasmus študentov. Mislim, da s prijavo na izmenjavo na Karlovo univerzo ne boste zgrešili, sama bi izkušnjo takoj ponovila!

Če te še karkoli zanima, mi lahko pišeš na sara.gorsic@gmail.com.

12. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Tina Pahor)

Svojo Erasmus izmenjavo sem začela konec februarja v prelepi Pragi. Trajala je štiri čudovite mesece in mi bo zagotovo za vedno ostala v spominu.

V Prago sem prišla nekaj dni pred začetkom prvega predmeta. Fakulteta nam je ponudila pomoč "buddy-ja", tako da me je ob prihodu pričakala tudi moja in mi pomagala v prvih urah po prihodu pa tudi kasneje s kakšnimi vprašanji, ki sem jih imela glede fakultete ali mesta. Nastanjena sem bila v domu Troja, za katerega sem v online registraciji posebej zaprosila, po nasvetu študenta, ki je že bil na izmenjavi v Pragi. Od ponujenih treh domov je definitivno najboljša izbira. Druga možnost je življenje v stanovanju, ki je tudi dobra izbira, še posebej, če je v centru mesta, so pa cene višje in imeti moraš nekaj sreče s sostanovalci. Skratka, definitivno priporočam nastanitev, ki ponuja, da spoznaš čim več novih in zanimivih ljudi in saj tako sklepaš prijateljstva, ki trajajo čez celo izmenjavo in še dlje.

Na Karlovi univerzi sem opravljala sedem predmetov (Bolezni presnove, Dihala, Ginekologijo in porodništvo, Okulistiko, 3 tedne kirurgije, Češčino in Clinical Skills). Predmeti potekajo na podoben način kot na domači fakulteti, torej v obliki »block courses«, najprej en predmet in po koncu tega izpit. Vsi predmeti nimajo izpita na koncu, vendar se da pri večini naknadno zmeniti, da ga lahko vseeno opravljaš. Predavanja so v angleščini in večinoma predavatelji govorijo angleško zelo dobro. Večina mojih predmetov je bila sestavljena iz jutranjih predavanj, ki so se nadaljevala z vajami na kliniki. Kvaliteta vaj je seveda odvisna od mentorja, vendar sem bila jaz z njimi zelo zadovoljna. Po navadi smo s predavanji in vajami zaključili okrog poldne, tako da si vsak dan imel še veliko prostega časa za ostale aktivnosti.

Praga je znana po tem, da je polna Erasmus študentov in ponudba aktivnosti, tako čez dan kot zvečer, res ne razočara. Veliko je festivalov in raznih dogodkov, tako da res lahko najdeš nekaj, kar ti je všeč. Meni osebno je bilo najbolj všeč druženje s prijatelji v parkih in na obrežju reke Vltave pa tudi samo sprehajanje po Pragi, saj vedno najdeš kaj novega. Tudi nočno življenje ponuja veliko različnih opcij, tako da se je včasih že težko odločiti, kam iti. Veliko se dogaja vsak dan in vsak večer, tako da je res ogromno priložnosti za nepozabne izkušnje.

Erasmus izmenjavo v Pragi definitivno priporočam, saj je čudovito mesto, poleg tega je pa Erasmus program, ki ga ponujajo res dober in ni nikoli dolgčas.

13. DANSKA - Univerza v Kopenhagnu (Luka Zwitter)

Zadnji letnik študija medicine sem se odločil opravljati na Danskem v Kopenhagnu. Tam sem opravil 5 tednov interne medicine, 5 tednov kirurgije in 2 tedna anesteziologije. Žal ne moraš kaj dosti izbirati – če greš zgolj za en semester lahko opravljaš zgolj 12 tedenski paket predmetov. V 6. Letniku bi lahko izbral tudi 6 tednov kirurgije in 6 tednov interne medicine, a sem se raje odločil za zgoraj navedeno. Temu lahko dodaš še nekatere izbirne predmete ali danščino, za kar se jaz nisem odločil. Na katedri so mi brez težav odobrili tukajšnja dva tedna anesteziologije namesto opravljanja izbirnega predmeta z enakim imenom doma, ko pridem nazaj v Slovenijo, moram opraviti zgolj izpit.

V Kopenhagen sem odpotoval 7.9.2017, obveznosti so se mi začele 18.9. Žal sem zamudil uvodno srečanje Erasmus študentov, ki je bilo že 31.8, a sem kljub temu spoznal vse Erasmus študente in navezal veliko novih prijateljstev.

Nastanitev je najlažje poiskati preko njihove spletne strani (Housingfoundation), ne pričakujte pa poceni najemnine, kajti življenjski stroški so zelo visoki. Najemnina stane približno 550EUR/mesec (svoja soba in skupna kopalnica ter kuhinja), cene življenjskih potrebščin pa so približno 20% višje kot v Sloveniji. Najdražje v primerjavi s Slovenijo je hrana v restavraciji

(>15EUR) in pivo v lokalih(>5EUR). Prevozno sredstvo je kolo, ki ga zlahka najdeš preko številnih Facebook skupin za prodajo koles (second hand), za katerega plačaš približno 100EUR (na koncu ga lahko prodaš za približno enako ceno). Jaz sem živel v študentskem domu imenovanem Signahuset, ki je od centra mesta oddaljen približno 25minut s kolesom. Poleg tega je v neposredni bližini tudi metro postaja in vlak, ki peljeta direktno v mesto ali na letališče. Lokacija mi je bila zelo všeč, kajti ni predalet od centra, je pa zelo blizu neskončnim potkam po katerih lahko tečeš in kolesariš. Študentski dom je sorazmerno nov, kuhinja in soba sta bili polno opremljeni, sam pa sem si moral kupiti vzglavnik in odejo.

Ljudje tukaj so zelo prijazni in skoraj vsi govorijo angleško. Vaje iz interne medicine sem opravljal v Hvidovre bolnišnici na oddelku kardiologije, kjer deluje približno 15 zdravnikov, vaje pa smo opravljali 3 študenti (od tega dva Erasmus). Skupine študentov so povsod zelo majhne, veliko je samostojnega dela. V bolnišnici se je najbolje oklepati mladih zdravnikov, ki si res vzamejo čas za poučevanje študentov in tega ne jemljejo kot breme ampak kot del njihove službe. Če se le da ti omogočijo tudi samostojno delo s pacientom (anamneze, statusi, katere preiskave bi odredil in zdravljenje), če je ta pripravljen govoriti angleško. Vsi zdravniki so zelo prijazni, nekajkrat so imeli jutranje srečanje v angleščini namesto v danščini zgolj zaradi dveh mednarodnih študentov. Vaje iz kirurgije sem opravljal prav tako v Hvidovre bolnišnici na oddelku za abdominalno kirurgijo, ki je zelo velik. Teh pet tednov mi ni bilo tako zelo všeč, kajti skoraj nič nimaš stika s pravo kirurgijo. V operacijski dvorani sta dva izkušena kirurga, zato študentov za asistiranje sploh ne potrebujejo. V 5. tednih vaj sem asistiriral zgolj 3x. Zdravniki so zelo prijazni, vse postopke ti razložijo in lahko jih vprašaš karkoli želiš, praktičnega dela pa ni veliko. Sam sem še največ časa preživel v simulacijskem centru oddelka, kjer lahko vadiš laparoskopske operacije na simulatorju, prav tako endoskopijo, kirurško šivanje, imajo pa tudi masažni stol, ki je brezplačen za uporabo. Zadnja dva tedna vaj iz anesteziologije sem opravljal v glavni bolnišnici imenovani Rigshospitalet, na oddelku za ortopedijo. Delo je zelo razgibano, omogočili so mi tudi, da sem šel z njimi v »trauma center«, ko je bil sprejem novega poškodovanca. Če pokažeš motivacijo za delo ti pustijo tudi veliko delati (intubacije, laringealne maske, IV kanali itd.). Zanimive so tudi nočne izmene. Z izmenjavo sem zaključil 8.12, nato sem šel še za 10 dni na potovanje na Norveško, kjer sem videl tudi severni sij in šel na številne trekinge po tamkajšnjih zasneženih hribih. Mislim, da je Kopenhagen odlična izbira za Erasmus izmenjavo, kajti videli boste kako drugačen (boljši, bolj dostopen a vseeno javen) zdravstveni sistem imajo kot mi. Poleg tega je tudi nočno življenje v študentskih kampusih in lokalih zelo zanimivo in pestro. Če se odločiš za izmenjavo na Danskem ti svetujem, da obišeš tudi Švedsko in Norveško, transport med državami je dokaj poceni.

14. DANSKA - Univerza v Aarhusu (Lucija Bizjak)

Študijsko izmenjavo sem opravljala v drugi polovici 5. letnika v Aarhusu na Danskem. Aarhus je drugo največje dansko mesto (za Kopenhagnom), po velikosti je podobno Ljubljani. Za to državo sem se odločila, ker sem želela na lastni koži preizkusiti skandinavski način življenja, kjer je kvaliteta življenja med najvišjimi na svetu. Vpisana sem bila v mednarodni 11. semester Gynaecology-obstetrics and Paediatrics, ki je tudi edini semester na tej univerzi, ki je dostopen mednarodnim študentom, in poteka v angleščini. V Sloveniji so mi za to priznali izpite iz ginekologije, izbirnega predmeta iz ginekologije, pediatrije 1 in obveznosti iz pediatrije 2.

Semester se je neuradno začel že sredi januarja z dvema uvodnima tednoma, uradno pa so se predavanja začela 29. januarja. Sama se na žalost zaradi študijskih obveznosti v Sloveniji nisem mogla udeležiti uvodnih dveh tednov, ki jih zelo močno priporočam. Tam namreč univerza zate uredi veliko dokumentacije, ki jo potrebuješ, ko se prijavljaš kot nov prebivalec na Danskem. Brez te pomoči je to izjemno zahteven postopek, ki mi je vzel skoraj en mesec. Prijava je obvezna, saj le tako dobiš svojo registrsko številko CPR, ki jo rabiš pri zdravniku, v knjižnici, na praksi v bolnici, na banki in povsod drugje.

Stanovala sem v Tandlaege Kollegietu (študentski dom), kar mi je priskrbela univerza ob prijavi na izmenjavo. S tem sem imela veliko sreče, saj je sicer sobo v domu ali pri zasebniku zelo težko dobiti in ljudje čakajo nanjo tudi po več mesecev. Plačevala sem 330 evrov na mesec, na voljo pa sem imela dokaj prostorno lastno sobo s predsobo, kjer sta bila umivalnik in garderobna omara. Poleg tega je potrebno predložiti še varščino v višini 970 evrov. Sanitarije in kuhinjo sem si delila še z 11 ljudmi in temu primerno so bili te prostori zelo umazani in obrabljeni. Lokacija doma je bila zelo dobra, ravno na polovici razdalje med centrom mesta in bolnico Skejby, kjer smo opravljali prakso. Kot vsi ostali študentje, sem se naokoli vozila s kolesom. Cene rabljenih se gibljejo okoli 100 evrov. Semester traja 5 mesecev in se deli na dva dela: del s predavanji in del s prakso v bolnici. Prva dva meseca in pol smo imeli torej veliko predavanj, seminarjev in teoretičnih vaj v manjših skupinah. Nič od tega ni obvezno, razen dveh štiriurnih predavanj iz filozofije in enih vaj iz komunikacije. Predavanja so kljub temu večinoma precej dobra in udeležba je zelo visoka. Na seminarjih obravnavam primere iz genetike, ki so zelo zanimivi in se pogosto pojavljajo na izpitu, in primere iz sodne medicine, ki pa so v primerjavi z našo sodno medicino zelo osnovni. V tem času sem se sama vrnila za tri tedne v Slovenijo, kjer sem opravila vaje iz oftalmologije.

Sredi aprila sem pričela z vajami v bolnici, najprej 4 tedne na oddelku za ginekologijo in porodništvo, nato pa 4 tedne na oddelku za pediatrijo. Vaje potekajo vsak dan od ponedeljka do četrtega od 8. zjutraj do 3. popoldne, v petek pa sledi 7 ur teoretičnih predavanj v bolnici. Opraviš tudi eno popoldansko dežurstvo na ginekologiji, ki traja do 8. zvečer, eno porodniško dežurstvo, ki traja do 11. zvečer in eno nočno izmeno na pediatriji. Ta dežurstva potekajo tudi čez vikend, razporedi pa te tajnica. Na dan, ko imaš dežurstvo, si opravičen od dopoldanskega dela v bolnici in prideš na raport šele ob 15. uri. Udeležiti se je treba 80 % vsega predvidenega dela v bolnici, da lahko pristopiš k izpitu.

Dnevi v bolnici se začnejo z jutranjo konferenco zdravnikov ob 8. uri v sejni sobi. Tam se vsak dan zbere okoli 20-30 zdravnikov iz oddelka, ki poročajo o novih bolnikih, ki so jih sprejeli ponoči, in si razdelijo delo za tekoči dan. Študenti smo bili prisotni, vendar je ves pogovor teklen v danščini, tako da je bilo težko razumeti vse, kar je bilo rečeno. Vsak študent ima svoj spored, na katerem oddelku se mora javiti določen dan, po koncu jutranje konference. Tam potem poskušaš najti zdravnika, ki mu boš sledil tisti dan, kar se včasih izkaže za zelo zahtevno nalogo, saj zdravnikov ni na spregled tudi po več ur. Ko le najdeš nekoga, pa postane zelo zanimivo in v štirih tednih se srečaš z zelo različnimi bolniki. Na primer, na porodniškem oddelku, kjer si dva tedna, en dan prisostvuješ carskim rezom, potem si dva dni v porodni sobi, kjer spremljaš porode, potem si v ambulanti na pregledih nosečnic, v urgentni ambulanti, na dežurstvo z babico, v ultrazvočni ambulanti, ... Podobno raznolik urnik sledi tudi na ginekologiji in pediatriji. Zdravniki v bolnici so zelo sproščeni in majo veliko časa za bolnike in študente, saj imajo na dan le kakšnih 5 bolnikov (največ 10, vendar zelo redko). Včasih je en sam bolnik v ambulanti tudi po tri ure in imaš čas, da narediš celoten pregled od glave do pet. Pri enostavnejših primerih zdravniki vse delo prepustijo študentom, od sprejema, pogovora, pregleda in pisanja poročila v računalnik. Tuji študenti vedno delajo v paru z danskim študentom, ki se pogovarja s pacientom v danščini, nato pa ti poroča v angleščini, kaj je pacient povedal. Del časa slediš zdravnikom po oddelku in gledaš, kako opravljajo vizite in bolj zahtevne posege, npr. odvzeme lumbalnih punkcij, biopsije, carske reze, vstavljanje centralnih venskih kanalov in podobno. Nekajkrat imaš tudi priložnost asistirati pri operacijah, predvsem pri carskih rezih. Delo je torej zelo raznoliko in veliko je priložnosti, da sam kaj postoriš, vendar pa vse poteka zelo počasi in kakšen dan se zgodi, da čakaš na oddelku tudi po tri ure in ne veš točno, kaj bi počel.

Izpit poteka sredi junija, najprej pisni izpit z 70 vprašanji tipa MCQ, čez en teden pa še ustno-praktični izpit z 11 postajami OSCE. Na pisnem izpitu so vprašanja iz pediatrije, ginekologije in porodništva, genetike in sodne medicine. Na postajah OSCE vedno dobiš primer pacienta in potem poveš, kaj bi ga še vprašal, katere preiskave bi naročil, poveš diferencialno diagnozo, komentiraš laboratorijske preiskave ali slike iz radioloških preiskav in načrtuješ zdravljenje. Na izpitu ni letos od 215 študentov nihče padel, nihče tudi ni dobil 10, vse ocene se razporedijo med 6 in 9.

Za študente se skoraj vsak dan najde kakšen družaben dogodek v mestu in na kampusu, tako da dolgčas res ni nikoli. Študentje večinoma zahajajo v študentske bare na kampusu, ki se imenujejo Fredag bari (petkovi bari) in so odprti samo ob petkih. Tam strežejo pivo pod 20 kron (2,7 evra). V boljših barih v mestu je treba za pivo odšteti tudi po 10 evrov. Tudi sicer je življenje na Danskem precej drago, hrana je v povprečju 2-3 krat dražja kot pri nas.

Znanje danščine je zelo uporabno, skoraj vsi tuji študentje obiskujejo tečaj pri šoli Laerdansk, ki je bil do letos zastoj. Vsi Danci sicer odlično govorijo angleško, od otrok pa do starih ljudi, vendar delo v bolnici poteka v danščini in ne v angleščini, zato je potrebno osnovno razumevanje, če hočeš slediti dogajanju v bolnici. Znanje nemščine pri tem zelo pomaga, saj sta jezika podobna v pisni obliki. Najtežje je razumeti govorni jezik, saj govorijo hitro in zabrisano. Zelo priporočam učenje danščine pred odhodom na izmenjavo.

Za dodatna vprašanja mi lahko pišete na elektronski naslov lucija.bizjak@gmail.com.

15. ESTONIJA – Univerza v Tartuju (Brina Šebez)

Vaje iz kirurgije, pediatrije in interne medicine sem v poletnem semestru 2018 opravljala na Univerzi v Tartuju v Estoniji. Semester se začne podobno kot pri nas, tako da sem z vajami pričela 12. februarja.

Vaje sem začela na abdominalni kirurgiji. Nisem imela dodeljenega enega mentorja, ampak sem se lahko priključila komur koli, kar je bilo super, saj je bil tako vsak dan zanimiv. Največ časa sem preživela v operacijski, kjer sem lahko tudi kar dosti asistirala, odvisno od tega, koliko specializantov je bilo tisti dan na voljo. Zanimivo je bilo tudi v mali operacijski, kjer sem lahko šivala ekscizije kožnih sprememb. Včasih sem se pridružila zdravnikom, ki so opravljali endoskopske posege – kolonoskopije in gastroskopije. Vsi so bili zelo prijazni in me pripravljeno vzeti s sabo ter mi razložiti osnove. Presenetilo me je tudi njihovo znanje angleščine, ki je bilo po večini odlično, in to ne samo pri mladih zdravnikih, temveč tudi pri starejših. V mojem semestru ni bilo nobenega erasmus medicinca 6. letnika, je pa isti čas vaje na abdominalni kirurgiji opravljala estonska študentka, ki mi je skušala čim več prevesti in sem zaradi nje veliko več odnesla.

Zadnje tri tedne vaj iz kirurgije sem opravljala na urologiji. Predstojnik urologije je bil zelo prijazen in me je želel čim bolj vključiti v njihovo delo. Nekaj let je delal na Finskem ter predava na različnih univerzah po svetu, kar se pozna na njegovi angleščini in znanju. Večkrat sem asistirala pri dolgih operacijah, ki so lahko trajale tudi po 6 ur. Ko je odšel na konferenco v tujino, sem mu morala poročati o pacientih, on pa mi je dal navodila, kako nadaljevati z zdravljenjem.

Nadaljevala sem z vajami iz pediatrije, kjer sem dobila za mentorico mlado specializantko, ki je bila zelo prizadevna. Pri vsakem pacientu mi je prevedla anamnezo, status sva naredili skupaj, nato pa debatirali o diagnozi in zdravljenju. Vsak teden mi je tudi dala za proučiti članke, ki so bili povezani z njenimi pacienti, nato pa sem pripravila seminar. Trudila mi je priskrbeti paciente, s katerimi bi lahko govorila angleško. Uredila je tudi, da sem šla za en teden na neonatologijo, kjer sem lahko pregledovala novorojenčke in bila priča številnim carskim rezom.

Na koncu sem naredila še dva tedna iz interne medicine, in sicer iz kardiologije. V primerjavi z drugimi vajami so bile, žal, te zame bolj pasivne – bila sem prisotna, ko se je mentorica pogovarjala s pacienti, ki niso znali angleško, saj so bili večinoma starejši. Včasih mi je, kljub pomanjkanju časa, uspela kaj razložiti, a bi si želela več.

Vse v zvezi z opravljanjem vaj sem se dogovarjala z erasmus kordinatorico. Organizacijsko je teklo gladko, brez problemov, kordinatorica je upoštevala moje želje in med posameznimi sklopi sem lahko imela tudi en teden prost. Na splošno sem bila z vajami zelo zadovoljna, priporočala ne bi le interne medicine.

V bolnici je tudi menza, kjer imajo veliko ponudbo hrane (losos na sto in en način), ki je tudi cenovno ugodna. Del bolnice je bil pred par leti popolnoma prenovljen in je zelo napreden. Bolnica je od študentskega doma oddaljena slabe 3 km, tako da je tja najlažje priti z mestnim avtobusom,

vse skupaj vključno s hojo traja okoli 15 minut. Od 1. 7. 2018 je javni mestni prevoz za prebivalce Tartuja zastoj.

Živela sem v mednarodnem študentskem domu Raatuse, ki ga zelo priporočam. V dveh nadstropjih živiš skupaj z večino ostalih mednarodnih študentov, kar je super, saj si drugače v bolnici na vajah sam. V apartmaju so tri sobe s po dvema študentoma in tako si šest ljudi deli kopalnico in kuhinjo, ki jo vsak teden čisti čistilka, sam moraš čistiti samo svojo sobo. Posteljino in brisače dobiš v študentu in jo lahko poljubno pogosto menjaš. Ostale stvari, predvsem v kuhinji, so v nekaterih apartmajih že, če so jih pustili študenti pred tabo, drugače ne. A tudi tisti, ki so morali kuhinjske potrebščine kupiti sami, niso zapravili veliko, saj lahko večino stvari dobiš v second hand shops. V študentu je pralnica, kjer stane pranje 2€, sušilni stroji pa so zastoj. Mesečna najemnima stane 210 €. V študentu se vsak dan kaj dogaja, dolgčas ni nikoli. Receptorke sicer kontrolirajo hodnike, kjer se ne smeš družiti in včasih pridejo tudi opozorit, če si preglasen v apartmaju, a načeloma velikih problemov ne delajo.

Tartu je drugo največje mesto v Estoniji s 100.000 prebivalci in je študentsko mesto s priznано univerzo iz 17. stoletja. V Talinu imajo zgolj nekaj fakultet, medicinska fakulteta je recimo samo v Tartuju. Je simpatično mesto, ki je sicer majhno, a ponuja vse – od lokalov, restavracij, velikih nakupovalnih centrov in muzejev do barov in klubov. Najbolj priljubljen med mednarodnimi študenti je Mõku, ki ima v zgornjem nadstropju prostor, kjer se prireja večina dogodkov, organiziranih preko ESN – karaoke, jam sessions, večeri z družabnimi igrami, movie nights itd. Spodaj pa je bar s plesiščem, kjer se konča večina noči.

Skozi Tartu reče reka Emajõgi, ob kateri so lokali, plaže in igrišča, ter je prijeten prostor za tek, sprehod ali druženje zunaj. Tartu je po dolgi zimi zeleno mesto z veliko parki in igrišči. Blizu študentskega doma je univerzitetna telovadnica, kjer lahko ugodno hodiš v fitnes, na vodene vadbe ali različne atletske treninge.

Tudi ostali deli Estonije so zelo lepi in vredni obiska. Imajo veliko narodnih parkov, jezer, močvirij, otokov in celo podvodni zapor. Večina jih je dosegljivih z avtobusi, je pa tudi najem avtomobila ugoden. Skoraj vsak vikend smo šli na izlet – po Estoniji ali v sosednje države. Priporočam ogled Talina, Rige, Vilne in Helsinkov, ki so vsi lahko dostopni v lastni režiji, medtem ko sta Rusija in Laponska dobro organizirani preko ESN izletov ali izletov preko ruskega predmeta.

Estonija med Slovenci še ni med najbolj priljubljenimi destinacijami za erasmus izmenjavo, a upam, da bo to postala, saj je po mojih izkušnjah, ki sem jih primerjala s svojimi prijatelji na drugih destinacijah, ena izmed boljših. Bolnica in mentorji so kvalitetni, družabno življenje je pestro, možnosti za potovanja je ogromno, pa še vreme lahko – tako kot letos - prijetno presenetiti. Imeli smo sicer mrzlo, a zelo lepo zimo, sredi aprila pa se je začela čisto prava, topla pomlad, ki se je nadaljevala v pravo poletje. Del maja je bil v Estoniji celo toplejši in sončnejši kot v Španiji!

16. FINSKA – Univerza v Turkuju (Nejc Završan)

Finska je super!

MEDICINA:

V Turku opravljam vaje iz interne medicine in kirurgije. V okviru interne medicine sem tam opravil 4 tedne na gastroenterologiji in 3 tedne na kardiologiji. Ne vem kako je v ostalih državah, vendar za Finsko velja, da se kot študent na izmenjavi v interni medicini raje držiš posegov kot stika s pacienti. Zdravniki večinoma dobro govorijo angleško in so pripravljeni odgovoriti na vsa vprašanja. Med posegi ti lahko razložijo princip in pokažejo patologije. Na vizitah pa ni tako lahko, saj v izogib nerazumevanju, vsa komunikacija poteka v Finščini, nato pa ti zdravnik na kratko opiše dejstva pogovora. Sprejel me je in bil moj uradni kontakt profesor Risto Kaaja, predstojnik interne medicine tam. Zelo prijazen in razumevajoč zdravnik.

V okviru kirurgije sem bil 2 tedna na Nervokirurškem oddelku in 5 tednov na Travmatološkem. Kirurgi so pripravljeni pomagati. Še posebej na Travi smo se dobro ujeli, kolektiv tam je v povprečju zelo mlad. Če pokažeš nekaj zanimanja in vprašaš ti vedno z veseljem odgovorijo in

razložijo. Pogosto sem asistiral, če le ni bilo že preveč zdravnikov/ študentov pri operaciji. Tudi šivati so mi pustili.

Drugače pa so bolnice na Finskem zelo dobro organizirane, zdravnik ima veliko časa za posameznega pacienta, ni velikih čakalnih vrst ali gneče na hodnikih.

Kot Erasmus študentu, ti fakulteta dodeli študentskega tutorja. Moja tutorica je zelo v redu. Razkazala mi je bolnico, pomagala pri vsakršnih nevšečnostih, skupaj hodimo na zabave, na izlete. Preko nje in samostojno sem spoznal že veliko Fincev. Na splošno so Finci introvertirani ljudje, sprva bolj zadržani, ko pa se spoznaš in nekaj časa pogovarjaš se odprejo in so zelo prijetni in prijazni ljudje. Pač »smalltalk« pri njih ni popularen. Pri tem procesu še posebej pomagata (nista pa pogoj) savna in/ali alkohol :P

Tivoli klub je tukajšnji ekvivalent našemu pajzlu. Težko ga pa pustimo le pri tej opazki, saj je večji, lepši, bolj čist, ima garderobo, plesišče, DJ kotiček, in celo veliko savno, ki jo lahko uporabljaš kot član Tivolija. Veliko medicinskih zabav in druženj se odvija tu.

NASTANITEV:

Živim v TYS – Turku student village. Je kot nekakšen kampus, kjer živi večina tukajšnjih tujih študentov, zelo blizu pa tudi Finski študentje. Imaš svojo sobo s kopalnico in skupno kuhinjo, zaradi česar je spoznavanje prijateljev še toliko lažje in prijetnejše. Oddaljenost od Univerze je 10min peš, od Bolnice 15min in od centra 20-30 min. Seveda sem si tam kupil kolo in so vse te stvari še toliko hitreje dostopne. V svoji sobi te čaka postelja, nimaš pa vzglavnika in odeje, kot tudi ne krožnika, pribora, kozarca, ipd. To težavo rešiš s t.i. Starting package. Za 70€ dobiš vse te stvari v najem za pol leta/ leto in na koncu ob vrnitvi dobiš od te vsote 50€ nazaj. Soba je res velika in popolna za obiske, saj brez težav v njej spita dva ali trije ljudje. Ena glavnih lastnosti Finske je savna. Skoraj vsak Finec ima svojo in tudi tu imamo skupne savne. Pripadajo ti 4 termini/ure na mesec, ki jih rezerviraš prek interneta in takrat imaš savno le zase. Dve drugi opciji za nastanitev sta Retrodorm in Varissuo. Družil sem se s prijatelji iz obeh lokacij, povsod so se imeli dobro, vendar je bilo v naši študentski vasi najbolje □ Renta je 374€/mesec. Ostali lokaciji sta od centra in ostalih stvari oddaljeni 3-6km.

ŠTUDENSKO ŽIVLJENJE:

O tej tematiki bi lahko pisal še in še. Študentsko življenje tu res zmaga. V študentskem naselju se imaš skoraj vsak dan možnost pridružiti kuhinjski zabavi ali organizirati svojo ;) V centru so pogoste Erasmus zabave, kjer je vstopnina 5€ ali brez plus akcijska pijača, da ne bankrotiraš dokler si na Finskem. Brez dvoma se moraš pridružiti ESN organizaciji in udeležiti čim več dogodkov in izletov. Od vseh izletov sem se imel verjetno najbolje na tedenskem potovanju v severni Lapland, Levi (huskiji, bordanje, snežne sani, tek na smučeh, lastna kočica s savno, original Božiček). Šli smo tudi na cottage weekend s savnami ob morju. Kratko dvodnevno »križarjenje« Helsinki-Stockholm-Helsinki, potovanje v Rusijo, v Talin, številni narodni parki, ... Udeležiš se lahko mednarodnih večerij, kjer poskusiš hrano z različnih koticov sveta in lahko deliš tudi svoje specialitete. Tradicionalna finska Sitz zabava je sigurno stvar, ki je ne smeš zamuditi, če si študent na Finskem. Večerja, petje, pitje, kazni za kršenje pravil in kasneje plesanje.

Ob plačani članarini za CampusSport – 44€/semester, ti pripada neomejeno število obiskov v 6 različnih fitnessov, udeležba različnih vodenih vadb, skupinskih športov, plavanja in savnanja.

FINSKA NA SPLOŠNO:

V drugem semestru od novega leta do konca zime smo imeli v Turku temperature od malo preko 0 do - 23°C. Turku spada med mesta na Finskem, ki imajo manj snega, vseeno pa smo imeli od sredine Januarja do konca zime stalno vsaj malo snega po tleh. Finska je zelo lepa država, z veliko jezeri in gozdovi. Ena najbolj zanimivih dejavnosti tu je izlet v savno ob jezeru/morju in vmesno plavanje v ledeni vodi, kjer so v led izvrtali luknjo. Veliko je priložnosti za drsanje in tek na smučeh. Smučanje raje shraniš za Alpe, saj je južna Finska nizka pokrajina. Zaledenela jezera so zelo lepa v soju žarkov sončnega zahoda. Na severu lahko vidiš severni sij, ob posebej veliki dejavnosti sončevega vetra pa je le ta opazen tudi iz Turkuja. Sam sem severni sij videl trikrat. Spomladi pa se vsa ta pokrajina pokrita s snegom spremeni za 180 stopinj. Tja sem šel še posebej zaradi mrzlih zim

in dobil točno to, kar sem hotel. Od Fincev, ki so zime že malo naveličani pa ves čas poslušal le kako dobra bosta pomlad in poletje. Kako lepa bo pokrajina, ko se vrnejo dolgi in topli dnevi z listi na drevesih in cvetjem povsod naokoli. In prav so imeli. To leto je bilo še malo huje, saj že desetletja prej ni bilo tako vroče pomladi. Čeprav nisem dočkal koledarskega poletja, je bilo zadnje tri tedne konstantno sončno vreme s temperaturami 24 do 27 stopinj, kar je več od povprečnih poletnih temperatur. Drsanje, sankanje, kepanje zamenjajo tek po poljih, sprehodi po gozdovih, pikniki, zunanje vadbe, tudi izleti v narodne parke s prenočitvami v bivakih. Spomladi se tisočera jezera stalijo, ogrejejo kot nalašč za za lepe izlete v naravo, plavanje in kajakaštvo. Sama pozicija mesta Turku pa je idealna za spoznavanje celotne severovzhodne Evrope.

Finska je razmeroma draga država. Pivo v baru stane 6 in več €. Vendar kot članu študentske org. (cca.60€) na Finskem lahko v različnih menzah dobiš kosilo za 2,6€. Hrano pa lahko kupuješ v Lidlu, kjer so cene pribl. od 1,5 do 2x višje, kot v Sloveniji. Vendar je pomembno omeniti alkohol je tudi v trgovinah občutno dražji, kot pri nas. Cene se začnejo nekje pri 20€ za liter žgane pijače. Če te vleče v zasnežene države in si želiš novih izkušenj, močno priporočam Finsko! Erasmus+ izmenjava je bila zame edinstvena in neprecenljiva izkušnja. Priporočam jo prav vsakemu študentu. Za kakršnekoli dodatne info. me brez zadržkov kontaktiraj na: nejc.zavrsan@gmail.com

17. FRANCIJA – Univerza v Strasbourgu (Anja Lekše)

Na izmenjavi sem bila v mestu Strasbourg, ki je glavno mesto francoske regije Alzacija.

PRIHOD, NASTANITEV

V Strasbourg sem se odpravila sredi meseca februarja. Stanovanje sem si uredila že pred začetkom izmenjave, in sicer v rezidenci (tako se imenujejo študentski domovi) Paul Appell. Rezidenc je v mestu kar nekaj, sama sem poslala mail za sobo približno meseca novembra. Sprva sem sicer iskala stanovanje s sostanovalci, vendar pa je to kar težko najti za nekajmesečno obdobje, poleg tega pa sem še tujka, kar predstavlja dodatno oviro. Z izbiro rezidence sem bila zadovoljna, imela sem svojo sobo s kopalnico, kuhinja pa je bila na voljo za celo nadstropje. Dom je zelo miren, slabih 10 min s kolesom oddaljen od medicinske fakultete in bolnišnice.

FAKULTETA

Vse stvari, povezane s študijem medicine potekajo na Campus de medecine in v Nouvel Hopital Civil (NHC) (lahko tudi v drugih bolnišnicah, ki so v mestu). Bolnišnični kompleks skupaj s fakulteto obsega kar nekaj stavb in tvori kar neko malo četrto. Sprva se kar malo izgubljaš, ampak ko malo potrpiš, se navadiš. Potek študija medicine v Strasbourgu je malce drugačen kot v Sloveniji, in sicer poteka v obliki dvomesečnih rotacij. To pomeni, da dva meseca slediš določenim predmetom, čemur po dveh mesecih sledi izpit. Nato pa dva meseca krožiš na različnih kliničnih oddelkih. Na vsakem ostaneš en mesec. Erasmus študentje imamo prednost, da si lahko oddelek izberemo sami. Jaz sem v Franciji sledila predmetom obtočila in dihalna, ki pa so v Franciji del 3. letnika, kjer študentje še ne opravljajo vaj na kliniki, zato se mi je pouk in klinika delno prekrivala v mesecu aprilu, kar je pomenilo, da sem morala hkrati opravljati delo v bolnišnici, se pripravljati na predavanja (saj je na začetku vsakega predavanja mini test, ki se šteje h končni oceni) in seveda tudi obiskovati predavanja. Obstajata dve obliki predavanj, in sicer klasično predavanje, ki ne vključuje nobenega preverjanja znanja) in tako imenovano »TD« predavanje, kjer je na začetku ure mini test nato pa sledi interaktivna obravnava dveh kliničnih primerov, na temo, ki je bila razpisana za tisto predavanje.

Oddelka v bolnišnici, ki sem si jih izbrala pa sta bila kardiokirurgija in torakalna kirurgija. Delo na oddelkih je zelo različno, stopnja vključenosti študentov v delo na oddelku je zelo različna. Po navadi je delo študentov sprejem novih bolnikov ter predstavitev bolnika na raportu. Na kirurških

oddelkih tudi asistiranje pri operacijah, kar mi je bilo najbolj všeč. Študentje imamo po navadi največ stika s specializanti, ki so po navadi prijazni in pripravljeni razložiti nejasnosti.

Poudarila bi tudi, da se izpiti precej razlikujejo od tistih, ki smo jih navajeni v Sloveniji. Namreč izpit poteka na tablici, in sicer v obliki 2-3 kliničnih primerov, ki so sestavljeni iz 15 vprašanj. Zelo majhne del izpita predstavljajo klasična izolirana vprašanja kot jih poznamo pri nas. Sistem mi je bil zelo všeč, saj se iz kliničnih primerov res veliko naučiš in ponoviš naučeno snov iz bolj praktičnega zornega kota.

MESTO STRASBOURG

Strasbourg je mesto z približno 500.000 prebivalci, vendar pa bi poudarila, da je sam center in krog gibanja večine študentov precej majhen, vse je dostopno s kolesom in mi je bilo ravno zato zelo prijetno mesto za življenje. Mesto je polno študentov, veliko število je tudi erasmus študentov in drugih tujih študentov.

Mesto je prestolnica francoske regije Alzacija, kjer se kultura rahlo razlikuje od tipične francoske, saj je namreč bližje nemški. Tudi sama alzaščina, ki jo govorijo le redko kateri starejši, precej spominja na nemščino. Mesto je le nekaj kilometrov oddaljeno od Nemčije. Nemško mesto, ki je na meji je Kehl, ki je zelo priljubljeno mesto za nakupe, saj je cena hrane v Nemčiji nižja kot v Franciji. Če se boste kakšno soboto odpravili v Kehl, se pripravite na pravo francosko invazijo tega obmejnega mesta. Sicer je mesto zelo pomemben del Evropske unije, saj se v Strasbourgu nahaja Evropsko sodišče za človekove pravice in eno od dveh sedežev Evropskega parlamenta.

Sam Strasbourg je dovolj majhno mesto, da se ga obvlada s kolesom, zato zelo toplo priporočam nakup kolesa, ki ga lahko kupite preko spletne strani Boncoin. Veliko ljudi si tudi kolo izposodi za nekaj mesecev pri organizaciji Velo hop. Mesto ima tudi tramvaj in avtobuse. Nekaj mesečno vozovnico si lahko pridobite po zelo ugodni ceni s posebni certifikatom, ki potrjuje da ste »revnik« (na obrazec napišete, da živite le od erasmus štipendije, zato lahko pridobite to »ugodnost«).

ZAKLJUČEK

Z izmenjavo sem bila več kot zadovoljna. Menim, da sem se veliko naučila in predvsem sem zelo uživala v delu na kliničnih oddelkih. Spoznala sem kar nekaj prijetnih ljudi, predvsem drugih erazmovcev, ki so bili zelo simpatični in vedno pripravljeni na nove dogodivščine. Minus ostaja iskanje stanovanja, s katerim je imel preglavice prenekateri od nas.

18. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Metka Sluga)

Prvi semester petega letnika sem preživela na Univerzi v Bordeauxu, kjer sem opravljala vaje, predavanja in izpit iz Obtočil in Dihal (skupaj dva meseca in pol) ter vaje iz ORL in Okulistike (vsakih po en mesec). Z izbiro mesta sem bila izredno zadovoljna, saj nudi pravo izkušnjo tipičnega, šarmantnega in urejenega francoskega mesta, hkrati pa ni preveliko, da bi ob prihodu študent iz Ljubljane doživel prehud prilagoditveni šok. Mesto se nahaja uro vožnje stran od obale atlantskega oceana ter tri ure stran od vznožja Pirenejev, kar nudi številne možnosti za čudovite izlete med vikendi. Prav tako je s hitrim, nizkocenovnim vlakom v treh urah mogoče priti tudi do Pariza. Prebivala sem v študentskem domu v bližini največje bolnišnice v mestu (Hôpital Pellegrin), kjer so potekale vaje iz ORL in Oftalmologije pa tudi večina drugih, če se odločite za kateri drugi sklop. Od centra mesta je bil dom oddaljen petnajst minut s tramvajem ali dobre pol ure peš, vendar se večina študentskih domov in kampusov nahaja na približno tej razdalji od centra. Večina študentov si je za transportiranje omislila tudi kolo. Bolnišnica, kjer sem opravljala sklop Obtočila-Dihala (ME Cardiovasculaire-Thoracique; Hôpital Haut-Lévêque) se je od študentskega doma nahajala približno pol ure z avtobusom.

Bivanje v študentskem domu bi priporočila vsem, ki si želijo živeti samostojno in v mirnem okolju. Seveda pa se lahko najde tudi očarljiva stanovanja bolj v centru mesta, katerih iskanje zna

biti zaradi velikega števila študentov sicer precej težavno, seveda pa ne nemogoče. Z vajami iz sklopa Obtočila-Dihala sem bila v glavnem zadovoljna. Potekale so izmenično v operacijski dvorani in pooperativnem oddelku. Sicer pa so vaje v tem sklopu precej odvisne od oddelka, na katerega si dodeljen, na kar pa Erasmus študenti žal nimajo nobenega vpliva. Od oddelka je tako tudi odvisno, koliko se od študentov zahteva - od zadolženosti za na novo sprejete paciente in njihovo dnevno pregledovanje pa do zgolj spremljanja zdravnikovega dela in opravljanja občasnih kontrolnih ultrazvokov. Na splošno sem dobila občutek, da imajo študenti medicine v Franciji v bolnicah precej več zadolžitev kot pri nas. Še bolj prijetno presenečenje so bile zame vaje iz ORL in Oftalmologije, kjer sem imela pravzaprav precej svobode, tako da sem si lahko ves čas izbirala različne oddelke in si vsak dan ogledala tisto, kar me je pač zanimalo (delo v ambulanti, urgenco, operacije, funkcionalne preiskave...). Končni izpit se je sicer izkazal za kar precej zahtevnega, pa vendar je na koncu občutek, da si opraviš zahteven izpit v tujem jeziku kar dober. V splošnem mi je bilo v največje veselje izkušnja francoskega načina življenja in uporaba francoščine v vsakdanjem življenju. Ta je sprva sicer predstavljala precejšen izziv, vendar smo se v roku enega meseca vsi tuji študentje nanjo dobro privadili in dokaj hitro pogovor v francoščini ni več predstavljal velikega problema. Ker vsak Erasmus študent opravlja vaje s skupino francoskih študentov, si tako vsaj polovico dneva v stiku z res »pravo« francosčino. V začetku semestra so za nas organizirali tudi tečaj medicinske francoščine, tako da smo se malo bolj seznanili s strokovnimi izrazi. Potem sem enkrat tedensko obiskovala še tečaj francoščine, kjer smo se učili predvsem bolj uporabnih izrazov za vsakdanje življenje in več o francoski kulturi, z njim pa sem pridobila tudi 3 KT. Za največjo nadlogo izmenjave se je izkazala francoska birokracija, kateri včasih res ni videti konca. Vendar, če ne drugega, človeka vsaj dobro utrdi in nauči potrpežljivosti. Vsekakor pa ne predstavljala ovire, ki bi me od izmenjave odvrnila. Glede spopadanja z birokracijo bi vam dala predvsem ta nasvet, da si (že pred odhodom na izmenjavo) pripravite res vse papirje, ki jih od vas zahtevajo in ne pričakujte da boste lahko kaj dosti uredili brez vseh ustreznih obrazcev ali kogarkoli v pisarni prepričali, da vam uredi nekaj, kar se ne sklada z njihovim pravilnikom ... ampak kar pogumno!

Pa če pustim prepreke ob strani; izkušnja, ki jo nudi študij v tujem mestu je zagotovo neponovljiva. Ne le za pridobivanje študijskih kompetenc, pač pa menim, da jo je treba dobro res izkoristiti tudi za učenje tujega jezika ter krajša potovanja po okoliški pokrajini in drugih francoskih mestih. Zame je nekaj neprecenljivega predstavljal občutek, ko se iz izleta vrneš v sicer tuje mesto, ki pa ga pravzaprav zelo dobro poznaš in ti predstavlja tvoj drugi dom. Svoje izkušnje v Bordeauxu ne bi zamenjala za nobeno drugo, iz nje odnašam spomine in prijateljstva, ki bodo zagotovo trajali še dolgo.

Za vse, ki vas zanima še karkoli glede izmenjave me lahko brez problema kontaktirate.

Metka

19. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Špela Hočevar)

Konec januarja sem se odpravila na 5-mesečno izmenjavo v Bordeaux. Priprave, prve dni in začetne težave sem opisala že v enomesečnem poročilu.

Nastanitev: Stanovala sem v njihovem študentskem naselju Village 1, ki je sicer oddaljen od Medicinske fakultete in centra mesta, vendar so povezave z javnimi prevoznimi sredstvi dobre. 15-20 minut s tramom, ki vozi vsake 5 minut do centra in 15 minut do fakultete z avtobusom. Poleg za Bordeaux zelo ugodne cene, me je navdušilo tudi dejstvo, da je soba oddaljena zgolj 15 minut vožnje z tramom do bolnice, v kateri sem opravljala kardiologijo.

Faks: V Bordeauxu sem opravljala sklop Torax (naša Dihala in Obtočila) ter dva enomesečna staža na oddelku za oftalmologijo in ORL. Bordeaux je za nas primeren predvsem za enomesečne staže, saj tu nič ne komplicirajo. Medtem ko pa sem imela pri usklajevanju predmetov z izpiti velike probleme. Na koncu sem tam pisala samo en izpit – Torax. Čeprav sem predmet opravljala od februarja do sredine aprila, sem izpit pisala konec maja, sej imajo Francozi do konca študija izpitna

obdobja. Izpitate pišeš na tablici, preko svojega uporabniškega imena se povežeš u spletno učilnico, kjer te čaka izpit. Pred tem lahko na isti strani rešuješ tudi stare izpitate. Vprašanja se sicer ne ponavljajo, se pa navadiš na njihov sistem vprašanj in odgovorov ter primerov, ki je precej drugačen od našega. Vprašanja so na podlagi klinične obravnave pacientov in so mi bila zelo všeč.

Najprej sem 2 meseca in pol preživela na oddelku za kardiologijo v bolnišnici Hôpital Haut Lévéque. Objektivno gledano delo poteka podobno kot v Sloveniji. Skupaj še z 11 francoskimi študenti so mi bili dodeljeni 2-3 pacienti, odvisno od zasedenosti. Narediš anamnezo, natančen status in izpolniš 10 strani dolgo poročilo ob pomoči računalnika, kjer vidiš podatke o pacientih. Svoje paciente spremljaš na preiskave, redno delaš EKGje in jih na sploh opazuješ. Vsak dan počakaš na vizito z zdravnikom, kateremu poveš, če se je zgodilo kaj novega oz. poročáš o trenutnem stanju in malo predebatiraš kaj se dogaja s pacienti. Ker je zaradi francoščine to predstavljalo, kar velik šok zame, so mi na začetku malo pogledali skozi prste in so me spraševali samo zelo osnovne stvari. Ob torkih in četrkih sodeluješ pri raportu, ob sredah pa si profesor Couffinhal vzame čas in predebatiramo temo in pacienta, ki ju študent predstavi ob pomoči PowerPointa. Dva tedna je delo potekalo malo drugače, saj se me premestili na oddelek za nadzor dejavnikov tveganja pri pacientih v visoko rizični skupini. Ob četrkih popoldne potekajo tudi uradni seminarji na fakulteti, ostale dni pa samostojno delo v spletni učilnici.

Maja sem začela s svojim prvim stažem, najprej mi je bil dodeljen ORL. Tudi tukaj sem se priključila ostalim Francoskim študentom, ki jih sicer nisem videvala zelo pogosto, saj so se učili za izpitate konec meseca. Vsak teden smo se vpisovali v Google dokument, kjer je bil seznam zdravnikov/kirurgov, ki so tisti teden opravljali svetovanja. Delo poteka tako, da pred zdravnikom vidiš pacienta, narediš natančno anamnezo in izpolniš dosje. Potem pacienta predstaviš zdravniku in počakaš na status. Sicer je odvisno od zdravnika, ampak običajno ti dovolijo, da sodeluješ pri statusu oz. vsaj pogledaš še sam. Vsaj en dan na teden sem preživela tudi v operacijski dvorani, kjer so mi dovolili tudi asistirati in šivati.

Junija mi je ostal še zadnji oddelek – oftalmologija. Če je bil ORL dobro organiziran je oftalmološki oddelek pravo nasprotje. Študentov medicine nihče ne pričakuje, saj imajo študente drugih strok, ki opravljajo anamnezo in statuse ter dodatne preiskave. Vsak dan sem si naključno izbrala specializanta in mu sledila. Večino časa sem preživela na urgenci. Nekajkrat sem se odpravila tudi v operacijsko. Prvič je bilo zanimivo, saj podobnih operacij nisem še nikoli videla, predvsem me je presenetilo dejstvo, da odstranitev katarakte poteka pod lokalno anestezijo. Kasneje je postalo nekoliko dolgočasno, saj so si posegi podobni pa še slabo vidiš kaj se dogaja.

Delo na oddelku in eno mesečna staža sta mi bila všeč. Oboje ima svoje prednosti in slabosti. Je pa malo mučno, da se moraš na stažih praktično vsak dan na novo predstavljati.

Jezik: S francoščino praviloma nisem imela večjih težav. Ker francosko nisem govorila od srednje šole sem se prijavila na kratek tečaj konverzacije v Sloveniji. Intenzivnega tečaja v Franciji se nisem udeležila, saj za nas za razliko od prvega semestra, ni bil organiziran. Opravila sem tečaj medicinske francoščine, ki je obvezen in tečaj B2, ki sem ga imela kot izbirni predmet. Zaradi večmesečnih protestov na Univerzi, ki so jo v celoti zaprli, so se tečaji sicer zaključili aprila, vendar nam je profesor zaradi nepredvidljivih okoliščin priznal prisotnost.

Prosti čas: Družila sem se predvsem z Erazmovci, ki sem jih spoznala na tečajih francoščine, ki jih iz tega razloga tudi močno priporočam. Predvsem sedaj spomladi je bilo veliko dogodkov/koncertov na prostem na ulicah ali v parkih, med drugim tudi zelo znan Fête du Vin. Zelo priljubljeno je tudi večerno posedanje ob reki. Malo izven centra se nahaja jezero, ki so ga Bordojski poimenovali kar Le lac (torej jezero), ki ponuja hitro osvežitev in čudovito preživeto nedeljo, saj v lepem vremenu lokalni prebivalci azijskih korenin postavijo štante in pripravljajo poceni in okusno tradicionalno hrano. Večkrat sem se tudi odpeljala do Atlantika in se preizkusila na valovih. Obiski nacionalnih muzejev in ostalih državnih znamenitosti so kot drugod po Franciji do 26. leta zastoj, zato jih močno priporočam.

Stroški:

Karta za tram/avtobuse – 31e/na mesec. Bordeaux ima drugače zelo dobro razvito kolesarsko infrastrukturo. Lahko kupiš rabljeno kolo ali pa uporabljaš njihov ekvivalent našega BicikeLja.

Najemnina – 250e/na mesec (Proti koncu izmenjave mi je uspelo pridobiti CAF, ki zame znaša 80e/na mesec, vendar so mi ga nakazali samo za 3 mesece.)

Hrana – 30e/na teden (Sadje in zelenjavo sem večinoma kupovala na tržnicah, ker je tam bolj poceni. 1x na teden sem zvečer jedla v restavraciji, saj smo s prijatelji raziskovali nove kuhinje).

Mnenje: Bordeaux je zelo prikupno študentsko mesto, malo večje od Ljubljane. Sam center, v katerem sem se tudi največ zadrževala, odlikujejo stare visoke stavbe z ozkimi ulicami polnimi barov, trgovin in nasploh vrveža ter življenja. Še posebno se razživi v večerih urah. Ker sama nisem velika navdušenka nad vele mesti, menim, da je bil Bordeaux odlična izbira. Toplo ga priporočam vsem, vendar predvsem za 1-mesečne staže na oddelkih, saj je to veliko preprosteje.

20. FRANCIJA - Univerza Grenoble Alpes, Grenoble (Gašper Pintar)

V letu 2017/18 sem dva semestra študiral na Medicinski fakulteti Univerze Joseph Fourier (del UGA - Universite Grenoble Alpes) v Grenoblu. Tam sem opravljal večino obveznosti 5. letnika.

Večina študija v višjih letnikih v Grenoblu se vrti okoli opravljanja stažev. Francoski študentje od druge polovice tretjega letnika naprej začnejo z rednim delom v bolnišnici. Zahtevana je dopoldanska prisotnost, občasno tudi delajo dežurstva (ki so jih tuji študentje oproščeni). Na stažu študent v teoriji dela kot pomočnik specializantom in zdravnikom, v praksi pa je obseg dela odvisen od posameznega oddelka. Včasih jim je naloženo precej administrativnega dela (tipkanje anamnez, statusov), včasih zgolj slediš viziti, ponavadi je precej priložnosti za učenje praktičnih gest in pogovor ter pregledovanje pacientov.

Pri pripravi študijskega sporazuma sem imel nekaj težav, ker je informacij na spletu bore malo. Ne uporabljajo ECTS sistema, klinični predmeti niso razporejeni po letnikih, ampak po sklopih ("pole" - 5 sklopov, od 2. polovice tretjega letnika do konca 5. letnika). Njihova mednarodna pisarna pošlje seznam stažev, ki so na voljo. Erasmus študentje na enem stažu ostanejo en mesec. Tako sem na koncu izbral 9 stažev, s katerimi sem opravil praktične obveznosti večjega dela domačega kurikulumu, poleg tega sem tam lahko opravljal tudi izpite.

Pedagoški izkupiček izmenjave je najbolj odvisen od stažev, ki jih boste opravljali. Meni so bili najbolj všeč sledeči:

ORL - priložnost asistiranja ob kompliciranih operacijah,

nefrologija - prijazen kolektiv, tekom staža smo imeli zelo dobra dodatna predavanja,

pnevmologija - študenti zelo vključeni v delo na oddelku

Opravljal sem še staže na oftalmologiji, diabetologiji, ginekologiji, kardiologiji, pediatriji, revmatologiji. Precej sem slišal o stažu na 'Urgences adult', torej splošni urgenci, kjer študentje, odvisno od nivoja svojega znanja, dobijo v oskrbo svoje paciente. Slišalo se je kot zelo dinamičen in zanimiv staž.

Ravno ta vključenost študentov v praktično delo je največja vrednost študija v Grenoblu. Mislim, da je v univerzitetni bolnici CHU Grenoble nevidna hierarhija med študenti, specializanti, zdravniki manj občutna kot pri nas. Specializant ima sicer nenapisano, vendar naravno vlogo učenja študentov. Včasih so na vizitah prisotni profesorji, predstojniki klinike. Na večini stažev sem se počutil dobrodošlega, vzpostavil sem tudi nekaj stika z kolegi francoskimi študenti.

Predavanja so za študente višjih letnikov organizirana v popoldanskem času. Vzporedno potekajo predavanja vseh petih sklopov, urniki so objavljeni na spletu. Obseg predavanj ni točno določen, ponavadi pokrijejo osnovne patologije posamezne stroke. Seveda je možno obiskovati predavanja iz različnih sklopov. Določena so se mi zdela zelo dobra, poglobljena, včasih pa so se mi zdela preveč površinska in nekoristna.

Pisni izpiti se izvajajo dvakrat letno, ob koncu sklopa (sredi januarja in začetek junija). Sam sem opravljal Oftalmologijo in Ginekologijo. Izpiti so tipa MCQ, rešuje se jih na tablicah v veliki predavalnici. Zahtevan nivo znanja je po moji oceni nižji kot pri nas, vendar pa je težje dobiti odlično oceno (pri njih povprečje ocen iz vseh letnikov ne kasneje nikjer ne odloča). Pripravljaj sem se s slovensko literaturo in francoskimi učbeniki (obstaja več izdaj/založb, vse so podobne) ki zelo zgoščeno zajemajo vse znanje, ki ga francoski študenti potrebujejo za njihov veliki izpit ob koncu 6. letnika (ECN).

V prvi polovici izmenjave sem živel v študentskem domu, kasneje pa sem se preselil v sobo v privat stanovanju. Dobiti sobo v študentskem domu je zelo preprosto (kontaktirajo te preko maila), tako da s tem nisem imel skrbi. Tudi tuji študentje so kandidati za subvencijo CAF, ki dodatno olajša finančno breme. Več napotkov dobite ob prihodu.

Mednarodna pisarna v Grenoblu in njena tajnica sta zelo prijazni, vendar občasno slabše kooperativni, tako da si predvidite dovolj časa za urejanje administrativnih zadev.

Glavni faktor pri tem, kako boste doživeli študijski del te izmenjave pa je gotovo znanje francoščine, na druge jezike pač ne gre računati. Ob vsem praktičnem delu v bolnišnici pa se seveda zelo hitro učiš. Zame so bili prvi meseci relativno naporni, vendar mi je učenje jezika v njegovem pravem okolju prineslo tudi veliko zadovoljstva. Upoštevajte tudi, da so pričakovani standardi (medicinskega in jezikovnega) znanja pri tujih študentih nižji in da se nam glede marsičesa lahko 'pogleda skozi prste'.

Življenje v Grenoblu poleg študija je bila odlična izkušnja. Mesto leži ob vznožju Alp in je prava prestolnica športa. Mislím, da precej ljudi privabi ravno to, prebivalci Grenobla namreč gojijo zelo močno ljubezen do rekreacije. Za študente je na voljo odličen popust za smučanje in precej zastoj tečajev različnih športov. Ze zaradi svoje relativne majhnosti in omenjenega 'športnega' načina življenja pa se mesto včasih zdi kulturno, socialno manj razgibano.

Če razmišljate o izmenjavi v Grenoblu in imate dodatna vprašanja, sem na voljo na gasper.pintar@gmail.com.

21. FRANCIJA - Katoliška univerza v Lillu (Irena Krapež)

Lille je prikupno študentsko mesto, če se ne motim, so nam na brezplačnem vodenem ogledu mesta, ki sem se ga udeležila ob začetku izmenjave, povedali, da študentje predstavljajo več kot polovico populacije v Lillu. Velik je približno toliko kot Ljubljana, zato obvladljiv in bolj varen, kar je bilo zame tudi eno izmed meril ob izbiri kraja izmenjave, saj ne maram velemest.

TRANSPORT

Do Lilla in nazaj je možnih več poti, ki so ugodne, sama sem letela iz Ljubljane (Wizzair) do Charleroi-ja v Belgiji (cca 1h45) in od letališča do Lilla z avtobusom (Flibco) (1h30). Letalsko karto lahko dobiš zelo ugodno, tudi za 20 evrov, z doplačilom za prtljago seveda. Prevoz z letališča z avtobusom je nekje med 15 in 20 evri, ceneje lahko prideš skozi s prevozi (Blabla car), ki delujejo zelo dobro.

Transport je v Lillu odlično urejen. Poleg obvladljive velikosti samega mesta, se Lille ponaša tudi z metrojem in sicer zgolj z dvema linijama, ki se med sabo dvakrat križata in zelo dobro pokrijeta mesto. Metro z vsake postaje pelje praktično na dve minuti, tako da se kar malo razvadiš in na koncu vsako razdaljo opraviš z metrojem, čeprav bi šel lahko kdaj tudi peš. Mesečna vozovnica za mlade do 25 let, ki prebivajo v Lillu vsaj 3 mesece stane 28 evrov (ob izdaji vozovnice moraš priložiti svojo sliko, kopijo osebne dokumenta in pogodbe o začasnem prebivališču v Lillu iz katere je razviden čas bivanja). Metro prične obratovati navse zgodaj zjutraj (pred 06.00), zaključí pa okoli 00.30, kar je problem ob vračanju domov z Erasmus zabav, ampak obstaja nočni avtobus, ki pelje mimo ulice kjer je nočno življenje najbolj živahno. Obstajajo tudi avtobusne linije, ki se jih sama nisem mnogokrat posluževala, mesečna vozovnica pa velja tudi za te. Za kolesarske navdušence obstaja sistem mestnih koles, kot ga poznamo tudi v Ljubljani.

Iz Lilla vozi mnogo avtobusov (Flixbus, Ouibus...) po zelo ugodnih cenah po celi Franciji in v sosednje države. Poleg tega se v Lillu ustavlja tudi TGV. Za navdušence, ki želijo prepotovati čimveč francoskih mest obstaja ponudba TGVmax, za katero moraš odšteti 80 evrov na mesec (kupiti pa jo moraš za vsaj tri mesece), vse vozovnice so potem brezplačne in se lahko voziš po Franciji neomejeno (vozovnice moraš vseeno rezervirati).

NASTANITEV

V Lillu obstaja mnogo študentskih rezidenc, za katere je seveda najbolje zaprositi ob začetku leta, saj prostora hitro zmanjka. Cena se giblje med 300 in 500 evri (najpogosteje 400), stanje takšnih sob/garsioner pa je lahko zelo različno ob hkrati isti ceni. Z lahkoto pa je tudi najti veliko zasebnih podnajemniških stanovanj, ki si jih deliš z drugimi sostanovalci (ali pa tudi ne), večinoma študenti. Cena je enaka (300-500 oz. seveda navzgor neomejeno). Obstaja veliko spletnih strani, kjer lahko najdeš ponudbe, sama sem našla svoje stanovanje na spletni strani www.leboncoin.fr. Koristna je tudi Facebook skupina s podnajemniškimi stanovanji in pa tudi skupina z Erasmus študenti v Lillu v tekočem letu. Preden se odločite za podpis pogodbe močno priporočam ogled stanovanja! Sama sem stanovala v čudovitem zasebnem stanovanju s tremi francozi, za katerega sem odštela 400 evrov na mesec. V Franciji obstaja tudi sistem sofinanciranja CAF, za katerega je najbolje zaprositi čimprej, saj je postopek dolg in morda malce zapleten, ob tem moraš tudi odpreti francoski bančni račun.

HRANA

Sever Francije je poznan po svojih jedeh, ki jih morate preizkusiti v katerih izmed restavracij. Hrana v trgovinah je drugače malo dražja kot v pri nas. Za kosilo v bolnišnicah obstaja sistem kupnočkov (kot znanji obiskovalec jih kupiš najmanj 10, eden je vreden 2,8 evra) in hrana ni tako slaba, kot bi sprva mislil.

UNIVERZA IN DELO V BOLNIŠNICI

Université Cathilique de Lille je zasebna univerza, kar pomeni, da študentje na leto za šolnino odštejejo nekje med 3.000 do 8.000 (polna cena) evrov. Cena je odvisna od dohodka staršev. Sama sem to bolj po naključju izvedela šele ob koncu prvega dela vaj, saj zame kot Erasmus študentko to ni bilo pomembno. Tudi po pogovoru s francoskimi študenti z obeh univerz sem ugotovila, da to ne pomeni nobene razlike v kvaliteti njihovega študija. Ravno tako morajo po šestih letih opraviti concours, na katerem naj bi bili v povprečju še slabše uvrščeni kot študentje z javne univerze, kot so mi povedali (seveda zdravniki in specializanti, ki so študij opravljali na javni univerzi). Verjetno se ti s zasebne in oni z javne univerze gledajo malo postrani, vsak zaradi svojega razloga.

Ker sem v Franciji opravljala zgolj prakso, oziroma »staž«, ne morem veliko povedati o organizaciji in kvaliteti predavanj. Udeležila sem se samo treh v enem dnevu, za katere sem zvedela s strani drugih Erasmus študentov in moram reči, da predavalnica ni bila nič posebna, tehnična oprema tudi ne, samo predavanje pa je bilo odvisno od predavatelja – od solidnega, do grozno dolgočasnega. Od drugih Erasmus študentov sem izvedela le, da so predavanja na urniku lahko do večera in da ni vse obvezno.

Študentje s te univerze opravljajo vaje le v dveh bolnišnicah, ki sta tudi zasebni. To so navedli kot slabost, saj imaš kot študent na javni univerzi možnost izbire med mnogimi bolnišnicami. Kaj točno pomeni zasebna bolnišnica brez profita še zdaj čisto ne razumem, saj mi nihče ni znal popolnoma razložiti, pa čeprav sem po tem povprašala več različnih zdravnikov in specializantov. Torej izbrala sem si opravljanje vaj iz interne medicine in kirurgije, na oddelke in bolnišnici pa so me dodelili oni. Tako sem prvi del vaj opravljala v bolnišnic St. Vincent de Paul, drugi del pa St. Philibert, ki sta med sabo oddaljeni približno 10 km, kar v resnici pomeni zgolj slabih 20 minut vožnje z metrojem. Obe bolnišnici se namreč nahajata tik ob postaji metroja iste linije (rdeča proga).

Interna. Šest tednov vaj sem opravljala v bolnišnici St Vincent de Paul, na oddelku »Medicine polyvalente«, kar je praktično splošna interna medicina, kjer so hospitalizirani pacienti raznovrstnih patologij. Na oddelku sem pričevala z delom ob 9.00, odhajala pa med 16 in 17.30. Dan smo začeli z jutranjim raportom, na katerem so medicinske sestre poročale zdravnikom in specializantom kaj se je s pacienti dogajalo čez noč in kratek povzetek pacientovih težav. Po tem smo opravili obhod

po oddelku, ki je predstavljal večino delovnega dne. Vsak zdravnik je bil odgovoren za polovico pacientov na oddelku, kar je bilo približno 12 pacientov. Ob tem je imel pomoč enega ali dveh specializantov, ki sta opravljala pravzaprav večino dela. Vsakega pacienta smo pregledali (hiter splošen status), preverili njegove vitalne konstante in opravili kratko anamnezo o napredku. Vse stvari smo beležili v program na računalniku, saj je šlo za brezpapirno bolnico. Ob tem smo spreminjali doze zdravil, predpisovali nova, paciente naročali na preiskave in klicali specialiste za specializirana menja. Vmes je bil včasih kdaj čas za kavo, vsak dan pa smo skupaj odšli na kosilo v menzo v bolnišnici okoli 14.00. Popoldne so sledila naročanja na preiskave, pregled dokumentacije, pisanje odpustnic, opravljanje kliničnih testov in sprejem morebitnih novih pacientov.

Sama sem opravljala preglede pacientov ob dnevnem obhodu, opažanja vpisovala v program, včasih jemala anamnezo, naročala na preiskave, opravlja enostavne klinične teste in opravlja sprejem novih pacientov pod nadzorom. Pričakovala sem več manualnega dela kot je jemanje krvi in podobno, vendar je to bilo na tem oddelku strogo delo sester. Včasih sem si želela tudi več patofiziološke razlage, ker vedno nisem dobila odgovora na svoja vprašanja. Drugače so bili z mano prijazni

Kirurgija. Sedem tednov vaj sem opravljala v bolnišnici St Philibert, na oddelku za abdominalno kirurgijo. Dan sem začejala s hitro jutranjo vizito ob 8.00, nato sem sem preostanek dneva preživela v operacijskem bloku. Domov sem odhajala med 15.00 in 18.00, odvisno od operacijskega programa. Ker so imeli na oddelku tri specializante in dve operacijski dvorani, na začetku nisem dosti asistirala, vendar sem imela kmalu »srečo«, saj je bil ves čas eden od specializantov na dopustu ali bolniški, tako da sem imela možnost asistirati pri mnogih operacijah. Na njihovem oddelku delajo praktično vse operacije laparoskopsko, tako da se kot asistent izuriš v držanju kamere, tudi tiste s 30-stopinjsko optiko. Na koncu so mi pustili zašiti operacijske rane. Vseeno moraš pokazati veliko interesa, saj so tamkajšnje inštrumentarke vajene asistence in sem se morala včasih boriti, da sem koncu vseeno jaz zašila rane.

Svoj staž sem na tem oddelku podaljšala (iz 6 na 7 tednov) in sem zadnji teden na lastno željo preživela v ambulanti, kar je bilo zelo zanimivo, kirurgi so si vzeli več časa za razlago.

Na splošno so bili z menoj zelo prijazni, počutila sem se dobro, morda so navdušeni nad vsakim, ki pokaže vsaj nekoliko interesa.

SOCIALNI PROGRAMESN: organizacija v Lillu deluje odlično. Tako se vsak teden odvija vsaj en dogodek, bodisi športni (tek, kajak, salsa, drsanje...), zgolj zabavni (pravi »Erazmus žuri«, karaoke, biljard...), kulturni (zastonj koncerti, obisk muzejev), itd... Zagotovo se najde kaj za vsakega, sploh pa tam hitro najdeš družbo, Erazmus študente iz celega sveta, s katerimi potem preživljaš praktično vse večere. Tudi izven ESN organizacije lahko v Lillu vsakdo najde nekaj zase, tako, da ti tam res ne more biti dolgčas in lahko doživiš nepozabno dogodivščino.

22. FRANCIJA – Univerza v Lyonu (Nikola Zhivkovikj)

Izmenjavo sem opravil v šestem letniku. Tam sem delal vaje iz interne medicine in kirurgije. Vpis na fakulteto in urejanje vozovnice za javni prevoz je zelo preprosto, zato sem to lahko opravil v enem dnevu. Že prej so me obvestili o dokumentih, ki sem jih potreboval, tako da je potekalo brez problema.

V študentski dom nisem bil sprejet in moral sem poiskati stanovanje. Ker sem imel s tem kar nekaj težav, sem se odločil, da grem v Lyon dva tedna prej, da sem lahko hodil na ogled. Tudi to ni veliko pripomoglo. Na koncu sem lahko bival pri družini nekega študenta medicine, oglas pa sem videl v uradni Erasmus Facebook skupini.

Najprej sem šest tednov opravljal vaje iz kirurgije na oddelku za splošno in abdominalno kirurgijo v bolnici Croix Rousse. Odgovorni zdravnik je zelo prijazen in nam je razkazal oddelek. Predstavil nas je specializantom, ki naj bi nam razporejali zadolžitve. Vendar se specializanti niso preveč ukvarjali z nami, tako da sem šel po jutranji viziti vsak dan v operacijski blok, kjer sem lahko gledal operacije. Asistiriral sem lahko samo nekajkrat. Dobili smo seznam z dolžnostmi, ki smo jih morali

opraviti (narediti šive, vstaviti urinski kateter idr.), kar je bilo precej enostavno. Na oddelku se, milo rečeno, z nami nihče ni preveč ukvarjal. Torej, če si želite kvalitetnih vaj, vam priporočam, da izberete kakšen drug oddelek (npr. travma).

Vaje za interno medicino sem opravil na urgenci v isti bolnici. V šestih tednih, moraš opraviti vse skupaj petnajst dni vaj, vendar moraš vsakič, ko prideš, ostati deset ur. Študentje smo sami naredili razpored, kar je bilo zelo dobro, ker si lahko vnaprej planiral dolge vikende in proste tedne za obiske in potovanje. Na tem oddelku študentje so res zelo aktivni. Francoski študentje sami sprejemajo paciente, anamnezo in status sami vpišejo v sistem in poročajo zdravniku. Študentje delajo tudi EKG, urinske lističe, hitre teste in celo šivajo rane. Erasmus študentje načeloma ne smejo sami sprejemati pacientov – spremljati morajo francoske študente, vendar je mene ena zdravnica »prisilila« v to, da sem delal sam in sem to počel zadnjih 5 dni. Vsi pacienti so bili zelo prijazni z mano, ko sem jim povedal, da sem tuj študent in vsi so prilagodili svojo francoščino. Zelo priporočam ta oddelek, ker sem res lahko veliko delal s pacienti in se veliko naučil, vsi so bili prijazni, komunikacija je bila prijateljska. Dobili smo celo bone za brezplačno kosilo v bolnišnični menzi, kjer sicer lahko kot študent ješ kosilo za cca. 4 evre.

Opravil sem tudi tečaj francoščine, ki sem ga vnesel v LA, zato da bi ga lahko uveljavil kot izbirni predmet. Tečaj priporočam, saj je najboljši način, da spoznate ostale Erasmus študente, če nimate predavanj. Mi smo bili zelo družabna skupina in smo večino časa preživeli skupaj.

Samo mesto je zelo lepo. Transport je zelo dobro organiziran in po večini mesta je mogoče kolesariti. Imajo podoben sistem kot Bicikelj z mnogimi postajami po vsem mestu. Je veliko javnih prostorov, kjer se ljudje zbirajo, veliko barov in kavarn ter prav tako kar nekaj klubov, ki ponujajo zelo kvalitetno nočno življenje.

Če imate kakršnakoli vprašanja, mi lahko napišete na nikola.zhivkovikj@gmail.com.

Zelo vam priporočam to izkušnjo, il faut profiter!

23. FRANCIJA - Univerza Paris Descartes, Paris (Ana Berus)

Letošnje študijsko leto 2017/2018 sem preživela na celoletni študijski izmenjavi Erasmus+ na Université Paris Descartes v Parizu. V Franciji sem opravljala svoj 5. letnik. Za izmenjavo v Franciji sem se odločila predvsem zaradi znanja jezika. Francoščino sem tekoče govorila že pred odhodom v Pariz, saj sem v srednji šoli eno leto živela in obiskovala gimnazijo v Franciji.

Pred odhodom sem imela veliko organizacijskih obveznosti in usklajevanj urnikov. Ker se študijska sistema v Sloveniji in Franciji zelo razlikujeta, je bilo potrebnih veliko dogovarjanj med obema fakultetama za priznavanje študijskih obveznosti.

V Pariz sem prispela v sredini septembra, jezikovnega tečaja za Erasmus študente, ki je bil organiziran v septembru se nisem udeležila, ker je bil tečaj zelo osnoven. Tako sem september preživela v pripravah na začetek študijskega leta in spoznavala nove ljudi.

Pred prihodom sem že našla stanovanje v študentskem domu Crous Port Royal, ki se nahaja v 5. okrožju Pariza. Živela sem v študentski garsonjeri s svojo kuhinjo in kopalnico z mesečno najemnino 520 eur. Stanovanje sem našla preko razpisa pariške medicinske fakultete ob prijavi na Erasmus.

Šolsko leto v Franciji se je začelo prvi teden v oktobru, začela sem z vajami iz ginekologije v porodnišnici Port Royal. Študijski dnevi so v Franciji sestavljeni iz kliničnega staža, ki poteka vsak dan dopoldne med 8. in 13. uro in predavanj, ki potekajo vsako popoldne od 14. ure dalje. Dopoldanske klinične vaje potekajo na različnih oddelkih, glede na izbran staž v vsakem trimestru in so obvezne. Popoldanska predavanja so neobvezna, vendar znajo biti včasih koristna pri opravljanju izpitov.

Vloga študenta na oddelku so sprejemi novih pacientov ter predstavitev pacientov med vizito. Vsako jutro je na oddelku organiziran raport, na katerem študenti predstavljajo nove paciente, enkrat tedensko pa na oddelku poteka konzilij, na kateremu se predebatira težje klinične primere hospitaliziranih pacientov.

Sama sem prve tri mesece vaje opravljala v porodnišnici Port Royal, v drugemu trimesstru sem opravljala vaje na oddelku iz kardiologije v kliničnem centru Cochin, v tretjemu trimesstru pa vaje na pediatrični kliniki Necker. Ob popoldnevih sem opravljala popoldanske klinične vaje na različnih oddelkih – ORL, maksilofacialna kirurgija, oftalmologija, pulmologija in endokrinologija. Popoldanske staže sem si organizirala sama po dogovoru s predstojniki oddelkov in s tem opravila študijske obveznosti večine predmetov 5. letnika.

Izpiti so organizirani na koncu vsakega trimesstra, za Erasmus študente je možna prijava na katerikoli predmet, ki je razpisan na izpitem roku. Izpiti so pisni v obliki vprašanj na obkrožanje. Izpiti so zelo obsežni in zahtevni, vendar se jih pravo literaturo in resnim študijem lahko lepo opravi.

Kljub zahtevnemu študiju in študijskim obveznostim, mi je ostalo nekaj prostega časa, ki sem ga v Parizu odlično izkoristila. V Parizu se najdejo zelo različne stvari za vsakega; galerije, muzeji, razstave, majhne knjigarne, odlične francoske slaščičarne in sprehodi ter odkrivanje majhnih pariških ulic, zato sem vsako prosto uro zelo dobro izkoristila.

Z izmenjavo sem bila ob koncu zelo zadovoljna in bi jo vsakemu priporočila. Za več informacij (predvsem glede usklajevanja urnikov) me lahko kontaktirate na ana.berus@gmail.com.

24. FRANCIJA - Univerza Paris Descartes, Paris (Zala Smole)

V Parizu sem preživela 10 mesečno izmenjavo, ki je bila polna preizkušenj in presenečenj, tako lepih kot manj lepih, a vendar lahko po koncu z veseljem rečem, da je moja pariška izkušnja nenadomestljiva.

Moji prvi dnevi so bili namenjeni programu SILC, ki je vseboval ure francoščine in integracije v tukajšnje življenje, poleg tega pa je bil s strani organizacije EIAP, ki poskrbi za raznovrstne dogodke preko celega leta, organiziran popoldanski program s številnimi ogledi predelov Pariza, kot tudi raznimi spoznavnimi večeri in zabavami. Tako smo se lahko z ostalimi поблиže spoznali in ustvarili prve vezi, se spoprijeli s francoščino, obnovili naše znanje in raziskali mesto.

Ob prihodu me je čakalo kar nekaj dokumentov, ki so potrebni ob začetku leta. To je lahko v Franciji precej zapleteno in predvsem dolgotrajno, a vendar potem stvari nekako stečejo in se vse uredi ob pomoči mednarodne pisarne in vseh ostalih virov pomoči.

Urediti si je potrebno tudi nastanitev, kar je lahko v Parizu pravi pekel, saj so cene tukaj študentu-neprijazne, nekje okrog 600 evrov za zares majhno sobo, vendar že to je zelo redka najdba, cene so lahko vse do 1000 evrov). H sreči nam ponudijo študentska stanovanja v domovih, za kar sem se odločila tudi jaz. Študentski dom, kjer sem stanovala, je 15min hoje oddaljen od fakultete, knjižnice in bolnišnice Cochin, kar je zares zelo praktično, poleg tega pa je lokacija (5. okrožje) blizu vsega, odlično za raziskovanje Pariza in prav tako za nočno življenje. Načeloma ti tu dodelijo garsonjero, ki si jo deliš s še enim/eno študentom/-ko, vendar je stanovanje dovolj veliko za dve osebi. Poleg sobe, kjer spita, je torej še kopalnica in manjša kuhinja, ki zadošča za udobno življenje. Osebnostno bi se za to odločila še enkrat, tako zaradi stanovanja kot tudi lokacije. Cena je okoli 330 evrov s stroški vred, se pa je potrebno podvzati s prošnjo, ker je študentov, ki zaprosijo za sobe v domovih veliko.

Z oktobrom smo pričeli z delom v bolnišnici, ki se odvija v obliki »stage-a«. Vsak stage traja tri mesece, od ponedeljka do petka, delovnik je odvisen od posameznega oddelka, domov pa se študentje odpravijo nekje med 12:00 in 13:30, prav tako odvisno od oddelka in pa od dela, ki ga je potrebno opraviti. Študentje so v bolnišnici zelo aktivni, a tudi tukaj poudarjam, da niso vsi oddelki enaki, torej tudi kvaliteta stage-a zavisi od tega. Jaz sem prve tri mesece opravljala v bolnišnici Saint-Joseph, kjer sem bila v skupini s 13 francoskimi študenti. Delo je bilo sprva zelo težko, ker je sistem popolnoma drugačen kot pri nas in ga študenti iz tujine nismo poznali, vendar so nam študentje ves čas pomagali, predvsem pa smo naredili velik napredek kar se tiče jezika, saj so vizite in vse ostalo delo potekali v francoščini, kakor tudi stiki z ostalimi študenti, tako francoskimi kot tujimi, kar štejem v veliko prednost, ker sicer tak napredek ne bi bil možen v tako kratkem času. Naše delo je bilo pregled bolnika, nato pisanje statusa in anamneze, ki smo ju nato prediskutirali s specializantom ali pa nadrejenimi, se pogovorili o možni diagnozi, zdravljenju in tako dalje. Na tak način smo se preko dela res veliko naučili, kar nam je prav prišlo tudi za izpit. Opravila sem tudi tri dežurstva, ki so potekala od 18. ure do naslednjega jutra, ki so prav tako odlična priložnost za pridobitev novega znanja, saj od študentov ostane le eden, torej smo imeli veliko dela in hkrati zdravnik ali specializant več časa za vsa naša vprašanja in poglobitev v vsak posamezni primer. Naslednje tri mesece sem opravljala v bolnišnici Necker, oddelek za pediatrično gastroenterologijo, kjer sem bila v stiku z zelo redkimi boleznimi, ki jih ne vidimo vsak dan, kar je bilo zelo zanimivo, vendar pa posledično študentje nismo mogli toliko sodelovati, saj nam je primanjkovalo znanja na tem področju. Kljub temu smo bili aktivni in sčasoma osvojili osnove tudi teh »hiperspecializacij«. Dežurstev tu nismo opravljali, smo pa opravljali tako-imenovane »astreinte«, ki potekajo v soboto dopoldne, delo pa je enako kot preko tedna.

Zadnje tri mesece sem opravljala v bolnišnici Cochin, na oddelku za Ginekologijo in porodništvo. Verjetno od vseh treh najbolj aktiven stage, študentje smo morali vsako jutro predstavljati nove bolnice, ki so bile hospitalizirane prejšnji dan, nato je sledila vizita, ki jo je vodil ali specializant ali nadrejeni, skupaj smo pregledali bolnice, po končani viziti pa smo izpolnjevali razne obrazce, se preizkusili v predpisovanju zdravil, se preko tega naučili zdravljenja najpogostejših zapletov med nosečnostjo itd. Opravili smo tudi enotedensko delo v operacijskem bloku, kjer smo asistirali pri carskih rezih in ostalih posegih. Opravila sem tudi 7 dežurstev, od tega nekaj v urgentnih ambulantah, kjer je študent vedno prvi, ki sprejme bolnico, opravi začetni pregled, napiše hitri status in anamnezo, ter poroča o tem svojem nadrejenemu, ob njegovi pomoči nato opravi ginekološki pregled in se preizkusi v ultrazvoku, seveda v manj nevarnih primerih, kjer je za pregled na voljo nekaj več časa. Preostala dežurstva sem opravila na porodniškem oddelku, kjer študent redno pregleduje in sledi porodnici, asistira pri porodu in po njegovem koncu sodeluje pri pregledu novorojenca.

Med izmenjavo sem opravljala tudi izpite, ki so tukaj zelo težki, ne le zaradi jezika, ampak na sploh v Franciji ocene ne presegajo 8 od 10 po našem sistemu in že to se zgodi zelo redko. Ocene za njihove študente niso pomembne, zato sistem ni najbolj ugoden za erasmus študente, ki prihajamo iz držav, kjer ocene štejejo veliko. Vprašanja so zelo zapletena in podrobna, knjige pri skoraj vseh predmetih presegajo 600 strani (pediatrija 1000). Sprva se mi je zdelo to skorajda nemogoče, vendar pa se s pridnim delom knjige da »prebaviti« in tudi izpite opraviti. V veliko pomoč je podpora vseh ostalih študentov, saj imajo vsi prav tako veliko dela, zato načeloma nisi edini, ki se takoj po delu v bolnišnici odpravi naravnost v knjižnico in tam ostane cel dan. Študij tukaj je od začetka zelo naporen, s časom pa se tudi tega privadiš in stvari stečejo, hkrati pa te taka (pre)izkušnja utrdi.

Kar se prehrane tiče, je ta za študente dobro organizirana. Seveda to niso naši »boni«, vendar kljub temu obstajajo številne menze, tako v bolnišnicah kot tudi drugje po mestu, kjer je cena obroka med 2,5 in 3,5 evrov, mi smo se jih precej posluževali in bili skoraj vedno zadovoljni s ponudbo, hkrati pa smo tako privarčevali nekaj denarja in časa.

Cene v trgovinah so višje kot pri nas, za določene artikle razlika skorajda ni opazna, za določene pa lahko močno presega slovenske cene. Zelenjava in sadje v supermarketih načeloma ni najboljše kvalitete in se jo kupi, če res nimaš časa, da bi se ob koncu tedna odpravil na tržnico, kjer so artikli domači in je kvaliteta zares boljša. Prav tako tam lahko kupiš sire in ostale slavne francoske dobrote.

Kar se tiče zabave in raznih dogodkov v Parizu res najdeš, kar ti srce poživi. Vsak dan se tu odvijajo koncerti, razstave, predstave, festivali itd., skratka večjo težavo imaš s tem, da nimaš dovolj časa za vse, kar bi rad obiskal. Zgoraj omenjena organizacija EIAP organizira tudi številne izlete v druge regije Francije, z vedno dobrim in zabavnim programom, organizirajo pa tudi številne zabave, kar je seveda ravno tako pomemben del (erasmus) življenja, kljub temu da je potrebno veliko študirati. Je pa res, da so cene nočnega življenja višje, a vendar se da najti stvari, ki so cenejše, tako da ne ostaneš ravno doma zaradi tega. □

Za zaključek lahko rečem, da je bilo leto noro v vseh pogledih, študijskih in zabavnejših, prijateljstva, ki smo jih zgradili, bodo nedvomno ostala kljub razdalji in naših skupnih dni tukaj ne bom nikoli pozabila. Vsem, ki razmišljajo o izmenjavi v Parizu, to močno priporočam, saj se ves trud, ki ga je tu potrebno vložiti, na koncu nedvomno poplača. Naj jezik ne bo ovira, ker se ga da osvojiti, če se ga hoče in je na koncu le še en plus več, ki ga lahko dodam k tej izmenjavi.

25. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Joanna Prusnik)

Drugi semester 4. letnika sem preživela v Splitu na Hrvaškem.

Na voljo sta 2 študentska domova. Jaz sem se prijavila v tistega bližje faksu, vendar nisem dobila sobe, saj imajo za erasmus študente na voljo le 30 mest, nas pa je bilo veliko več. Tako sem se prvič v Split odpravila mesec dni pred pričetkom izmenjave, da bi našla sobo ali stanovanje. Iskala sem predvsem na spletni strani njuskalo.hr, obstaja pa tudi nekaj facebook skupin za študente, ki iščejo sobo. Stanovanje sem dobila v bližini faksa (10min peš), v primerjavi z Ljubljano je bilo zelo ugodno, skupaj s stroški sem za enosobno stanovanje na mesec plačala okoli 220€.

Če le gre, je v Split najbolj udobno potovati z avtom. Pot tja in nazaj je kar draga zaradi cestnin, avtobus je veliko cenejši, a potuje iz Ljubljane 10 ur, enkrat moraš tudi prestopiti v Zagrebu. Spomladi, ko se začne sezona, pa se spleta pogledati tudi na prevozi.org, saj jih je do Splita kar nekaj.

Drugič sem prišla v Split nekaj dni pred začetkom predavanj. Začela sem z ortopedijo, ki je trajala 2 tedna. Pouk je organiziran zelo podobno kot pri nas. Vsak dan imaš predavanja, vaje, seminarje. Večinoma so vse oblike pouka obvezne. Manjkaš lahko 20%, a moraš nato ustno zagovarjati snov, ki si jo izpustil oziroma nadomeščati vaje. Izpita iz ortopedije tam nisem opravljala, saj se pri nas ne prizna. Po ortopediji pa sem nadaljevala z infekcijami. To je bil tudi moj prvi opravljen izpit v Splitu. Z jezikom nisem imela težav, saj sem hrvaško govorila že pred začetkom izmenjave. Naučiti sem se morala le nekaterih medicinskih izrazov, kako se vzame in poroča anamneza, status ... Profesorji in sošolci so bili zelo prijazni in mi pri vsem pomagali in na ustnem izpitu sem kakšne stvari lahko povedala kar po slovensko, če se je v hrvaščini zataknilo. Takoj po infekcijah sem poslušala še predavanja in opravljala vaje iz fizikalne in rehabilitacijske medicine, enega javnozdravstvenega predmeta, ki se mi je štel kot izbirni predmet, onkologije in epidemiologije. S poukom sem zaključila 13.07., kar je bilo zgodaj, saj so imeli ostali letniki pouk še vsaj en teden.

V Splitu imajo redni program medicine, kamor so vpisani hrvaški študentje in pouk poteka v hrvaščini, prav tako pa imajo tudi izredni angleški program, kamor se vpišejo tuji študentje, pouk pa poteka v angleščini. Sam se lahko odločiš, v katerem jeziku bi želel študirati, tako da greš lahko v Split tudi, če ne znaš niti malo hrvaško. Vendar pa se moraš odločiti le za en program, ne moreš opravljati nekaj predmetov v hrvaščini in nekaj v angleščini. Osebno bi priporočila hrvaški program. Angleški program je plačljiv in manj resen, pouk ni tako dobro organiziran in študentje imajo veliko manj stika s pacienti, saj ne govorijo hrvaško.

Medicinska fakulteta ima svojo menzo, kjer lahko vsak delovnik poješ zajtrk in nato kosilo. S študentsko kartico imaš 70% popust na 2 obroka na dan, celotno kosilo te tako stane okoli 1€. 10 min peš od fakultete pa je študentski kampus, kjer je še nekaj drugih fakultet in pa študentski dom. Tudi tam ima vsak faks in študentski dom svojo menzo, ki pa so odprte tudi zvečer, tako da lahko tam poješ tudi večerjo. Čez vikende je dežurna vsaj ena menza.

Na fakulteti je nogomet zelo popularen šport. Vsak letnik ima svojo nogometno ekipo, tako da organizirajo tekme med letniki. Na voljo so tudi drugi športi, možnosti za rekreacijo res ne manjka. Univerza v Splitu pa organizira tudi zastonj vadbe za študente kot so skupinske fitness vadbe, tečaj plesa, tečaj plezanja in šola teka.

Organiziran je tudi tečaj hrvaščine, ki se lahko šteje kot izbirni predmet.

Medicinska fakulteta je dobre pol ure hoje stran od centra mesta. Za približno 10€ si lahko kupiš mesečno vozonicico za avtobus in brez težav prideš na vse konce mesta. Sama si mesečne vozonicice nisem kupila, saj sem raje odpravila kar peš, kamor koli sem šla. Enkratna vožnja z avtobusom pa stane 1,5€.

Split je zelo živahno mesto. Zvečer so klubi in bari zmeraj polni, še posebej maja in kasneje, ko se začne turistična sezona. Takrat je ljudi že kar malo preveč. Nikoli ni dolgčas, zmeraj lahko kam greš ali še kaj doživiš. Tudi v okolici Splita je kar nekaj mest, vrednih obiska. Poleg morja, pa okolica Splita nudi še hribe, jame, jezera, reke, tako da lahko res veliko časa preživiš v naravi. Split in okolico je najbolje spoznavati pred koncem maja, preden se zares začne sezona, ko turistov še ni veliko in so tudi cene še malo nižje.

Teh 5 mesecev, preživetih v Splitu, je bilo neverjetnih. Vsekakor bi izmenjavo ponovila in jo priporočam čisto vsem.

26. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Lea Dora Janežič)

Drugi semester 4.letnika sem preživela na 5 mesečni Erasmus študijski izmenjavi pri sosedih na Sveučilište u Splitu, Medicinski fakultet Split. Izmenjavo sem začela 17. februarja in končala 16. julija.

FAKULTETA IN BOLNICE

Na Medicinski fakulteti imajo dva programa in sicer normalen hrvaški ter samoplačniški angleški program. Ko izbiraš kompatibilne predmete za Learning agreement moraš izbrati predmete le iz enega programa, torej ali iz angleškega ali iz hrvaškega in ju ne moreš kombinirati. Nama s sošolko Joanno iz MF nama je bila marca dovoljena izjema, saj so se naknadno malo spremenili datumi predmetov in je prišlo do prekrivanja ter nama porušilo prvotni plan opravljanja predmetov. Tako sva dobile možnost opravljanja predmeta Fizikalna in rehabilitacijska medicina na angleškem programu. Sicer imajo oni malo drugačen raspored predmetov po letnikih kot mi, zato sva malo skombinirale in prehajale med letniki. Predmeti, ki sva jih opravljale v Splitu so bili: gibala (Ortopedija s 5.letnikom in Physical and rehabilitation medicine s 5.letnikom angleškega programa), infekcijske bolezni (Infekcije s 4.letnikom in Epidemiologija s 5.letnikom), onkološki del predmeta Rak in bolezni krvi (Klinička onkologija s 5.letnikom) ter izbirni predmet (Medicina rada i pomorstva sa zdravstvenom ekologijom s 5.letnikom). Drugače pa je njihov celoten sistem skoraj isti kot pri nas od 4.letnika naprej, torej oni imajo že od 1.letnika blok predmete in nimajo izpitnih obdobij. Predmet traja nekaj tednov s predavanji, seminarji (pri skoraj vsakem predmetu morajo delati seminar) in vajami, ki jim sledi pisni izpit, katerega ustni pa se ponavadi vlečejo že v naslednji predmet saj začnejo z novim predmetom že naslednji dan po pisnem izpitu. Imajo tudi več predmetov in faks zaključijo šele v sredini ali koncu julija. Medicinski fakultet Split je izven kampusa in zato bližje morju (kakšnih 10min peš do plaže) s sproščujočim vzdušjem zaradi razgleda na morje in otoke. Del faksa je stara zgradba, del pa je nova zgradba s predavalnicami, menzo in barom. Gospa Natalija iz mednarodne pisarne je zelo prijazna in smo vse potrebno dokaj hitro uredili brez težav, tako, da glede papirologije ni bilo nobenih

zapletov. Profesorji so bili vsi prijazni in željni pomagati, nekajkrat so naju z Joanno tudi vprašali, če vse razumeva na predavanjih in če imava kakšne težave s sledenjem v hrvaščini. Tudi na ustnih izpitih iz infekcij in onkologije so nama izpraševalci ponudili, da lahko brez problema poveva tudi kaj v Slovenščini in naju bodo razumeli. Celotni pedagoški del zaposlenih od profesorjev do zdravnikov mentorjev na vajah me je pozitivno presenetil, saj so nas vsi resnično želeli nekaj naučiti in so se vedno trudili. Vsi so bili sproščeni, prijazni, hudomušni (še posebej do naju Slovenk) in so vidno uživali pri delu s študenti, kar sem v Ljubljani redko kdaj videla. Bistvena razlika je tudi v tem, da se v Splitu ne čuti tiste napetosti, stresa ali strahu pred profesorji/mentorji/zdravniki, saj so oni odprti za kritiko in komentarje in jim študentje odkrito in brez strahu povejo kar jih moti. Presenetilo me je tudi, ko so sem pa tja študentje kar rekli profesorju če lahko prej zaključimo, ker smo utrujeni in ta nas je upošteval. Sprva sem mislila, da naju sošolci ne bodo tako hitro sprejeli saj so manjši letnik kot pri nas in so skupaj že 5 let ter se vsi dobro poznajo za razliko od kakšnih drugih Erasmus letnikov, kjer so vsi novi. Vendar sem se motila. Sošolci s katerimi sva se spoznali in družili so naju hitro zelo lepo sprejeli in nama z veseljem včasih celo sami od sebe povedali in pomagali pri vsem kar sva potrebovali. Vaje smo imeli v dveh bolnicah, KBC Split in bolnica Križine. Moram reči, da sta me bolnici kar presenetili, saj sta zelo stari in ko sem prišla prvi dan na vaje, nisem bila prepričana, če je bolnica sploh v uporabi. Zanimivo je, da na Infekcijski kliniki nimajo razkužil in si noben od študentov ali zdravnikov ne razkužuje rok tako redno kot pri nas. Če si si hotel razkužiti roke in stetoskop si se moral kar malo potruditi in najti razkužilo, zato sva si z Joanno raje kupile svojega in ga imeli v žepu od halje. In še zadnja razlika, ki bi jo omenila je, da so zdravniki zelo domači s pacienti kar je na nek način lepo in daje neko toplino, ko gledaš pogovor med pacientko in zdravnikom in zdravnik reče: 'O Marice moja, kako vam mogu pomoć'

JEZIK

Ker sem izbrala predmete iz hrvaškega programa je vse potekalo v hrvaščini. Jaz sem sicer že prej znala dovolj hrvaško (zaradi športa sem bila velikokrat na hrvaškem in se tako naučila), da sem lahko sledila predavanja in se vse dogovorila. Kljub temu pa sem šla še na tečaj hrvaščine, ki je brezplačen za Erasmus študente in je organiziran na Filozofski fakulteti na drugi strani Splita. Na tečaj sem šla z namenom, da se naučim še nekaj slovnice, saj sem znala le pogovorno in po posluhu. Drugače pa imaš na voljo vse stopnje znanja jezika od A1 do C2. Veliko novih medicinskih izrazov v hrvaščini sem se naučila sproti na predavanjih in vajah, veliko pa tudi iz hrvaške literature, iz katere smo se učili za izpite. Glede učenja za izpite iz hrvaške literature to ni bilo tako težko kot sem mislila, mi je pa vzelo malo več časa kot sem pričakovala. Tudi na vajah, ko sem jemala anamneze pacientom so ti bili uvidevni ali pa so vskočili sošolci za kakšno besedo, ki je nisem znala. Seveda, če si izbereš predmete pri angleškem programu ne rabiš znanja hrvaščine, ker je vse v angleščini.

ŽIVLJENJE

Skoraj vse informacije so na spletni strani: <https://www.scst.unist.hr>
<http://www.unist.hr/studiranje-u-splitu/prehrana-i-smjestaj>

Nastanitev

Za daljšo nastanitev v Splitu vsak potrebuje svojo OIB številko, ki jo urediš na njihovi upravni enoti tj. policijski postaji ali pa ti jo kot v mojem primeru uredi že njihova mednarodna pisarna pred prihodom na izmenjavo. V Splitu so trije študentski domovi, vendar več o njih ne vem, saj sva s fantom zase iskala stanovanje. Glede stanovanj obstaja kar nekaj strani na Facebooku in spletu npr. Njuškalo, Realitica oglasi, Crozilla.com,... Največja težava je, da je večina stanovanj na voljo le do 1.6. oz. do začetka turistične sezone in se je veliko študentov moralo izseliti iz stanovanja in znajti po svoje, saj so lastniki začeli oddajati turistom. Pomembno je tudi, da z lastnikom stanovanja podpišeš pogodbo o najemu in na začetku dobro definiraš čas bivanja, saj baje nekateri ne upoštevajo dogovora. Negativna oz. pozitivna stvar, kakor si vzameš, je, da skoraj ne najdeš stanovanja brez agencije, to pomeni, da moraš agenciji plačati še eno mesečno najemnino (kar se meni zdi preveč glede na to, da ti samo povejo točen naslov stanovanja in ti ga skupaj z lastnikom

razkažejo ter dajo pogodbo). Moja izkušnja z iskanjem stanovanja je bila malo stresna saj je lastnik prvega preklinal pogodbo približno 2 tedna pred prihodom v Split, ker sva ga s fantom vprašala če je možno najeti tudi brez agencije, lastnik drugega stanovanja pa se je premislil glede oddajanja teden pred prihodom, tako, da sva ostala brez stanovanja. Na srečo sva našla še tri prosta stanovanja in si jih lahko ogledala takoj ko sva prispela v Split. Lastnica katere stanovanje je bilo še primernejše in na boljši lokaciji kot prva dva, je bila zelo prijazna in nama omogočila, da sva se še isti večer vselila. Tako sem imela do faksa in prve bolnice 10 min hoje, do druge bolnice, ki je bila praktično nad nama 5min hoje, centra (Rive) 30min hoje, do morja 2min hoje in do najbližje plaže 4min hoje. Skratka lokacija v predelu Firule/Zenta se je izkazala za odlično vključno s parkiriščem, ki je bilo po celi ulici in si vedno dobil varen osvetljen prostor. Edina negativna stvar lokacije je bil helikopter, ki je vsakodnevno pristajal na koncu ulice.

Stroški

Cene enosobnih stanovanj so zelo različne in odvisne od opremljenosti npr. Staro temačno stanovanje lahko dobiš že za 250€/mesec ali pa lepo novo svetlo stanovanje s privatnim parkiriščem za 500€/mesec. V povprečju pa so cene glede na to kaj dobiš, nižje kot v Ljubljani. Najin budget za stanovanje je bil okoli 300€ in dobila sva ga za 330€ brez stroškov (po njihovo režije).

Cene za hrano v trgovinah so višje kot v Sloveniji, vendar imajo tudi Lidl za cenejšo verzijo. Prva dva tedna sva si kuhala doma, potem pa sva ugotovila, da se ne splača in jedla samo še v menzah, ki jih je 7 in ima skoraj vsak faks svojo. V teh študentskih menzah z njihovo študentsko izkaznico Iksico za celoten obrok (juha, glavna jed-lahko tudi dve, solata, sadje, voda/sok, sladica) plačaš od 5,5kn do max 20kn (prb. 0,7-3€), odvisno od cene glavne jedi.

Glede na bližino stanovanja in svoj avto, nisem uporabljala javnega prevoza, zato ne vem koliko je mesečna študentska vozovnica za mestni avtobus. Vem le, da je ena vozovnica oz. približno 1h vožnje z mestnimi avtobusi 11kun (1,5€).

Moji celotni mesečni stroški so torej bili: okoli 200€ (pol stanovanja+stroški) + okoli 150€ hrana + okoli 100€e še vse ostalo (izleti, gorivo, če si kaj kupiš, kave, sladoledi,...). Erasmus štipendija mi je v bistvu pokrila vse glavne stroške, kar sem si dodatno privoščila pa je šlo iz moje štipendije, tako, da nisem potrebovala dodatne finančne pomoči staršev.

PROSTI ČAS

Seveda ima kot vsako mesto za Erasmus tudi Split svojo ESN (Erasmus student network) organizacijo. Oni organizirajo razne izlete, dogodke, žure, welcome day itd. za Erasmus študente. Vse lahko najdeš na njihovi FB strani, ko pa prispeš na izmenjavo si lahko narediš tudi njihovo kartico in dobiš razne popuste.

Ko sem prišla februarja v Split, je bilo večina klubov še zaprtih oz. so delali samo kakšen dan za vikend. S časom se je vedno več stvari odpiralo in uredilo in maja, ko se je v bistvu že začela sezona turistov je Split še bolj oživel in zabave takrat ne zmanjka.

Jaz sem večinoma hodila z avtom na izlete in si ogledala mesto Omiš, Makarska, dolino reke Neretve, mesteca ob magistrali, slapove Kravice v Bosni, jamo pri Splitu, naravni park Biokovo, Bol,... Skratka lepe narave je po in okoli Dalmacije veliko, da ne omenjam plaž.

V Splitu je tudi znani hrib oz. park Marjan za športat. Univerza ponuja razne brezplačne športne vadbe, igre z žogo,... vendar se jih jaz nisem udeležila, ker je bila povsod prevelika gneča.

Glede aktivnosti v Splitu ne skrbet, saj se vedno najde kaj zanimivega.

VTIS

V Splitu sem bila že nekajkrat, zato mi mesto ni bilo pretirano novo. Že od nekaj mi je všeč, ker ima neko posebno vzdušje in energijo in sem se zato počutila zelo domače. Dalmatinci so dobrosrčni, prijazni, duhoviti in sproščeni ljudje, kar sem opažala in občutila skozi celotno izmenjavo. Mislim, da je to pomembno prispevalo k odličnemu počutju in nepozabnih izkušnjah skozi celotnih 5 mesecev. Spoznala sem veliko dobrih in različnih ljudi (večino medicincev) s

katerimi upam, da bomo ohranili stike. Kljub temu, da je po eni strani bolnica stara in z določenimi pomanjkljivostmi se mi zdi da jo po drugi strani odnos med ljudmi, zdravniki in do študentov nekako malo zakrije. Izmenjava mi je vsekakor bila všeč tudi, če sem bila le v sosednji državi in mislim, da jo bom še kdaj ponovila.

27. ISLANDIJA – Univerza na Islandiji (Ana Bertoncel)

Vaje iz interne medicine, kirurgije, anesteziologije ter izbirni predmet sem v poletnem semestru 2018 opravljala na Univerzi na Islandiji v Reykjaviku. Pri njih se semester prične nekoliko prej kot pri nas, tako da sem z vajami pričela že 2. januarja.

Vaje sem začela na oddelku za revmatologijo. Zaradi drugačnega predmetnika islandske fakultete vaje tam opravljaš skupaj s študenti 4. letnika, vendar sem bila večinoma na oddelke razpisana sama. Zjutraj smo imeli z zdravniki in medicinskimi sestrami sestanek, kjer se je poročalo o bolnikih. Zaradi moje prisotnosti so ga zdravniki večinoma opravili v angleščini. Sledila je vizita, ki pa je zaradi bolnikov potekala v islandščini. Nato sem sledila delu zdravnikov, lahko sem opravila nekaj pregledov pacientov, a večinoma je bilo potrebno za vsako praktično delo pokazati zanimanje in vprašati, če lahko kaj narediš sam. Na tem oddelku dela tudi professor Helgi Jonsson, ki je zelo dober predavatelj in veliko razlaga na samih vajah. Večkrat tedensko me je poklical, da sem mu sledila pri pregledih pacientov, tako da sem se na njegovih vajah veliko naučila. Enkrat tedensko je imel seminarje za študente, ki so zaradi mene potekali v angleščini. Precej podobno so vaje potekale na kardiološkem oddelku, kjer sem opravila drugi del vaj iz interne medicine. Ljudje na Islandiji (tudi nekateri starejši) so v znanju angleščine zelo dobri, vendar se je potrebno zavedati, da pri vajah iz interne medicine jezik vseeno predstavlja oviro, saj večina pogovorov med zdravniki ter pogovori med zdravniki in pacienti še vedno poteka v islandščini.

Sledilo je 7 tednov vaj iz kirurgije. V bolnišnici so bili zelo prilagodljivi, tako da se lahko vnaprej dogovoriš, na katerih oddelkih si želiš opravljati vaje. Sama sem opravila 4 tedne vaj na splošni kirurgiji (3 tedne abdominalne kirurgije in 1 teden kirurgije dojk), 2 tedna na oddelku za nesreče in urgentno medicino, ki spada pod travmatologijo ter 1 teden nevrokirurgije. Slednja me je najbolj navdušila – verjetno zaradi kirurga, ki si je vzel kar nekaj časa zame, mi razložil posege, pri operacijah pa sem mu lahko tudi asistirala. Na drugih oddelkih so bile vaje precej odvisne od posameznih mentorjev – bilo je kar veliko opazovanja, pri praktičnem delu in asistiranju pa smo študenti večkrat ostali brez priložnosti, saj je na oddelkih veliko specializantov, ki so imeli prednost pred nami. Tudi tukaj si moral biti samoiniciativen in včasih med operacijami opomniti, da ne govoriš islandsko.

Dodatno sem na izmenjavi opravila 2 tedna vaj iz anesteziologije. Najprej sem imela vaje na lutki, kjer sem lahko vadila intubiranje, nato sem lahko nekaj v praksi poizkusila tudi v operacijski dvorani. Veliko sem lahko prakticirala držanje maske, vstavljanje IV kanalov ipd. Sama sem lahko izbirala pri katerih operacijah želim slediti anesteziologom, en dan vaj pa sem imela na oddelku za intenzivno terapijo.

Na izmenjavi sem opravila tudi izbirni predmet Biology of cancer. Sestavljen je bil iz predavanj, vsakemu študentu pa sta bila dodeljena dva strokovna članka, ki smo jih morali predstaviti, čemur je sledila debata. Na koncu smo morali pripraviti krajši seminar. Predmet je bil kar poglobljen, poudarek je bil na kemijskih in bioloških procesih, osredotočali pa smo se predvsem na najnovejše raziskave. Predmet smo obiskovali samo 4 študenti, medtem ko so ga vsakič vodili 3-4 profesorji. Medicinska fakulteta na Islandiji dobi vsako leto preveliko število prijav za izmenjave, zato morajo nekaj študentov zavrniti. Sama sem dokončno potrditev, da sem sprejeta na izmenjavo, dobila šele sredi novembra. Tako sem imela le mesec in pol časa, da sem si uredila let in poiskala sobo. Trenutno so cene sob precej visoke, od 500 € mesečno za deljeno sobo in od 700 € naprej za svojo sobo. Na študentski dom kot študent na polletni izmenjavi ne moreš računati, saj so prezasedeni. V Reykjaviku sta dve univerzitetni bolnišnici, v vsaki je približno polovica oddelkov, zato vaje opravljaš v obeh bolnišnicah. Med sabo sta si oddaljeni dobrih 30 min hoje, sama sem si stanovanje

zato poiskala med njima, bližje centru. Z urejanjem dokumentacije v glavnem nisem imela težav, na medicinski fakulteti sicer včasih traja nekaj časa, da prejmeš odgovor, a so bili tako v bolnišnici kot na fakulteti organizirani in ustrežljivi, če se je mudilo, so stvari uredili precej hitro.

Na Univerzi na Islandiji je bilo na izmenjavi okoli 150 študentov, poleg tega imajo zelo veliko mednarodnih študentov, ki tam redno študirajo, tuji študenti pa so tudi na drugih tamkajšnjih univerzah (recimo Univerza v Reykjaviku), tako da je bilo dogodkov za Erasmus študente in priložnosti za druženje kar veliko. Reykjavik je živahno mesto, kjer se vedno kaj dogaja. Cene tam so res precej višje kot pri nas (predvsem restavracije, kavarne, kino, gledališče ipd.), a se temu pač prilagodiš. Poceni topel obrok lahko najdeš v bolnišnici (4,4 €), kar je med vajami zelo dobrodošlo. Z drugimi tujimi študenti smo pogosto hodili na izlete, saj Islandija ponuja veliko naravnih lepot v vsakem letnem času (ogled ledeniških jam in pohode po ledeniku pozimi, spomladi odprejo ceste na vzhodne fjorde, vedno pa se prileže kopanje v njihovih termalnih vrelicih, ki jih najdeš kar v naravi). Znamenitostim, ki te navdušujejo na vsakem koraku, ni konca, zato se na Islandijo zagotovo še vrnem.

S svojo izmenjavo sem z vseh vidikov zelo zadovoljna in bi jo priporočala tudi prihodnjim generacijam.

28. ITALIJA – Univerza v Bologni (Kendi Sirk)

»La Dotta, La Grassa, La Rossa«, velja za? BOLOGNO!

La Dotta (učena), ker je mesto z eno izmed najstarejših univerz Evrope, zgrajeno leta 1088. S svojo bogato zgodovino privablja študente s celega sveta. Da je študij lažji je v samem centru mesta ogromno knjižnic, naj omenim Archiginnasio, palača s anatomskim teatrom, Salaborsa, kjer vsakdo najde prostor za učenje, ter mnogo drugih, odprtih tudi do polnoči. Glede študijskih obveznosti, pouka, prakse so profesorji, asistenti in delovna zasedba fakultet, zelo prijazni, vse se da zmenit in uredit. Birokracije ni malo, a se da! Po vseh obveznostih imate čas za sprostitev ob aperitivu ali obiščete eno ali več Erasmus organizacij (Erasmusland, ESN ali E. L. Bo), kjer dobite ogromno idej, da si zapolnite prosti čas ali pa greste teč v Parco dei Gessi Bolognesi. Če ste ljubitelji teka, toplo priporočam!

La Grassa (debela), saj Italija že od nekdaj velja za državo, kjer je hrana in hranjenje cela umetnost. V Bologni to še posebej velja. Za vsak obrok si ljudje vzamejo čas, izvajajo tudi delavnice priprave tortelinov in predavanja o kulinarčnih dobrotah (obišči FICO). Nimajo veliko težav pri izbiri, saj je mesto bogato z dobrotami; od tipičnih tortelinov, mortadele, lambrusca do grane, pršuta, sladoleda. Denarnica ne bo trpela, če boste bili pri vsemu temu zmerni. Primer tipičnega bolonjskega menija v Osteriji Delle Donzelle, all you can eat, 15€.

La Rossa (rdeča), takoj ko boste prispeli v mesto boste opazili opečnato rdečo barvo kar poživi mesto. Sprehod do svetišča San Luca, je v vsakem letnem času magičen. V centru mesta, za obzidjem, je ogromno stanovanj, a so na žalost večina že najeta za več let v naprej. Najbolje bo, da začnete iskati za najem stanovanja še preden pridete v mesto. Da bo iskanje lažje je mesto dobro opremljeno z avtobusnimi povezavami, peš potmi in kolesarskimi stezami (pazi luknje!).

Po razvozlanju reka o Bologni, naj vam povem še nekaj o letoletni izmenjavi. Polovična bi znala biti premalo, saj gre čas hitreje kot se zdi. Začela sem jo sredi septembra in končala sredi julija.

Najprej sem šla v ulico Filippo Re 4 in se prijavila na univerzi. Ker sem imela že urejeno italijansko davčno številko, nisem imela potrebe po dodatni birokraciji. Nato sem imela razgovor s koordinatorko mednarodne pisarne in medicinski pregled, ki je obvezen za opravljanje medicinskih vaj. Za predmete 4. in 5. letnika se z lahkoto spiše Learning Agreement. Predmeti so zelo podobni med obema fakultetama. Klinične vaje se izvajajo v več bolnišnicah (Ospedale Maggiore, Rizzoli, Bellaria) do katerih je prevoz urejen (avtobusi, vlaki), sami si morate plačati karto oziroma urediti prevoz do tja. Za erasmus študente je nora cena 10 evrov za letoletno vozovnico v urbani zoni (center) oziroma si nabavite kolo. Po predavanjih sledijo izpiti, večinoma

ustni. Če znate italijanščino, vsaj B2, ne bo težav!

Izmenjava mi je prinesla nova poznanstva, nova znanja tako v medicini kot v življenju, izboljšanje italijanskega jezika, kakšno kilo več po vseh dobrotah in veliko veliko sreče na obrazu. Se vidimo v naslednjem letu!

29. ITALIJA – Univerza v Bologni (Nastja Levašič)

Svojo Erasmus+ izmenjavo sem opravljala na Univerzi v Bologni, najstarejši univerzi zahodnega sveta (ustanovljena leta 1088). Bologna je mali raj za mlade – ulice centra so vedno živahne in polne študentov, kulturnih, izobraževalnih in družabnih dogodkov je neskončno. Seveda pa lahko vsak najde tudi miren kotiček v parku ali na enem izmed zelenih gričkov na južni strani mesta. ;)

ŠTUDIJSKE AKTIVNOSTI:

Na izmenjavi sem obiskovala predavanja in vaje iz Dihal, Obtočil in Ginekologije ter opravljala dodatne vaje iz Urologije. Z vsem sem bila zelo zadovoljna. Pouk tam poteka malo drugače kot pri nas – študenti so skozi vsa leta razdeljeni v dva kanala: A (priimki A-K) in B (L-Z). Dopoldnevi so namenjeni vajah (na katere se moraš ločeno prijaviti, ker niso vezane na predmet), popoldnevi pa predavanjem. Za Erasmus študente vsaka posamezna praksa traja po dva tedna. Ker so mesta omejena priporočam tudi tistim, ki bi se na izmenjavo odpravili v drugem semestru, da LA čim prej pošljejo tamkajšnjim koordinatorskim, saj si na ta način zagotoviš boljše termine za izvajanje vaj. Glavno univerzitetno bolnišnico – Policlinico S. Orsola-Malpighi sestavlja 27 paviljonov na skupni posesti, ki bi lahko veljala za park. Tako vaje, kot tudi predavanja, potekajo znotraj teh paviljonov. Vaje se navadno začnejo ob 8:30 in trajajo do 13:00, včasih se zaključijo tudi prej. Znanje italijanskega jezika tu pride zelo prav, saj na ta način bolje sodeluješ tako z zdravniki, kot tudi z bolniki. Koliko boš od vaj odnesel je v veliki meri odvisno od tebe. Če pokažeš interes za sodelovanje, ti bodo z veseljem dodelili kakšno nalogo (snemanje EKGja, anamneza in status, prepis terapije, plinske analize, odstranjevanje šivov...). Specializanti in specialisti imajo veliko znanja in te ob viziti velikokrat kaj vprašajo ali pa ti kaj razložijo. Vaje potekajo v skupinah od 2-5 študentov. Na Urologiji in Ginekologiji sem bila parkrat tudi edina študentka v ambulanti in pomagala pri opravljanju pregledov.

Predavanja potekajo popoldan od 14h do 18h. Dihala in Obtočila so združena v modul Malattie cardiovascolari e dell'apparato respiratorio in se izvajajo v 3. letniku, Ginekologija pa je del 5. letnika tudi pri njih. Predavanja pri teh predmetih so dobro obiskana, saj so uporabna in zanimiva. Poleg tega pa imajo italijanski študenti prakso, da vsako predavanje zvočno posnamejo in nato pretipkajo v tako imenovane sbobbine. Izpiti so ustni.

BIVANJE:

Iskanje stanovanja v Bologni je problem tako domačih, kot tudi tujih študentov. Ponudba stanovanj je omejena, povpraševanje pa zelo veliko. Zato se je treba iskanja stanovanja lotiti dovolj zgodaj in iskati preko facebook skupin in spletnih strani, kot so bussolacasa.it, immobiliare.it, Housing Anywhere, saisaccommodation.it... Cene mesta v dvoposteljni sobi so od 250 do 400€, v enoposteljni pa od 350 do 500 in več €, z vključenimi stroški. Sama sem bivala v študentskem domu, Residenza S. Vitale, kjer dvoposteljna soba stane 350€, enoposteljna pa 450€. Dom je sestavljen iz apartmajev za 5 oseb, ki so precej veliki, nekateri imajo celo balkon. V domu sem se imela lepo, takoj čez cesto je bazen, zraven pa tudi teniška in nogometna igrišča ter park, kjer sem lahko tekla. Glavna pomanjkljivost je ta, da se nahaja relativno daleč od centra, kar omeji možnosti mestnega prevoza. Najbolje si je kupiti kolo, s katerim dosežeš center v 20 min. Seveda je le-to zelo uporabno v vsakem primeru. Ob tem pa priporočam tudi dobro ključavnico, in nek notranji prostor, kjer lahko pustiš kolo čez noč. ;)

Kar se tiče hrane, si italijanski študentje večinoma kuhajo doma. Poleg tega lahko znotraj S. Orsole dobiš primo ali secondo piatto v enem izmed barov, menza pa je namenjena zgolj zaposlenim in ne študentom. V centru, na univerzitetni ulici (Via Zamboni), se nahaja univerzitetna menza in par

restavracij, ki ponujajo študentske cene za obrok (cca 5€ za primo ali secondo piatto+pijačo). Seveda pa se splača kdaj tudi razvajati brbončice in se podati v kakšno boljšo Trattorio ali Pizzeria.

SOCIALNI PROGRAM:

Za Erasmus študente skrbita dve glavni organizaciji, Erasmusland in ESN. Članstvo stane 10€. Izkaznica ti omogoča vstop na zabave in druge dogodke, ki jih organizirajo, ter ugodne cene potovanj. Agenciji sta zelo popularni in njihovi dogodki so odlična priložnost za spoznavanje novih ljudi. Predvsem Erasmusland se za potovanja zelo potrudi in pripravi dober program ogleda krajev poleg večernih zabav na večdnevni izletih. Enkrat, ko si najdeš skupino prijateljev, pa se je zelo zabavno podati po Italiji tudi na lastno pest.

Izmenjava v Bologni je bila odlična izkušnja. Všeč mi je bilo italijansko gostoljubje, kulinarika, raznolikost ljudi, ki jih lahko spoznaš v mestu, kvaliteten učni program in seveda odlična družba ostalih študentov na izmenjavi. Življenje v tujini te res nauči iznajdljivosti, samostojnosti in reševanja problemov. Predvsem pa ti omogoča, da spoznaš in zaživiš lokalno kulturo, ki je v primeru Erasmus izmenjave prijetno začinjena s svetovno mešanico študentov, ki jih tam spoznaš. Priporočam! :D

30. ITALIJA – Univerza v Sieni (Jaka Piletič)

Svojo izmenjavo sem opravljal v prvem semestru petega letnika na univerzi v Sieni, prelepem mestu na jugu Toskane. Je majhno študentsko mesto s kakšnimi 50.000 prebivalci in 25.000 študenti, ki študirajo na univerzi, stari skoraj 800 let.

Eden od razlogov, da sem se odločil za izmenjavo, je bila tudi želja po znanju italijanščine, ki je prej nisem govoril. Z učenjem jezika sem tako začel na lastno pest – s pomočjo interneta, avdio-knjig in kasneje z brezplačnim začetnim tečajem italijanščine na Filozofski fakulteti (izbirni predmet za študente romanskih jezikov), ki se je izkazal za nekoristnega. Univerza v Sieni vsak semester za študente na izmenjavi organizira intenzivni (traja en mesec po štiri ure na dan) in ekstenzivni (traja dva meseca po dve uri na dan) tečaj jezika. Tako sem cel september obiskoval intenzivni tečaj, ki se je izkazal za zelo uporabnega, čeprav so imeli nekateri kolegi iz drugih držav, predvsem tisti, ki so začeli na stopnji A1, zelo slabe izkušnje.

Univerza ponuja nastanitev v dvoposteljnih sobah študentskih domov za 300 evrov na mesec, vendar se za to možnost nisem odločil, ker sem želel enoposteljno sobo. To mi je povzročilo kar nekaj preglavic, saj je velika večina sob, ki se oddajajo prek raznih strani na Facebooku, na voljo le za celo leto. Na koncu se je to izkazalo za dobro odločitev, saj sem za 370 evrov na mesec dobil svojo sobo v čudoviti hiši z vrtom, ki sem si jo delil s petimi Erasmus študenti, pa tudi študentski domovi, kjer sem kdaj pa kdaj obiskal prijatelje, niso delovali najbolj urejeni.

Študentska prehrana je organizirana v menzah, kjer za 4.5 € dobiš krožnik testenin, kos mesa s prilogo ali solato ter sladico. Takšnih menz je precej in so v bližini praktično vsake fakultete. Kljub temu, da je hrana v njih okusna, sem veliko kahal sam, saj je tako precej ceneje – cene v trgovinah so tam podobne našim, morda le nekoliko dražje.

Nočno življenje je precej pestro. Kljub temu, da je mesto majhno, se vsak večer nekaj dogaja. Kljub temu, da je v mestu kar nekaj klubov, je osrednje mesto druženja njihov glavni trg Piazza del Campo, kjer zagotovo najdeš koga poznanega. S strani Erasmus Student Network Siena je bilo tekom semestra organiziranih precej izletov po Italiji, poleg tega pa je Siena odlično izhodišče za enodnevne izlete po Toskani in je z vlaki ter avtobusi dobro povezana s sosednjimi mesti.

V Italiji sem opravljal vaje in izpite iz ginekologije, endokrinologije, obtočil in dihal. Za vsak predmet posebej sem se lahko sam odločil, kdaj bi vaje opravljal in se brez kakršnih koli težav pridružil skupini s terminom vaj, ki mi je najbolj ustrezal. Razen ginekologije, ki je samostojen predmet, so ostali moduli interne medicine in kirurgije z ločenimi vajami in izpiti. Vaje trajajo po dva dni za internistične in po dan za kirurške predmete in potekajo v glavnem kot vizita z mentorjem v večjih ali manjših skupinah. Stika ena na ena s pacienti tako praktično ni bilo. Sicer sem imel kdaj pa kdaj srečo in se sam priključil kakšnemu specializantu, ki si je zame res vzel čas,

vendar težko rečem, da sem na splošno od vaj odnesel veliko, vendar morda več, kot bi od vaj pri obtočilih, dihalih in endokrinologiji odnesel v Sloveniji.

Vsi izpiti, ki sem jih opravljal, so bili ustni in so potekali v italijanščini. Tudi za te (razen za ginekologijo, ki je imela razpisan rok med izpitnim obdobjem) smo se Erasmus študentje dogovarjali individualno s profesorji in smo jih lahko opravljali kadarkoli po opravljenih vajah. Literatura za vse izpite je bila izključno snov, povedana na predavanjih. Glede tega imajo v Sieni zelo zanimiv sistem – za vsako predavanje je zadolžen nekdo, ki predavanje posname, prepíše, doda slike diapozitivov in ga objavi na spletu. Glede kakršnih koli nejasnosti so bili profesorji in italijanski študenti vedno na voljo in v veliko pomoč.

S svojo Erasmus izkušnjo sem zelo zadovoljen in sem vsem zainteresiranim z veseljem na voljo na e-mail naslovu jaka.piletic@gmail.com

31. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Urška Kosi)

V München sem odpotovala v začetku septembra, ker sem se udeležila tečaja nemščine, ki je potekal celoten september. Tečaj je bil kar uporaben, obnoviš nemščino, ki si jo mogoče od gimnazije že malo pozabil, dodatna prednost je tudi ta, da si v mestu že pred začetkom študijskega leta in se lahko že navadiš na življenje v Münchnu, urediš nekatere administrativne stvari in spoznaš druge študente. Tečaj je prinesel 6 ECTS. V septembru je potekal tudi kulturni program, ki si se ga lahko udeležil skupaj s tečajem ali posebej in je obsegal različne ekskurzije, npr. na grad Neuschweinstein, v Salzburg, ogled taborišča Dachau, ogled znamenitosti Münchna, obisk operne predstave... Kar se tiče nastanitve, sem imela veliko srečo, da sem dobila sobo v študentskem domu. Za študentski dom že ob prijavi na fakulteto v spletni prijavnici odključkaš, da bi rabil nastanitev v študentskem domu, vendar zaradi velikega števila študentov in nezadostnega števila študentskih sob ni nujno, da jo tudi dobiš. Slabo je tudi, da za to, ali si dobil sobo v študentskem domu ali ne, izveš zelo pozno, nekje avgusta, ko bi jo rabil že septembra, zato je dobro imeti v mislih rezervne možnosti (privatni študentski domovi, WG-ji...). Pri dodeljevanju študentskih sob upoštevajo smer študija, kar je odlično, saj medicince po navadi nastanijo v študentski dom Stiftsbogen, ki je samo dve postaji podzemne oddaljen od Klinikum Großhadern, ene izmed dveh bolnišnic v Münchnu, kjer poteka pouk (drug kampus je Innenstadt, prav tako kot Großhadern na liniji podzemne U6, eden od drugega sta kampusa oddaljena približno 20 minut potovanja z U-bahnom). Če imaš to smolo, da ne dobiš študentskega doma, je iskanje nastanitve v Münchnu iskreno povedano zelo naporno. Povpraševanje je veliko, ponudba mala, cene pa zelo visoke.

Cene hrane v trgovinah so sicer približno enake kot pri nas, v restavracijah pa precej višje (seveda pogrešaš študentske bone), nekoliko ceneje lahko ješ le v študentskih menzah, ki jih najdeš po vsem mestu, treba pa si je priskrbeti kartico, na katero nato nalagaš denar in s katero potem plačuješ v vseh menzah.

Predmeti so razvrščeni v t.i. module, kar naj bi poenostavilo stvari, vendar jih v resnici zelo zakomplicira, saj je zelo težko skombinirati predmete, ki bi jih rad opravljal v Nemčiji, s predmeti, ki jih moraš/želiš opravljati v Sloveniji in se hkrati izogniti prevelikim "luknjam" v urniku (saj ne moreš poljubno kombinirati predmetov preko vseh modulov, zato ti v času, ko poteka predmet, ki ga ne želiš opravljati v Nemčiji - npr. nevrologija, ki jo mi naredimo že v 4. letniku, ostane preveč praznega prostora na urniku; hkrati pa zaradi kje drugje pride do prenatrpanosti in prekrivanja urnika). Prav usklajevanje predmetov in urnika je bilo tisto, zaradi česar sva s sošolko, ki je bila na isti izmenjavi izgubili največ časa in živcev. Za nekatere predmete so nama celo naknadno, po tem ko so jih že odobrili, sporočili, da jih ne moreva opravljati, in sicer ne zaradi problema priznavanja (ki sploh ni problem), temveč enostavno zaradi časovnega neujemanja urnikov. Na žalost sva zaradi teh problemov z urniki in nefleksibilnosti kombiniranja predmetov iz različnih modulov morali veliko predmetov, za katere bi bilo odlično, da bi jih imeli priložnost opravljati v Nemčiji, opravljali

v Sloveniji. Dodatno je k zmedbi pripomoglo precejšnje kompliciranje s strani slovenskih kateder, zato sva veliko časa, denarja in energije porabili za vožnjo med Münchnom in Ljubljano.

Po enomesečnem tečaju nemščine v septembru, sem se oktobra vrnila v Ljubljano in opravljala ORL. To je bilo možno brez večjih težav, saj se je v Nemčiji semester začel kasneje kot pri nas, šele v drugi polovici oktobra. Edino na kar je treba paziti je, da moraš biti osebno navzoč na vpisu na LMU, ob datumu in uri (konec septembra ali začetek oktobra), ki ti jo sporočijo predhodno po pošti, in je ni možno zamenjati. Takrat moraš biti obvezno v Münchnu, zato pazljivo z datumi pri organizacijah tvojih počitnic. Nato sem v zimskem semestru opravljala NUGS, Rheumo in Respiratorisches System, ter seminarje iz sodne medicine (t.i. L-Kurs, če tega ne izbereš so srede proste, saj so na urniku namenjene izključno za predmete L-Kursa), se januarja vrnila v Ljubljano za Maksilofacialno kirurgijo, in nato naredila še oftalmologijo v Münchnu. Obtočila in endokrinologijo sem opravljala v Ljubljani, v poletnem semestru pa v Münchnu ginekologijo, pediatrijo in izbirni predmet. V pomoč pri morebitnih težavah, vprašanih ti je tvoj "Study Buddy" – študentski tutor, ki ti je dodeljen, če si ob prijavi na LMU v spletni prijavi označil, da želiš tutorja. Kontaktira te enkrat med poletnimi počitnicami.

Predavanja so bila vsa neobvezna, vendar res dobra, tako da se je na večini splačalo biti. Še boljši so bili seminarji in pa tako imenovano Tutorials (podobno seminarjem, vendar še v manjših skupinah in bolj interaktivni), kjer se mi zdi, da sem se res veliko naučila. Vaj, ki jih na urniku najdeš pod imenom Bedside Teaching, ni bilo veliko, izgledajo pa podobno kot pri nas, s to razliko da so imeli mentorji po navadi veliko več časa za nas in naša vprašanja kot ga imajo v Sloveniji, kar je bilo res super.

Najtežja stvar celotne izmenjave je bilo pridobivanje potrebnih dokumentov po koncu izmenjave. Kljub maksimalnemu trudu z moje strani, približno mesec po koncu izmenjave še vedno nimam Transcript of Records, koordinatorica z LMU pa že več kot mesec dni enostavno ne odgovarja na e-maile in klice. Tudi med samim šolskim letom je bilo veliko težav z urejanjem dokumentacije preko nje oz. z njeno neodzivnostjo. Nekaj dela z birokracijo predstavlja tudi slavni Kreisverwaltungsreferat, kjer nikar ne pozabite prijaviti prebivališča, ko pridete v München in se odjaviti preden odidete. Razen slabe izkušnje z zgoraj omenjenim pridobivanje dokumentacije moram poudariti, da so vsi na LMU res prijazni in pripravljeni pomagati. Poleg tega je München čudovito mesto, kjer se boš zagotovo imel/a super in se vrnila domov z lepimi spomini na izmenjavo.

32. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Špela Leiler)

V letu 2017/2018 sem 5. letnik splošne medicine opravila na Erasmus+ študijski izmenjavi na Ludwig Maximilians Univerzi v Münchnu.

PRIHOD IN NASTANITEV

Ob prihodu v München je potrebno na Kreisverwaltungsreferatu prijaviti začasno prebivališče.

V mesto sem prispela konec avgusta, saj sem se septembra udeležila jezikovnega tečaja na šoli Deutsch Kurse bei Universität München s katerim sem bila precej zadovoljna in sem ga lahko vnovčila tudi kot izbirni predmet z ECTS točkami. Pouk na fakulteti se je uradno pričel 15. oktobra, pred tem pa sem se vpisala na univerzo.

Poiskati ugodno nastanitev za študente je v Münchnu na splošno velik problem, sploh če študent ne dobi sobe v študentskem domu. Sama sem našla sobo v zasebni stanovanjski skupnosti, kjer sem plačala 330 evrov na mesec, kar je za München zelo ugodno. Živela sem sicer na robu mesta, vendar se zaradi ugodne cene s tem nisem obremenjevala (do centra sem z javnim prevozom potrebovala slabo uro). V vsakem primeru priporočam, da se poleg prijave za študentski dom prijavi še za kakšno drugo možnost (priporočam iskanje preko spletnih portalov ali facebook skupin, tudi LMU obvesti študente o možnostih iskanja nastanitve).

ŠTUDIJ

Študij na LMU poteka v modulih, kar za študente na izmenjavi predstavlja problem. Pomeni namreč, da študent naenkrat opravlja le predmete iz enega modula, modul pa lahko zamenja šele po izpiti iz teh predmetov.

Na LMU sem se udeležila predmetov v naslednjem vrstnem redu:

Oktober 2017 - Modul 23, Teil II: Dihala, Revmatologija, Urologija

Januar 2018 - Modul 4: Oftalmologija

April 2018 - Modul 5: Ginekologija in Pediatrija.

Ob tem sem se med letom velikokrat vrnila v Slovenijo in opravila naslednje predmete:

Maksilofacialna kirurgija, Kardiologija in Endokrinologija, 1 teden vaj iz pediatrije 2 ter 2 dni vaj iz alergologije.

Pouk poteka večinoma v centru (v okolici Goetheplatz) ali pa v večji kliniki v Großhadernu. Vse obveznosti sem imela na urniku, ki je bil del spletnega portala LMU za študente medicine (Open Campus). Na portalu sem lahko izvedela tudi ocene, termine in lokacije vseh obveznosti in izpitov. Občasno smo bili študenti glede obveznosti obveščeni preko maila. Na izbirni predmet v 2. semestru sem se prav tako prijavila preko portala, kjer sem si predmet izbrala. Priporočam čim bolj zgodnjo prijavo, saj je izbira večja. Moj izbirni predmet v drugem polletju je bila hepatobilirana kirurgija, ki sem jo opravila v bolnišnici Großhadern. Ob tem sem lahko spremljala operacije (tudi asistiral) ali pa ostala na oddelku, kjer so bili zdravniki sicer precej zasedeni in je bila moja glavna naloga jemanje krvi.

Učila sem se predvsem iz knjig Endspurt (obstaja za vse predmete in vsebuje super povzetke snovi), pri pediatriji mi je bila v pomoč tudi knjiga Pädiatrie - Intensivkurs. Uporabljala sem tudi spletni medicinski portal AMBOSS, na katerega sem se prijavila preko študentske knjižnice.

V veliko korist so tudi facebook skupine modulov, kjer se vedno najdejo sveže informacije glede izpitov, možnost menjave skupin ipd...

Izpiti na LMU so podobni kot v Sloveniji, vprašanja so MCQ (razen delni izpit iz pediatrije, kjer smo na vprašanja odgovorili prosto) in pa tako imenovani OSCE (standardizirani ustni izpiti) pri revmatologiji, urologiji in dihalih ter delnega ustnega izpita pri ginekologiji. Na izpiti sem bila prijavljena avtomatsko, po tem ko sem po prijavi na izmenjavo na LMU izbrala predmete, ki sem jih smela opravljati na gostujoči univerzi.

MESTO IN DRUŽABNI PROGRAM

München je v primerjavi z Ljubljano veliko in drago mesto, na kar se je dobro pripraviti. Na žalost tekom izmenjave nisem spoznala veliko Erasmus študentov. Največ časa sem preživela s študenti, ki sem jih spoznala na jezikovnem tečaju in pa z študenti, ki sem jih spoznala tekom študijskih obveznosti. V pomoč mi je bila tudi moja tutorica in pa celotna study buddy skupine tutorjev in tutorandov, ki je organizirala nekaj družabnih večerov in podala veliko uporabnih informacij glede študija. Organizirala je tudi tečaje priprave na ustne izpiti za tuje študente medicine (OFIF Kurse), ki so bili uporabni predvsem za seznanitev z uporabnim besediščem in pa z bavarskim zdravstvenim sistemom.

Same sem najraje obiskala Kino Modula 23, kjer so študenti predvajali najrazličnejše filme z medicinsko tematiko, nato pa povabili minhenške zdravnike k zanimivim diskusijam.

Prav tako je možno preko celega semestra obiskovati jezikovne tečaje, na katere se je potrebno prijaviti na začetku semestra. LMU za študente ponuja tudi za brezplačne ali ugodne športne vadbe, ki pa jih ne poznam prav dobro, ker sem se vpisala v fitness samostojno.

STROŠKI

Za sobo sem plačevala 330 evrov na mesec, semesterska študentska vozovnica za javni prevoz pa je stala slabih 200 evrov. Prehranjevanje v restavracijah je precej drago, s posebno kartico pa imamo študenti možnost prehranjevanja v ugodnih menzah, ki se nahajajo na številnih lokacijah. Tekom vaj sem imela občasno možnost zastopj kosil v menzah na kliniki (blokpraktikum iz pediatrije v Harlachingu). Živila se da sicer najceneje kupiti v Aldiju ali Penniju.

ODHOD

Pred odhodom je potrebno na Kreisverwaltungsreferatu odjaviti začasno prebivališče.

VTISI

Na splošno študij ni zahteven in zelo klinično orientiran, študenti se učijo predvsem o kliničnih slikah in zdravljenju bolezni, patologija je drugotnega pomena. Na splošno so nemški študentje veliko bolj sproščeni ter neobremenjeni v izpiti v primerjavi s slovenskimi. Pohvalila bi predvsem organizacijo predmeta pediatrije in ginekologije, kjer sem se na tutorialih in seminarjih ob diskusijah kliničnih primerov veliko naučila. Tudi literatura (Endspurti in Amboss) so se izkazali za zelo uporabne.

Manj zadovoljna pa sem bila z Modulom 23 (dihali, revamtologijo in sečili). To so bili majhni predmeti z malo zahtevanega znanja in z malo vajami. Ustni izpiti (OSCEji) so bili standardizirani, kar pomeni, da smo študenti že vedeli kaj bomo vprašani - torej se tudi iz teh nismo kaj veliko naučili. Glede vaj je podobno kot na ljubljanski fakulteti: veliko je odvisno od samoiniciative, mentorja in velikosti bolnišnice. Bolj primerne za študente so manjše, manj zasedene klinike, kjer imajo zdravniki malo več časa, na oddelku pa si pogosto sam. Na žalost pa se velikokrat zgodi, da se od študentov pričakuje, da npr. vsak dan jemljejo kri, kar vzame precej časa, študent pa na ta način zamudi možnost sodelovanja pri viziti, asistiranju na operacijah ipd... Zato je res pomembno, da študent sam pokaže interes, znanje in željo po učenju.

Ker sem želela sproti opraviti čim več izpitov 5. letnika, sem se morala velikokrat za nekaj tednov za kak mesec vrniti v Ljubljano, kar je precej naporno, poleg tega pa se zdi, da študijska izmenjava delno izgubi smisel. Po opravljeni izmenjavi pa sem na spričevalo iz LMU čakala zelo dolgo.

Kljub temu, da je zaradi obilice administrativnih dolžnosti, začetnih problemov z razumevanjem nemščine in občasnih stresnih situacij na vajah predstavljala izziv, sem se veliko naučila in doživela. Spoznala sem, kakšen je študij na priznani nemški univerzi, precej izboljšala svoje znanje nemščine in prvič živela v velikem mestu. Vesela sem, da sem se odločila za izmenjavo.

33. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Tina Rihtar)

Že dlje časa sem si želela na izmenjavo, zato sem se v 6. letniku odločila opravljati študijske obveznosti v tujini. Po pogovorih s kolegi, ki so na izmenjavi že bili, sem se odločila za LMU zaradi znanja nemščine. Delo s pacienti zahteva namreč odlično znanje tujega jezika, drugače si omejen na predkliniko in asistiranje. Po pošti sem dobila točen datum vpisa in zahtevane dokumente, v Nemčijo sem odšla že dva tedna prej, saj je potrebno urediti prijavo prebivališča, zavarovanje in ostalo birokracijo že pred vpisom. Javni prevoz je delno pokrit s študentsko kartico, če pa ga potrebuješ cel semester, kupiš Semesterticket. Jaz sem uporabljala kolo. Nastanitev je zelo težko najti, tako da so Fb skupine in pa WG-ji najboljša izbira, če ne dobiš sobe v študentskem domu. Iz načrtovanega enega semestra sem v decembru podaljšala izmenjavo na dva semestra. Prvi dan smo imeli vsi Erasmus študentje sestanek pri predstojniku klinike, ta je le potrdil naše Learning agreemente oz. so bili nekateri obveščeni o manjših spremembah. Glavna koordinatorka za dentalno medicino je gospa Siegl, ki je nadvse prijazna in ima v pritličju tudi svojo pisarno. Kolegi so nam razkazali kliniko, kupili smo kartico za menzo, naslednji dan pa smo že začeli z vajami. Študij tu poteka malo drugače, po semestrih, tako v 7. in 9.semestru opravljajo študenti vaje iz KONS in KFO, v 8. in 10.semestru pa predmet Prothetik. V vseh semestrih poteka še predmet Praktikando. To v praksi pomeni, da se moraš pri izmenjavi za en semester odločiti, ali želiš opravljati predmet KONS in KFO ali pa Prothetik. Vaje iz predmeta KONS potekajo v vavalnici v pritličju, na začetku vsak dobi dodeljenega asistenta ter razpored dela po dnevih, dodeljene paciente in uvod v računalniški program. Tako je na začetku potrebno poklicati vse dodeljene paciente in jih naročiti na vnaprej določene termine. Instrumentarij za Erasmus študente je na voljo za izposajo, dokupiti je treba le potrošni material. Predmet obsega Otroško in preventivno zobozdravstvo, Ustne bolezni in parodontologijo, Zobne bolezni ter manjši del Fiksne protetike. Na začetku sem par tednov le asistirala kolegom, da sem se spoznala z načinom dela in materiali, nato pa sem samostojno opravljala delo na pacientih. Asistiranje toplo priporočam, saj sem se

veliko naučila, poleg tega pa nekako spoznala kolege iz semestra, ki so mi pri zapletih v laboratoriju ali pa na vajah z veseljem priskočili na pomoč. V sklopu predmeta smo obiskali tudi podjetje VDW, kjer so nam bili predstavljeni endodontski instrumenti, tako ročni kot strojni, sledila je še delavnica. Praktikando poteka vsak dan, gre pa za neke vrste seminarje iz Maksilofacialne in oralne kirurgije, kjer se predstavljajo različni pacienti. KFO ali Čeljustna in zobna ortopedija je na LMU obsežen predmet, kjer je potrebno pokazati tudi praktično znanje in izdelati aktivni in pasivni snemni aparat, kar se je izkazalo za dokaj težko nalogo. V drugem semestru sem opravljala predmet Prothetik, ki obsega Snemno protetiko in Fiksno protetiko in, tako kot pri nas, vse ostale spretnosti, od parodontološke obravnave, ekstrakcij, menjave zalivk, endodontskih zdravljenj. Vaje potekajo štirikrat tedensko, delo pa poteka še v laboratoriju, kar pomeni, da na kliniki preživiš ogromno časa, v mojem primeru cel dan. Za Erasmus študente se začnejo vaje z izdelavo Michiganske opornice, tu naj pripomnim, da je v to vključena tudi sama izdelava v laboratoriju. Definitivno sem pridobila več spoštovanja do dela tehnikov, saj je delo res časovno potratno in zahteva veliko natančnosti in kritičnega razmišljanja. Samostojno se izdelujejo tudi delne in totalne snemne proteze, inleji in onleji. Sledi prepariranje zob na Fresaco modelih, nato delo na pacientih. Pri predmetu sem veliko asistirala tudi v drugi skupini, saj se mi je zdel predmet zelo zanimiv. Na koncu semestra se opravlja pri vseh predmetih še izpit. Kljub temu, da še tik pred odhodom na izmenjavo nisem bila sigurna, kako se bo izšlo priznavanje predmetov in kaj mi bodo na kliniki dejansko dovolili delati, sem s svojo odločitvijo izredno zadovoljna. Izmenjavo toplo priporočam vsem, ki imajo vsaj neko osnovno znanje jezika in pa željo, da se naučijo nekaj novega, da si ustvarijo neko primerjavo med klinikama ter poučevanjem. Kar me je najbolj fasciniralo, je njihova spletna učilnica, kjer so naložena vsa predavanja, strokovne smernice, literatura, članki, natančen opis pravilnega pristopa k določenemu delu, vse je odobreno s strani predstojnikov. Ta način podanih informacij se mi je zdel pregleden in dober, saj sem se v svojem študiju vedno zanašala na povzetke, napisane s strani študentov, ki pa so velikokrat vsebovali napačne informacije. V sklopu platforme lahko študent zastavi vprašanja profesorjem in asistentom, ki so nato tudi odgovorjena. Kar se tiče obštudijskega življenja, obstaja več študentskih organizacij, kot na primer MESA, ESN...vse te najdeš na FB. Organizirajo zabave, izlete, piknike, športne dogodke in pomagajo pri iskanju nastanitve. Take home message: prijavi se na izmenjavo! V primeru vprašanj sem na voljo na rihartinka@yahoo.com.

34. NEMČIJA – Univerza Ludwig-Maximilians, München (Nika Sotošek)

V poletnem semestru 2017/2018 sem v Münchnu v Nemčiji v sklopu Erasmus+ študijske izmenjave opravljala vaje iz dveh predmetov šestega letnika: kirurgije in pediatrije. Poleg tega pa še dodaten mesec vaj iz anesteziologije.

Za začetek naj povem, da to ni bila najbolj zabavna in enostavna izkušnja, vendar sem zelo vesela, da sem se bila pol leta na izmenjavi na LMU, kjer sem se naučila ogromno novih stvari. Tako kot povsod je zelo veliko birokracije. To niti ne bi bila taka težava, če ne bi bila komunikacija s Frau Lechner, ki je koordinator Erasmus študentov na medicinski fakulteti, skoraj nemogoča. Gospa ne odgovarja na sporočila, večkrat je v času uradnih ur ni v pisarni, stvari pa lahko urejaš le osebno ali po telefonu. Ampak na koncu je vse uredila in točno tako, kot sem si zamislila.

Poleg tega je v Münchnu zelo težko dobiti študentsko sobo. Prijaviš se ob vpisu, izveš pa šele kakšen mesec pred odhodom, če si jo dejansko dobil. Tako jaz do zadnjega nisem vedela, če sploh grem na izmenjavo. Zelo veliko energije sem vložila tudi v iskanje privatne sobe in aktivirala vsa možna poznanstva. Priporočam, da se res lotiš iskanja sobe, takoj ko se odločiš, da greš na izmenjavo. Na koncu sem jo dobila in težko bi bilo boljše. Imela sem svojo sobo in kopalnico ter skupno kuhinjo. Vse študentske sobe stanejo med 300 in 400 eur, s tem ko privatne sobe med 500 in 700 eur. Za študente medicine pazijo, da smo ob U6 in v bližini obeh univerzitetnih klinik. Zaradi naporenega urnika v klinikah, pa sem v sobi velikokrat samo spala.

Na začetku vsakega semestra je organiziran intenzivni tečaj nemščine in orientacijski program z različnimi izleti. Čez leto pa MESA in TUMI, študentski organizaciji, organizirata različne izlete. Vedno se nekaj dogaja. Jaz sem se odločila za tečaj nemščine v marcu, prijaviš se posebej na LMU strani, mislim da do konca januarja. Potem smo imeli 4 tedne vsak dan dopoldne nekaj ur tečaja. To je bila ena boljših odločitev, tam sem spoznala veliko skupino študentov, s katerimi smo se vse čas družili in še boljše, ves čas govorili nemško. Ta tečaj nemščine lahko uveljavljaš za izbirni predmet, saj zanj prejmeš 6 ECTS točk.

Prvi teden v aprilu je univerza organizirala tudi uvodni teden, kjer naj bi bodoči študenti dobili vsa potrebna navodila za študij, vpis in življenje v Münchnu. To je bilo za nas, ki smo prišli že v začetku marca malo prepozno. Več stvari si moral raziskati sam, vendar je bilo veliko lažje, ker smo bili velika skupina študentov in smo si pomagali. Tako da sem se ta teden ukvarjala le z vpisom in koordiniranjem praktikuma v klinikah. Ko dobiš enkrat iz dekanata svoj urnik, potrjene praktikume v klinikah, se moraš naprej dogovarjati sam s posameznimi oddelki. Po navadi so kar ažurni in hitro odgovorijo, ter te razporedijo. V tem tednu si lahko urediš tudi »Essensmarken«, za brezplačne obroke v klinikah. Dobi jih vsak PJ študent, v pisarni na Polikliniki.

Jaz sem najprej opravila 7 tednov vaj iz kirurgije v Klinikum Großhadern, 4 tedne sem bila na abdominalni kirurgiji in 3 tedne na torakalni kirurgiji. Nato 5 tednov vaj iz pediatrije v Innenstadt Kinderklinik in na koncu še 4 tedne vaj na oddelku za anestezijo. Od študentov na vajah se pričakuje, da zjutraj poberejo kri, nastavijo kanale, previjajo rane, odstranjujejo drenaže in naredijo sprejeme. Na kirurgiji si skoraj vsak dan 2. ali 3. asistent pri različnih operacijah. Včasih so na oddelku tudi drugi nemški študenti, jaz sem bila velikokrat sama. Na kirurških oddelkih se vizite začnejo ob 7., na nekirurških pa običajno ob 8. uri, domov pa sem hodila med 17. in 19. uro.

Drugače je München v poletnem semestru super. Čez vikende smo se veliko zabavali, hodili na izlete, v hribe, na različna jezera, razstave, v teater in opero. Kljub temu, da to ni najbolj enostavna izbira, za študij v zadnjem letniku, mislim, da sem se ogromno naučila in sem zelo vesela za to priložnost.

Če te zanima kaj več, me lahko kontaktiraš na nika.sotosek@gmail.com.

35. NEMČIJA – Univerza v Lübecku (Aleksandra Mitrovič)

Concordia domi foris pax (harmony at home, peace abroad)

V Lübeck sem prispela na začetku aprila, saj poletni semester na Universität zu Lübeck poteka od aprila do avgusta. Na žalost se nisem uspela udeležiti pripravljalnega nemškega tečaja v marcu zaradi obveznosti na naši fakulteti, vendar bi vsakomur ta tečaj toplo priporočila, saj komunikacija tako v prostem času kot na univerzi večinoma poteka v nemščini.

V sklopu svoje Erasmus izmenjave sem opravljala Družinsko medicino (Block Praktikum 2 tedna in Famulatur cel semester), Oftalmologijo, ORL, izbirni predmet Geriatrije in Sečila. Moj prvotni načrt je vseboval opravljanje Ginekologije, vendar mi je koordinatorka iz Lübecka dokaj pozno sporočila, da se urnik ne ujema, zato sem morala opravljati Družinsko medicino, kljub temu da obiskujem 5. letnik.

Predavanja in vaje so bile pri vseh predmetih odlično organizirane, menim, da sem pridobila ogromno znanja iz praktičnega dela, od jemanja krvi, vstavljanja kanalov, opravljanja ultrazvokov do asistiranja pri operacijah. Predavanj je relativno malo, predvsem poskušajo strniti bistvo zahtevanega znanja, tako da smo imeli po 8 ur predavanj na teden.

Osebno se mi je zelo dopadel ORL, imeli smo veliko vaj in resnično obiskali večino oddelkov klinike, poleg tega so bila predavanja neverjetno obširna in hkrati razumljiva, predvsem na račun zagnanosti predstojnice katedre. K najljubšemu delu pri obveznostih na univerzi pa štejem tudi opravljanje dvotedenskega Block Praktikuma iz Družinske medicine, kjer si po predhodnem

dogovoru s tajnico na seznamu ponujenih ambulant izbereš splošnega zdravnika, ki ga potem spremljaš pri njegovem delu in kasneje tudi sam samostojno opravljaš preglede, poleg tega pa imaš priložnost opravljati tudi hišne obiske pri starejših in hudo bolnih.

Čeprav sama Erasmus izmenjava zahteva določeno mero organiziranosti in predpriprave, bi resnično vsem iz srca zaželela, da bi bili deležni takšne lepe izkušnje, kot sem je bila deležna jaz, saj je obogatila moj poletni semester in mi omogočila, da spoznam ogromno zanimivih ljudi iz celega sveta. Čeprav je bilo tudi nekaj težjih situacij, sem na koncu ugotovila, da jih lahko rešim tudi sama in sedaj se jim lahko samo nasmejim. Trdim lahko, da je moj novi pogled na svet zaradi te prečudovite izkušnje postal rahlo bolj italijanski, avstrijski, nemški, ameriški in norveški.

Na tem mestu pa bi se tudi rada zahvalila naši mednarodni pisarni, predvsem Jerneji Čelofigi, ki mi je pomagala pri organizaciji izmenjave in vseh možnih vprašanjih od priznavanja predmetov do štipendiranja izmenjave. Iz srca hvala!

36. NEMČIJA – RWTH Aachen (Anja Jurejevčič)

Na RWTH Aachen sem opravljala polletno izmenjavo od januarja 2018 do junija 2018, kjer sem kot študentka 6.letnika delala vaje iz interne medicine, kirurgije in pediatrije. Izmenjavo v Aachenu sem izbrala predvsem zaradi priporočil in pohval starejših kolegov, ki so ravno tako tja odhajali v 6. letniku študija. Eden od razlogov, da sem se odločila ne toliko za Aachen kot za Nemčijo, je bila tudi želja po izboljšanju aktivnega znanja nemščine. Poleg tega se mi je dopadla lega, saj Aachen leži praktično na meji z Belgijo in Nizozemsko in je odlično izhodišče za izlete.

VPIS

Znanje nemščine je seveda pogoj, vendar naj vas tudi, če ste tako kot sama, pozabili večino gimnazijske nemščine, to ne odvrne od prijave. Po prijavi boste imeli namreč dovolj časa, da osvežite svoje znanje s kakšnim jezikovnim tečajem, da prehod v novo okolje ne bo prehud. Za vpis je potrebno predložiti potrdila o nivoju znanja jezika, zato se, če še nimate narejenega certifikata za nemški jezik, obvezno udeležite jezikovnega tečaja, kjer vam bodo izdali potrdilo, da ste uspešno zaključili tečaj nemščine na določenem nivoju. Zahtevan nivo je načeloma B1 oz. A2 in obvezna udeležba tečaja v septembru, ki ga organizira RWTH. Cena tečaja je 170eur, uveljavlja se ga lahko kot izbirni predmet. Če imate višjo stopnjo znanja nemščine, tečaj ni obvezen, je pa vseeno dobra priložnost za spoznavanje drugih Erasmus študentov.

NASTANITEV

Aachen je študentsko mesto, zato se lahko iskanje nastanitve velikokrat izkaže za pravi izziv. Načeloma je pomembno, da se čimprej prijavite na vse možne liste, ki so napisane na strani RWTH. V juniju oz. oktobru, odvisno od datuma izmenjave, pa dobite tudi kodo, s katero se prijavite na listo za mednarodne študente za dodelitev sob v študentskih domovih. Poleg tega je veliko internetnih portalov za WG – Wohngemeinschaft (deljeno stanovanje) npr. Airbnb, WG Gesucht, kjer sem tudi sama našla stanovanje oz. sobo. Bodoči sostanovalci opravljajo intervjuje, ki jih pa načeloma raje opravijo v živo kot po Skypu. Sama sem imela verjetno kar srečo, saj sem stanovanje začela iskati v oktobru in po 2 dneh iskanja našla stanovanje v katerem živita tudi dve medicinki, vse smo se zmenili po Skypu in pogodbo sem podpisala nekaj tednov kasneje. Poleg tega sem sama nekaj dni kasneje dobila tudi ponudbo univerze za nastanitev v študentskem domu, vendar sem se raje odločila za WG. Tako da se iskanje nastanitve na koncu ni izkazalo za težavno, vsaj v mojem primeru.

ŠTUDIJ

Na izmenjavi sem bila 1 semester, natančneje od januarja 2018 do junija 2018. Tam sem opravljala vaje v sklopu PJ (praktično leto). Opravljala sem vaje iz kirurgije, interne medicine (samo polovico) in pediatrije. Družinsko medicino sem opravila že pred odhodom na izmenjavo, saj si nisem želela pustiti ravno vsega za absolventa, kajti izpite je potrebno opravljati doma. Število tednov vaj, ki jih

opravljaš, je odvisno od tebe, pogoj pa je, da si na enem oddelku vsaj 4 tedne. Sama sem opravljala 4 tedne interne medicine (5 tednov sem opravila že doma), 5 tednov pediatrije in 9 tednov kirurgije. Vsi dodatni tedni se štejejo kot dodatne točke za specializacijo. Obseg dela vključuje predvsem jemanje krvi, vstavljanje katetrov, delanje prevez, birokratske zadeve, sprejeme pacientov, asistiranje pri operacijah. Seveda zavisi delo tudi od oddelka na katerem delaš. Učenje je odvisno zanimanja, ki ga izkažeš, včasih pa tudi od zdravnikov na oddelku. Velikokrat se tudi zgodi, da si sprva prepuščen sam sebi in se moraš uveljaviti sam.

INTERNA MEDICINA: Interno sem opravljala na kardiologiji. Delovni čas 8h-16h, včasih tudi dlje, vendar ti nihče ne bo očital, če greš domov ob 16h. Odličen kolektiv, zelo prijazni zdravniki. Že prvi teden sem lahko delala sprejeme, kasneje vodila tudi eno pacientko in poročala o njej. 3x na teden imajo za PJ organizirane 1h seminarje, vendar se jih nisem mogla vedno udeležiti. V mednarodni tega niso nič omenili, sama sem za to izvedela od starejših kolegov. Je koristno, pa še malo nemškega strokovnega izrazoslovja pridobiš.

KIRURGIJA: 5 tednov travmatologije in 4 tedni plastične kirurgije. Travmatologije ne bi priporočala, saj smo bili študentje več ali manj prepuščeni sami sebi. Potem ko si zjutraj končal z obveznim jemanjem krvi in prevezami, si lahko ostal na oddelku ali šel v operacijsko. Vendar pa nikjer nisi mogel prav veliko delati, ne vem ali je to zaviselo od zdravnikov na oddelku oz. v operacijskih, ki se niso ravno veliko ukvarjal z nami. Ampak glede na to, da sem že kar nekaj delala v ortopediji/travmi se mi je zdela organizacija zelo slaba. Plastična kirurgija pa je bila drugačna. Tudi kolektiv se mi je zdel boljši, zdravniki so dejansko razlagali stvari in tudi asistiranje pri operacijah je bilo možno in zaželeno. Drugače pa klasično delo na oddelku z jemanjem krvi, delanjem prevez, vizitami.

PEDIATRIJA: Organizacijsko najbolj na nivoju. Sama sem bila na pediatrični onkologiji. Zelo veliko internih izobraževanj (Fortbildung) in predstavitev. Enkrat na teden samostojno predstaviš enega pacienta predstojniku klinike, včasih sledijo tudi vprašanja o tej temi. Prej se načeloma s specializantom pripraviš in predebatiraš bolezen in potek pri pacientu.

PROSTI ČAS

Če imaš čas in predvsem energijo, je Aachen super izhodišče za potovanja. V semestrsko karto je vključena celotna NRW regijo. Iz Aachena lahko kupiš ugodne karte za Belgijo in Nizozemsko npr. iz Aachena lahko za 8 eur potuješ kamorkoli v Belgijo in nazaj. Kadar se ti dopade samo kratek sprehod, se lahko peš odpraviš na tromejo, poleg tega je na voljo veliko poti za kolesarjenje (Vennbahnweg). Nočno življenje je omejeno večinoma na eno ulico in nekaj razpršenih klubov okoli centra. Veliko festivalov v okolici se da obiskati, najbolj znan je karneval v Kölnu, ki se zaključí februarja z ogromnim praznovanjem.

STROŠKI

Sama sem plačevala 280eur/mesec za stanovanje, okoli 500eur za celoletno semestrsko, hrana v menzi bolnice je rahlo dražja (do 5eur), je pa cenovno ugodnejša in po mojem mnenju tudi bolj kvalitetna študentska menza - Mensa Vita (do 3.5eur), cca. 100 metrov stran od bolnice. Stroški v trgovinah so približno enaki kot v Sloveniji. Dodatni stroški so odvisni od tega, koliko potuješ in žuraš :) Kot PJ dobi vsak še nekaj žepnine za malico od Uniklinike.

ZAKLJUČEK

Erasmus izmenjava je super izkušnja, kljub temu da se včasih zdi naporno urejati vse papirje in se ukvarjati z nemško birokracijo. Kar se tiče znanja jezika, to definitivno ni razlog, da se ne bi prijavili. Sama sem bila zelo skeptična, pa sem na koncu brez problema delala v nemško govorečem okolju. Postala sem tudi bistveno bolj samostojna in spoznala nekaj res čudovitih ljudi. Najboljši nasvet, ki vam ga lahko dam je, da je enostavno treba narediti prvi korak, potem pa že sproti premagaš ovire, ki jih srečaš na poti.

37. NEMČIJA – RWTH Aachen (Lučka Šetinc)

Za izmenjavo v Nemčiji sem se odločila zaradi priporočila kolegov in znanja jezika. Mislim, da je bil Aachen dobra izbira, tako zaradi odlične univerze kot tudi zaradi lokacije, ki je idealna za potovanja. V Aachnu sem bila 5 mesecev in sem tam opravljala klinične vaje šestega letnika.

PRIHOD IN NASTANITEV: Aachen je prijetno mesto, kamor boste najlažje prišli z letališča v Kölnu ali Bruslju. Nujno pridite vsaj teden ali dva prej, saj je ob prihodu treba urediti marsikaj (predvsem zdravniški pregled in dokumentacijo, če boste opravljali klinične vaje). Glede nastanitve je več opcij, najbolj ugodno je, če dobite sobo v študentskem domu (prijave preko Studierendenwerk Aachen). Čakalne dobe so dolge, zato se prijavite čim prej. Meni so proti koncu študijskega leta sporočili, da imajo zame sobo na obrobju mesta za 200 EUR/mesec, ponudbo sem takoj sprejela. Nasvet: vedno preberite drobni tisk in preverite, kakšna je soba, ki ste jo dobili. V nemških študentskih domovih ni vedno samoumevno, da je soba polno opremljena, v moji na primer sploh ni bilo postelje, kar je bilo na začetku precej neprijetno presenečenje. Poleg tega je bilo treba ob prihodu plačati več dodatnih prispevkov (za čiščenje, internet in podobno), vsak študent pa je moral ob vselitvi svojo sobo tudi prepleskati. Skratka, pri izbiri sobe bodite pazljivi, raje postavite nekaj dodatnih vprašanj, in po možnosti odštejte par evrov več. Sicer ni bilo težav, študentski dom je bil miren in tudi lokacija mi je ustrezala. Če sobe v študentskem domu ne dobite, je odlična rešitev spletna stran WG-gesucht – preko te strani je sobo dobila večina študentov, ki sem jih kasneje spoznala.

JEZIK: Dobro je, da imate nekaj predznanja, v vsakem primeru pa boste po prihodu v Nemčijo izredno hitro napredovali. Na RWTH organizirajo odlične tečaje nemščine, s katerimi so študenti zelo zadovoljni. Glede tega opozorilo: če je vaš nivo C1 ali višje, mesta na tečaju ne boste dobili. To se je zgodilo meni ter še nekaj študentom, zaradi česar smo imeli težave tako s kreditnimi točkami kot tudi s štipendijo (Erasmus štipendija vam pripada samo za tiste dneve, ko v tujini dejansko tudi študirate oziroma delate). Sama v septembru tako nisem imela ravno veliko dela, sem pa zato toliko več potovala.

DELO: V Aachnu sem opravljala klinične vaje iz interne medicine in kirurgije, skupaj 14 tednov. Ker je bil moj študentski dom bolj na jugu mesta, sem delala v manjši bolnišnici Marienhospital Aachen (po pravilih lahko opravljate vaje na katerikoli kliniki v Aachnu, ki je povezana z univerzitetno kliniko, to pa so praktično vse). Začela sem z interno medicino, in sicer na oddelku za kardiologijo. Moje delo je bilo na začetku skoraj izključno jemanje krvi in vstavljanje venskih kanalov. Za razliko od nemških študentov glede tega nisem imela veliko praktičnih izkušenj, in je nekaj časa trajalo, da sem se naučila. Sicer sem morala sama pokazati dovolj zanimanja in volje do učenja, da so mi dodelili še dodatne naloge. Tako sem lahko sodelovala tudi pri raznih posegih, opravljala preglede in pisala odpustnice. Vsak teden sem dobila tudi pacienta, ki sem ga morala pregledati, o njem poročati ter naročiti preiskave in izvide. Na kirurgiji je bilo podobno: študenti smo morali vsako jutro najprej opraviti odvzeme krvi, nastaviti venske kanale, menjati preveze in odstranjevati šive. Ker nas je bilo na oddelku več, je šlo hitreje, preostali čas pa smo asistirali pri operacijah, delali sprejeme, ter obiskovali predavanja (t.i. Fortbildung), ki so potekala trikrat tedensko in so bila odlična. Pogosto smo šli tudi na urgenco, kjer smo delali anamneze, snemali EKG ter naročali preiskave. Včasih smo lahko tudi sami opravili pregled in sprejem pacienta (seveda pod nadzorom mentorja). Kot PJ študent v Nemčiji za delo dobiš tudi nekaj denarja. V Marienhospital Aachen je to bilo 250 evrov mesečno in vsak dan zastoj kosilo v menzi. Mislim, da je na Uniklinik podobno, le hrano si moraš tam plačati sam. Dela se načeloma od 7:30 do 16:00, vendar je to odvisno od dneva (okrog božičnih praznikov dela ni bilo veliko in smo pogosto odšli domov že prej, včasih pa smo ostali tudi do 19ih, če smo na primer asistirali pri operacijah). Jaz sem se dogovorila tudi za dva tedna počitnic (teden dni v novembru sem izkoristila za potovanje po Franciji, en teden konec decembra pa za obisk doma). Glede tega res ne komplicirajo, dokler kljub počitnicam opravite dovolj vaj (zame torej 7 tednov kirurgije in 7 tednov interne medicine). Mislim, da sem se pri delu naučila ogromno in se predvsem navadila na drugačen način dela, hkrati

pa sem spoznala precej nemških študentov medicine, s katerimi smo se družili tudi v prostem času (kakšno kuhano vino na decembrskem božičnem sejmu ali večerja po delu vedno popestri dan ☐). PROSTI ČAS: Aachen je odlično mesto za izmenjavo. Ker leži na tromeji, je možnosti za potovanja ogromno. Za Erasmusovce v Aachnu pogosto organizirajo izlete (AEGEE, Uniflucht). Septembra in ob vikendih smo večkrat šli na izlete v Belgijo (Gent, Brugge), na Nizozemsko (Maastricht, Amsterdam) ter po drugih mestih v NRW (Monschau, Köln, Bonn). Za semestrsko vpisnino na RWTH morate odšteti okrog 250 evrov, zato pa dobite Semesterticket, s katerim lahko zastonj potujete po celotnem Bundeslandu. Za študente je seveda organiziranih tudi veliko zabav in raznoraznih dogodkov. Krog poznanstev in prijateljev se na izmenjavi hitro širi in možnosti za zabavo in potovanja vam gotovo ne bo zmanjkalo.

Izmenjava je bila nedvomno pozitivna izkušnja, ki jo priporočam vsem; veliko se boste naučili, potovali, spoznali nove ljudi iz cele Evrope, in imeli nepozabna doživetja. Za kakršnakoli vprašanja mi lahko pišete: lucka.setinc@gmail.com

38. NEMČIJA – RWTH Aachen (Mojca Kecelj)

Pred izmenjavo: Prijava na izmenjavo in nadaljni postopki na RWTH Aachen potekajo po navodilih, ki jih dobite s strani naše mednarodne pisarne oz. mednarodne pisarne iz Aachna. Če delate 6. letnik naj vas opozorim, da lahko načeloma opravljate samo tri predmete, ker je v Nemčiji zadnji letnik t.i. praktično leto (Praktisches Jahr), kar pomeni, da študentje 4 mesece opravljajo »vaje« (oz. praktično delajo, vsaj glede na to, da morajo biti tudi kot študentje tam načeloma 8 ur), obvezni sta interna in kirurgija, potem pa si lahko izberejo še en predmet, za nas to pomeni družinsko ali pediatrijo, jaz sem vzela pediatrijo. Glede kreditnih točk načeloma velja 1,25 točke na teden, torej morate skupaj narediti 32 tednov da pridete na 40 kreditov (za 2 semestra). Tedne si lahko razporedite kot želite (glejte samo to, da jih imate toliko, kot jih zahtevajo pri nas), se pa gotovo splača, da investirate nekaj več časa in kje ostanete tudi kak teden dlje (predvsem če vas kak predmet bolj zanima), saj vas tako zdravniki in ostalo osebje bolje spozna, tudi vi dobite več izkušenj in se tako lahko več naučite.

Za študentski dom se prijavite čim bolj zgodaj, jaz ga sicer nisem dobila, čeprav se mi je zdelo, da sem se prijavila pravočasno, se pa po Facebooku in preko ostalih aplikacij najde kakšna soba in če ne načrtujete, da boste ostali dva cela semestra (kar pomeni od oktobra do septembra naslednje leto), se vam morda študentski dom ne splača, saj morate sobo po navadi najeti za celih 6 mesecev. Če delate 6.letnik niste vezani na študijsko leto in lahko z izmenjavo začnete kadarkoli želite (svoje želje napišete v mednarodno pisarno v Aachnu), vendar vam svetujem, da vsaj začetek prilagodite začetku študijskega leta, saj boste tako lažje spoznali ostale erasmus študente in si vsaj na začetku lažje poiskali nekaj družbe.

RWTH Aachen za vse mednarodne/erasmus študente v septembru ponuja tečaje nemščine, ki stanejo okoli 150 eur in prinesejo tudi nekaj kreditnih točk. Jaz se ga nisem udeležila, ker sem imela septembra še druge obveznosti v Sloveniji, tečaj se pa menda splača predvsem, da spoznate še kakšnega (erasmus) študenta. Vendar pazite, ker pomujajo tečaje največ za B2 nivo in če razporeditveni test pišete predobro, vas v tečaj ne bodo hoteli vzeti.

Med izmenjavo:- delo: Vaje sem opravljala v dveh bolnicah, pediatrijo na Unikliniki Aachen, interno in kirurgijo pa v manjši »splošni« bolnišnici v Stolbergu, kraju, ki je od Aachna oddaljen cca. 10 km in do katerega je veliko povezav z vlakom in avtobusi. Mislim sicer, da je bilo to, da sem bila v Stolbergu bolj izjema, saj večina erasmus študentov vse opravi na Unikliniki. Na začetku je tudi mene zmotilo, da so me »dislocirali«, ker je pomenilo, da se bom morala dlje voziti, vendar se je na koncu izkazalo, da so manjše bolnice tudi v Nemčiji »prijaznejše«, vsi zdravniki poznajo tudi vse študente, vzdušje je morda nekoliko bolj sproščeno, ker ni toliko študentov, imaš več za delat, kar vsaj na kirurgiji pomeni veliko asistiranja. Načeloma se od študentov pričakuje precej samostojno delo, predvsem da znaš vzeti kri in nastaviti venski kanal, ampak vam zagotavljam, da

se tudi tam preko dela s časom to zelo dobro naučiš, je pa sigurno fino, če si to že prej parkrat naredil. Tudi jezik je na začetku za vsakega malo problem, predvsem ker imajo ogromno svojih izrazov za razne preiskave itd., ampak po nekaj tednih padeš »notr« in potem vse razumeš in lahko samostojno narediš sprejem ali ambulantni pregled. Tudi v Nemčiji imate največ opravka s specializanti, načeloma so vsi zelo prijazni in pripravljeni karkoli razložiti/pomagati, saj ti tudi za njih pomeniš določeno razbremenitev (v Nemčiji morajo zdravniki sami jemati kri in nastavljati venske kanele in če to naredijo študentje, pomeni manj dela za njih). Ampak tako kot povsod so eni bolj »navdušeni« nad delom s študenti, drugi manj, in sigurno ima vmes vsak tudi kak slab dan. Na večini oddelkov organizirajo tudi »seminarje« za študentje, kjer je vsak teden na programu neka tema, ki se potem vodi kot pogovor med zdravnikom in študenti, študentje se lahko udeležijo tudi raznih tečajev UZ itd. Skratka, veliko se lahko naučiš, ampak moraš sam pokazati nekaj zanimanja.

- prosti čas: Aachen je študentsko mesto, kjer je tudi ogromno erasmus in mednarodnih študentov. Na začetku vsakega semestra organizirajo spoznavni teden, kjer izveš, kako se spopasti z vso birokracijo, kako poteka študij v Aachnu, spoznaš pa tudi ogromno ostalih študentov, zato se po mojem mnenju na začetku splača udeležiti čim več aktivnosti. Tam tudi spoznaš nekaj ljudi, s katerimi se potem več družiš, hodiš naokoli. Tudi sicer imaš na voljo ogromno študentskih aktivnosti, kot je šport, izleti ob koncu tedna, žurke itd., tako da ti tam gotovo ne more biti dolgčas.

Mnenje: Erasmus izmenjava se mi zdi super priložnost, da se strokovno in osebnostno izpopolniš, spoznaš nove ljudi, obnoviš in dopolniš svoje znanje nemščine in na koncu koncev tudi ugotoviš, da pri nas ni vse slabo, ampak tudi tujina ponuja ogromno priložnosti za delo. Pričakujte, da boste kot PJ-terji veliko delali, kar potem, da ne boste čisto tipični erasmus študentje, vendar mislim, da ti vse te izkušnje res veliko prinesejo, sploh pa je med vikendi tudi dovolj časa za druženje in raziskovanje okolice.

Okvirni stroški:

- Semestrsko karta (velja za celotno Nordrhein-Westfalijo): 250eur na semester
- Soba/stanovanje: cene se v povprečju gibljejo nekje od 200 (soba) pa do 400 eur (enosobno stanovanje)
- Hrana: v študentski menzi je jed od 2 do 4 eur, tudi drugače je Aachen študentom prijazno mesto in na Pontstraße dobiš pizo za 3 eur, burger za 5, kecap je okoli 3,5; cene v trgovinah so približno take kot pri nas

Kot PJ načeloma dobiš od bolnice mesečno plačilo, običajno okoli 200 eur.

Za dodatne informacije me lahko kontaktirate na: kecelj.mojca@gmail.com

39. NEMČIJA – Charité Berlin (Primož Holc)

Od oktobra 2017 do februarja 2018 sem opravljal zimski semster v Berlinu na Chariteju. Vpisan sem bil v 6. letnik, tako da sem tam opravljal vaje iz interne medicine in kirurgije v sklopu njihovega t.i. PJ (Praktisches Jahr). Tako sem tam opravil 8 tednov vaj iz interne medicine ter 8 tednov iz kirurgije.

ZAKAJ BERLIN?

Zame je to bilo eno najlažjih vprašanje. O Berlinu sem slišal ogromno dobrih stvari, prav tako o njihovi prestižni Univerzi. Tako je odločitev bila preprosta. Zraven tega, da je mesto neprestano pokonci, je tudi cenovno primerljivo s Slovenijo v primerjavi z preostalimi večjimi nemškimi mesti ter prav tako ponuja možnost potovanja v bližnje države (Poljska, Češka, Danska,...) – odlično za vikend potovanja.

POGOJI ZA VPIS

Bom kratek. Čeprav nemščina ni pogoj osebno priporočam znanje vsaj na nivoju B2, saj poteka celoten pouk: predavanja, vaje in izpiti izključno v nemškem jeziku. Je pa res, da Univerza pri tem

zelo pomaga. Pred prihodom namreč dobiš dostop do njihovega spletnega preverjanja jezikovnega znanja in glede na rezultat ti nato ponudijo možnost opravljanja raznih tečajev: medicinske nemščine ali crash course iz nemščine (ob predpostavki, da je tvoj rezultat prenizek od zahtevanega).

NASTANITEV

In smo že prišli do najhujše točke mojega poročila. Najti nastanitev v Berlinu je z eno besedno zvezo: NOČNA MORA! V mesto se vsak dan priseli več ljudi kot odseli in kljub velikosti mesta je iskanje sobe izjemno zahtevno, kaj šele celotnega stanovanja. Univerza vam pri nastanitvi ne pomaga, »uradnih« študentskih domov sploh ni, so pa se v zadnjih letih pojavila od študentov ustanovljena poslopja, namenjena bivanju študentov – studierendenWERK Berlin, kjer pa je dobiti sobo prav tako izjemno težko ter precej drago glede na lokacijo, kvaliteto in velikost sob. Zato je najboljša alternativa iskanje sobe na spletnih portalih, kot je na primer wg-gesucht, kjer pa se prav tako soočaš z neodgovarjanjem na tvoja sporočila ter seveda s prevaranti. Moram priznati, najti stanovanje je lahko precej komplicirano, postane pa izjemno lažje, ko si fizično v mestu, saj lastiki preferirajo ogled v živo kot pa dogovor preko skypa. Tukaj bi tudi opomnil vse, ki boste si pomagali s fb skupinami in raznimi podobnimi stvarmi: ogromno prevarantov kroži po teh straneh! Takoj ko bo kdo omenil pošiljanje denarja v tujino z western union, moneygram ali kaj podobnega se tega izognite, ker so prevaranti, ki vas hočejo prevarati za vaš denar. Zaradi tega vam priporočam čim prejšnji začetek iskanja sobe/stanovanja, če imaš kakšnega prijatelja ali kontakt v Berlinu, še toliko boljše.

ŠTUDIJ

Kot sem že omenil na začetku poročila, v Berlinu sem opravljal 5 mesecev vaj v sklopu njihovega zadnjega letnika, kar imenujejo PJ. Opravljal sem interno in kirurgijo. Če opravljate samo vaje oziroma tako imenovane »Famulatur«, vam prvo organizira mednarodna pisarna v Berlinu, ostale pa si morate sami. Tukaj lahko opazite, da je v Berlinu zelo veliko samostojne organizacij, je pa tukaj mednarodna pisarna v veliko pomoč. Predložijo vam seznam vseh bolnišnic (skupaj jih je okrog 25 in so razmetane po celotnem mestu, glavne so : Charite Campus Mitte, Charite Campus Virchow ter Charite Campus Benjamin Franklin), kjer lahko rotirate, vi pa potem na spletu najdete kontakt tajništva in preprosto na tajništvo napišete e-mail, da želite tam opraviti kroženje. Priporočeno je opravljati vsaj 3 tedne skupaj, saj ob krajšem času prošnjo pogosteje zavrnejo. Delo na oddelkih izgleda povsod približno enako: zjutraj odvzemi krvi ter vstavljanje i.v. kanalov, potem sledi vizita ter nato sprejemi ter ostale birokratske zadeve. Če pokažeš interes, dobiš tudi več za delat, tako da samo pogumno!

Jaz sem svoje rotacije opravil sledeče: prvih 5 tednov na splošni kirurgiji v Campus Virchow, nato 4 tedne gastro v St. Hedwigs Krankenhaus, kjer sem še kasneje opravil 3 tedne splošne kirurgije ter 4 tedne kardio. Kot rečeno, bolnice si izberete sami, jaz osebno sem si jih izbral glede na lokacijo, saj so nekatere izmed njih lahko oddaljene več kot eno uro z javnimi prevozi, kar pa je lahko precej naporno, če delaš od 7. – 17. ure. Prav tako se je manjša bolnišnica izkazala za zelo kvalitetno ter prijeto delovno mesto, tako da priporočam!

KRG: 8 tednov na splošni kirurgiji. Prvi teden ali dva sem tako ali tako rabil, da sem se navadil strokovne nemščine, naučil jemanja krvi, vstavljanja katetrov, delanja prevez, pač stvari, ki jih večina njihovih študentov zna že kar nekaj let. Na srečo so navajeni tujcev in se zavedajo, da tvoje praktično znanje ni na nivoju nemških študentov. Delal sem dnevno od 7h do približno 17h. Veliko sem se naučil, že prvi dan šival, pogosto sem tudi bil prva asistenca. Povprečno sem v tednu preživel 3 dni v operacijski. Kot rečeno učiš se sam, bodite delovni, pokažite zanimanje, izkoristite ponujene priložnosti in se boste ogromno naučili!

INTERNA: kardio in gastro. Delovni čas 8h-16h. Odličen kolektiv. Meni osebno je bilo na kardio bolje, delal sem sam sprejeme, tudi pisal in diktiral v nemščini, kasneje še odpuste. Seveda to vse preveri eden izmed specializantov. Lahko greš zraven pogledat različne preiskave (gastroskopije, kolonoskopije, TEE, TTE,...). Tukaj sem pod nadzorom opravil prvo punkcijo ascitesa ter

punkcijo plevralnega izliva. 2x na teden so imeli za PJ organizirane 1h seminarje (ob torkih iz interne in ob četrtkih radiološke), kar se mi je zdelo zelo koristno in poučno.

PROSTI ČAS

Berlin je mesto, ki nikoli ne spi. Tukaj se dogaja 24 ur na dan, 7 dni v tednu, od koncertov, predstavitev, športnih prireditev, žurk ;)... za vsakega se nekaj najde! Tukaj bi tudi pohvalil skupino lokalnih študentov, ki sodeluje v projektu ERASMIX, ki organizira zabave, ogleda muzejev in znamenitosti ter izlete v okoliške kraje. Z njimi smo si recimo ogledali Dresden ter Hamburg ter seveda večino muzejev. Vsake toliko časa so nas peljali na karaoke, kakšno večerno druženje, enkrat smo celo imeli internacionalno večerjo, kateri je sledil žur v njihovi hiši, ki se imenuje »Hexenhaus« (hiša čarovnic).

STROŠKI

Letalske karte so precej ugodne. Iz Zagreba je povratna karta z eurowings 70€, iz Benetk je easyjet še ceneje, sedaj pa se je odprla še nova direktna linija iz Ljubljane! Prav tako je možno do tja potovati z flixbusom, kar pa traja približno 14 ur, tako da je lahko kar precej naporno. V Berlinu so cene primerljive s temi v Sloveniji, najdejo se pa tudi restavracije, ki so lahko mal dražje ampak zato imajo tudi Lidl in Aldi, ki pa sta identična tem v Sloveniji. Naslednji, in tudi glavni strošek, ki ga boste imeli je stanovanje. Sam sem prvotno bival v stanovanju za 550€/mesec, kasneje sem po dolgem iskanju uspel najti nekaj za 300€! Tukaj se obrestuje biti potrpežljiv in vztrajen, saj so v zadnjih letih skokovito narasle najemnine in je posledično vedno težje najti nekaj zmerno ugodnega. Za vpis na Charite bo potrebno odšteti približno 250€ za en semester, je pa v ceno všteta karta za javne prevoze za cel semester, tako da vbistvu ni preveč drago. Restavracije in kafiči bodo malo dražji kot v Sloveniji, ne pa nekaj pretiranega. Imajo pa tudi 4 študentske menze po celotnem mestu, kjer stane obrok med 3 in 4€ - ugodno. Za vse žurere, ki se odpravljate v Berlin: vstopnine v klube so dražje, kot ste navajeni v Sloveniji. Za dober klub morate biti pripravljeni odšteti okrog 15€, je pa potem vstop pri večini mogoč od petka zvečer do ponedeljka zjutraj (ja, tako dolgo traja ena žurka). Univerza prav tako ponuja ogromno športnih aktivnosti po zelo ugodnih cenah.

Če povzamem moje mesečne stroške: stanovanje je bilo 300€, hrana prav tako okrog 300€ ter izleti, zabave in ostalo okrog 100€. Budget, ki ga Charite tudi sam priporoča je okrog 700-800€/mesec.

Vsakemu, ki razmišlja o Erasmus izmenjavi svetujem, naj se za to odloči! Drži, mesto je ogromno in na začetku se počutiš prav izgubljen (lažem, vbistvu se to počutiš tudi po 5. mesecih). Je pa definitivno vredno obiska, saj ne spada med tista klasična velika, nemška mesta. Če ima kdo kakšno dodatno vprašanje glede Berlina nasploh ali same izmenjave, sem seveda vedno na voljo.

Za konec na hitro povzamem – Berlin je treba doživeti, ni klasična evropska prestolnica. Je mesto, kjer človek začuti svobodo. Od Späti-jev do deep elektro scene... podajte se v neznanol!

40. NEMČIJA – Univerza Heinrich Heine, Düsseldorf (Nina Vrtačič)

Erasmus izmenjavo sem opravljala v 5. letniku v zimskem semestru (oktober 2017-februar 2018) na Heinrich Heine Universität v Düsseldorfu.

PRED IZMENJAVO:

Pomembno je vedeti, da je za izmenjavo potrebno imeti potrjeno o znanju nemškega jezika (min. B1, nemščina na maturi ne velja) in izjem ne dovoljujejo več, kot je bilo možno prebrati v prejšnjih poročilih. Pred izmenjavo sem morala poslati tudi dokazilo o vseh cepljenjih in stanje titrov protiteles.

IZMENJAVA:

PRIHOD:

Semester je letos začel 9. oktobra, vendar sem prišla v Düsseldorf že konec septembra, saj je pred pričetkom semestra potekal 14 dnevni intenzivni tečaj nemškega jezika, ki ga močno priporočam.

Edina slaba stran tečaja je, da v tem času še ni mogoče bivanje v študentskem domu, tako da sem si za 14 dni poiskala Airbnb.

NASTANITEV:

Živela sem v študentskem domu, mesečna najemna je bila 320€ za sobo, kjer sem imela lastno kuhinjo in kopalnico. Prijave za študentski dom potekajo preko nemške univerze. V Aprilu/Maju sem dobila email za prijavo, konec avgusta sem prejela ponudbo za sobo. Slaba stran je, da ne moraš izbirati ceno in tipa sobe, razpon je pa kar velik 250-450 €. Študentskih domov veliko, večina se nahaja v okolici kampusa in 10 min izven centra z javnim prevozom. Slaba stran študentskega doma je, da moraš plačevati za pranje perila in sicer 2,60€ za enkratno uporabo pralnega stroja.

ŠTUDIJ:

V prvem tednu, smo se morali v mednarodni pisarni prijaviti in plačati 290€ prispevka, s čimer pa dobiš tudi semestrsko karto za javne vse prevoze v NRW regiji – obsega veliko zanimivih mest (Köln, Bonn, Münster, Aachen, Dortmund in celo Venlo na Nizozemskem). Urediti si moraš iti tudi lokalno zdravstveno zavarovanje (vse kar potrebuješ je Evropska kartica zavarovanja) in prijavo prebivališča v Düsseldorfu.

V prvem tednu semestra smo imeli medicinci z mednarodno pisarno sestanek, kjer so nam razložili, kako potekajo predavanja, vaje, itd. Po pravici povedano, sem šele takrat doumela, kako vse skupaj poteka. Študij tam poteka po modelu Modellstudiengang, pri čemer so predmeti razdeljeni v različne bloke. Opravljaja sem predmet Sečila (Block Abdomen, Onkologie), Oftalmologijo in ORL (Block Kopf), Obtčila (Block Thorax) ter Imunologijo (Block Bewegungsapparat) in Presnovne bolezni (Block Kopf, Abdomen, Bewegungsapparat). Na prvi pogled se sliši zakomplicirano, vendar na koncu iz posameznega sklopa izbiraš predavanja in seminarje, ki jih potrebuješ. Potrebno je poudariti, da ne omogočajo več opravljanja Ginekologije, Pediatrije, Sodne medicine, MAFE. Poleg tega kliničnih vaj ne moreš opravljati skupaj z nemškimi študenti, ampak se moraš individualno zmeniti na kliniki (oziroma se zate zmeni mednarodna pisarna). Po koncu vsakega bloka so izpiti – tako kot pri nas – , kar je super, saj na koncu nimaš vsega na enkrat. Pogledano v celoti, sem imela v Nemčiji veliko manj obveznosti s študijem kot tu v Sloveniji. Zdi se mi, da je študij veliko bolj pregleden in poudarja stvari, ki so res pomembne za študenta medicine (ne učijo se vseh genskih variacij vseh mogočih bolezni).

DRUŽABNO ŽIVLJENJE:

Za družabni program skrbi lokalna ESN skupnosti, ki organizirajo na začetku semestra veliko družabnih dogodkov, med potekom samega leta pa vsaj 2 na teden. Z ESN sta bila organizirana tudi cenovno zelo ugodna izleta v Berlin in Amsterdam. Na univerzi imaš tudi ogromno ponudbo različnih športov, vsak četrtek se na kampusu vrtijo filmi. Düsseldorf leži v pokrajini NRW, ki je na prvi pogled turistično nezanimiva, ampak ko začneš raziskovati odkriješ veliko draguljev, ki jih drugače nikoli v življenju ne bi obiskal. Decembrski čas je odličen za raziskovanje božičnih marketov v različnih mestecih. Vreden ogleda je tudi novembrski karneval v Kölnu – 11.11. ob 11.11 je začetek karnevala, kjer se vsi ljudje oblečejo v maskare in praznujejo do jutranjih ur naslednjega dne. Karneval se je ponovil še v februarju, ko pa traja celoten teden in le najboljši zdržijo vsakodnevni tempo karnevala.

STROŠKI:

Mesečna najemna je bila 320€, vendar sem imela v prvem mesecu še dodatne stroške, saj je bilo stanovanjce deloma neopremljeno (brez posode, pribora,..) – IKEA te nekako reši. Skupaj s prvo najemnino je bilo potrebno plačati še kavcijo v višini ene najemnine. Vpisnina 290€, vendar dobiš še semestrsko vozovnico. Cene v trgovinah so zelo podobne našim, cene v restavracijah pa dosti višje. Za študentski buget je odlična Mensa na kampusu, kjer se za približno 2-3€ čisti spodobno naješ. Tudi cena kave 1,2€ je za kofeinske navdušence prav spodobna. Odvisno od tvoje

sreče/nesreče lahko dobiš od nemškega ARD-ja pismo, da moraš plačati prispevek za televizijo in radio v višini 17€/mesec, četudi le tega nimaš v stanovanju. Ignoriranje pisem se ne izplača, saj prihajajo nova in nova. Osebnostno sem prispevek plačala, veliko Erasmus študentov pa se je odločilo, da ne plačajo. Ker izjava »Ich bin ein Erasmus Student« je vedno najboljši izgovor.

Za vse dodatne informacije me lahko kontaktiraš preko Facebooka ali nina.vrtacic@gmail.com.

41. NEMČIJA – Univerza Friedrich-Alexander, Erlangen, Nürnberg (Polona Klavžar)

V zimskem semestru 2017/2018 sem v Erlangnu v Nemčiji v sklopu Erasmus+ študijske izmenjave opravljala vaje iz treh predmetov šestega letnika: interne medicine, kirurgije in pediatrije. Erlangen je majhno, a prijetno in varno univerzitetno mesto, ki leži 20 km severno od Nürnberga.

Pred pričetkom izmenjave je komunikacija z univerzo potekala odlično, precej pa se je zataknilo pri komunikaciji z medicinsko fakulteto in organizaciji vaj na klinikah. Pri tem sta mi bila v veliko pomoč moja predhodnika, ki sta v Erlangnu prav tako opravljala vaje za šesti letnik. Poleg tega je v Erlangnu precej težko dobiti študentsko sobo, vendar univerza vsakemu študentu na izmenjavi priskrbi eno ponudbo (v javnem oziroma zasebnem študentskem domu ali pri zasebniku), ki se jo splača potrditi, da si lahko že julija brez skrbi, da ne boš oktobra ostal brez strehe nad glavo. Jaz sem dobila sobo v precej slabem zasebnem mednarodnem študentskem domu, ampak sem zaradi naporenega urnika v bolnišnici domov velikokrat prišla samo spat.

Univerza prvi teden v oktobru organizira orientacijski tečaj, kjer bodoči študenti dobijo vsa potrebna navodila v zvezi z vpisom in birokracijo, ki jo je treba ob prihodu v Nemčijo urediti. Gospe iz mednarodne pisarne na univerzi so zelo prijazne in ustrežljive, to pa ne velja za gospo Walther z medicinske fakultete. Za vaje v bolnišnici sem se morala dogovarjati sama – to predstavlja velik problem, saj tajnice in profesorji s klinik celo poletje ne odgovarjajo na e-maile oziroma napišejo, da nimajo mest za Famulante. Ko že misliš, da ne boš mogel opravljati nobenih vaj, pride konec septembra gospa Walther z dopusta, napiše en e-mail in že imaš zagotovljene vaje kot PJ na interni kliniki! Z ogromno e-maili in ogromno potrpljenja se da vse, ampak traja...

Septembra lahko opravljaš že intenzivni tečaj nemščine, jaz ga nisem. Univerza zahteva samo potrdilo o znanju nemščine na nižjem nivoju, uraden certifikat ni potreben. Ti pa zelo priporočam, da se pred začetkom izmenjave malo poglobiš v nemško medicinsko terminologijo, ker je potem začetek na kliniki precej lažji. Jaz sem najprej opravljala vaje iz interne medicine, 3 tedne sem bila na kardiologiji in 4 tedne na nefrologiji. Nato sem nadaljevala z vajami iz kirurgije, 4 tedne splošne in 3 tedne plastične kirurgije. Za konec sem opravila še 5 tednov vaj iz pediatrije.

Od študentov na vajah se pričakuje, da 1. pobirajo kri, 2. dajejo kanale in 3. delajo sprejeme. Ko si na kirurgiji pa je 3. točka tvojih obveznosti asistiranje pri operacijah. Ni slabo, če se že v Sloveniji naučiš, kako se vzame kri in da kanal, da je potem začetek na oddelku malo lažji. Običajno so na oddelku še nemški študenti v zadnjem letniku medicine, ki ti pomagajo pri prvih korakih. Dan se na nekirurških oddelkih začne z raportom okrog 8. ure, na kirurgiji pa z vizito ob 7. uri. Nato študenti poberejo kri in nastavijo kanale. Za tem je na internističnih oddelkih potrebno narediti sprejeme bolnikov, na kirurgiji pa te pokličejo v operacijsko, ko potrebujejo asistenco. Če imaš srečo (in se poleg tega še spoprijateljiš s tajnicami), dobiš vsak dan tudi zastoj kosilo v bolnišnični menzi – jaz sem ga imela cel semester. Dan v bolnišnici traja različno dolgo, vendar ni nikoli tako kratek, kot ga imajo tvoji kolegi v Ljubljani. Jaz sem običajno odhajala domov med 16. in 17. uro. Opravljanje vaj šestega letnika v Nemčiji zagotovo ni najbolj enostavna opcija, ki si jo lahko izbereš za zadnji letnik, vendar mislim, da sem se v tem semestru v Nemčiji ogromno naučila, upam si trditi, da mnogo več, kot bi se sicer na vajah v Sloveniji.

Če te kaj podrobneje zanima, me lahko kontaktiraš na polona.klavzar@gmail.com.

42. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Ana Gale)

Študijsko leto 2017/2018 sem opravljala v Nemčiji, na Rupert-Karls Univerzi v Heidelbergu. Kot vsak študent, ki se odloči za izmenjavo, sem imela pred izmenjavo pričakovanja in zamisli, negotovosti in skrbi, radovednost in strah pred tem, kako se bom počutila v meni tujem okolju, na tuji univerzi, s tujimi ljudmi, in kako bo pravzaprav vse skupaj potekalo.

V Heidelberg sem odšla v začetku septembra 2017. Obiskala sem namreč pripravljali tečaj, ki ga proti plačilu ponuja Univerza v Heidelbergu. Tečaj je potekal 3 tedne in obisk tečaja bi priporočala vsakemu, ki se poda na izmenjavo. V tem času namreč še ni študijskih obveznosti in je odlična priložnost, da spoznaš ostale študente, se privadiš na novo okolje, ogledaš znamenitosti, ki jih prečudovito univerzitetno mesto ponuja in seveda da nadgradiš oziroma postaneš suverenejši pri uporabi nemščine kot glavnega govorečega jezika. V Heidelbergu je bil sprejem študentov v septembru zelo prijeten. Za vključitev v novo okolje poskrbi organizacija ESN Heidelberg, ki prav vsak dan organizira dogodke, od različnih Pub Night-ov, Piknikov na Neckarwiese, Vodnega ogleda mesta, Ogled znamenitosti mesta Heidelberg in Izlete v različna mesta v okolici Heidelberga. Univerza ponuja po končanem tečaju vpis v ostale tečaje. Tekom zimskega semestra sem obiskovala Tečaj medicinske nemščine, kjer smo se s tujimi študenti medicine, biomedicine in ostalih medicinskih znanosti spoznali z medicinsko terminologijo v nemščini in utrdili znanje, ki ga potrebuje študent medicine pri vajah na oddelku.

V oktobru se začnejo dogodki, povezani s študijem medicine. Orientacijski dnevi so uporabni predvsem zaradi vseh forumov in vpisnih postopkov na Medicinski Fakulteti v Heidelbergu. Organizirajo tudi razne vodene ogleda, ki pa so predvsem uporabni za tiste, ki pridejo v Heidelberg šele z začetkom oktobra.

Študij medicine smo študenti iz Ljubljane začeli v sredini oktobra. In sicer smo najprej obiskovali predmet Innere Medizin, ki je sestavljen iz več področij in pokrije internistične predmete 5. letnika v Ljubljani (z izjemo izpita Sečil, ki smo ga morali opraviti na domači fakulteti). Innere Medizin se začne s Klinische Chemie, v nadaljevanju pa sledijo 14-dnevni sklopi vseh internističnih predmetov. Predmet je organiziran v različnih oblikah pouka. POL, MEDI-Kit, Skills-Lab, Station Unterricht, Modul Unterricht in Vorlesungen. Velik poudarek pri predmetu je predvsem stik in pogovor s pacientom. Pri predmetu se naučiš tudi precej praktičnih stvari, kot na primer vstavljanje nasogastrične sonde, odvzem krvi, ultrazvočna preiskava, EKG... Izpit je sestavljen iz večih delov in sicer predstavlja del ocene Pregled pacienta, del ocene je Vsesplošni vtis iz vaj, Poročilo o pacientu, Pisni izpit in pa Ustni izpit. Glede literature je večina študentov uporabljala Herold: Innere Medizin, jaz sem se učila po Duale Reihe: Innere Medizin in pa zelo uporabni spletni strani Amboss, ki jo študenti Univerze v Heidelbergu lahko uporabljajo brezplačno.

V poletnem semestru pa sem opravljala predmete Ginekologija, Pediatrija, Oftalmologija in Otolaringologija. Predmeti potekajo tako kot v Ljubljani v obliki Modulov. In sicer Ginekologija in Pediatrija vsaka 1 mesec, Oftalmologija in ORL pa skupaj 1 mesec.

Ginekologija je sestavljena iz 4 tednov, vsak teden predstavlja zaključeno celoto (npr. prvi teden Hormoni, drugi teden onkološki vidiki v ginekologiji, tretji teden porodništvo...). Tekom modula je veliko možnosti kratkih seminarjev, ki ponujajo teoretično in praktično znanje tega predmeta (tečaj histeroskopije, laparoskopija, prikaz poroda na lutki...).

Pediatrija je prav tako sestavljena iz 4 tednov. Pouk je razdeljen v Vaje, CBT, POL, predavanja in KommunikationSkills. Večinoma je potrebna predhodna priprava na pouk preko njihove spletne učilnice, kar pa kljub natrpanosti urnika v končni fazi vodi do kvalitetnejšega in ne-kampanjskega znanja.

Oftalmologija in ORL potekata istočasno. Prav tako je pouk razdeljen v teoretični in praktični del, kjer se spoznaš predvsem z različnimi tehnikami in metodami teh dveh smeri.

FAMULATURA:

Famulatura je za redne študente v Nemčiji del rednih obveznosti, za nas pa je predstavljala dodaten stik s kliniko in samim delom na določenem oddelku. Ker je povpraševanje veliko, se je za določeno

famulaturu potrebno zmeniti vnaprej. Za Erasmus študente je odgovoren g. Schuhmacher (Erasmus.Hiwi@med.uni-heidelberg.de) oz. Abra Tsolenyanu (abra.tsolenyanu@med.uni-heidelberg.de)

HRANA:

Glede prehrane je za študente zelo lepo poskrbljeno. V starem mestnem jedru je več študentskih menz, med njimi najbolj znana Marstall Mensa, ki se ob večernih urah spremeni tudi v prijetno atmosfero za druženje s prijatelji. Tudi v Neuenheimer Feldu (kjer je večina klinik in na njih vezanih študijskih obveznosti) je prijetno zbirališče študentov Botanik Cafe in Mensa nad njim. V primernem vremenu so zelo priljubljeni tudi pikniki na zelenici ob Nekarju (Nekarwiese). Mesto ponuja tudi mnoge majhne lokale s hrano iz celega sveta. Hrana v trgovini je cenovno primerljiva s slovenskimi cenami. Koristno opozorilo glede nakupovanja: Nemci se zelo striktno držijo prostih delovnih dni, kar pomeni, da ob nedeljah in praznikih ni odprta nobena trgovina z živili.

TRANSPORT:

Glede na velikost mesta Heidelberg je idealno prevozno sredstvo kolo. Študenti iz Ljubljane smo si kupili tudi vozovnico za mestni transport, ki stane 165 eur na semester, z njo pa so vključeni tudi prevozi z vlakom do bližnjih mest (npr. Ladenburg, Mannheim, Walldorf, Schwetzingen...). Povezava z Ljubljano je možna na več načinov. Flixbus vozi večkrat dnevno na relaciji Heidelberg-Ljubljana, sama sem izbrala rajši relacijo Mannheim-Ljubljana, saj zaradi direktne linije traja manj časa. Heidelberg leži blizu letališča Frankfurt International, ki ponuja ugodne lete v Treviso. Možna je tudi povezava z vlakom.

STANOVANJE:

Za nastanitev v študentskem domu smo se prijavljali že mesecu maju/juniju 2017. Zaradi velikega števila tako domačih kot tujih študentov je povpraševanje veliko. Študenti medicine smo na vprašalniku izrazili željo, da bi stanovali v Campusu v Neuenheimer Feld-u, kjer se nahajajo vse klinike. Neuenheimer Feld je od mesta oddaljen cca. 15 min s kolesom, v mesto vozita tudi avtobusa št. 31 ali 32 (preko Glavne železniške postaje), še posebej ugodna pa je lega za tiste, ki se radi ukvarjajo s športom. V tem delu mesta namreč stojijo športni objekti, kjer v študijskem obdobju vsak dan ponujajo športne aktivnosti vseh športnih disciplin: od borilnih veščin, plesov, fitnes vadb, veslanja, quidditcha ☺, vodenih vadb, skupinske igre z žogo... in to večinoma brezplačno (program si lahko ogledate na spletni strani <http://www.hochschulsport.issw-hd.de/>). Cenovno se domovi giblje med 200 in 350 eur mesečno, dodatno mora vsako stanovanje plačati mesečno 20 eur za radio in televizijo.

Za lokacijo stanovanja bi poleg Neuenheimer Felda svetovala Neuenheim (meni najlepši del mesta), Handschusheim, Bergheim ali pa Altstadt.

Mesto ponuja tudi mnogo knjižnic. V Neuenheimer Feldu je Medicinska knjižnica, kjer so vse knjige medicinskega področja, knjižnica v Mathematikonu in knjižnica na Medizinische Klinik. V starem mestu je Universität Bibliothek, ki je odprta vsak dan od 9. ure do 1. ponoči.

PRIMERJAVA SLOVENSKEGA IN NEMŠKEGA SISTEMA ŠTUDIJA MEDICINE

Slovenski sistem in nemški sta glede organizacije pouka zelo podobna. Pouk poteka v obliki modulov, po končanem modulu sledi izpit. Razlika je v tem, da traja študij medicine v Nemčiji 5 let, pri nas pa 6 let. Predvsem se mi zdi, da so v Heidelbergu poudarki na praktičnem znanju in nujnih stanjih, v Sloveniji pa predvsem na razumevanju ozadja določene klinične slike. Kljub svetovnemu slovesu in prepoznavnosti Univerze v Heidelbergu sem prepričana, da smo študenti Medicinske fakultete v Ljubljani primerljivi oz. na določenih področjih celo boljši od študentov Medicinske fakultete v Heidelbergu.

Zagotovo je življenje v tuji deželi in s tujimi ljudmi na začetku težko, polno ovir in preizkušenj, vendar pa nam ravno te izkušnje ostanejo za celo življenje in nam pomagajo s spoprijemanjem takšnih in drugačnih ovir ter obveznosti na vseh področjih.

Po koncu Erasmus izmenjave lahko potrdim, da arabska modrost, ki pravi: "Več je vredna ena koristna izkušnja, kot sedem modrih pravil." resnično velja. Zato bi Erasmus izmenjavo priporočala prav vsakemu študentu.

Če ima kdorkoli kakršnokoli vprašanje, bom z veseljem odgovorila oz. pomagala (lahko me kontaktirate preko Facebooka ali pa na mail: ancica.gale@gmail.com).

43. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Vesna Koračin)

V študijskem letu 2017/18 sem se odpravila na enoletno Erasmus+ študijsko izmenjavo na Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg, kjer sem opravljala obveznosti 5. letnika. Ker smo se na isto fakulteto odpravili kar štirje kolegi, je bilo urejanje dokumentov pred samo izmenjavo lažje, saj smo si delo oz. dogovarjanje s katedrami glede priznavanja predmetov razdelili. V Heidelbergu smo tako opravljali naslednje predmete: Innere Medizin (torej internistične predmete) v zimskem semestru, Augenheilkunde (oftalmologijo), HNO (ORL), Frauenheilkunde (ginekologijo) in Kinderheilkunde (pediatrijo) v poletnem semestru. V Sloveniji smo morali naknadno odpisati še izpit iz predmeta Sečila, z malo prilagajanja pa je v Sloveniji možno narediti tudi večino obveznosti za sodno medicino ter maksilofacialno kirurgijo (predavanja v Heidelbergu namreč trajajo do konca julija).

Sama kot veliko prednost izmenjave v Heidelbergu vidim v zelo dobri organizaciji. Kmalu po obvestilu, da sem dobila mesto (sredi maja), sem po elektronski pošti dobila vsa nadaljnja navodila, med drugim tudi glede iskanja bivališča in jezikovnih tečajev. Priložili so tudi vlogo za bivanje v študentskem domu, ki sem jo v roku 14-ih dni izpolnila in poslala nazaj, ter konec julija prejela odgovor, da sem dobila sobo. Na voljo sem imela tri različne cenovne range (cene sob so cca. 170-300 evrov). Na koncu sem stanovala v študentskem naselju Im Neuenheimer Feld, ki je v neposredni bližini medicinske fakultete oz. klinik (5 minut peš). Za udobno in lepo ohranjeno enoposteljno sobo s kopalnico in kuhinjo v dvosobnem WG sem plačevala po 200 evrov na mesec. V naselju je tudi pralnica, eno pranje stane 2,2 evra. Če prošnjo za študentski dom oddate pozno, obstaja velika verjetnost, da je ne boste dobili. V Heidelbergu namreč mrgoli študentov, javni študentski dom pa je daleč najcenejša možnost nastanitve. Sobe ali zasebne študentske domove lahko poiščete na borzi sob, cene so v povprečju 400-500 evrov.

Mednarodna pisarna ponuja intenzivne jezikovne tečaje v septembru ter različne (tudi strokovne) jezikovne tečaje skozi celo leto. Cene so študentskemu žepu prijazne, intenzivni tečaj me je stal 300 evrov, tečaj medicinske nemščine (enkrat tedensko po 2 uri v zimskem semestru) pa 25. Ker celoten pouk poteka v nemščini, močno priporočam, da za ogrevanje vzamete vsaj intenzivni tečaj septembra, predvsem pa da čimveč govorite v nemščini in se izogibate angleščini. Večina Nemcev na ulici ali v trgovini sicer takoj, ko se ti zatakne, preskoči na angleščino, žal pa temu ni tako na vajah. Sama sem že pred odhodom na izmenjavo obiskovala tečaj nemščine, tako da je bila moja jezikovna stopnja septembra uradno B2, v praksi pa je to izgledalo malo drugače. Na kratko povedano – razumela sem večino predavanj in strokovnih izrazov, z govorjenjem pa sem imela precej težav in občasne napade jeze, ko se pred asistenti na vajah ali treningu komunikacije nisem uspela dobro izraziti in sem lahko rekla le »Ja, ich stimme zu, das hast du gut gemacht«. Po približno dveh mesecih mi je uspel preboj, malo zaradi gledanja nemških serij, večinoma pa zaradi klepetanja s potrpežljivimi kolegi iz skupine, branja knjig in študiranja iz nemške literature.

Do Heidelberga sem večinoma potovala s Flixbusom, ki dnevno ponuja kar nekaj linij iz in do Ljubljane. Najcenejše karte (in tudi najkrajše vožnje) so ponavadi za direktne nočne linije do Mannheima, od katerega potrebujete še 20 minut vožnje z vlakom do Heidelberga (karta za vlak je vključena v semestrsko vozovnico za javni prevoz po deželi). Najlažji način za premikanje po Heidelbergu so javna prevozna sredstva (semestrska vozovnica stane 165 evrov), lahko pa si omislite tudi kolo – preverite FB skupine z rabljenimi kolesi.

Hrana v trgovini ni dražja kot pri nas, je pa nekoliko bolj »umetna«. Študenti večinoma jedo v menzah, ena je v neposredni bližini klinik in botaničnega vrta (Botanik), večja in boljša (Marstallhof, ki slovi kot najboljša menza v Evropi) pa v centru mesta. Za obrok sem večinoma odštela 3-4 evre. V menzah ponujajo tudi dobro kavo, sendviče, tortice in poceni pivo, zato so priljubljena zbirališča

študentov. Plačuje se s študentskimi karticami, na katere lahko naložite denar na avtomatih ali na blagajni.

Za turističen ogled mesta zadostujeta 1-2 dni, priljubljene znamenitosti so Alte Brücke, univerzitetna knjižnica, Hauptstraße s številnimi lokali in trgovinicami ter seveda pravljичni grad nad mestom. Lahko se povzpnete še na Königstuhl ali pa greste po Philosophenweg na Heiligenberg, kjer so ostanki samostana ter nacističnega amfiteatra. V poletnem času si lahko ogledate 40 minutne ognjemete nad gradom, imenovane Schlossbeleuchtung. Za nakupovanja željne je tu Mannheim s Primarkom, toplo pa priporočam tudi obisk Frankfurta, v katerega sem se sama povsem zaljubila (1 ura s Flixbusom, karta stane okrog 5 evrov).

V mestu je dobro poskrbljeno tudi za prostočasne študentske aktivnosti in nočno življenje. Erasmus Student Network (ESN) Heidelberg organizira vse od spoznavnega piknika, tematskih pubnightov in izleta na Oktoberfest do igranja quidditcha ali teka po mestu. Tudi univerza ima pripravljen pester program izletov po Nemčiji za mednarodne študente. Če se prijavite na Buddyprogramme, se lahko s svojim student buddy-jem udeležite bowlinga, drsanja ali pa obiščete kino, ki predvaja najnovejše Hollywoodske uspešnice, seveda sinhronizirane v nemščino. V neposredni bližini študentskega naselja, kjer sem stanovala, je tudi Sporthalle, kjer imate kot študent celo leto na voljo brezplačne vadbe. V okviru medicinske fakultete deluje skupina mednarodnih študentov (AKIS), ki organizira različne večerje, namenjene druženju tako stalnih kot Erasmus študentov.

Študij je bil najbolj naporen v zimskem semestru, ko sem opravljala Innere Medizin. Poleg jutranjih predavanj so del predmeta še vaje na oddelku, vaje v perifernih bolnišnicah, treningi komunikacije (MediKit), POL in SkillsLab. Predavanja se vsebinsko niso razlikovala od teh v Ljubljani. Na oddelku sem bila v skupini s še dvema nemškima študentoma, eden od nas je moral vedno vzeti anamnezo, drugi je naredil klinični pregled, tretji pa je zapisoval in o pacientu poročal na naslednjih vajah. Mentor je bil vedno zraven, tako da nas je lahko takoj popravil/nam zastavil kakšno vprašanje ali povedal kaj koristnega. Na koncu dvournih vaj smo se še pogovorili o kakšni temi s tega področja. Velik poudarek je na poročanju o pacientu (SOAP), ki mora biti kratko in jedrnat. Vsak mentor nam je po vajah dal tudi številčno oceno. Tekom predmeta smo morali na oddelkih opraviti tudi določene praktične stvari npr. odvzeme krvi, ultrazvok, ... za katere smo zbirali točke, potrebne za pristop k izpitu. Najtežji del predmeta je bil napisati deset strani poročila o pacientu, ki je tudi del ocene in pri katerem ne pokažejo nobene milosti za Erasmus študente. Na srečo so nam naši student buddy-ji radodarno pregledali in popravili poročila. MediKit je bil zame vedno čisti stres. V 4 urah smo obravnavali do 3 realistične primere pacientov oz. situacije iz zdravniškega vsakdana, pri katerih mora vsak od študentov vsaj enkrat odigrati igro vlog z najetim igralcem. Pri tem te mentor snema s tablico, ostalih 5 študentov pa opazuje in na koncu poda svoje mnenje. Pogovarjali smo se še o osnovah psihologije in dobre komunikacije. Stvar je sicer zelo koristna in bi jo z lahkoto uporabili pri predmetu Sporazumevanje, zahteva pa zelo dobro znanje nemščine. Zelo všeč so mi bili SkillsLabi, kjer smo se na lutkah naučili jemanja krvi, vstavljanja venskih kanil, nazogastričnih sond, snemanja EKG-ja, ultrazvoka itd. Tudi tukaj so bili vedno prisotni mentorji ali študentski tutorji. Neobvezno smo se lahko udeležili še tečaja branja EKG-ja in dodatnih vaj. Izpit je sestavljen iz kratkega pregleda bolnika z mentorjem, praktičnega (OSCE) in pisnega dela. Za pisni del sem večinoma študirala iz Herolda in predavanj, precej je bilo tudi starih vprašanj. Praktični del je sestavljen iz desetih postaj, za vsako postajo je na voljo 5 minut časa, naloge pa so različne, npr. branje izvidov (analiza arterijske krvi), EKG-ja, pogovori s težavnimi pacienti, jemanje anamneze, vstavljanje nazogastrične sonde ali klinični pregled. Predmet je sicer zelo obsežen, a smo vseeno dobili lepe ocene.

Ostali predmeti so bili nekoliko lažji. Pri ginekologiji so poleg predavanj in vaj z mentorjem ponujali še različne dodatne kurse npr. laparoskopijo. Izpit je sestavljen iz praktičnega dela (5 postaj, večinoma vse v skladu s starimi protokoli) in lažjega pisnega dela, za katerega sem se učila iz predavanj. HNO in Augenheilkunde sta potekala hkrati, v sklopu 4 tednov. Po obsegu snovi sta zelo obsežna in slabo organizirana. Vprašanja pri pisnem delu so projicirana na platno, praktični izpit pa ima samo HNO. Najbolj všeč mi je bila pediatrija. Profesorji in mentorji so izredno prijazni,

velik poudarek pa je na reševanju kliničnih primerov, ki so naloženi na spletni učilnici in pripravljene za učenje doma. Podobno kot pri Innere Medizin je tudi tukaj del pouka POL (problem orientated learning), kjer se manjša skupina študentov z mentorjem pogovarja o določenem kliničnem primeru in poskuša samostojno priti do končne diagnoze. Obdela se vse od anamneze, kliničnega pregleda, diferencialnih diagnoz, slikovne in laboratorijske diagnostike.

Na koncu izmenjave sem opravljala še enomesečno prakso (Famulatur) na kliniki za ortopedijo in travmatologijo. Na opravljanje famulature se sicer lahko prijavi vsak študent, trajajo pa od enega tedna do nekaj mesecev, kakor komu ustreza. Seznam oddelkov je v informacijski brošuri medicinske fakultete, vse pa uredi Herr Schuhmacher. Kljub zgodnjemu vstajanju in totalni izčrpanosti, ko sem popoldne prišla domov, je bila to super izkušnja. Zjutraj smo morali študentje na Frühbesprechung, kjer smo poslušali poročanja o aktualnih pacientih, enkrat tedensko pa še seminar o npr. cerebralni paralizi. Nato sem šla v operacijski blok, kjer sem lahko ves čas asistirala, večina kirurgov pa me je tudi spodbujala k šivanju. Enkrat tedensko je bila na vrsti še ambulanta, kjer sem lahko vzela anamnezo ali sama pregledala pacienta. Dva tedna sem preživela na oddelku za kirurgijo rame in roke, en teden na onkološki kirurgiji, zadnji teden pa na otroški ortopediji oz. kirurgiji stopala. Zdravniki so študentov zelo veseli, sploh če poznajo pravila obnašanja v operacijski in relativno tekoče govorijo nemško.

Leto v Heidelbergu je čisto prehitro minilo, domov sem odnesla veliko novih praktičnih veščin, izboljšane nemščine in spominov na nove prijatelje iz vseh koncev sveta. Pogrešala bom tek ob Neckar, zelene papige v drevesni krošnji pred mojim oknom, poležavanje na Neckarwiese in olimpijski bazen zraven živalskega vrta, ki je bil za 2 evra na dan moj nadomestek morja letos. Izmenjavo v Heidelbergu toplo priporočam, tako zaradi veliko praktičnega znanja, ki ga boste tu dobili, kot tudi zaradi prijetne in umirjene atmosfere.

44. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jure Puc)

Sem Jure Puc, 5. letnik medicine; trajanje izmenjave: 2 semestra (12 mesecev); opravljen program: interna medicina, pediatrija, oftalmologija, ORL, ginekologija s porodništvom.

Malo po začetku 4. letnika sem pričel premišljevali o morebitni izmenjavi v 5. letniku glede na pozitivne izkušnje, ki so mi jih pripovedovali prijatelji po vrnitvi iz različnih izmenjav. Odločil sem se predvsem za nemško govorečo univerzo zaradi znanja nemščine, ki sem ga pridobil s tečaji, šolo in gimnazijo v 12 letih, in sem to znanje nemščine hotel nekako uporabiti ob študiju medicine ter ga nadgraditi. Tako sem brskal po seznamu univerz in naletel na več zanimivih, v oči mi je pa padel najbolj Heidelberg, in sicer iz večih razlogov. Heidelberg je prijetno mesto, s starim mestnim jedrom, novim delom in z univerzitetno kliniko in okolico, vse to skupaj pa šteje okoli 150.000 prebivalcev, kar je približno isto kot Ljubljana – torej zame ne preveliko. Obiskal ga je že prijatelj, ki mi je podal same dobre izkušnje. Program, ki ga imajo oni, je precej podoben našemu, in je bilo zato najlažje in najboljše uskladiti Learning agreements ter dobiti privoljenja o opravljenih obveznostih s strani naših kateder. Nato sem oddal prošnjo za prijavo in kaj kmalu za tem (slab mesec dni) je sledilo povabilo na razgovor za izmenjavo, kjer sem moral na kratko pokazati nekaj znanja nemščine ter zanimanje in razloge za izmenjavo. Za tem je sledilo precej mailov, ki so nas lepo in natančno usmerjali, kako se uspešno prijaviti na izmenjavo in kaj vse storiti pred odhodom v tujino. S samo pripravo na izmenjavo nisem imel težav, z izjemo iskanja doma – ostali trije študentje, ki so se na izmenjavo odpravljali skupaj z menoj so takoj uspeli dobiti študentski dom s strani njihove fakultete, jaz pa sem izvisel ven, ker naj bi jim zmanjkalo prostora v njihovih domovih (kljub temu, da smo vsi istočasno poslali vse dokumente). Tako sem pričel z iskanjem, najprej z nekaj straha, vendar se je vse skupaj odlično uredilo, saj so mi ponudili precej drugih možnosti (sicer po malo višji ceni) in bili izjemno odprti za pomoč in vprašanja (imajo prav zaposlene ljudi, ki se ukvarjajo izključno le z študentskimi domovi/vselitvami/prebivališči ipd.). To sem urejal sredi julija, saj so šele okoli 15.7 prišle vse informacije iz njihove strani. Avgust mi je minil precej hitro

ob pisanju Prešernove naloge in učenju za izpit iz nevrologije, ki sem ga imel 4. in 6. septembra (ja, na žalost nisem mogel iti na začetni tečaj iz nemščine, ki ga organizira njihova fakulteta, seveda z doplačilom, sem pa zato imel še cel mesec prost za samostojno obnavljanje jezika, in moram priznati, da niti nisem pogrešal tega tečaja, ker sem veliko lahko naredil sam doma in še poleg tega so mi ostali trije, ki so se ga udeležili povedali, da je bil precej na osnovni ravni in skoraj nič povezan z medicino), za tem pa sem se s 30. septembrom končno preselil v Heidelberg.

Bilo je super! Ljudje izjemno prijazni in odprti, vedno pripravljene pomagati, odlično pripravljen sprejem za tuje študente po različnih fakultetah s tutorji študenti, ki so nam pokazali vse, kar smo potrebovali vedeti v zvezi s študijem. Vpis na njihovo fakulteto sem imel 6.10, s poukom pa smo začeli 15.10 (to je čisto običajno tako, ker imajo nemci takrat praznik) in je bilo zato več kot dovolj časa, da sem spoznal mesto, fakulteto in ostale študente še pred sami študijem, preiskal vse manjše koticke za znamenitosti, obiskal grad in še in še. In tako je hitro prišel 15.10, ko smo "začeli" s poukom, in sicer vsi štirje, ki smo bili to leto na izmenjavi, smo imeli najprej klinično kemijo in farmakologijo, za kateri smo šele tam ugotovili, da smo ju opravili že pri nas in potemtakem tega nismo potrebovali. Smo pa vseeno obiskali vse vaje in predavanja, ker so nas imeli vpisane (saj spada to pod sklop interne medicine, ki traja cel semester) in smo tudi v tem videli dober uvod v "nemško medicino" (terminologijo) ter pripravo potem na interno (da smo vsaj malo pridobili nemških medicinskih izrazov ob nenapetih vajah in predavanjih – p.s. ostali študentje so imeli tudi izpit iz tega, mi pa ne ☐). Tako smo končno zares začeli šele z 29. oktobrom, ko so se pričela predavanja in vaje iz interne medicine. Vse je seveda potekalo v nemščini, tako predavanja, kot tudi vaje in seminarji, brez vprašanja "ali je kdo erasmus študent?". Znanje nemščine je bilo pogoj za študij in tako tudi je. V sklopu interne medicine nas je bilo okoli 150, nato razdeljenih v nekaj manjših podsklopov/skupin (okoli 15 študentov), s katerimi smo imeli skupaj seminarje in nekaj "skills labs" (interaktivno učenje na lutkah, snemanje pogovorov z pacienti-igralci, skupno reševanje v naprej zastavljenih resničnih kliničnih primerov...), ter še nato ena razdelitev v skupine za vaje (po 3 študentje skupaj). Izjema glede tega "pravila znanja nemščine" je bila malo na vajah, kjer so vsi zdravniki vedno prijazno in vljudno vprašali, če je kdo tuj študent in potrebuje kaj pomoči z jezikom (pri tem moram reči, da je bilo tako: vaje imajo običajno 3 dele za 3 študente: eden vzame anamnezo, drugi status, tretji poroča zdravniku, ki pa je bil ves čas prisoten, vse informacije je bilo le potrebno oblikovati v smiselno poročilo o pacientu in mu ga nato predstaviti. Takšne vaje smo imeli po dvakrat tedensko-sam sem si strateško na prvih vajah izbral status, ker pač pri tem ni potrebno kaj dosti govoriti po nemško in sem lahko zato opazoval ostala dva študenta kolega, kako sta opravila anamnezo in poročilo in tako dobil dober vtis. Je pa bil eden nemec, druga pa francozinja, ki je tam redno opravljala že 4. letnik in je precej tekoče govorila nemško. Hkrati sem pa morda tudi imel srečo s samim zdravnikom mentorjem iz prvih vaj – bil je namreč iz Sarajeva in je znal tudi kaj povedati "po naše"). Moram torej reči, so bili res prijazni in odprti za vse, tako njihove študente kot tudi erasmus študente in sam nisem opazil, da bi delali med nami in njimi kakšno razliko. Poleg teh vaj, smo imeli še dodatne "izbirne" vaje, ki smo jih "lahko" (prej morali) opravljali in sicer tako, da so nam dali spisek možnih vaj za vsak teden, na katere smo se prijavljali in zbirali točke, da smo lahko šli na izpit. Te vaje za točke so bile praviloma praktične, kot recimo ultrazvoki drug na drugemu, ekg-ji (tako snemanje kot interpretacije posnetkov), dodatne vaje za izpiljenje pridobitev statusa/anamneze, odvzemi krvi, bronhoskopij/kolonoskopije/gastroskopije...(ja to smo vse lahko mi delali, vendar na lutkah, ampak s pravimi inštrumenti in tudi te lutke so dosti realne – odlična izkušnja in priporočam). Tako je semester počasi tekkel, enkrat je bilo potrebno oddati poročilo z vaj o enem pacientu (izbral si si ga sam, vendar je moral biti strogo tisti, ki je si ga že imel na vajah), eden kratek kolokvij opravljanja anamneze/statusa/poročanja sredi decembra in nato, začudenje...počitnice od 24.12-6.1! Cela dva tedna! Seveda preživete akademsko ob prebiranju knjige za interno (izpit je bil konec januarja – pisni in praktičen del; s tem da je praktičen izpit pri njih OSCE, torej 10 postaj s pacienti, kjer je potreben ali status ali anamneza, oziroma pogovor z zdravnikom o kakšnih laboratorijskih

parametrih... – po 5minut na postajo; zelo prijetna izkušnja in zelo prijazni izpraševalci in pacienti). In nato zopet počitnice od nekje 1. februarja (takoj po izpitu interne) do 12. marca (6 tednov skupaj – v tem času smo morali opravljati pri nas 2 tedna alergoloških vaj v Ljubljani + po želji sodno medicino ali mafo).

V 2. semestru sem začel najprej s pediatrijo, nato sem imel oftalmologijo in ORL ter še na koncu ginekologijo, tako da sem 2. semester zaključil z izpitom iz ginekologije 29.6 (iz vsakega izmed teh predmetov je bil po koncu sklopa tega predmeta – vsak predmet, razen ORL in oftalmologija vsak 2 tedna – je trajal 4 tedne). Sistem podoben kot pri interni v zimskem semstru, le da bolj strnjen (kar je logično, saj je vsak predmet trajal le 4 tedne, interna pa cel semester), enako s predavanji, seminarji, vajami, dodatnimi vajami “po izbiri” in nato pisnim izpitom ter OSCE-jem. Zame je 2. semester zaznamovalo precej veliko počitnic (2 tedna za Veliko noč, 2 dneva okoli 1. maja in nato še 2 tedna za binkošti) in se mi je zdel zato veliko bolj sproščen kot prvi semester z interno kljub temu, da sem imel izpit na vsake 4 tedne. Tako da, kar se tiče uradnega dela in opravljanja obveznosti, se da opraviti vse izpite precej lepo z nekaj vsakodnevnega truda ob hkratni pridobitvi precej praktičnih izkušenj.

Še nekaj besed o novih prijateljih, spoznaš jih res veliko že samo s tekom študija, poleg tega pa je organiziranih tudi nekaj druženj, kjer lahko srečaš še druge (poleg tvojih sostanovalcev). Ker smo mi opravljali obveznosti iz njihovih 3 modulov izmed 4 (samo kirurškega modula ne) v 2 semestrih, smo se srečali v 2. semestru že s kar precej poznanimi obrazi, sam osebno sem bil v vseh sklopih vsaj skupaj na vajah z okoli 10 študenti, s katerimi smo se dobro spoznali že med interno, poleg tega pa sem poznal še cel kup drugih, ali po imenu ali pa vsaj po obrazu. Dosti novih prijateljev spoznaš tudi pri občudijskih dejavnostih, kot so organizirane športne vadbe čez cel teden, možnost plavanja v bazenu 3x tedensko skozi celo leto zastonj, tekanje ob večerih in še veliko drugega. Z nekaterimi smo bili v stiku preko interneta še celo poletje in smo še vedno, pri drugih zaslediš še tu in tam kakšno objavo na facebooku...skratka, če si želiš spoznati nove ljudi, je možnosti res veliko.

Glede študentskih domov. Kot sem napisal, mi ni uspelo dobiti njihovega fakultetnega doma, ki je praktično na pragu pred medicinsko fakulteto in univerzitetno bolnišnico, kjer je večina vaj (5min peš do vseh teh lokacij), sem pa dobil mesto v privatnem študentskem domu Campus Viva, ki je oddaljen 10min vožje z avtobusom (linija 32) + 10min peš do te postaje (glavna avtobusna v HD, ker je ta dom v bližini te) oziroma 15min z avtobusom (linija 33 neposredno pred študentskim domom in nato prestop na 32 na glavni avtobusni – vse to je zelo blizu skupaj, jaz sem imel raje 10min jutranjega sprehoda za prebujanje).

Če bi me kdo vprašal, kaj se me je najbolj prijelo iz te izmenjave, bi z lahkoto rekel, da prijaznost vseh, ki sem jih srečal, neglede na to, kdo in iz kod si, še posebno prijaznost zdravnikov na klinikah do tujih študentov.

45. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jan Salmič)

Svojo Erasmus+ izmenjavo v študijskem letu 2017/18 sem opravljal v nemškem mestu Heidelberg, na medicinski fakulteti univerze Ruprecht-Karls Universität Heidelberg. Že takoj opozorim: obstajata dve medicinski fakulteti, ki spadata pod univerzo v Heidelbergu, ena se nahaja prav v Heidelbergu, druga pa v Mannheimu (15 min vožnje z vlakom) in ima drugačen sistem študija (in med študenti heidelberške fakultete slabši sloves).

Izmenjava se je uradno začela v začetku septembra, seveda se opravi večina birokratskega dela veliko prej. Po potrditvi nominacij iz Heidelberga smo čakali nekje do maja, takrat smo preko maila dobili prve napotke, kako se prijaviti v računalniški sistem univerze. Sledilo je novo zatišje, nato

smo sejunija prijavljali za študentske domove in tečaj nemščine. Tu bi opozoril, da res vsakodnevno spremljate svoj mail, vse poteka elektronsko, in Nemci pričakujejo hitro odzivnost in zahtevajo, da so prijave popolne in oddane že nekaj dni po poslanem mailu. Za stanovanje v študentskem domu (denarnica vam bo zelo hvaležna) je bilo tako potrebno v enem tednu nakazati 600 Eur (kavcija in prva najemnina), za tečaj nemščine v podobno kratkem času 300 Eur. Kot rečeno, toplo priporočam, da se odhajajoči študentje prijavijo za sobo v domu, ker so sicer najemnine vsaj dvakrat višje, poleg tega je ponudba manjša od povpraševanja, in je iskanje sobe tudi za Nemce prava muka. Junija je zato dobro imeti na računu ca. 1000 Eur, ki jih lahko nakažete, ko je to od vas zahtevano. Na pot do Heidelberga sem se odpravil s Flixbusom (10 ur), ki je najcenejša in najbolj neudobna izbira. Tip: obstaja direktna povezava Lj-Mannheim, nato lahko nadaljujete z vlakom do Heidelberga (15 min). Povezava Lj-Heidelberg vključuje ca. 2 uri prestopanja v Münchenu ali Stuttgartu.

Prevažanje po Heidelbergu: študent si lahko po vpisu kupi karto za en semester, ca. 175 Eur, ki poleg avtobusov pokriva še železniški promet v okolici Heidelberga (tudi do Mannheima). Daleč najbolj priljubljeno vozno sredstvo je seveda kolo.

Po prihodu septembra sem torej en mesec opravljal tečaj nemščine, ki je v redu za osvežitev znanja, vendar pravi napredek pride šele s pogovorom z Nemci, zato svetujem, da govorite nemško, kolikor se le da. Nemščina na fakulteti ni težka, ker se pri določenem predmetu enostavno ponavlja le nekaj manj poznanih besed, ki pa jih vsak tujec hitro usvoji. Pouk smo začeli s predmetom interna medicina sredi oktobra. Interna medicina je sestavljen predmet iz interne, klinične kemije (pri nas podobno kemijskemu delu OPM), geriatrije in farmakologije (pri nas specialna farmakologija). Erasmusci smo si sami zbrali, katere dele opravljamo, pri nas za priznanje zadostuje samo del interna medicina (ki je seveda tudi daleč največji del). V oktobru poteka pouk iz klinične kemije, ki smo ga vsi obiskovali in se na ta način navajali na medicinsko nemščino in potek pouka. Poleg tega se določene teme pokrivajo s poukom interne medicine. Izpit je sledil v začetku februarja, in je bil iz pisnega in praktično ustnega dela (OSCE). Vsi smo opravili izpit in dobili lepe ocene.

V poletnem semestru smo opravljali predmete HNO (naš ORL), Augenheilkunde (oftalmologija), Pädiatrie in Frauenheilkunde und Geburtshilfe (Ginekologija in porodništvo). Vsi predmeti so bili izvedeni zelo lepo, odnos do študentov je povsod zelo dober, vsi zdravniki si vzamejo čas in snov dobro razložijo, na vajah so ob tebi ves čas anamneze in statusa in sproti opozarjajo na napake in jih popravljajo, ter pomagajo s svojimi vprašanji. Razlikovanja med Erasmus študenti in domačimi študenti ni nikjer. Izpita iz ginekologije in pediatrije sta pisna in OSCE, ORL ima krajši OSCE in pisni izpit, oftalmologija je samo pisni izpit.

Učenje: večina Nmecev redno hodi na predavanja. Učili smo se iz predavanj, ki so bila dostopna na spletni učilnici, strani Amboss, ki je res zlata vreden in je neuradna standardna literatura za namške strokovne izpite (Staatsexamen), starih vprašanj, ki krožijo med študenti (komunikacija z domačini!), in občasno predpisane literature. Na vseh izpiti smo vsi dobili zelo lepe ocene, ki omogočajo ohranjanje Zoisove štipendije.

Finančna plat izmenjave: Erasmus+ štipendija je znašala 470 Eur mesečno, ob tem sem prejemal še Zosiovo štipendijo 170 Eur mesečno. Soba me je prišla 200 Eur mesečno, ostalo sem imel za življenje. Cene hrane so v Aldiju (nemško ime za Hofer) enake kot v Sloveniji. Če se vam ne da kuhati, so po celem mestu študentske menze, kjer za manj kot 5 Eur dobite normalen topel obrok. Nemci dajo veliko na prakso, zato lahko v bolnicah študentje opravljajo prostovoljno delo – Famulature. Seznam oddelkov najdete v Info brošuri za Erasmus študente, za famulature se dogovorite z Erasmus koordinatorjem. So odlična priložnost za vadenje medicinske nemščine, jemanje krvi in vpogled v vsakdanje delo v nemški bolnici.

Prostočasne aktivnosti v Heidelbergu so številne, meni je bil najbolj všeč program UniSport, kjer zastoj ponujajo treninge številnih različnih športov, res se splača izkoristiti priložnost. Nemci imajo poleg tega veliko počitnic, tako da se da tudi tekom leta skočiti domov ali v kako drugo nemško/francosko mesto. Najboljša prostočasna aktivnost pa je seveda spoznavanje novih ljudi in domače zabave!

Torej, če po koncu izmenjave potegnem črto: po izmenjavi sem bolj samozavesten, ker vem, da je znanje, pridobljeno na MF UL enako znanju na eni najboljših nemških fakultet, vem, da imamo manj praktičnih vsebin kot oni (v Nemčiji je ultrazvok del pouka), in da se da praktične vsebine hitro razviti in nadoknaditi. Nemščina, če imate B2, ni ovira, za izboljšanje znanja pa ni dovolj samo branje medicinske literature, ampak komunikacija z domačini. Junija svetujem 1000 Eur na računu, ki jih lahko nakažete, da si zagotovite sobo in mesto na tečaju nemščine. Izmenjavo bi ocenil kot zelo uspešno, kar se tiče pridobljenega znanja, in kot nenadomestljivo, kar se tiče življenjskih izkušenj.

46. NEMČIJA - Univerza Heidelberg, Mannheim (Tina Gspan)

V Mannheim sem prispela 2.4.2018 za en semester, v katerem sem opravila naslednje predmete: Psihatrijo, Psihosomatiko, Dermatologijo, Infekcije in Oftalmologijo.

Fakulteta je del univerze Heidelberg, kar zelo otežuje vse postopke. Pred prihodom sem dobivala ogromno informacij, vse v zvezi s Heidelbergom, čeprav zame niso imele prav nobenega pomena. Konkretne informacije glede Mannheima je bilo precej težko dobiti. Tudi jezikovni tečaj pred začetkom izmenjave poteka v Heidelbergu, kar pomeni vsakodnevno vožnjo ali menjavo stanovanj. Sama tečaja nisem obiskovala, vendar se pred odločitvijo pozanimajte o tem.

Prvi dan me je najprej čakala pot v Heidelberg, kjer sem uredila vse potrebne stvari (vpis, prevzete ključa za študentski dom), tako da sem se lahko vselila.

Študentski dom: soba v domu, kjer sem kuhinjo in kopalnico delila z eno sostanovalko, stane 340€ mesečno. Dom je sicer zelo lep, nov in urejen, vendar v neurejeni in rahlo neprijetni okolici. Sicer je dom namenjen le medicincem, vendar nima skupnih prostorov, zato je druženje bolj skopo. Naknadno sem zvedela, da se sobe oddajajo za najmanj 6 mesecev. Ker sem tam preživela le 4 mesece, sem morala sama iskati podnajemnika za preostali čas in mu za nižjo ceno oddala sobo. V kolikor nameravate tam ostati manj kot cel semester, vam torej bivanje v domu odsvetujem, sploh ker obstajajo prijetna študentska stanovanja, kjer boste za enako ceno dobili svojo sobico in z nekaj sreče tudi zelo prijetne sostanovalce in s tem pravo izkušnjo izmenjave.

Mesto: Mannheim je bolj industrijsko in delavsko mesto, razen čudovite palače ni veliko drugih znamenitosti. Ogromno je različnih priseljencev, sploh v predelu, kjer sem stanovala. V strogem centru je peš cona z velikimi trgovinami, ki je ob popoldnevih in sobotah zelo živahna. V mestu sta tudi dva ogromna parka, sicer imata vstopnino, vendar sta vredna ogleda, ker sta do potankosti urejena in zelo prijetna. Po začetni nesigurnosti sem z domačimi študenti začela spoznavati mesto, nekajkrat smo šli na zabave medicinske fakultete, sicer pa drugega nočnega življenja nisem doživela.

Študij: bolnišnica je velik kompleks zgradb ob reki. Vsi zdravniki so izjemno prijazni in dostopni, zato sem se sama zmenila za dodatno prakso na področjih, ki me zanimajo. Ker fakulteta nima ustaljenega ECTS sistema, nisem vedela točno, kaj naj pričakujem. Četrty letnik imajo razdeljen v dva semestra, v enem naredijo praktično vse predmete našega 5. in 6. letnika, v drugem (kjer, sem jaz), pa večino predmetov 4.letnika. Tako se je izkazalo, da delam le izredno majhne predmete, ki niso zahtevni in tudi nimajo veliko ur. V prvem mesecu sem imela obveznosti le 3x tedensko. Predavanja v nemščini so zelo razumljiva, profesorji govorijo razločno in brez naglasa. Učne vsebine niso zahtevne, prav tako so izpiti presenetljivo enostavni. Študenti se učijo skoraj izključno po Ambossu in starih izpiti vprašanih, jaz sem prebrala še skrajšanje verzije učbenikov in skoraj vse predmete po nekaj dneh učenja pisala 1.

V tem obdobju smo bili na medicini le štirje Erasmus študenti, kar malo izgubi čar izmenjave. Bili smo prva generacija erasmusov na tej fakulteti, zato pričakujem, da se bo v prihodnjih letih stanje popravilo. Je pa v mestu še Univerza Mannheim, ki je ogromna in organizirajo tudi veliko dejavnosti za Erasmus, tako da sem se občasno pridružimo njim. Odlično imajo organizirane tudi športne dejavnosti – z a 20€ lahko cel semester obiskuješ ogromno vadb.

Prva dva meseca izmenjave sta bila zaradi pomanjkanja drugih erasmus študentov nekoliko težka, potem pa sem se dobro spoprijateljila z domačimi študenti in drugimi stanovalci študentskega

doma. Skupaj smo hodili na vikend izlete v okolici in na koncu je bilo slovo od prijateljev in Mannheima res težko. Dejstvo je, da si dobro izmenjavo naredi človek sam, ne glede na mesto, ki si ga izbere.

Še nasvet za vse medicinece, ki se odpravljate kamorkoli v Nemčijo v poletnem semestru: Medimeisterschaften – ogromen štiridnevni festival vseh nemških študentov medicine, ki je bil najbolj nepozaben žur izmenjave.

Za ostale informacije me lahko vedno kontaktirate na Facebooku.

47. NORVEŠKA – NTNU, Trondheim (Ana Erman)

V Trondheim sem prispela 26. julija, saj sem se udeležila intenzivnega tečaja norveščine, ki je potekal od 28. julija do 15. avgusta. Intenzivni poletni tečaj vključuje jezikovni tečaj, s katerim pridobiš A2 znanje norveščine in pester socialni program. Obstaja tudi možnost učenja norveščine med semestrom, a se običajno prekriva z urnikom, ki ga imamo na fakulteti. Odločitev, da se udeležim intenzivnega tečaja, se je izkazala za eno najboljših – spoznaš ogromno ljudi, s katerimi se družiš tekom cele izmenjave, udeležiš se različnih aktivnosti (kanu po Nidelvi, Viking hiking, raziskovanje Bymarke, večdnevni izleti po okolici Trondheima, spanje v tradicionalnih vikinških šotorih, kviz večer, Trondheim games). Predvsem pa si v Trondheimu 3 tedne prej in imaš več časa za nastanitev, spoznavanje mesta, urejanje birokracije in nasploh aklimatizacijo. Cena za intenzivni tečaj je približno 300 evrov ter vključuje celoten jezikovni tečaj in vse aktivnosti.

Bivam v študentskem naselju Moholt, ki je 10 minut vožnje z avtobusom oddaljen od centra mesta in kampusa Oya, kjer je St. Olavs Hospital. Imam svojo sobo, kuhinjo in kopalnico pa si delim s tremi cimrami. Oprema je osnovna (miza, omara in postelja), ampak si jo z malo iniciative in domišljije hitro narediš »koselig – domač, prijeten«. Ko prispeš, je stanovanje običajno prazno, kuhinjske pripomočke, posteljnino kupiš v Ikei (15 min oddaljena z avtobusom ali 5 z avtom), kupiš po nizki ceni od drugih študentov ali pa jo dobiš kar podarjeno. Sama priporočam Moholt, ker je res študentom prijazno naselje, večina (95% tujih študentov) je nastanjena tukaj, tako da imaš veliko možnosti za druženje, atmosfera je super, pa še relativno poceni je (3500NOK mesečno 😊). Trondheim ima odlično avtobusno mrežo in dokaj ugodne cene kart za študente. Za 3-mesečno karto sem plačala 1200NOK, imaš pa možnost kupiti tudi mesečne in tedenske karte ali pa karte za eno vožnjo, ki stanejo 50NOK. Karto si kupiš v pisarni v centru mesta, ali pa preko aplikacije, s katero sem sama in še večina drugih študentov imela težave, saj ni optimalno funkcionalna za n-norveške telefonske številke.

To, da je Norveška draga država, je znano, pa vseeno te prvič pretrese, ko za kilo kruha, liter mleka in namaz plačaš 10 evrov. Ampak hitro dobiš občutek, kaj se spleča kupiti, katere trgovine so bolj dostopne (Bunpris, Rema100, kiwi, vse v okolici Moholta), še najboljše pa je, če imaš super cimre, in se skupaj pripravljaj obroke.

14. avgusta smo pričeli s študijem. Semester IID zajema več predmetov (ginekologija, porodništvo, pediatrija, sečila, urologija, endokrinologija, otroška psihiatrija, patologija, radiologija, farmakologija...). Sistem na Norveškem je drugačen, saj nimajo ocen, ampak samo opravi/ne opravi, na koncu semestra pa samo en pisni in ustni izpit, ki zajema snov celotnega semestra. Predavanja so ob ponedeljkih, torkih in petkih skupna za cel semester, vaje pa rotirajo po PBL (problem based learning) skupinah, tako da se večino časa ne ujemajo s trenutno predavano vsebino, kar je po mojem mnenju slabost. Norvežani dajejo velik poudarek na skupinsko delo, interaktivno učenje, tako da imamo vsak četrtek Problem based learning, kjer v skupinah po 8 debatiramo o določeni klinični temi, vedno pa je prisoten zdravnik specialist iz tega področja, ki daje komentarje in pojasni kakšno dilemo. Tak način učenja je super in predvsem veliko ohraniš v spominu. Klinične vaje so odlične, znanje angleščine je pri večini Norvežanov zelo dobro, še vedno pa se velikokrat zgodi, da pacienti ne želijo govoriti v angleščini in so norveški sošolci prisiljeni prevajati 😊. Glavna razlika, ki sem jo opazila, je ta, da delo poteka veliiko bolj umirjeno in

sproščeno, odnos med pacienti in zdravniki je bolj oseben. Fakulteta ponuja tudi več Skills Lab-ov, kjer imaš možnost vaditi TPO otrok, simulacije poroda, ginekološkega pregleda,...

Ker je celoten semester organiziran kot celota, je tudi izpit na koncu le en in zajema vse predmete. Sestavljen je iz pisnega MCQ izpita ter ustnega OSCE izpita. Pisni izpit se piše približno slaba dva tedna po zaključku predavanj, vmes imaš prosto za učenje. Traja 4 ure in vsebuje okrog 100 vprašanj, od tega je večina vprašanj kliničnih primerov, iz katerih moraš razbrati ustrezno diagnozo, zdravljenje, prognozo... Ker so vsako leto vprašanja nova, je test nekoliko zahtevnejši, se pa vseeno splača rešiti čimveč starh testov, da dobiš občutek, katerim temam dajejo poudarek. Norvežani imajo samo 2 oceni – opravljen ali ne-opravljen, Erasmus študenti pa dobijo oceno A B C D E ali F. Čez par dni sledi še ustni izpit, ki izgleda takole: 10 postaj, od tega 2 resting stations. Skupinica desetih študentov odide v poseben prostor z desetimi vrati, pred osmimi je obešen list papirja z opisano nalogo. Nato profesor zapiska na piščalko in imaš 2 minuti časa, da prebereš nalogo in si zamisliš odgovore, ob naslednjem pisku greš v sobo in narediš zahtevano, za kar imaš 8 minut časa. Naloge so popolnoma različne, od pregleda pacienta, anamneze, ustnih vprašanj, ogleda video posnetkov in razlaga, mikroskopiranje.... Po pretečenih 8 minutah se ob pisku vrneš na hodnik in ponoviš celotno zadevo, tako da na koncu obkrožiš vse postaje. Vse skupaj se sliši zelo strašno, predvsem ob začetku izpita, ko pa enkrat začneš, vse skupaj zelo hitro mine, izpraševalci in pacienti (igralci) so prijazno, vse je izjemno objektivno in strukturirano. Ocene dobiš čez dobra dva tedna in so večinoma kar lepe, vseeno pa tudi kdo izmed Erasmus študentov ne opravi izpita, kar pomeni, da nisi opravljen celotnega semestra. Ampak je zanimiva izkušnja in zelo dobro sestavljen izpit, ki ti tudi sam da veliko novega znanja in izkušenj, z malo učenja pa tudi ni tako zahteven in je dobra ocena zagotovljena! ☺

Trondheim je tretje največje mesto na Norveškem in po mojem mnenju eno izmed najlepših. Ponuja ogromno možnosti za raziskovanje, glasbene prireditve, zabave, športne dejavnosti. NTNU je ena izmed največjih univerz na Norveškem in temu primeren je obseg aktivnosti, ki se jih lahko udeležiš. Trondheim je tudi odlično izhodišče za izlete po državi, od bližnjih pa do bolj oddaljenih (Alesund, Trollstigen, Bergen, Lofoten, Tromso), vedno pa se lahko odpraviš do Bymarke, hribovitega dela Trondheima, prepletenega s številnimi pohodniškimi potmi in jezeri ter slediš prvemu norveškemu pregovoru: »Ut på tud, aldri sur!«

48. NORVEŠKA – NTNU, Trondheim (Veronika Vogrin)

V študijskem letu 18/19 sem poletni semester opravljala v Trondheimu na Norveškem. V okviru tamkajšnje medicinske fakultete je tujim študentom omogočen »angleški semester«, ki vsebuje naslednje predmete: Ginekologijo, Porodništvo, Pediatrijo, Nefrologijo, Urologijo, Endokrinologijo, Otroško psihiatrijo in Radiologijo. Kljub temu da po programu ljubljanske medicinske fakultete Otroška psihiatrija in Radiologija nista samostojna predmeta, sem ju morala v Trondheimu opravljati, saj lahko vzameš samo semester kot celoto. Na koncu semestra sledi skupni izpit iz vseh osmih predmetov; najprej pisni in nato še OSCE (objective structured clinical examination), ki je v bistvu ustni/praktični izpit. Na izmenjavi sem opravljala še začetni tečaj iz norveščine, ki se prav tako zaključil z izpitom.

V Sloveniji so se mi nato priznali predmeti Ginekologija&porodništvo, Sečila, Bolezni presnove, Pediatrija 1&2 - ocena je pri vseh predmetih enaka, saj se upošteva končna ocena skupnega izpita. Otroška psihiatrija in tečaj iz norveščine sta se priznala kot opravljena (neocenjena) izbirna predmeta.

V Trondheim sem prispela v sredini januarja. S tem sem zamudila orientacijski teden in prve dni na fakulteti, a so mi žal izpitni roki prvega trimestra na ljubljanski fakulteti onemogočali, da bi se na Norveško odpravila prej.

Nastanjena sem bila v študentski vasi Moholt studentby. Vas je od fakultete oddaljena kakšnih

15-20 minut s kolesom (solidno rabljeno kolo lahko po zelo nizki ceni, cca 50eur, kupite na kakšni izmed facebook strani). Tukaj se odvija večina študentskega življenja, saj je vas eno največjih študentskih naselij v Trondheimu, kjer biva večina tujih študentov, pa tudi norveški. Vsekakor priporočam nastanitev v Moholtu.

Imela sem svojo sobo, kuhinjo in kopalnico pa sem delila s še tremi študentkami na izmenjavi. Cena nastanitve je bila cca 450eur/mesec, kar je na norveškem zelo ugodno.

Cene nasploh so sicer na norveškem enormno visoke.

Študijski program na univerzi NTNU je odlično zastavljen. Za razliko od ljubljanske fakultete vsebuje nekatere dodatne oblike pouka kot sta npr. »PBL (problem based learning)«, kjer se enkrat tedensko v manjših skupinah obravnava konkreten klinični primer ter »Organ demonstration«, kjer so na anatomskih preparatih organov prikazane specifične patologije. Predvsem pri PBL se vzpodbuja klinično razmišljanje in obravnava pacienta kot celote; tega po mojem mnenju na ljubljanski fakulteti odločno primanjkuje.

Vsak predmet večinsko sestoji iz predavanj in vaj. Predavanja so bila dobra, profesorji načeloma govorijo odlično angleško. Vaje so bile super organizirane in strukturirane, vsak dan te je na oddelku pričakal zdravnik, ki je imel vnaprej organiziran čas le za študenta/e (kar se pri nas ne zgodi vedno).

V vse oblike pouka smo bili vključeni v skupine skupaj z norveškimi študenti. Ti so na vajah prevajali, če pacient ni znal angleško; sicer skandinavci v splošnem obvladajo angleščino in smo se velikokrat sporazumevali s pacientom kar v angleščini. Od vaj sem tako veliko odnesla.

V splošnem sem bila izjemno navdušena nad programom in definitivno priporočam semester na NTNU, če si želite kvalitetno akademsko izmenjavo. Izpit na koncu je sicer težek, tudi zato, ker se čez cel semester nisi prisiljen učiti za sprotne kolokvije/izpite, a se ga, z zmernim delom, da brez problemov opraviti.

Študentu urnik na fakulteti omogoča, da v prvih mesecih izmenjave razišče Norveško; možnosti za izlete je ogromno. Zelo popularni so »cabin trips«, izleti v naravo v okolici Trondheima, kjer v lesenih kočah spiš za minimalno ceno (cca 3 evre).

Sama sem skoraj vsak vikend izkoristila za izlete, bom z veseljem dala kak nasvet, če me kontaktirate na veronika.vogrin@gmail.com

49. POLJSKA – Jagiellonska univerza v Krakowu (Žiga Kolarik)

Na Poljskem sem preživel 10 mesecev za čas mojega 6. letnika. Tam sem opravljal vaje iz interne medicine, pediatrije in kirurgije. Prav tako sem v poletnem semestru hodil na plačljiv tečaj poljskega jezika, čigar ECTS sem lahko uveljavil kot izbirni predmet na MF v Ljubljani.

Vaje:

Vaje iz interne medicine sem opravljal na kliniki za alergologijo, kliniki za hematologijo in kliniki za kardiologijo univerzitetne bolnišnice v Krakowu. Skupen imenovalec vaj je bil ta, da takrat še nisem dobro znal jezika in sem bolj poslušal in prikimaval. Vaje so skupaj trajale 7 tednov.

Na kliniki za alergologijo smo začeli ob 8ih zjutraj z vizito, ki je vsak drugi dan trajala 1-2 uri zaradi prisotnosti glavnega profesorja, drugače pa okoli 30 min. Zatem smo odšli na ogled bolnikov po sobah, kjer so mi ponavadi zdravniki in poljski študentje prevajali in pojasnjevali težave pacientov. Kader na tej kliniki je bil mlad in zelo dobro angleško govoreč ter pripravljen na ukvarjanje z mano, se pa je poznalo, da se Poljaki še bolj utapljujejo v zdravniški birokraciji kot mi in zame tu in tam ni ostalo časa. Dan sem zaključeval okoli 13ih, in med koncem vizite ter to uro sem ponavadi v zdravniški sobi razglabljal z mojo mentorico o pacientih, opravljal anamneze in preglede s poljskimi študenti ali pa se udeležil vaj "English divisiona", kjer sem opravljal bolj nalogo učitelja, ker so bili oni na vajah propedeutike.

Na kliniki za hematologijo me je čakal drugačen urnik - večinoma sem začel okoli 9ih in končeval nekaj ur kasneje. Prevzel me je prof. dr. Wojciech Jurczak, ki je zelo raziskovalno

usmerjen. Tako sva dosti govorila o njegovih člankih v Lancetu in NEJM - no, govoril je predvsem on. Spremljal sem ga v njegovi ambulanti za limfome in videl precej različnih patologij in najnovejših pristopov k zdravljenju npr. Hodgkinovega limfoma in folikularnega limfoma. Parkrat me je predal tudi svojim mlajšim kolegom in enkrat sem tudi opravil anamnezo s pacientko v angleškem jeziku. Profesor je zanimiv karakter in živi za raziskovalno delo. Kdor se želi udeležiti v raziskovalnem smislu na svojem Erasmusu in ga zanima hematologija, mu priporočam, da zaprosi za vaje hematologije pri njem.

Na kliniki za kardiologijo sem imel ustaljen urnik od 7.30 do 12.30. Začeli smo z obhodom pacientov in vizito. Kasneje je sledil pregled pacientov in terapije. Mentor mi je ves čas potrpežljivo razlagal dokumentacijo pacientov in zakaj so se odločili za določeno terapijo. Včasih sva to prekinila z obiskom katetrskega laboratorija, kjer sem opazoval kateterizacije koronark. Drugič sem obiskal ultrazvočno ambulanto, kjer sem opravljal UZ srca ali s poljskimi študenti in mentorjem komentiral posamezne izvide UZ. Spet tretjič sva z mentorjem razglabljala o teoriji - pacemakerjih, NOAK,.. Pogosto pa je tukaj poljska birokracija poskrbela, da sem samo sedel v kotu in čakal, da čas mine.

Vaje iz pediatrije sem opravljal na pediatrični kliniki v predelu Krakowa Prokocim - približno 7km iz centra. Vsako jutro me je tako čakala 30-minutna vožnja z avtobusom iz centra, kjer sem bival. Vaje so skupaj trajale 5 tednov.

Tukaj sem bil dodeljen prof. Anni Moczulski, ki se je zame zelo potrudila - poljski birokraciji navkljub. Vseh 5 tednov sem preživel na oddelku za nefrologijo, kjer smo začeli s pregledom pacientov ob 8.30. To sem počel s poljskimi študenti, ki so mi bili pri komunikaciji s starši v precejšnji pomoč. Videl sem mnogo različne patologije, predvsem težke - HUS, MPA glomerulonefritis in veliko nefrotskih sindromov. Po pregledih je sledila vizita, kjer sem bolj opazoval in poskušal ujeti čim več. Mentorica mi je tu in tam tudi prevajala. Po viziti sem po navadi odšel v ultrazvočno ambulanto, kjer sem sprva opazoval, kasneje pa opravljal UZ abdomna. Mentorica mi je predala ogromno znanja na tem področju in praktično sem izpopolnil tehniko izvajanja UZ. Včasih sem s poljskimi študenti dobil nalogo, da se pripravim do prihodnjic in preberem teorijo o določeni patologiji, nato pa smo s prof. Moczulsko razpravljali o pacientu s to isto patologijo.

Nato sem bil 7 tednov na kliniki za splošno in abdominalno kirurgijo, kjer so me bolj prepustili samemu sebi. Začenjal sem ob 7:30 zjutraj in končeval različno - tudi ob 17h ali 18h. Asistirale sem pri tiroidektomijah in laparotomijah. Tu in tam še kakšna laparoscopska operacija. Dostikrat so me pustili na koncu z 2. asistentom, da zašijeva po plasteh. Nisem imel stalnega mentorja in zgodilo se je, da kdaj nisem bil razpisan za asistenco pri posegu in sem imel na izbiro iti domov ali pa se udeležiti dela na oddelku. Delo je bilo dinamično, kirurgi pa večinoma pripravljani na predajanje znanja. Je pa res, da je kirurgija terjala največ samoiniciativnosti z moje strani.

Ostalo:

Koordinatorica na Collegium Medicum je nekoliko zmedena, tako da ni vedela, da ostajam še en semester. Priporočam, da se res vse dogovorite vnaprej in nič kaj sproti, ker spremembam ni ravno naklonjena. K sreči, se je dalo kasneje z nekaj prepričevanja in posredovanjem ljubljanske fakultete vse dogovoriti.

Sicer pa so ljudje v mednarodni pisarni univerze mladi in pripravljani na pomoč. Z njimi nisem imel težav, res pa je, da sem jih videl samo dvakrat. Na začetku ob prijavi in na koncu izmenjave, ko sem potreboval "Confirmation of mobility".

Stanoval sem v študentskem domu Żaczek (10 min hoje od glavnega trga in centra mesta), kjer so sobe za študente 2- ali 3-posteljne z kopalnico. Cena je bila okoli 80 evrov na mesec. Kuhinja je skupna - po 2 na nadstropje. Na to sem se moral prijaviti preko njihovega "vis-a" nekaj mesecev pred izmenjavo. Vse je potekalo brez problemov, le na dan vselitve smo se kar načakali - 10 ur. Zaradi navala priporočam vselitev nekaj dni pred prvim možnim dnevom, kajti rešeni boste dolgega čakanja zaradi gneče študentov.

Javni prevoz v Krakowu sestoji iz tramvajev in avtobusov in je zelo dober v primerjavi z Ljubljano. Semestrska vozovnica za študente stane 185 zlotov. Prav tako imamo študentje 51% popust na potovanje z vlakom. Popuste se s študentsko izkaznico lahko uveljavlja marsikje - od barov, restavracij in klubov do muzejev in galerij.

Dogodkov organiziranih s strani univerze se nisem udeleževal, ker sem hitro našel svoje prijatelje s katerimi smo se družili. Po pripovedih drugih študentov pa so v tem smislu zelo organizirani in ponujajo ogromno pub crawlov, enodnevnih in večdnevnih izletov v okolici Krakowa in po celi Poljski ter spoznavnih večerov.

Jezik je bil na začetku precejšnja ovira, ker marsikdo ne želi govoriti po angleško. Kmalu pa sem zapopadel osnove jezika in jih še izpopolnil z obiskovanjem tečaja, kjer sem se dosti naučil. S Poljske sem na koncu odšel s solidnim znanjem jezika, ki mi je omogočal vsakodnevno komunikacijo s povprečnim Poljakom.

Cenovno je Poljska za zdaj še cenejša kot Slovenija. Nekako so cene za 3/4 naših. Najbolj poceni je alkohol, ki pa ga je prepovedano piti na javnih površinah. Nasploh pa sem si Poljsko predstavljal kot bolj zaostalo državo, kar pa se je spremenilo takoj po prehodu meje s Slovaško, ko sem vsepovsod opazoval gradbene stroje, ki so ustvarjali infrastrukturo. Poljska se v mestih izjemno razvija in čeprav Varšava s svojimi nebotičniki ukrade krono, Krakow ne zaostaja preveč. Naprimer, tam se gradi največji klinični center v centralni in vzhodni Evropi, da sploh ne začnem o tem kako hitro rastejo stanovanjski kompleksi, avtoceste in nakupovalni centri.

All in all, izmenjava na Poljskem je prava izbira z tistega, ki želi nekoliko drugačno, a vseeno nepozabno Erasmus izkušnjo. Sam sem zadovoljen v vseh pogledih - tako akademskih kot neakademskih. Za več vprašanj sem dosegljiv na email ziggy.kolarik@gmail.com ali pa na facebooku.

50. POLJSKA – Medicinska univerza v Varšavi (Katarina Barbara Bajec)

V študijskem letu 2017/18 sem zimski semester petega letnika opravljala na Medicinski univerzi v Varšavi. To univerzo sem izbrala zaradi dobrega ujemanja predmetnika z našo fakulteto in zaradi možnosti opravljanja obveznosti v angleščini. Medicinska univerza v Varšavi ima namreč posebno delitev programa na poljskega in angleškega, in tako če izbereš angleški program, tudi dobiš možnost študiranja s študenti z vsega sveta.

V Varšavi sem opravljala predmete Sečila, Dihala, Imunske in revmatske bolezni, Otorinolaringologija, Okulistika ter Ginekologija in porodništvo. Pouk je organiziran tako, da se v istem dnevu zvrstijo seminarji oz. predavanja (med njimi ni bistvenih razlik), nato pa še vaje, kjer iz praktičnega vidika predelaš obravnavano teorijo. Nekateri seminarji in predavanja so zelo dobri, drugi malo manj. Osredotočijo se predvsem na osnove in urgentne primere v medicini – torej na tisto medicinsko znanje, ki bi ga bilo dobro imeti vedno. Ker se osredotočijo na osnove, urgenco in zdravljenje, predmeti niso tako obsežni kot doma in tudi izpiti so lažji, saj ni treba znati podrobnosti. Mogoče sem se iz tega vidika naučila manj, vendar sem se naučila iz gore podatkov izluščiti tisto pomembno in bistveno, kar naj bi študent medicine vedel. To se mi zdi zelo pomembno, saj lahko podrobnosti vedno poiščeš v knjigi, dobro pa je imeti neko podlago in vedeti, kaj je zares bistveno in kaj je tista urgenca, ki je nikoli ne smeš spregledati.

Vaje so bile od predmeta do predmeta različne. Pohvalila bi predvsem vaje na okulistiki, ginekologiji, porodništvu in revmatologiji, kjer so se res potrudili za študente (pokazali so veliko različnih patologij, uporabljali nove pristope, vedno so bili pripravljeni na vprašanja) in omogočili tudi veliko prakse. Asistentih na vajah zelo cenijo znanje (ga sicer ne zahtevajo) in sodelovanje, kar tudi znajo nagraditi z možnostjo asistiranja na operacijah, pri porodu itn. Zame je bila to ena najprijetnejših izkušenj in res se mi je zdelo, da nas v nasprotju z izkušnjami doma obravnavajo kot sebi enake, čeprav nam še veliko manjka. Je pa lepo imeti občutek, da te spoštujejo, cenijo tvoj trud in da so vedno na voljo za vprašanja in pomoč pri študiju. Kot problem, ki je bil velikokrat prisoten

na vajah, bi izpostavila komuniciranje v angleškem jeziku. Večina pacientov namreč ne govori angleško in zato si kot študent omejen na prevajanje zdravnika, kar predstavlja veliko težavo pri jemanju anamneze ali statusa. Tudi zdravniki, čeprav so se zelo trudili, ne znajo vedno najbolje angleško, in zato si včasih pri pridobivanju znanja in informacij tudi precej omejen.

Izven fakultete so izmenjavo Erasmus naredila nepozabno in lepo predvsem številna nova poznanstva, tako iz programa samega kot tudi iz Univerze (kot že rečeno, študenti prihajajo z vsega sveta). Žal mi je, da za nastanitev nisem dobila študentskega doma (zamudila sem prijavo), saj bi lahko tako preživela še več časa z ostalimi študenti na Erasmusu in se večkrat udeležila družabnih dogodkov. Tako sem stanovala sama v garsonjeri na obrobju centra Varšave (zraven metro postaje Slodowiec), kar ni bilo slabo, vendar priporočam, da si za nastanitev izberete študentski dom, da lahko Erasmus življenje izkoristite v polni meri.

Priznati moram, da pa me Poljska kot destinacija za Erasmus res ni navdušila. Zmotili so me neprijazni ljudje, velika stopnja onesnaženosti (predvsem zraka, recimo tudi voda iz vodovoda ni bila pitna) in neprijazno vreme (v treh mesecih smo imeli mogoče 5 sončnih dni). Priporočam, če si Poljsko izberete za izmenjavo, da se naučite vsaj osnov poljščine, saj se z angleščino v vsakodnevnem stiku s Poljaki (v trgovini, restavracijah itn.) težko kaj doseže. So pa seveda tudi pozitivne strani življenja na Poljskem – zagotovo so to nižje cene kot pri nas in posledično možnost, da si privoščiš več (od zajtrkov v uglednih restavracijah do koncertov itn.). Zame je bil velik plus tudi dejstvo, da gre za veliko mesto, kjer se vedno kaj dogaja, zato v njem ni nikoli dolgčas.

Če pod celotno izmenjavo potegnem črto, lahko rečem, da je Erasmus kot izkušnja izjemna in nepozabljiva ter da jo resnično priporočam vsem.

51. POLJSKA – Medicinska univerza v Varšavi (Neža Vatovec)

V študijskem letu 2017/18 sem v poletnem semestru odšla na izmenjavo v Varšavo. Študij na Medicinski Univerzi v Varšavi (WUM) poteka za erasmus študente v angleščini, saj se priključijo študentom iz programa English Division, kjer vse poteka v angleščini. Tudi na vajah so zdravniki vse prevajali iz poljščine v angleščino.

V Varšavo sem prispela 8.2., že nekaj dni pred začetkom semestra, da sem imela čas za privajanje na novo okolje. Urnik si vsak erasmus študent oblikuje sam, pri čemer se lahko kombinira predmete iz različnih letnikov.

Opravljala sem naslednje predmete: Sečila, Dihala, Oftalmologija, Ginekologinja in porodništvo ter tri izbirne predmete (Poljščina, Šport, Izbirni predmet kardiologija). Poudarek pri pouku pri teh predmetih je bil večinoma bolj na praksi kot na teoriji. Najprej so bila na vrsti predavanja, nato pa vaje. Vaje so bile še posebej zanimive na ginekologiji, dihalih in kardiologiji izbirnem predmetu. Razporejeni smo bili v manjše skupine (pri ginekologiji in kardiologiji npr. samo po dva študenta), zato je bil pristop zdravnikov veliko bolj individualen in namenili so nam več pozornosti. Vedno so bili na voljo za vprašanja in zdelo se mi je, da so nas obravnavali veliko lepše kot doma. Profesorji se pri podajanju snovi niso spuščali v podrobnosti, temveč so zahtevali osnovno znanje s poudarkom na urgentnih primerih. Iz tega razloga so izpiti nekoliko lažji kot pri nas. Izpiti so bili ali pisni ali ustni, kar se je razlikovalo od predmeta do predmeta.

Stanovala sem v študentskem domu WUM-a. Najprej sem si sobo delila z dvema poljskima študentkama farmacije, čez kašen mesec pa sem se preselila v del, kjer so stanovali english division in erasmus študenti. Tam sem imela le eno cimro in soba je imela tudi lastno kopalnico. Kuhinja je bila skupna za celo nadstropje, a je bilo dovolj prostora za vse. S študentskim domom sem bila izredno zadovoljna, saj je v njem vladalo izjemno prijetno vzdušje. Nепrestano sem bila obdana z ostalimi erasmus študenti in organizirali smo si veliko stvari (od skupnih mednarodnih večerij, ki jih imam v še posebej lepem spominu, do zabav in raznih druženj). Dom je sicer bolj miren, saj receptorke dokaj strogo vzdržujejo nočno tišino.

Vsem toplo priporočam izmenjavo v Varšavi. V Varšavo in Poljsko sem se povsem zaljubila in lahko trdim, da je bilo to eno najboljših obdobji v mojem življenju. Edina stvar, ki jo obžalujem je, da nisem odšla na izmenjavo za celo leto.

52. POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze Mikolaja Kopernika v Torunu (Anja Kopitar, Nika Jutraž)

VMESNO POROČILO:

Je že res, da je to Univerza Nikolaja Kopernika v Torunu, pa vendar gre za fakulteto Collegium medicum, ki se nahaja v Bydgoszczu. Kraju, ki ga je težko napisati, še težje izgovoriti. Leži na severu Poljske, nekje na sredi poti med Varšavo in Baltskim morjem. Bydgoszcz ne poka po šivih od turistov, je malo večji od Ljubljane, ampak ravno to ga naredi veliko bolj privlačnega in skrivnostnega.

Na izmenjavo sva odšli v poletnem semestru. Vse skupaj je trajalo od 14. februarja pa vse do 18.-20. junija 2018, ampak tega do zadnjih tednov v januarju nisva vedeli. Komunikacija z njihovo mednarodno pisarno je bila omejena, odpisovali so hitro, vendar si moral večkrat povprašati, če si želel priti do zelenega odgovora.

Do Bydgoszcza lahko prideš na več načinov – avto, vlak, avtobus ali letalo. Cenovno se najbolj izplača iti ravno s Flixbusom, za kar odšteješ okoli 50 evrov, ampak vožnja do tja traja približno 1 dan. Midve sva tja odšli kar z letalom iz Ljubljane do Varšave. Karta je bila kupljena zadnji trenutek pri Adriji, zato sva zanjo odšteli 130 evrov. Iz Varšave do Bydgoszcza vozi veliko avtobusov in vlakov, vožnja traja približno 3 do 4 ure in stane približno 60 pln (15 evrov).

Odločili sva se, da bova v Bydgoszczu bili nastanjeni v študentskem domu, kar nama je bilo ponujeno že preko maila. V samem kraju je sicer veliko različnih domov, tako da možnosti ne zmanjka. Veliko težje je dobiti privatno nastanitev, saj po navadi oddajajo sobe za daljše časovno obdobje. Midve sva dobili dom v Fordonu, ki je 20-30 minut s tramvajem/z avtobusom oddaljen iz centra mesta, kar zna biti kar velik problem. Je pa v bližini veliko narave in ima svoj mini fitnes. V domu sva živeli v apartmaju za 5 oseb, ki pa se je delil na sobo za 1 osebo in sobo za 4 osebe. V sobi za 4 osebe sta bili poleg naju tudi dve poljakinji, ki nista najbolj večji v angleščini, kar je včasih bilo težavno. Prav tako na recepciji (to velja prav za vsak dom) delajo le ljudje, ki znajo izključno poljsko, zato se je zelo težko karkoli dogovoriti. Prvi dan sva tako za vselitev potrebovali dva tujca, enega turka, ki je prevajal iz angleščine v turščino, in drugega turka, ki je prevajal iz turščine v poljščino, da sva se lahko v miru vselili. Trudili sva se dobiti sobo v drugih domovih, ki so bližje centru ali vsaj univerzitetni bolnišnici, ampak nama žal ni uspelo.

En teden pred začetkom izmenjave so bili organizirani »spoznavni dnevi.« Tam si imel priložnost spoznati ostale tuje študente na izmenjavi na Collegiumu medicum. Manjkalo ni tudi nasvetov, dobre hrane in obilo smeha. Na sestanku so nam razložili vse potrebne podatke o univerzi, poteku dela, nas popeljali po kraju in predstavili Poljsko. Takrat sva dobili tudi urnike in ostale potrebne podatke. Prva dva tedna sva bili prosti, zato sva se odločili, da bi v tem času radi delali kakšen predmet za naslednje leto. Aleksandra, iz mednarodne pisarne, nama je priskočila na pomoč in uredila, da sva lahko obiskovali oftalmologijo.

Vsakemu študentu je bil dodeljen study buddy, ki naj bi ti pomagal pri osnovnih stvareh in ti olajšal integracijo v kraj. Nama je bila dodeljena enaka študentka, ki pa žal ni bila odzivna. Tako nama je na koncu na pomoč velikokrat priskočila ravno Aleksandra. 😊

KONČNO POROČILO:

Svoj semester izmenjave Erasmus sva preživel v Bydgoszczu, kjer sva od februarja 2018 do Junija 2018 obiskovali Collegium medicum, Univerza Nikolaja Kopernika. Na izmenjavi sva opravljali obveznosti 4. letnika.

PRIHOD IN NASTANITEV

Je natančno opisano že v vmesnem poročilo. Čeprav sva vztrajno poskušali zamenjati študentski dom, ga žal nisva dobili. Na neke obljube s strani koordinatorjev domov se namreč ni pametno

zanašati. Na koncu sva ugotovili, da obstaja celo več študentskih domov od drugih fakultet, kjer bi najverjetneje lahko tudi zaprosili.

PREVOZ

Poljska študentka kartica je zelo velika ugodnost. Ko jo enkrat imaš, ti omogoča 50% popusta pri vseh oblikah prevoza. Tako je prevoz znotraj mesta z busom ali tramvajem le 1,5 pln (manj kot 50 centov), mesečna karta pa 60 pln (15 evrov). Enako velja tudi za prevoze po drugih krajih in medkrajevne vlake, kar omogoča dokaj ugodno potovanje po Poljski. Treba pa je biti pazljiv, da kupiš ustrezno karto in jo vedno validiraš (če je enkratna papirnata), saj zelo pogosto in radi pregledujejo vozovnice in pišejo kazni.

ŠTUDIJ

Na Poljskem sva opravljali kar 8 predmetov, od tega 5 obveznih, 1 za peti letnik, 1 izbirni in 1 dodatni predmet. Izkušnje se od predmeta do predmeta razlikujejo. Splošno pravilo bi se glasilo: če na vajah pokažeš interes, te bodo mentorji jemali resno in te naučili nekaj novega. Zavedati se je potrebno, da tukaj predavanj praktično ni bilo (le redke izjeme, ko so bila predavanja organizirana skupaj za Erasmus študente in English division oz pri določenih predmetih, ki so bili dobro organizirani, npr. Infekcijske bolezni). Veliko je poudarka na samem kliničnem pristopu in na vajah po oddelkih. Priložnost imaš obiskati veliko različnih operacij, načeloma so nas vedno lepo sprejeli in bili odprti za naša vprašanja. Je pa res, da smo se za operacije morali včasih kar sami dodeliti in pokazati interes. Izpiti so bili po navadi le ustni, zahtevali so predvsem osnovno razumevanje in povezovanje snovi. Pri določenih predmetih je bil izpit le pisni. Če si si želel ogledati delo tudi na drugih oddelkih ali pa iti v simulacijski center prve pomoči, so te z veseljem sprejeli. Prijateljski nasvet – za izbirni predmet si izberi Emergency medicine, rajši ne delaj dermatologije. Poleg medicinskih predmetov sva obiskovali tudi poljščino, ki je bila organizirana prav za Erasmus študente. Čeprav sva na koncu ostali skoraj edini udeleženci, je bil tečaj vsekakor koristen za neko osnovno komunikacijo, ki pride še kako prav zaradi njihovega slabega znanja angleščine.

MESTO IN DRUŽABNI PROGRAM

Kot že rečeno, mesto je malo večje od Ljubljane, neturistično, a zelo prijetno. Sam center je dokaj majhen, vendar ponuja več restavracij, barov, trgovin in prijetnih zelenih površin, kjer lahko sediš in uživaš ob reki, ki teče skozi mesto. Možnost je tudi plovbe z ladjico ali pa najem kajaka oz. drugih čolnov. Je pa res, da se doživetje mesta zelo razlikuje glede na letni čas. V zimskem času, torej na začetku najine izmenjave, so se temperature spustile tudi do -20, kar je posledično pomenilo, da je bil Bydgoszcz prazen in brez življenja. Z otoplitvijo pa se je počasi tudi mesto začelo prebujati, vse več je bilo razno raznih dogodkov, kavarne so postavile svoje mize na trg, prodajalne sladolediv so odprle svoja vrata in zeleni park v centru je postal ena najbolj popularnih točk za sončenje oz druženje. V tem pomladnem času smo veliko več časa preživeli skupaj zunaj in tudi počeli več aktivnosti, kot npr. vožnja s kajakom po reki. Malo iz samega centra se nahaja tudi večji park z jezeri, igriščem za odbojko, živalskim vrtom, botaničnim vrtom..., kjer smo v zadnjem mesecu preživeli kar nekaj popoldnevov. Predvsem nas je navdušilo, da se je možno v Bydgoszczu tudi osvežiti v jezeru. Kar se tiče družabnega programa, žal ni bilo organiziranih veliko dogodkov s strani tamkajšnje organizacije. Smo pa zato sami zase organizirali izlete po Poljski in druženja v Bydgoszczu. Bydgoszcz namreč leži na odlični lokaciji za obisk bolj turističnih poljskih mest. Poleg tega je le dve uri vožnje stran Gdansk, od koder se najdejo zelo ugodni leti predvsem v severne države. Ker smo imeli vmes nekaj počitnic in prostih vikendov, smo to tudi dobro izkoristili. S strani tamkajšnje ESN organizacije je bil na začetku izmenjave organiziran spoznavni večer s pico, pijačo in karaokami. Tekom semestra so organizirali še obisk trampolin parka, kuharsko delavnico tipične poljske hrane ter na koncu še BBQ piknik. Žal je bilo vse skupaj bolj skromno in zato tudi nismo dobili veliko priložnosti za spoznavanje drugih Erasmus študentov z drugih fakultet. Pozitivna stran tega pa je bila, da smo se študenti Collegium medicuma med seboj toliko bolj povezali in nam prav nikoli ni bilo dolgčas, saj je bilo vsem v interesu, da si prosti čas zapolnimo z družabnim programom.

STROŠKI

Poljska velja za eno izmed cenejših destinacij in tudi pri nama se je to poznalo. Kot rečeno sva za letalsko karto do Varšave odšteli 130 EUR ter 15 EUR za vlak do Bydgoszcza. Za mesečno karto za javni transport sva vsak mesec odšteli 15 EUR, za študentski dom pa slabih 60 EUR (to je daleč najcenejša nastanitev v mestu, lokacija pa je temu primerna). Med obvezne stroške je spadalo tudi obvezno zavarovanje, ki je znašalo 10 EUR. Hrana je večinoma za odtенок cenejša kot v Sloveniji, v izbranih restavracijah pa se lahko dobro najesh tudi že za 5 EUR.

VTISI

Vtisov je veliko in jih je težko povzeti. Štirje meseci so vsekakor minili prehitro, hkrati pa so bili tako pestri, da bodo še nekaj časa odzvanjali v mislih. Študij v drugi državi je zagotovo zanimiva izkušnja in bi jo priporočili vsakomur. Prav tako življenje samo. Erasmus izmenjava pa s seboj prinese še kup novih prijateljev in spoznanj, ki vsakega obogatijo na svoj način.

53. POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze v Gdanku (Maruša Kopač)

Izkušnja erasmus izmenjave na Medical university of Gdansk bo ostala lep spomin na izkušnjo bivanja in študiranja v tujini.

Na izmenjavo sem se odpravila v pomladnem semestru 4. letnika in tam opravljala infekcije, dermatologijo, hematologijo, onkologijo ter gastroenterologijo (ter 2 manjša izbirna predmeta). Gdansk sem si izbrala zaradi čudovite lege ob Baltskem morju in bogate zgodovine in tudi ker sem poznala nekaj Slovencev, ki so tam določeno obdobje živeli in so bili nad njim navdušeni. Gdansk je dokaj veliko študentsko mesto. Na vsakem koraku, ne samo na medicinskem kampusu, lahko srečaš mlade vseh kultur in narodnosti. Mladi večinoma znajo angleško, srednje in starejše generacije ne (pantomima, nekaj poljščine-slovenščine, nemščine). Gdansk je zanimiv, ker združuje pristrčno mestno jedro in reko, ki teče skozi njega, z zgodovino, naravo in peščenimi plažami. Gdansk je pravzaprav ena tretjina "Tricity-ja" ali tromestja poleg Sopota in Gdynie in skozi vsa tri mesta pelje zelo dober javni prevoz. Ljudje so na splošno zelo prijazni, niti enkrat nisem imela slabe izkušnje ali pa da se ne bi počutila varne.

Na medicini prevladujejo Skandinavci, nato prebivalci Srednjega Vzhoda in Amerike ter Kanade. Tudi erasmus študentov nas je bilo v drugem semestru več kot 50. To je najboljša medicinska fakulteta v pomeranski regiji in zdravniki so dobro podkovani, večinoma govorijo dobro angleško. Kampus je lociran v prijetni sosesci na manjšem hribu, obkrožen z naravo in le 2 postaji s tramvajem do centra mesta. Pod domovi se nahaja postaja za tramvaj in skoraj vse linije peljejo mimo, zato so povezave med kampusom in preostankom mesta odlične. Splača se vzeti mesečno študentsko vozovnico za 45 zlotov (okoli 11-12eur), sicer pa tudi posamezne vožnje stanejo približno pol evra. Študentje na Poljskem imajo na splošno veliko ugodnosti, zato je zelena študentska izkaznica zlata vredna. Dobiš jo v prvem tednu po prihodu, ko prvič obišeš mednarodno pisarno. Klinični center je sestavljen podobno kot v Ljubljani: glavna stavba in nato posamezne klinike/katedre. Vse lepo označeno in jaz se kljub slabi orientaciji še nisem izgubila. Študentje nimajo svojih omaric, je pa ena velika garderoba v glavni stavbi za vse. Študentski domovi so oddaljeni 10 min hoje od kliničnega centra. V njih mešano živijo domači poljski študentje, english division in erasmovci. V sklopu domov je študentska kantina, sicer pa je v kampusu več menz, kjer ob delavnikih strežejo kosila in se najde vse za vsak okus. Del kampusa je Carrefour trgovina, na glavni železniški postaji pa je najcenejša poljska veriga marketov, Biedronka. Življenje v Gdanku je zelo poceni. Soba v študentskem domu je stala med 80 in 90 eur, mesečna vozovnica za bus in tramvaj okoli 10 eur, fitness 25 eur, hrana pa je tudi zelo poceni, tudi če se prehranjuješ zunaj. Vsega skupaj okoli 200 eur osnovnih stroškov (soba, mesečna karta, fitness, hrana) na mesec.

Tam sem opravljala 5 predmetov 4. letnika. Najboljše izvedeni sta bili gastroenterologija in dermatologija, zato priporočam ta dva predmeta. Pri teh dveh predmetih so se zdravniki res

potrudili in naredili odlične seminarje ter vaje. Najbolj so me razočarale infekcije. Od sošolcev v Ljubljani sem slišala pohvale, tukaj pa v treh tednih skupaj nisem videla več kot dnevne ambulante za HIV ter hepatitis in pa nekaj noric na pediatričnem oddelku, zato infekcij ne bi priporočala. Problem je bil tudi z urnikom, ker so trije tedni predmeta razpotegnjeni na celo študijsko leto (1 teden zimski in 2 tedna v pomladnem semestru) in je zoprno vse za nazaj nadoknaditi v pomladnem semestru, v zimskem semestru pa je tako izvedena le ena tretjina predmeta, izpit pa je šele v pomladnem semestru. Na onkologiji se nekateri za nas niso menili in so bolj malo prevajali na raportih ali v dnevni ambulanti oz. so nas kar same pustili pri pacientu ko nobeden od nas ni znal poljsko oz. pacient ni znal angleško, zato tudi nad izvedbo vaj na onkologiji nisem bila navdušena. Priporočam tudi hematologijo, videli smo veliko pacientov in seminarji so bili dobro izvedeni. Splošno gledano je količinsko tukaj pri vseh predmetih več praktičnega dela kot v Ljubljani. Imajo samo seminarje po eno ali dve uri in nato praktične vaje 3 ure. Od najkasneje 13. ure smo bili pri vseh predmetih prosti. Vsa snov za kolokvij/izpit je na spletni učilnici. Prisotnost na vajah je striktno preverjena in nikoli ne smeš na ničemer manjkati, glede tega so precej strogi. En predmet ponavadi traja en teden, v petek je kolokvij in dobiš oceno ali "credit", čez vikend si prost, nato v ponedeljek sledi nov predmet. Izpit sem imela le pri dermatologiji in onkologiji, od tega je dermatologija edini izpit v 4. letniku in onkologija edini izpit v 5. letniku. Tukaj sem opravljala tudi izbirna predmeta Automatic external defibrillation in Veganism, ki sta bila ob mojem prihodu še edina prosta, ampak sta bila v redu in ju tudi priporočam. Zaposleni v njihovi mednarodni pisarni so zelo prijazni, ustrežljivi in načeloma hitri kar se tiče urejanja zadev in skozi celotno izmenjavo sem rada sodelovala z njimi ne glede na problem.

Sama sem o izmenjavi razmišljala kot o nečem v daljni prihodnosti proti koncu študija medicine, ampak sem vesela, da sem šla že v 4. letniku. Nekaj mesecev v Gdanku me je ogromno naučilo o sebi, svojih zmožnostih in veliko sem pridobila na samozavesti. Izboljšala sem svojo angleščino in spoznala veliko zanimivih ljudi, pa tudi prijatelje, ki bodo ostali v mojem življenju še naprej. Dobila sem tudi potrditev, da imamo študentje v Ljubljani zelo kakovosten študij medicine in da smo na višji ravni znanja kot tuji in poljski študentje. Izmenjava je bila res lepa izkušnja in vesela sem, da mi je bila omogočena. Gdansk kot mesto izmenjave zelo toplo priporočam!

Za vse nadaljnje informacije sem na voljo na: kopac.marusa@gmail.com ali 041 350 868

54. ŠPANIJA – Univerza La Laguna de Gran Canaria (Barbara Volarić)

Za Erasmus izmenjavo sem izbrala mesto Las Palmas na španskem otoku Gran Canaria. Tam sem opravljala obveznosti prvega semestra 5. letnika v študijskem letu 2017/2018.

PRED IZMENJAVO

Sama sem v začetku želela opravljati celotni 5. letnik v Španiji, vendar je bilo nemogoče uskladiti predmete celotnega letnika in tako opraviti vse obveznosti 5. letnika študija. Tako sem se odločila le za prvi semester, zbrala podpise nosilcev predmetov in sestavila LA, ki sta ga koordinatorja obeh fakultet tudi podpisala. Za izmenjavo se moraš prijaviti tudi s spletno prijavo v informacijski sistem univerze v Las Palmas, o čemer si pravočasno obveščen. Ko imaš vse potrebne dokumente se v avgustu lahko prijaviš za Erasmus štipendijo.

Pred izmenjavo sem prav tako začela z učenjem španščine, saj se je prej nikoli nisem učila v šoli. S pomočjo prijateljice in mobilne aplikacije Duolingo sem osvojila osnovno raven sporazumevanja. V juniju si prav tako obveščen o intenzivnem tečaju španščine, programu tutorstva Buddy program in Welcome weeku, ki jih organizira univerza v Las Palmas za vse študente Erasmus.

PRIHOD

V Las Palmas sem prispela 19.8 in v začetku 5 dni bivala v hostlu ter si iskala stanovanje. Z iskanjem sem začela že pred odhodom, vendar je bilo zaradi neodzivnosti lastnikov zelo težko komunicirati

z njimi. Tako sem se odločila, stanovanje poiskati ob prihodu in sem ga, tudi z nekaj sreče, našla že v 2 dneh. 21.8 sem pričela z intenzivnim tečajem španščine, ki pa je na žalost ponudila manj od pričakovanega in ni znatno pripomogel k mojemu učenju jezika. V okviru Welcome weeka je univerza organizirala različne dejavnosti kot so surfanje, kajak, boat party in pohod na Roque Nublo. Vse te dejavnosti služijo predvsem za spoznavanje drugih Erasmus študentov in odkrivanju dejavnosti, ki jih ponuja ta čudoviti otok.

UNIVERZA

Univerza v Las Palmas je sestavljena iz treh kampusov, Tafira, Obelisco in San Cristobal. Medicinska fakulteta je ena redkih v okviru kampusa San Cristobal, ki se nahaja povsem ob morju. Iz centra mesta je do fakultete približno 35 min vožnje z mestnim avtobusom. Pouk je organiziran v obliki predavanj, seminarjev in vaj. Predavanji in seminarji so si zelo podobni in potekajo v popoldanskih urah. Vaje so organizirane dopoldan, v manjših skupinah. Potekajo v dveh bolnišnicah, Insular, ki je bližje fakulteti in Dr. Negrin, ki je bližje centru mesta. Za vsak predmet imaš 2 tedna vaj, tako da približno polovico časa samo predavanja, polovico pa vaje in predavanja. Na samih vajah so študentje veliko manj samostojni kot pri nas, večino časa le opazuješ zdravnika, ki se pogovarja in pregleduje paciente. Ves pouk je organiziran v španskem jeziku, tako da je razumevanje le tega osnova, vendar sama, zaradi podobnosti španščine in latinščini, nisem imela večjih težav. Tam sem opravljala predmete Dihala, Sečila, Obtočila, ORL in Maksilofacialna kirurgija ter Španščina kot izbirni predmet. Predvsem izpita iz Dihal in Sečil sta bistveno težja kot doma, pa tudi Obtočila. Razlog za to se skriva v dejstvu, da študentje tam v 6. letniku nimajo interne medicine, tako da je snov že pri teh manjših internih predmetih precej poglobljena. ORL in Maksilofacialna kirurgija sta skupen predmet, ki je nekoliko lažji. Izpiti so prav tako v španščini, opravljanje izpitov v angleščini ni mogoče.

PROSTI ČAS

Las Palmas ponuja veliko možnosti za preživljanje prostega časa. Med študenti najbolj popularno je preživljanje popoldneva na plaži, ob raznih športnih aktivnostih ali druženju. Erasmus izmenjava v Las Palmas je tudi enkratna priložnost za učenje surfanja. Samo mesto leži ob 4 km dolgi plaži Las Canteras ob kateri je veliko različnih trgovin in šol surfanja. Ponujajo zelo ugodne tečaje za študente ali pa mesečne izposoje opreme. Ob vikendi je priljubljeno raziskovanje preostalega dela otoka Gran Canaria, ki je pravi kontinent v malem, kot pravijo domačini. Več kot 2000 m visoke gore, samotne plaže, barvite vasice in peščene sipine, vse to lahko najdemo na tem malem otoku. Prav tako pa je Erasmus izmenjava na enem od Kanarskih otoku priložnost za obisk drugih, saj imaš kot Erasmus študent možnost 75% popusta na lete med otoki, ki velja za prebivalce teh otokov.

Tudi nočnih zabav ne manjka. Vsak četrtek je v starem delu mesta tapas night z prigrizki in pijačo po nizkih cenah. Razni klubi po mestu redno organizirajo zabave za Erasmus študente in tako poskrbijo, da nikoli ni dolgčas. Prav tako smo veliko večerov preživljali v druženju v stanovanjih, kjer so bile organizirane manjše in večje zabave.

STROŠKI

Stanovanje – 250/mesec

Mesečni tečaj surfanja (3 krat na teden) – 73/mesec

Mesečna izposoja opreme v surf trgovini – 40/mesec

Cene v trgovinah – podobne kot pri nas, alkohol precej ceneje

Cene v restavracijah – podone kot pri nas, vendar ni bonov

Letalska karta – nova linija Benetke-Gran Canaria, povratne od 100 evrov dalje

Mesečna vozovnica za mestni avtobus – 30 evrov

Welcome week – 70 evrov

Intenzivni tečaj španščine – 150 evrov

PO IZMENJAVI

Kot sem že omenila, moram doma opraviti še izpit iz Maksilofacialne kirurgije, ki mi ga niso priznali. Prav tako sem se odločila opravljati izpit iz sečil doma, saj je ta predmet najtežji predmet

na fakulteti v Las Palmas in ga večini študentov uspe narediti šele ob koncu študija. Preostale predmete 5. letnika bom opravila v drugem semestru in tako uspešno zaključila študijski leto. Za več informacij me lahko kontaktiraš na mail barbara.volaric04@gmail.com.

55. ŠPANIJA – Univerza v Granadi

V študijskem letu 2017/18 sem bila na polletni izmenjavi na Univerzi v Granadi v zimskem semestru. Čeprav sem najprej želela tam ostati celo leto, sem se od prijavi odločila skrajšati trajanje izmenjave, saj ima tamkajšnja fakulteta pravila, da lahko na semester skupno opravljaš le 10 tednov vaj. Ker se večina predmetov, ki sem jih potrebovala za 5. letnik pri nas, tam izvaja v prvem semestru, bi morala imeti več kot 10 tednov vaj, česar pa ne dovolijo. Za tiste ki bi radi opravljali samo vaje, pa opozorim, da tega ne pustijo. Tudi večkrat so opozorili, da ne bojo izdali nobenih potrdil o opravljenih vajah in da je nujno opravljati končni izpit. Tudi ne dovolijo opravljati samo dela predmeta.

Dobro je že pred odhodom znati vsaj osnovno španščino, saj vsa predavanja, vaje in tudi urejanje dokumentov poteka v španščini. Poleg mene je bilo na izmenjavi okrog 80 tujih študentov. Vsaj polovico so predstavljali Italijani, veliko je bilo tudi Nemcev in Francozov. Tako dijaki kot profesorji so vajeni tujih študentov in radi pomagajo. Univerza ponuja tečaj španščine, ki pa je plačljiv (okrog 450-500 eurov za 60 ur).

Vsa komunikacija poteka preko whatsapp (tudi s koordinatorji Erasmus izmenjave).

Sama sem si poiskala namestitev že pred odhodom. Večina študentov poišče privatno namestitev v deljenem stanovanju. Obstaja več facebook strani (npr.: Pisos en Granada), kjer ponujajo stanovanja. Vendar pa večina išče sstanovalca za celo leto in je težko najti sobo le za en semester. Cene za sobo niso zelo drage, da se dobit sobo že za 170 eurov z vključenimi stroški. Sama sem sobo rezervirala preko strani RoomGranada. Priporočam tudi včlanitev v Erasmus skupine na Facebooku.

Mesto Granada je zelo prijetno, toplo in sončno. V mestu je ogromno tujih študentov, organizirajo različne dogodke, tako da se za vsakega kaj najde. Za uporabo mestnega prometa si je potrebno narediti mesečno vozovnico, ki stane okrog 35€ in omogoča uporabo metroja in avtobusa. Vendar pa je mesto majhno in se navadno povsod lahko pride peš. Od letos se da se tudi sposoditi kolo (kot BicikeLj). Cene v trgovini in restavracijah so podobne našim. Na faksu je tudi menza (3,5 eura za kosilo).

Šestega septembra smo začeli uvodni teden na univerzi, pouk pa se je začel 13.9. Tudi vpisali so nas že takoj naslednji dan.

V Granadi sem opravljala predmete 5. letnika (Izbirni predmet, Oftalmologija, ORL, Obtočila, Ginekologija). Predmeti so sestavljeni iz predavanj, vaj in seminarjev. Prisotnost na vajah in seminarjih je obvezna, na predavanjih pa ne, vendar pa ima Univerza pravilo, da vsaj 30% končne ocene pridobiš z drugim delom in ne le s končnim izpitom. Teh 30% lahko predstavljajo pisanje različnih seminarskih nalog, lahko pa tudi delo pri pouku in predavanjih (npr. kardiologi radi dajejo kratke, nenapovedane »izpite« na začetku ure, s katerimi zbiraš točke). Veliko je »domačih nalog« in pri večini predmetov je potrebno pisati krajše seminarske naloge. Čeprav vaje so, je večji poudarek na teoriji. Večina predmetov ima pisni in pa praktični ali pa ustni del izpita.

Ker so pred kratkim odprli novo fakulteto in bolnišnico, je povsod kar precej zmede in tudi organizacija je precej slaba. Pogosto se zgodi, da navodila za naslednji dan izveš šele okrog polnoči in pa profesorji ne vejo, kam bi dali študente in zato odpadajo vaje in seminarji, kar pa je potem potrebno nadomeščati. Tudi pri organizaciji izpitov je letos prišlo do nevšečnosti, saj so nam erazmovcem razpisali 2 izpita na isti dan ob isti uri. Čeprav so nam kasneje omogočili opravljanje izrednega ustnega izpita dan prej, je bilo potrebno kar precej pogajanj. Izpiti so kar zahtevni, predvsem Ginekologija. Na fakulteti nimajo nekega določenega pravila za ocenjevanje in procente za ocene prilagajajo iz izpita v izpit, tako da se nikoli ne ve, kakšno končno oceno boš dobil. V

kopirnici na fakulteti je mogoče kupiti zapiske predavanj prejšnjih let. Pouk se vsak dan začne ob 8h.

56. ŠPANIJA – Avtonomna univerza v Madridu (Jan Romih)

Svojo izmenjavo sem opravljal v Madridu, glavnem mestu Španije s približno tremi milijoni prebivalcev. V Madridu so 3 javne medicinske fakultete. Jaz sem bil na Autonoma de Madrid. Izmenjava se je pričela v začetku septembra 2017 in končala konec januarja 2018.

Eden od razlogov, da sem se odločil, da opravljam izmenjavo v Španiji, je bila želja po znanju novega jezika. Približno pol leto pred začetkom izmenjave sem se začel učiti španščino. Hodil sem na tečaje Šolt. Seveda na začetku to znanje, ki sem ga pridobil na tečaju, ni zadostovalo. Nekako po 3 mesecih pričetka izmenjave, pa sem že aktivno sodeloval v pogovorih s pacienti, prijatelji itd. Za učenje najbolj priporočam gledanje televizije (po možnosti s slovenskimi podnapisi) oz. kakršnokoli poslušanje. Dobra stran izmenjave na Autonoma de Madrid (UAM) je, da si v skupini pomešan z lokalnimi študenti in se tako lahko veliko hitreje učiš jezika.

Medicinska fakulteta ima svoje študente razdeljene v 4 bolnice. Te bolnice so na popolnoma različnih lokacijah po mestu. Ena izmed teh štirih je celo izven mesta (Pueta de Hierro - Majadahonda) in jo ne bi priporočal, kot vaša izbiro. Nekje v julijo dobite na mail vprašalnik, kje bi radi opravljali rotacije. Sam bi najbolj priporočal Fundacion Jimenez Diaz ali La Princesa, saj sta dokaj blizu centra. Tretja je pa La Paz, ki je pa sicer ena boljših bolnic v Španije, vendar je na samem obrobju, tako da ti vožnja z metrojem ne uide. Zraven te bolnice je tudi medicinska fakulteta oz. campus, kjer imajo vaje na predklinični stopnji in tudi mednarodna pisarna je tam.

Vse vaje in tudi vsa predavanja potekajo v bolnici v katero so te dodelili. Edino izbirni predmeti potekajo na campusu (La Paz) v sredah od štirih do šetih popoldan. V šestem letniku pa ni predavanj, ampak samo klinične vaje. Vsak sklop v 6.letniku traja en mesec. Jaz sem opravil vse vaje za 6.letnik in pa še en mesec otorinolaringologije. Vse informacije, kje boste opravljali posamezne predmete dobite en mesec pred izmenjavo. V 6.letniku ni nujno, da boste vse vaje opravljali v eni bolnici, ampak vas bojo dali za kakšne vaje v drugo. Za družinsko medicino je pa spet popolnoma drugače, saj delate vaje v zdravstvenem domu, ki pa jih je zelo veliko v Madridu. Za to pa se je treba zmeniti posebno z glavnim koordinatorjem za družinsko medicino.

Vaje iz interne sem delal en mesec na IPP (urgenci) in en mesec na gastroenterologiji. Vaje na urgenci so zelo zahtevne. Začnejo se ob osmih in trajajo do treh popoldan. Tako narediš eno izmeno z mentorjem, ki so ti ga dodelili tisti dan. Znanje španščine je na teh vaje še najbolj pomembno, saj je delo s pacienti intenzivno in seveda tudi odgovorno. Sam bi rekel najmanj nivo B2. Moram pa reči, da so bile to najbolj koristne vaje. Vaje na gastroenterologiji pa so bolj umirjene in potekajo na oddelku. Zjutraj je vizita, nato pa pregled terapije naročanje na preiskave itd.

Vaje iz družinske medicine pa sem opravil v enem izmed zdravstvenih domov. Tu si ves čas z mentorjem/mentorico v ambulantni. Jaz sem bil z zdravnico, ki je bila zelo dobra pedagoginja in sem tudi tu veliko odnesel od vaj. Tudi naspoločno so zdravniki oz.mentorji s katerimi sem bil na vajah večinoma zelo vredni. Mogoče še najmanj na kirurgiji. Bil sem na travmatologiji v bolnici La Paz. Vendar sem imel večkrat občutek, da ne vedo kaj točno bi počeli z mano. Tako sem večinoma samo asistiral pri operacijah.

Nastanitev si mora študent najti sam, kajti univerza ne ponuja nekih študentskih domov, kot jih imamo npr. v Ljubljani. Jaz sem iskal sobo preko interneta. Strani je več, vendar najbolj uporabna je idealista.com. Soba večina erasmus študentov išče blizu ali v centru. Cena je temu primerno višja (od 400 evrov naprej), zato sem jaz iskal bolj v bližini bolnice v katero sem hodil (Fundacion Jimenez Diaz), da bi se izognil jutranji vožnji z metrojem. Vendar je bila ta skrb odveč, saj je vožnja z metrojem izredno hitra in se pride iz enega konca na drug konec mesta v roku 40 min, kar je malo za tako veliko mesto. Tako bi priporočal iskanje stanovanja v bližini metro postaje, ki pelja do bolnice, kjer boste opravljali vaje. Najemnina je od 250 evrov za sobo navzgor. Ja, Madrid je kar

drag, kar se nastanitve tiče. Priporočam pa, da z ogledi pričnete čim prej, ker v septembru je že večina stanovanj oddanih.

Študentskih bonov v Španiji ne poznajo, zato sem si večinoma kuhal sam. V supermarketih je cena hrane približno enako kot v Ljubljani. V vsaki bolnici je tudi menza, vendar je kosilo okoli 6 evrov. Je pa hrana zelo okusna.

Za kakršnekoli dodatne informacije sem na volja na: jan_romih@hotmail.com

57. ŠPANIJA – Medicinska fakulteta Univerze v La Laguna (Maja Trampuš)

Drugi del 6. letnika sem opravljala na Tenerifu. Dogovarjanje za izmenjavo je bilo malo problematično, saj so na tamkajšnji fakulteti ravno menjali koordinatorja in je bilo vse skupaj malo zmedeno. Tako sem na izmenjavo odšla precej negotova, kaj od predvidenega plana (vaje iz interne medicine in iz kirurgije) bom lahko opravila. Kasneje se je izkazalo, da je skrb odveč. S pomočjo Erasmus buddy-ja, nekaj prijaznih tajnic in enega prijaznega koordinatorja (prijazni so dobesedno VSI) se je vse razpletlo v redu.

Vaje sem opravljala v Hospital Universitario de Canarias, ki me je zelo pozitivno presenetila. Bolnica je sestavljena iz starejšega in novejšega dela, čista, moderna in pacientu prijazna. Mentorji so večinoma izredno prijazni, navajeni dela s študenti. Radi razlagajo in so potrpežljivi tudi, če se zelo lomiš s španščino. Odnos, ki ga imajo tamkajšnji zdravniki do pacientov in obratno je zelo prijazen in precej navdihujoč.

Začela sem z vajami interne medicine, izbrala sem oddelek gastroenterologije. Nad vajami nisem bila najbolj navdušena, saj niso bile tako aktivne kot bi lahko bile. Verjetno si tudi nisem izbrala najboljšega oddelka, kolegi na drugih so bili bolj zadovoljni. Res je tudi, da mi je prvih nekaj tednov španščina povzročala veliko težav, saj govorijo zelo hitro, ampak sem se potem navadila. Kakorkoli, mentorji so bili prijazni in so mi veliko razlagali. Bolj všeč mi je bilo pet dežurstev na urgenci, ki smo jih morali študentje opraviti v sklopu interne, saj je bilo tam bolj dinamično.

Veliko bolj zadovoljna sem bila z vajami iz kirurgije, tu sem imela tudi veliko več sreče z izbiro oddelka – travmatologije. Glavni mentor študentov na travmatologiji je precej navdušen nad Erasmus izmenjavami in zelo motiviran. Z njim sem se tudi brez problema dogovorila, da vaje za dva tedna podaljšam. Vsak dan sem si lahko izbrala, ali grem v operacijski blok, malo operacijsko ali v ambulanto. Večinoma sem izbrala operacije in skoraj vedno sem lahko asistirala. Operacije so bile raznolike, osebje večinoma zelo prijazno, mentorji ti pustijo šivati,.. V sklopu predmeta kirurgija smo imeli tudi tečaj šivanja, seminarje, dan v ambulanti medicinske sestre, ki ima čez oskrbo ran in pa tri dežurstva.

Na Tenerife sem šla iz Benetk, dvakrat na teden so direktni leti, sicer pa čez Madrid in Barcelono. Prva dva dni sem živela v hostlu in šla na par ogledov stanovanj. Stanovanje sem iskala že prej, preko spletne strani <https://www.milanuncios.es/>. Najemnine so v povprečju nekje med 200 in 300€. Odločila sem se za stanovanje malo bolj južno od La Lagune, bližje bolnice. Do mesta sem rabila približno 10 minut z avtobusom, to je malo minus. Je pa fino, ker je par stopinj topleje kot v La Laguni, bolj sončno, pa tudi malo ceneje. La Laguna je zelo luštkano mesto, ampak je zabasana med hribi in velikokrat dežuje in zebe.

Na univerzi imajo organizirane tečaje španščine za tujce po vrednosti ceni, pa veliko različnih športnih tečajev. Otok je izvrsten za pohode, veliko se srfa, imajo tudi nekaj lepih plezališč. Narava je prav dramatično gusarska; špičasta, strma in zelena. Veliko je južno ameriške kulture, tudi jezik je bolj južno ameriški kot španski. Hrana je dobra, ljudje super prijazni, destinacijo vsekakor priporočam.

58. ŠPANIJA – Medicinska fakulteta Univerze v La Laguna (Kenda Nina)

Erasmus izmenjavo sem preživela na Kanarskih orokih, otok Tenerife, ker sem od septembra 2017 do marca 2018 obiskovala Universidad de la Laguna, v mestu Santa Cruz.

Španijo sem izbrala v želji, da bi izboljšala znanje španščine. Otok, pa sem si izbrala zaradi želje po izkušnji življenja ob valovih, sredi oceana, obdana s tropskim sadjem.

PRIHOD IN NASTANITEV

Na otok sem priletela nekaj dni pred pričetkom obveznosti na fakulteti in sicer na severno letališče, ki se nahaja v mestu La Laguna. Letela sem iz letališča Marco Polo, Venice preko Madrida z agencijo Iberija. Sicer obstajajo tudi cenejše opcije Treviso - Tenerife South, z Ryanairom. Nastanitve si nisem urejala vnaprej, preko airbnb-ja sem si za štiri dni najela studio in upala, da v tem času najdem kaj primerne zase in svojega mucka, kateri je odšel na izmenjavo z menoj. Kmalu sem ugotovila, da bi iskanje stanovanja prava zabava. Moja odločitev je bila bivati čim bližje oceanu, s pogledom nanj. Dom sem iskala v manjšem kraju/vasici imenovani Bajamar, katera je od univerze in bolnice odmaknjena 18km. Cene sobe in manjših stanovanj so se gibale okrog 350- 550 eur, nekaj manj izbire sem imela tudi zaradi svoje živali. Preden sam našla svoje zavetje sem se še nekajkrat preselila. Za najbolj plodno, se je izkazalo iskanje prebivališča preko spoznavanja ljudi in spraševanja po ulicah. Najela sem sobo z lastno kopalnico v hiši na klifu, z ogromnim zelenim vrtom, bazenom, lastnim balkonom, pogledom na ocean - raj na zemlji, za katero sem odštevala 400 eur na mesec. Na otoku si je potrebno urediti rezidenco, to si urediš na podlagi pogodbe o najemu stanovanja in statusa študenta, na mestnem uradu in policiji. Z urejenjem imaš lahko nekaj težav, a je pridobitev številke NIE oziroma rezidence obvezna. Kasneje ti omogoča veliko ugodnosti (velike popuste pri javnih prevozih, bistveno cenejše karte za trajekte, cenejše letalske karte znotraj Španije...)

ŠTUDIJ

Način študija se na Kanarskih otokih se precej razlikuje od našega; v prvi vrsti imajo veliko manj teoretičnih predavanj in veliko več kliničnega dela. Šesti letnik, katerega sem jaz delno opravljala tam je sestavljen izključno iz praktičnega, kliničnega dela.

Slednje poteka v obliki stažev vsako dopoldne na izbranem oddelku, kjer dva študenta ostane cca.šest tednov in en teden je opcijski. Moj plan je bil opraviti praktični del Kirurgije in Interne medicine ter en izbirni predmet – Medicina športa. Praktično delo se razlikuje od oddelka do oddelka, navadno pa zajema anamnezo in status (samostojno ali v paru), spremljanje pacientov, veliko pa je tudi opazovanja vizit ter dela v ambulanti ali operacij v operacijskem bloku, kjer se je možno dogovoriti tudi za asistiranje. Vsak teden je bilo priporočljivo opraviti eno dežurstvo, ni pa bilo obvezno. Na oddelkih so zdravniki tedensko organizirali pouk v seminarski obliki, kjer smo se navadno ukvarjali z različnimi kliničnimi primeri pacientov. Potrebno je bilo predstaviti tudi klinični primer dveh bolnikov in teoretične osnove dotične patologije. Po koncu “staža” smo opravljali izpit na obeh oddelkih, pisni del je potekal v esejski obliki, na pacientu iz oddelka si opravil anamnezo in status ter sledil je ustni izpit. V splošnem je kvaliteta stažev zelo odvisna od mentorja, Moja izkušnja je noro pozitivna, vzamejo si veliko časa za študente in dnevno predstavljajo tako teorije kot tudi praktične veščine. Sam kontakt in odnos mentor-študent ni primerljiv z mojimi izkušnjami na UKCju. Odnosi so velikotesnejši, bolj spoštljivi, odprti in prijateljski. Tako na fakulteti kot v bolnišnici je vsa komunikacija potekala v španščini. Splošen vtis, predvsem pozitiven in sproščen.

MESTO IN DRUŽABNI PROGRAM

Kot sem navedla že zgoraj, nisem živela v La Laguni (kjer navadno prebivajo študentje). La Laguna je sicer malo, prečudovito, historično mestece. Lepo obvladljivo peš, z veliko kulturnega programa in mešanim vremenom. Sam otok ponuja izredno različno klimo, saj je znan po mikroklimah, tako da lahko vsak dan doživš več popolnoma različnih okolij. Te mikroklime, ustvarjajo tudi “mikro floro in favno” tako da ljubiteljem narave definitivno ni dolgčas. V času moje izmenjave je ocean kar precej živahen in tako severni del otoka kot južni, ponujata veliko zabave - wave in wind surfing. Bajamar - kjer sem bivala je lociran na severozahodnem delu otoka, kjer je veliko wave surf spotov. O družabnem programu, z izjemo manjših alternativnih koncertov po otoku in strehah starih hišic v La Laguni ne moram govoriti. Ravno tako mi ni znan Erasmus program. Bi pa rekla, da glede na ogromno število študentov Univerze La Laguna zna biti kar pestro. Je pa definitivno prostor za

advanturiste in raziskovalce. Otok s tremi različnimi gorovji, skrivnimi plažami, naravnimi bazeni, odmaknjenimi hribovskimi vasičkami ponuja velikomožnosti.

STROŠKI

Samo življenje, z izjemo najema stanovanje je izredno poceni. Tako hrana na tržnicah in trgovinah, kot hrana v restavracijah, je cenješa kor v Sloveniji.

Kot sem že napisala, se povprečne cene najema sobe v stanovanju gibljejo nekje med 250 in 500 evri na mesec. Študentska mesečna vozovnica za javni promet (vključuje avtobuse in tramvaj, po celotnem otoku) stane 30 evrov, avtobusna vozovnica v večino okoliških krajev stane 1,20 evra. Sicer za vožnjo po otoku predlagam najem avta, cena varira glede na organizacijo. Jaz imam najboljše izkušnje z najemom pri Cicar - cena cca. 30 eur/dan, ta se zniža, če avto najameš za več dni. Ravno tako je cena goriva bistveno nižja kot v Sloveniji - 90 centov/L.

VTISI

Izredno sem vesela za to odločitev. Izzbrala sem si najboj primeren kraj zase in celotna izkušnja lahko rečem da je nora. Jaz sem se zaljubila v otok, v te odprte, srčne ljudi, njihovo način izražanja, vse te dotike, sončno in toplo zimo, sveže tropsko sadnje, svežo zelednavo tekem zime, vonj oceana, mikroklima, majhnost otoka. Seveda imam tudi nekaj neprijetnih izkušenj, ampak kje jih pa tekem pol leta življenja ne doživimo. Sama izkušnja študija je ravno tako samo pozitivna, predvsem pa sem prepričana da lahko večji del tega pripišem ljudem in njihovem odnosu, sicer sama organizacija študija in izpeljava npr. teotetičnih delov, zna biti tipično "Španska" (zelo klasično je da stvar odpade brez obvestila, se prestavi, zamudijo..)

Super!

59. ŠPANIJA – Medicinska fakulteta Univerze v La Laguna (Sara Meden)

V študijskem letu 2017/2018 sem odšla na 10-mesečno izmenjavo v San Cristóbal de La Laguna na Tenerifu, kjer sem opravljala predmete 5. letnika. Na otok sem prispela že 24. avgusta, saj sem se že pred pričetkom študijskega leta priključila košarkarskemu klubu, za katerega sem tudi igrala. Dovolj pa je, če prideš kakšen teden prej, saj je potrebno urediti dokumente na policiji, davčni upravi in v Erasmus pisarni (včasih zahtevajo, da v pisarni prosiš za termin en dan prej).

Zaradi čakalne vrste je bolje priti že ob 9h, takoj ko odprejo. Vse informacije glede dokumentov dobiš po e-mailu. Pred pričetkom študijskega leta prejmeš na tvoj e-mail naslov sporočilo, v katerem se lahko prijaviš na t.i. Incoming buddy programe, kjer ti dodelijo tutorja študenta, ki ti pomaga, če karkoli potrebuješ. S pomočjo moje tutorke sem predvsem lažje skombinirala urnik vaj (potrebno je uskladiti vaje predmetov tamkajšnjega 4. in 5. letnika s koordinatorjema) in dobila veliko informacij o posameznih predmetih in izpitih. S poukom smo pričeli 11. septembra. Prvi teden so samo predstavitve predmetov, drugi teden začneš z vajami. Ponavadi vaje potekajo do 11h ali 12h, predavanja pa od 13h do 15h.

Vaje so obvezne, predavanja pa ne. Večina predavanj je zelo zanimivih, profesorji se zelo potrudijo, se pa nekateri predmeti časovno prekrivajo.

Vsako uro 2 študenta zapisujeta spredavano snov (Erasmus študentje smo tega oproščeni), ki jo nato naložita v google drive. Dostop do zapiskov (comisiones) dobiš prek predstavnikov letnika (delegados).

Pomembno je, da si na začetku leta pridobiš dostop do WhatsApp skupin (v mojem primeru 4. in 5. letnika), kjer se razrešujejo vsi problemi, veliko informacij dobiš tam.

Vaje potekajo v 2 bolnišnicah (HUC- Hospital Universitario de Canarias in HUNSC- Hospital Universitario Nuestra Señora de Candelaria). Prva se nahaja zraven fakultete (do nje vozi tramvaj-postaja Hospital Universitario), druga pa 3 postaje naprej v smeri Santa Cruz (postaja Hospital La Candelaria).

Večina vaj je razdeljena na spremljanje zdravnika v ambulantni, sodelovanje pri operacijah, delo na oddelku in seminarje. Pri nekaterih predmetih moraš pisati dnevnik vaj in oddati eno do tri anamneze in statuse. Kvaliteta vaj je večinoma odvisna od zdravnika in tvoje samoiniciative.

V splošnem lahko vaje kar pohvalim, predvsem pri ginekologiji, kardiologiji, dihalih in sečilih so si zdravniki vzeli veliko časa za nas. Velika večina je bila zelo prijaznih in odprtih, kar je verjetno povezano tudi z njihovo kulturo.

Opravljal sem vse predmete 5. letnika razen Sodne medicine in Maksilofacialne kirurgije ter izbirni predmet Medicina de la Actividad Física y el Deporte.

Izpiti so večinoma sestavljeni iz snovi, ki je spredavana oz. iz zapiskov študentov, tako da je to tudi glavna literatura, iz Slovenije ni potrebno nositi ničesar. Nekateri so tipa multiple choice, pri drugih odgovarjaš s kratkimi odgovori, v obliki esejskih vprašanj (mikroteme) ali opisuješ fotografije.

Glavni javni prevoz po otoku je avtobus, ki mu Kanarci pravijo Guagua, od La Lagune do Santa Cruza pa vozi tramvaj. Za oboje je najbolje imeti Bono joven ali Bono universitario, ki ju lahko kupiš prek mobilne aplikacije Ten+movil. Časa za ogled Tenerifa in sosednjih otokov je veliko. Prebivalci Kanarskih otokov (to postaneš po tem, ko na policiji pridobiš NIE (Numero de Identidad de Extranjero)) imamo na vse lete na španski polotok in Kanarske otoke 50 % popusta. Prav tako imamo popust na nekatere vstopnine v muzeje, parke, tako da se kartico z NIE spleča imeti vedno pri sebi.

Študentska organizacija AEGEE organizira veliko Erasmus spoznavnih aktivnosti (druženje na plaži, obisk vodnega parka (Siam park), piknik (chuletada)...). Več informacij o tem dobiš na njihovi Facebook strani.

Sama sem se španskega jezika začela učiti 4 mesece pred odhodom na izmenjavo na individualnem tečaju (1x tedensko po 2 šolski uri). Zaradi njihove prijaznosti in sprejemanja s komuniciranjem nisem imela večjih problemov.

Španci so veseli, ko slišijo, da tujci govorijo njihov jezik. Za čimprejšnjo vključitev svetujem izogibanje angleščini, se pa njihovega jezika in narečja hitro privadiš. Meni je pomagalo predvsem to, da sem se veliko družila z domačini, predvsem s soigralkami in trenerji v košarkarskem klubu. Izmenjava mi je dala nov pogled na svet, naučila sem se španskega jezika, spoznala sem špansko oz. kanarsko kulturo, njihov zdravstveni sistem, pridobila veliko novih prijateljev, obiskala večino predelov otoka, zaradi potovanja na košarkarske tekme vsakih 14 dni pa tudi veliko krajev na španskem polotoku.

Vsem to izkušnjo vsekakor priporočam. Za dodatne informacije sem vam na voljo prek e-maila: sara.meden@gmail.com

60. ŠVEDSKA - Univerza v Göteborgu (Gorazd Jakoš)

V 6. Letniku (šolskem letu 2017/2018) sem v spomladanskem semestru (15.1.-4.6.) študiral na Univerzi v Göteborgu na Švedskem. Erasmus izmenjava je tipa NPHC (National Primary Healthcare) in je sestavljena predvsem iz raziskovanja na področju družinske medicine, ki traja od 3 mesecev do celega semestra (odvisno od dogovora). V preteklem letu je na švedski univerzi prišlo do sprememb v predmetniku; izmenjava je od nedavnega usmerjena bolj v raziskovalno dejavnost na področju družinske medicine in manj v praktično delo, ki je bilo bolj obsežno v preteklih letih. Omenjena sprememba me je presenetila, saj ni bila napovedana in sem pričakoval več praktičnega dela. Švedska univerza je bila v tem primeru le deloma prilagodljiva; izvajanje prakse so mi na koncu omogočili v manjšem obsegu. Vsakdo, ki se bo v prihodnosti odpravil na tako izmenjavo se torej odloča med 3 meseci (ki zadostujejo za raziskovalno delo) in celim semestrom, ki omogoča več prostega časa, a precej podaljša čas do konca študija, saj se v celem semestru na ta način lahko opravi le enega od večjih predmetov 6. letnika (Primarno zdravstveno varstvo). Ker je za pridobitev Erasmus štipendije za cel semester potrebno pridobiti več kot 20 ECTS, se je bilo s Katedro za družinsko medicino in asist. dr. Danico Rotar Pavlič potrebno dogovoriti, da se je 30 ECTS, ki sem jih pridobil na Švedskem, poleg Primarnega zdravstvenega varstva priznalo tudi kot izbirni predmet Raziskovanje v družinski medicini.

Na izmenjavi sem pridobil veliko znanja in izkušenj na raziskovalnem področju, ki je po mojem mnenju koristno v vseh vejah medicine. Mentor Bledar Daka Ph.D. študente individualno vodi skozi izbiro področja raziskovanja, statistično analizo v programu SPSS, zagovor končnega dela in eventuelno objavo članka. Raziskovanje je sestavljeno iz tedenskih srečanj z mentorjem, na katerih študent razpravlja o poteku raziskovanja, mentor pa ga pri tem usmerja. Univerza ima obsežno bazo podatkov o preiskovancih, ki so osnova za raziskave predvsem na področju srčnožilnih obolenj in sladkorne bolezni. Na podlagi teh podatkov študent postavi hipotezo, izvede statistično analizo v SPSS in izdela »magistrsko« nalogo, katere izsledke na koncu predstavi zaposlenim na oddelku. V pogovoru z mentorjem sem uporabljal angleščino, v pogovoru s pacienti na vajah pa je koristno znanje švedščine, saj večina pacientov ne uporablja angleščine. Univerza v Göteborgu organizira brezplačne tečaje švedskega jezika v skupinah z različnim predznanjem. Vsekakor je potrebno spremljati spletno stran univerze in se prijaviti takoj ob začetku semestra, saj so mesta omejena in se hitro zapolnjejo. Akademija ima tudi mednarodni komite »Intet«, ki ga sestavljajo švedski študenti, ki organizirajo več dogodkov, namenjenih spoznavanju med študenti na izmenjavi. Če kdo ob prihodu potrebuje pomoč, lahko kontaktira katerega izmed študentov iz omenjene skupine, ki namesto njega pred prihodom npr. pridobi ključe stanovanja ipd. Sicer pa je za vse informacije študijske narave dosegljiva mednarodna koordinatorica Evelina Nyström iz Univerze v Göteborgu.

Pri iskanju namestitve je potrebno spremljanje spletne strani Univerze v Göteborgu za objavo razpisa za študentska stanovanja. Večina sob za študente spada v sklop študentskih stanovanj SGS Studentbostäder in predstavljajo po mojem mnenju najugodnejšo možnost za študente (370-500 eur za enosobno stanovanje z deljeno kuhinjo, stroški so vključeni v ceno). Najemnine pri zasebnikih so bistveno dražje. Življenjski stroški so v povprečju višji kot v Sloveniji; cene nekaterih živil v trgovinah so sicer le nekoliko višje, medtem ko so cene obrokov v restavracijah bistveno višje. Erasmus štipendija mesečno znaša približno 450 eur + 70 eur iz sredstev Javnega sklada, kar je v mojem primeru zadostovalo za pokritje najemnine s stroški. Preostali stroški so mesečno v povprečju znašali 200-300 evrov.

Mesto Göteborg je sicer drugo največje mesto Švedske in dom mnogim študentom, saj sta v mestu dve univerzi: Univerza v Göteborgu in Chalmers. V prostem času je možno z avtobusom/vlakom v manj 4h ugodno potovati v Stockholm, Oslo ali Malmö. Obstaja tudi več podjetij, ki za študente organizirajo potovanja na Laponsko, norveške Fjorde, Helsinke, baltske države in Sankt Peterburg, ki so izvedljiva, saj je na Švedskem veliko dela prostih dni. Izmenjava je odlična priložnost za pridobivanje znanja s področja raziskovanja, kar v tolikšni meri na UL MF zgoj z opravljanjem predmetov iz predmetnika ni možno. Obenem pomeni priložnost dela z mednarodnim osebjem in priložnost za druženje s študenti z drugih držav Evrope in sveta. Edina pomankljivost je bil nesporazum glede praktičnih vaj, ki pa se v prihodnjih izmenjavah verjetno ne bo ponovil, saj naj bi Univerza v Göteborgu bolj jasno navedla vsebino predmetnika.

61. TURČIJA - Univerza Yeditepe, Istanbul (Živa Macura)

Prijava

Na izmenjavo sem se odpravila v drugem semestru 5.letnika. Dobila sem jo v naknadnem (jesenskem) razpisu preostalih mest, saj sem prvega zamudila, vendar je bil vseeno nabor destinacij zelo pester. Za Istanbul in Yeditepe sem se odločila, ker sem želela oditi v južno Evropo, Istanbul pa mi je tako omogočil spoznati popolnoma drugačno kulturo, življenje v velemestu in zraven opraviti vse obveznosti, saj se njihov predmetnik in urnik skoraj popolnoma ujema z našim.

Gostujoča univerza in fakulteta nista zahtevali nič prazvaprov, komunikacija je potekala predvsem na mojo pobudo. Ker je univerza zasnovana na principih Atatürka, je zelo zahodno in mednarodno usmerjena in pouk naj bi z izpiti vred potekal v angleščini. Tako sem na njihovi spletni strani našla urnike in si sama sestavila željen raspored opravljanja predmetov, doma uredila priznavanje z

našimi profesorji in learning agreement, o tem obvestila Turke, ki pa so to vse potrdili in mi poslali vse zahtevane dokumente za finalizacijo prvega dela.

Vseskozi sem komunicirala z dvema oseba: univerzitetno koordinatorico Didem Yenigelen in fakultetno koordinatorico Ozlem Tanriover.

Nastanitev

Nastanitev sem si poiskala sama preko Facebook skupin, ki ponujajo nastanitve Erasmus študentom. Živela sem pri 29-letni puncu, redno zaposleni ekonomistki, s katero sva se super ujeli. Obstaja tudi možnost bivanja v študentskem domu v ogromnem univerzitetnem kampusu, a se zanjo nisem odločila zaradi relativno visoke cene najemnine, za katero pa ne dobiš svoje sobe ali normalne skupne kuhinje, pa tudi pravila študentskega doma glede izhodov in socialnega življenja so zelo stroga.

Pri iskanju nastanitve je potrebno imeti v mislih predvsem lokacijo in pa dejstvo, da ni običajno živeti v po spolu mešanih stanovanjih. Istanbul je velemesto z več kot kaotičnim prometom, zato je po mojem mnenju nujno poiskati si stanovanje v bližini bolnice, kjer opravljaš večino pouka. Jaz sem z vsem skupaj imela veliko srečo, saj sem poleg super cimre in mirnega stanovanja za nemoteno študiranje pred izpiti dobila tudi krasno lokacijo na območju Kadikoy-Goztepe, od koder sem imela do bolnice 20min z avtobusom.

Študij

Tja sem prišla takoj po novem letu – moj let v Istanbul je bil 1.1.2018 ob 11h dopoldne. Z vajami sem začela 2.1. zjutraj, saj sem tam želela opraviti še 6 tednov vaj iz pediatrije in tako imeti priznane obveznosti za obe naši pediatriji. Po pediatriji sem tam opravljala še kardiologijo, ginekologijo, oftalmologijo in izbirni predmet. Njihov urnik je zelo podoben našemu, saj nimajo semestrov, ampak en predmet za drugim. Da sem sestavila moj urnik, sem kombinirala predmete iz njihovega 4. in 5. letnika. Pri vseh predmetih je zadnji dan izvajanja izpit. Izpiti so pisni in ustni, včasih pa tudi praktični. Vsi izpiti so mi bili doma tudi priznani.

Nasploh na to fakulteto prihaja malo Erasmus medicincev, posebej na študijsko izmenjavo, zato še nimajo popolnoma izdelanega načrta kako in kam s tujci. Ko sem prišla tja, sem ugotovila, da so predavanja pravzaprav v turščini (le ppt je v angleščini) in da le redki zdravniki govorijo angleško, čeprav mi je bilo prej obljubljeno drugače. In ker sem bila edina Erasmus medicinka ta semester, smo se dogovorili za nekoliko prilagojen urnik. Dopoldneve sem preživljala v bolnici z mentorjem, ki je govoril angleško, popoldanskih predavanj pa se nisem udeleževala, ampak so mi domači študentje poslali angleške ppt-je. Izpiti so bili res v angleščini, snov sem se pač naučila sama.

Yeditepe je privatna univerza, s privatno bolnico. To ima svoje pluse in minuse. Plusi so definitivno bolj umirjen delavnik, dobro urejeno in opremljeno delovno okolje, obvezen lunch break za celotno osebje in zastoj kosila za domače pripravnike in tuje študente. Minusi pa so predvsem iz stališča pestrosti pacientov, saj si dodatno zavarovanje za obisk te bolnišnice lahko privošči le malo ljudi in tako dobiš dosti enolično zbirko patologij.

Naj omenim, da je njihov 6.letnik pravzaprav leto pripravništva in pripravljanja na zaključni izpit za dodeljevanje specializacij, zato sem na oddelkih večinoma delala v paru z enim od pripravnikov, seveda pod direktnim nadzorom mentorja specialista.

Kakorkoli, moja prva rotacija je bila pediatrija. Profesorji niso želeli predavati v angleščini, zato sem se naučila sama iz ppt prezentacij. Mentor mi sprva ni bil dodeljen, a sem se potem kmalu povezala z neonatalnim specialistom dr. Mustafa Berberjem, ki me je naučil dosti o razvoju otroka in intenzivni negi. Izpit je bil kot naša Pediatrija 2 – praktični, pisni in ustni. Pisni je imel 85 vprašanj in pisalo se ga je 3h, saj so večinoma case reporti.

Za tem sem opravljala kardiologijo. Sistem je bil dosti podoben – niso želeli predavati angleško, ujela pa sem se z enim izmed specialistov (dr. Olcay Ozveren) in s pripravnico, tako da smo delali skupaj. Izpit pisni in ustni.

Sledila je ginekologija. Tudi tu enak režim, vendar sem zaradi dobrih izkušenj moje predhodnice prosila za mentorja dr. Gazi Yildirim, ki se je res izkazal za odlično izbiro. Je zelo iskan zdravnik in ima ogromno pacientk, tako da je delo z njim zares razgibano in urnik natrpan, kar mi je zelo

ustrezalo. Veliko ima tudi operacij in carskih rezov, kjer mi je dovolil ogromno asistirati, tako da sem dobila tudi veliko kirurških izkušenj. Na začetku vaj sem mu pokazala zahteve našega faksa, kar je vse sprejel in mi na koncu po opravljenem delu tudi vse podpisal in priznal. Izpit pisni, ustni in po zahtevah našega faksa tudi praktični, kar sva izvedla v njegovi ambulanti z rednimi pacientkami in sestro za asistenco.

Za tem sem opravljala oftalmologijo, ki pa se izvaja v njihovi specialistični očesni kliniki na drugem delu Istanbula, v Beşiktašu. Lokacijsko je bil to kar zabaven podvig, saj mi je pot z 2 avtobusoma in 1 ladjico preko Bosporja v tem naravnost kaotičnem mestu vzela 1,5h v eno smer. Pa vendar, tu so se profesorji odločili predavati angleško, tako da sem lahko sledila in se udeležila pouka kakor njihovi redni študentje. Izpit je bil pisni, ustni in praktični.

Moj zadnji predmet je bil izbirni. Izbrala sem pediatrično kirurgijo, a sem naknadno izvedela, da se izvaja v turščini, zato sem ga morala nujno zamenjati. Dobesedno na vrat na nos me je sprejela predstojnica anesteziologije, saj me je kolegica peljala do nje direktno v operacijsko, kjer sva se za sodelovanje zmenili v tistih 2 min čakanja, da mišični relaksant začne učinkovati. Izkazalo se je za dobro izbiro, saj so bili vsi anesteziologi zelo pripravljeni govoriti angleško in so me veliko naučili. Na tem mestu bi rada opozorila, da sem imela vseskozi veliko organizacijskih težav. Fakultetna koordinatorica Ozlem Tanriover mi je šele po prihodu (sredi januarja) povedala, da mi ne bo mogla izdati uradnega transcript of records, ampak da mi bo za vsak opravljen izpit izdala certifikat. To se kasneje tudi ni zgodilo, zato sem si certifikate pripravljala in nosila profesorjem v podpis sama. Koordinatorica me tudi kljub sprotnim prošnjam ni vnaprej napovedala pri mentorjih, tako da praktično zdravniki niso vedeli da prihaja mednarodni študent, večina jih tudi ne želi predavati angleško, na začetku vsake rotacije niso vedeli kaj jaz tu počnem in kaj naj oni počnejo z menoj, ipd. Zato sem se morala sama dogovarjati na dnevni bazi, pošiljati veliko e-mailov, dnevno usklajevati obveznosti in koordinirati vse skupaj, da sem opravila vse obveznosti. Tudi urnik se je dnevno spreminjal, zato je bilo potrebno biti zelo pripravljen na prilagajanje.

Prosti čas

Istanbul je vlemesto, ki nikoli ne spi. Ker sem živela v azijskem delu mesta, sem večino prostega časa preživela v Kadıkoy-u in Modı, kjer v morju manjših barvitih "hipsterskih" ulic vsak najde lokalček zase. Ker ne morem brez športa, sem se tudi vpisala v fitness. Tam je najbolj priljubljena in smešno poceni veriga fitnessov MacFit, ki res ponujajo vse.

Sicer pa je za ogledovanje mesta pametno izbrati vikend oz. prost dan, saj je promet res katastrofalen in ti samo prevažanje pravzaprav vzame pol dneva. Kot primer naj povem, da sem za 30 km od stanovanja do letališča s taksijem popoldne večkrat potrebovala med 1,5-2,5 h (pa me ni vozil "malo naokoli", ampak po gps navigaciji). Avtobusi večkrat vozijo drugače kot v voznem redu ali pa sploh ne vozijo, tudi proge se lahko dnevno malo "posodobijo" na željo šoferja. Ladjice za prečkanje Bosporja v megli ne vozijo, pojem "megla" pa se interpretira zelo subjektivno. Ob nogometnih tekmah Beşiktaša in Fenerja, pa sploh celo mesto stoji. Takrat tudi taksisti zavračajo prevoze, saj nihče noče stati v koloni več ur. Najbolje mi je mesto opisal eden izmed specializantov: "Istanbul is not a city. It is five cities merged together into a big mess... with terrible traffic." ☺ Zdi se, da so tam prometni znaki, semaforji in črte na tleh zgolj obcestni okras ali ideja za vožnjo, v praksi pa vozilo pelje tam, kjer je zmožno peljati. To vključuje tako travo, kot gradbišče, mestni park... In ja, na avtocesti se je dovoljeno obrniti v nasprotno smer in peljati vsem naproti, če le zraven dovolj trobiš.

Tako da je izlete in potovanja pametno planirati vnaprej in imeti plan A, B in C. Sicer pa je Istanbul neskončno področje za odkrivanje novih stvari.

Vredno je tudi potovati po Turčiji, obiskala sem recimo pokrajino Kapadokyo (Cappadocia), zmanjkalo mi je časa še za Pamukkale ali Antalya.

Sicer pa domači študentje organizirajo veliko dejavnosti in izletov za Erasmuse, a se večine nisem uspela udeležiti zaradi urnika faksa (vsi ostali študentje so bili na fakultetah z bolj ohlapnim urnikom).

Stroški

1 eur = 4 - 5 turških lir (odvisno od dneva)

Cene so v Istanbulu dosti nižje kot pri nas, če ravno ne zahajaš v najdražje predele. Z nekaj racionalnosti lahko hitro zminimaliziraš stroške.

Mesečna najemnina: 1000 TL (200eur)

Karta za javni prevoz (Istanbulkart, kot naša Urbana): cca. 125 TL (25eur) na mesec, napolniš glede na porabo *lahko dobiš delno subvencionirano študentsko karto, a za njo potrebuješ potrdilo iz univerze, ki sem ga kljub prošnjam dobila šele zadnji mesec... potem pa se mi ni izplačalo urejat na uradu (Coris) zavarovanje za tujino Residence permit: cca. 100 TL za celotni postopek, pazi na časovni rok in da so vsi papirji pravi!

Hrana: kosilo v bolnici, ostali stroški cca. 30 eur na mesec če kuhaš večinoma doma (računaj naše cene na pol) Fitnes: polletna karta (6 mesecev) 120 eur, neomejen vstop, vodene vadbe vključene

Izlet v Kapadokyo: povratna karta letalo 20 eur, nočitev v hotelu za 2 osebi z zajtrkom 35 eur

Letalo v Ljubljano: povratna karta 250 – 350 eur

Pomembno: za vse se barantaj! Če ne govoriš turško, pa s kalkulatorjem na telefonu. V trgovinah z oblekami, na tržnici, v taxiju,... Za taxi se že vnaprej dogovori za okvirno ceno prevoza, na internetu dobiš taxi calculator, lahko prosiš tudi da vključi taksimeter. Poizkušajo te obrat na vsakem vogalu, ampak ti tako hitro pride v kri, da se po prihodu domov samozavestno barantaš tudi sredi Cityparka.

Mnenje

Erasmus izmenjava je super izkušnja in bi jo najtopleje priporočila vsakemu.

Kar se tiče Istanbula in Yeditepe univerze, pa mislim, da je to za bolj avanturistične, iznajdljive in prilagodljive duše.

Velika razlika je že v kulturah, običajih, načinu življenja,... Istanbul je tudi velemesto z uradno populacijo 15 milijonov, neuradno pa nekje 20 milijonov. Prenaseljenost, neurejenost, kaotičnost se odražajo dnevno, moj mentor me je na jutro, ko sem zamujala v bolnico ker sta se dva voznika strela sredi ceste in ustavila ves promet za 20min, pozdravil z: "Welcome to Istanbul my darling, no rules apply here!" Kakorkoli se radi štejejo pod južno Evropo, so po mojem mnenju dosti bolj bližnji vzhod.

Na univerzi sami pa je potrebno dosti samoiniciative. Kaj kmalu prerasteš svojo zahodnjaško vljudnost in nevsiljivost, se narišeš ljudem na vrata da dobesedno "poguraš" stvari, ker drugače pač ne gre. Vse pohvale pa gredo univerzitetni koordinatorki Didem, ki res ažurno in "po zahodnjaško" ureja stvari, saj je študirala v ZDA. ☺ Nanjo se res lahko zaneseš.

Istanbul je bil meni osebno res dragocena izkušnja in je ne bi zamenjala, saj sem se naučila ogromno, v prvi vrsti o sebi. Ima svoje pluse in minuse in če potegnem črto pod vsem, mi je bil dragocena šola za življenje.

POROČILA - PRAKSA

1. AVSTRIJA – KABEG Klinikum v Celovcu (Polona Potočnik)

Od julija do septembra leta 2018 sem Erasmus+ prakso opravljala na KABEG Klinikum v Celovcu. To kliniko mi je priporočila kolegica, kjer je leto prej prav tako opravljala Erasmus+ prakso. Nekoliko pozno, šele v mesecu aprilu, sem se začela dogovarjati za prakso. Dobila sem zelo hiter odziv, zato je bilo mogoče, da sem julija začela prakso. Dogovorila sem se za 9 tednov. V Avstriji morajo študentje medicine del vaj v sklopu študija opraviti med počitnicami, zato nisem imela več velikih izbire oddelkov. Izbrala sem pulmološki oddelek (Lungenabteilung), naknadno sem se dogovorila za dva tedna dermatologijo (Abteilung für Dermatologie und Venerologie). Prakso sem opravljala kot »Famulant«, študentka. Za opravljanje prakse ne nudijo nobenega plačila, niti nastanitve, pripada pa ti kosilo in obleka, obutev si priskrbiš sam.

Nastanitve se najlažje najdejo na www.willhaben.at, načeloma tudi na oglaših deskah po kliniki, vsaj mesec ali dva pred prihodom. Do Celovca lahko najenostavneje prideš s prevozi (www.prevozi.org)

obstaja tudi linija avtobusnih prevozov Flixbus iz Ljubljane in Kranja ali z vlakom. Celovec je majhno mesto, z veliko urejenimi peš/kolesarskimi potmi, zato priporočam, da za po mestu uporabljate kolo ali skiro.

Prvi dan sem se zglasila na tajništvu klinike ob 7.45 uri. Oddala sem izpolnjene in podpisane obrazce, ki jih predhodno prejmeš po spletni pošti od tajnice (zahtevajo, da preveriš reaktivnost na HeB cepivo in število anti-HBs). Dobila sem priponko in zemljevid za orientacijo po kliniki, s katerim sem si pomagala do sobe za sosojo oblek nato do garderobe, kjer sem imela svojo omarico in nato do pljučnega oddelka. Tam se bila 7 tednov. Začnela sem 7.40 v sejni sobi, kjer smo imeli jutranji raport. Nato se je začelo delo na oddelku. Do prihoda specializantov in specialistov na oddelku, sem jemala kri, vstavljala venske kanile in pacientom pojasnjevala ter izpolnjevala dovoljenja za različno slikovno diagnostiko ali terapevtske posege. Nato sem sodelovala in pomagala pri jutranji viziti. Vsak dan je bilo tudi nekaj naročenih sprejemov, pri katerih sem naredila anamnezo in status. Sodelovala sem lahko pri vsem delu na oddelku. Opazovala sem plevralne punkcije, vstavljanje drenaže in bronhoskopije, pri katerih sem lahko kasneje tudi sama vodila bronhoskop. Domov sem odhajala med 13h in 16h. Ob sredah smo imeli od 13.30 do 14.30 predavanja za študente, ki so zajemala vsa področja medicine. Zadnja dva tedna sem bila na oddelku za dermatologijo. Tam sem začnela 7.30 z jutranjim raportom. Nato sem skupaj z sobno zdravnico po dveh oddelkih jemala kri in vstavljala venske kanile. Sodelovala sem pri jutranji viziti s specializantom, kasneje so se pridružili še nadzorni zdravniki. Na oddelku sem ostala za odstranjevanje šivov, čiščenje kroničnih ran in razjed, nato pa odšla v ambulante. Tam sem bolj opazovala raznolike primere pacientov in kožnih izpuščaje. Dvakrat sem odšla tudi v operacijsko dvorano, kjer sem lahko asistirala pri odstranjevanju melanomov in drenažnih bezgavk. Domov sem odhajala med 13.00 in 15.00. Počutila sem se dobro sprejeto. Tudi če ne govoriš dobro nemško, se potrudijo in ti komplicirane stvari razložijo v angleščini. Če dobro govoriš nemško, pa se lažje vključiš v dnevni potek na oddelku.

2. AVSTRIJA – KABEG Klinikum v Celovcu (Dominik Lanjšček)

Na dvomesečno prakso sem opravljal v svojem absolventskem letu. Prakso sem opravljal v glavnem mestu avstrijske Koroške in sicer v Celovcu. Delal sem na oddelku za ortopedijo in ortopedsko kirurgijo. Na tem oddelku sem že enkrat opravljal prakso, vendar je to bilo v lastni režiji in ni bilo prek ERASMUS+ programa.

V Celovcu sem bival v slovenskem mladinskem domu, ki je definitivno najcenejše bivanje v Celovcu (okrog 270€/mesec). Imel sem svojo sobo s kopalnico in WC-jem. Dom je bil oddaljen okrog 3 km od bolnišnice, pot sem opravljal s kolesom, ki sem si ga pripravil iz Slovenije z avtom. V bolnišnici sem delal od ponedeljka do petka od 7:00 do 14:00, torej 7 ur/dan, ob praznikih je bil dela prost dan. Naj še omenim, da je kosilo bilo zastonj (za vse študente seveda). Dan se je začel z jutranjim raportom, nato sem pa ponavadi asistirala pri operacijah. To je bil precejšnji del mojega dela – asistiranje, kar mi je zelo odgovarjalo. Nekaj "manjših" operacij (kot recimo odstranitev osteosintetskega materiala) sem lahko tudi sama opravil (pod nadzorom specialista seveda). Kar hitro sem ugotovil kateri specialist ali specializant ti pusti nekaj narediti in sem se pol tudi njih bolj držal.

Ko nisem asistirala, sem ponavadi bila v ambulanti in pomagala pregledovati bolnike, punktirati sklepe ali pa medicinski sestri pomagala pri odvzemu krvi, vstavitvi i.v. kanala,...

Če v ambulanti ni bilo preveč dela, sem šel na oddelku in tam pomagala sestram ali pa pomagala sobnemu zdravniku pri sprejemih.

Na splošno moram povedati, da so vsi zdravniki bili izjemno prijazni in ti tudi z veseljem odgovorili še na tako butasto vprašanje in ti tudi dodatno razložili stvari. Vse je potekalo seveda v nemškem jeziku, ki ga govorim že od petega leta in še certifikat C1 imam, zato z jezikom nisem imel težav.

V prostem času, ki sem ga zaradi kratkega delavnika imel veliko, sem se potepal okoli po Celovcu, kjer je marsikaj za videti. Jezero, ki je precej velika atrakcija mesta, nudi veliko kopalnih predelov

in je kar prijetna ohladitev v vročih poletnih mesecih. Zraven jezera je tudi Minimundus, ki je znan po miniaturnih modelov stavb iz celega sveta. Lepa razgledna točka je iz "Piramidenkugel", ki je na hribu pravtako zraven jezera. V samem mestu je pa veliko kavarn in barov, tako, da sprostitev po delu ne manjkajo. Ker sem bil v Celovcu ravno v času zorenja jagod (junij), sem enkrat šel tudi na polje nabirat jagode, ki jih nato stehajo in zaračunajo 2,5€/kg. Bile so res najboljše jagode kar sem jih kdaj jedel, pa še sam si jih nabiral, tako, da si res vedel kaj dobiš.

Naj zaključim, da je Celovec mesto z dobro lego ob jezeru in gorami v bližini, zato se vedno rad vračam v te kraje.

3. AVSTRIJA – Bolnišnica AKH, Dunaj (Edvard Rostohar)

Za izmenjavo na Dunaju sem se odločil zaradi bližine kraja in slovesa tamkajšnje bolnišnice Allgemeines Krankenhaus der Stadt Wien – AKH. Izkušnja je obogatila moje znanje na področju medicine in me naučila samodiscipline ter mi omogočila skovati nova poznanstva.

Biti del tako velike bolnišnice kot je AKH, je zagotovo posebna izkušnja. Moja je trajala 10 tednov in sicer sem 5 tednov vaj opravil na oddelku splošne kirurgije in preostalih 5 tednov na oddelku plastične in rekonstrukcijske kirurgije.

Razsežnost bolnišnice sem takoj opazil na oddelku, saj se izmenja ogromno različne patologije. V bolnišnico prihajajo namreč pacienti iz vseh koncev Evrope in biti del strokovnega tima, ki se bori s tako močno bolnimi pacienti, je velik izziv. Še dodaten izziv zame, je bil učenje nemščine. Pred pričetkom izmenjave sem se na medicinski fakulteti v Ljubljani udeležil medicinskega tečaja nemščine in tako obnovil srednješolsko znanje in razširil svoj besednjak. V AKH vse namreč poteka v nemškem jeziku in je tako znanje le-tega obvezno. Pacienta sem na oddelek sicer vedno sprejel skupaj s študentom, prav tako smo študentje na oddelku skupaj pisali odpustna pisma, vendar pa sem samostojno pripravil pacienta na načrtovan poseg ali z njimi vzpostavil dialog pri prevzemu krvi ali jutranji viziti ter bil v pomoč zdravnikom in na vprašanja dobil odgovore bogate z napotki, ki so mi pomagali k jasnejši klinični predstavi primerov in razširili moje znanje o posameznih diagnozah.

Pred opravljanjem kliničnih vaj v bolnišnici na Dunaju, sem opravil nekaj tednov vaj v Univerzitetnem kliničnem centru v Ljubljani in opazil razlike med organizacijo pri nas in delom v Avstriji. Razlik pa nisem opazil samo v strokovnem krogu med zdravniki, ampak tudi v administraciji in sami organizaciji dela. Zagotovo so takšna spoznanja koristna, saj je bistvena učinkovitost na delovnem mestu in sem s takšno primerjavo bolje spoznal katere moje prednosti kdaj uporabiti, da bi lahko pripomogel k višji učinkovitosti na oddelku. Sicer sem sam največ časa preživel v operacijskem bloku, sploh na oddelku splošne in abdominalne kirurgije, saj kirurgi potrebujejo študente za asistenco in so le-ti vedno dobrodošli. V primeru zanimive operacije sem se lahko že v naprej dogovoril da bom del ekipe, pa čeprav so bili asistenti že razpisani, sem bil v operacijski vedno dobrodošel in lahko vedno spremljal operacijo. Profesorji so prijazni in so med operacijo pripravljene razložiti in odgovoriti na vprašanja, tudi v angleščini. Na email sem prejel plan operacijskega bloka in se tako lahko pripravil na operacijo, ali pa že dan prej poiskal kirurga in si zagotovil mesto v operacijskem bloku.

V bolnišnici so mi tudi ponudili možnost sodelovanja pri ex-transplantaciji, saj je bolnišnica znana po visoki uspešnosti izvajanja transplantacij, sploh pljučnih. Tukaj je komunikacija enostavno stekla kar v skupinskem pogovoru na Whatsappu, katerega pa smo uporabljali tudi študentje na oddelku. Naj zaključim, da je veliko odvisno od samoiniciative, pa ni nikoli dolgčas. Dunaj je čudovito mesto in omogoča veliko raziskovanja. Že pred prihodom sem poznal nekaj študentov na tamkajšnji univerzi, ki so me dobro spoznali z mestom in s katerimi smo skupaj otvorili zdravniški ples v Hofburg palači ter podelili nepozabne trenutke med vikendi. Mesto ima veliko šarma in vesel sem, da sem lahko zavrtil v mestu umetnosti in se naužil dunajske kulture.

4. AVSTRIJA – Bolnišnica LKH, Gradec (Nataša Aleksovška)

V zimskem semestru 2017 sem v Gradcu opravljala 9 tedensko Erasmus praktično usposabljanje, od tega 5 tednov na oddelku za angiologijo in 4 tedne na oddelku za vaskularno kirurgijo.

Erasmus koordinatorka na njihovi Univerzi je zelo ažurno odgovarjala na maile, čeprav je na začetku bil problem prostor na interni medicini, smo potem dokončno dokumentacijo uredili v manj kot enem tednu. Vendar glede na to da je poleti imela kar dolg dopust, če greste na izmenjavo v zimskem semestru, priporočam da čim prej z njo uredite oddelke in trajanje izmenjave. Skoraj vse potrebne formalnosti sem po prihodu v njihovi pisarni uredila v enem dopoldnevu, ko dobiš dostop tudi do Medonlina, ki je podoben sistem našemu VISu.

Stanovanje sem začela iskati mesec dni pred odhodom. Sobo sem najdla preko spletne strani erasmusu.com. Cena sobe v stanovanju z drugimi študenti stane okrog 350-400 evrov. Za prevoz sem uporabljala spletno stran prevozi.org, saj prides najhitreje in najceneje. Hrana je v Avstriji nekoliko dražja kot v Sloveniji, predvsem meso in kruh. Imajo pa vsi zaposleni in študentje na Medicinski Univerzi možnost kosila (juha, glavna jed, solata in sladica) v bolnišnični menzi za 3,00 evra.

V Gradcu je glavna bolnišnica LKH-Univ. Klinikum Graz (Landes Krankenhaus), ogromen kompleks, sestavljen iz manjših zgradb. Zemeljevid kompleksa sem dobila od Erasmus koordinatorki in brez njega gre vsaj prvi dan zelo težko. Prvi dan sem od tajnika na interni medicini dobila svojo uniformo, tako da vam ni treba nesti uniforme s sabo, kot tudi ključke za garderobo. Potem mi je pokazal oddelek in me predstavil zdravnikom.

Delo na oddelku za angiologijo je potekalo tako, da se začne z raportom ob 7.45 zjutraj, potem sledi branje izvidov, nato pa vizita. Glede na moje pomanjkljivo znanje nemščine je komunikacija z mojim mentorjem potekala v angleščini, za kar sem bila zelo vesela. Po viziti je sledila diskusija o najbolj kompleksnih bolnikih, nato pa urejanje dokumentacije in naročanje preiskav. Veliko dela, še posebej zame, ni bilo. Če vas zanima interna medicina, priporočam da si izberete kakšen drug oddelek, kjer se veliko dogaja.

Delo na oddelku za vaskularno kirurgijo je pa bolj pestro. Raport se začne ob 7.30 zjutraj, nato sledi vizita, potem sem ponavadi šla v operacijsko. V operacijski sem lahko bila cel dan, včasih sem ostala na oddelku, kjer sem pobirala kri, pregledovala paciente v sprejemni ambulanti, pobirala šive in merila perfuzijske tlake z Dopplerjem. Zdravniki so bili zelo prijazni do mene, odprti za vprašanja, sem se tudi zelo veliko naučila, tako da zelo priporočam ta oddelek če boste opravljali vaje ali prakso na kirurgiji.

Če vam ostane kaj prostega časa, vam v Gradcu ne bo dolgčas. Univerza se je res zelo potrudila, da se študenti na izmenjavi med sabo spoznajo in delijo izkušnje. International office nam je prvi teden izmenjave organiziral ogled mesta z vodičem, organizirali so tudi Intercultural get together dinner in Christmas get together. Poleg tega, Graz ponuja pestro izbiro restavracij in barov in ne razočara tudi s svojim nočnim življenjem.

Da zaključim, vsakemu bi priporočala podobno izkušnjo, resnično bi mi bilo žal, če je sama ne bi dala skozi. Odprla sem si vrata v tujino, spoznala zanimive ljudi, s katerimi bi z veseljem delala še naprej.

Za kakršna koli vprašanja ali dodatne informacije sem na voljo preko e-maila aleksovskanata@gmail.com.

Srečno!

5. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Ana Ferfolja)

Za opravljanje Erasmus + prakse sem izbrala Gradec. Zanj sem se odločila, ker je stomatološka klinika povsem nova in odlično opremljena, radi se pohvalijo, da je baje najmodernejša v Avstriji. Imajo 3D printer (kovina in plastika), ki ga uporabljajo za tisk zatičkov z nadzidki, manjše

konstrukcije in načrtovanje operacij. Vsako drugo delovno mesto ima endodontski mikroskop, vsako pa računalnik in televizijo, na kateri vrtijo fotografije za udobje pacientov. Vse naročanje, RTG, urejanje kartotek in navodila tehniku potekajo elektronsko. Na otroškem zobozdravstvu je televizija nameščena na strop, da otroci gledajo risanke med posegi. Imajo celo sobo CAD-CAM naprav, vsi stoli so Sirona. Delovno okolje je zelo prijetno, ker je pač vse novo. Na začetku dobiš kartico, s katero vstopaš v različne prostore (garderoba, WC-ji za zaposlene) in ključ svoje omarice. S to kartico prav tako lahko ješ kosilo v menzi (3eu). Uniforme ni treba prinesiti s sabo, saj tam vsak dan dobiš svežo.

Na praksi vidiš drugačne načine in principe dela kot na ljubljanski kliniki, nekateri so boljši, drugi slabši. Endodontsko zdravljenje na primer izvajajo brez koferdama in apeks lokatorja, tudi fiksno protetično odtiskovanje je manj natančno (enofazno dvokomponentno). Tako vidiš, da se kljub odlični opremi lahko odločaš za slabšo prakso. Po drugi strani apikotomije izvajajo z mikroskopom in imajo zelo visoko uspešnost, vidiš tudi precej več implantatov in polne keramike, adhezijskega cementiranja. Pri načrtovanju se odločajo drugače kot mi (več teleskopskih prevlek, manj namenskih prevlek in attachmentov),... V glavnem, spleča se iti in spoznati dobre ter slabe razlike. Videla sem marsikaj, kar bom uporabila, pa tudi marsikaj, čemur se bom izognila.

Veliko sem časa preživela na oddelku za fiksno protetiko z asistenti in študenti 6. letnika. Pri tem moram poudariti, da njihove vaje niso ločene kot pri nas (posebej zobne, fiksna, snemna,...) ampak študent v eni vajalnici dela vse od ekstrakcij, endodontije in protetike, kar funkcionira zelo dobro. En dan v tednu sem opazovala/asistirala mentorju, ki se je veliko ukvarjal z zanimivimi implantološkimi primeri. Kar nekaj časa sem preživela tudi v operacijski, kjer sem videla transplantacije zob, split bone kostne avgmentacije, resekcije manjših tumorjev. Zanimiva je sedacija otrok z midazolamom, ki je v Sloveniji ne smemo delati. Udeležila sem se dvodnevnega tečaja osnov ustne akupunkture. Za vikende lahko greš na dežurstvo, kjer ti dovolijo kako ekstrakcijo ali drenažo abscesa, pa tudi na sploh je dobro videti, kako zgleda prva pomoč. Kakšen dan vidiš zelo zanimive primere in naletiš na asistenta, ki ti vse obsežno razloži ter se veliko naučiš. Kakšen dan pa je bolj počasen in ti je dolgčas, ker seveda ne smeš delati, ampak le opazuješ. Delovnik praviloma traja od 8:00 ali 9:00-15:00, ob petkih 8:00-12:00. V nasprotju s prejšnjimi leti nama niso dovolili udeležbe tečaja preparacij inlayev, onlayev, endokron ipd. ali dela na PKP-ju. Kar se tiče jezika, je z mojo srednješolsko nemščino kar šlo. Težava je predvsem njihov dialekt. Kolegica, ki je bila z mano in ne govori nemško, je komunicirala v angleščini pa je bilo vseeno v redu. Vsi na kliniki so prijazni in vljudni, nekateri se s tabo ukvarjajo več kot drugi, kakšnih slabih izkušenj nimam. Mislim, da je devet tednov dovolj, da vidiš vse, najverjetneje pa če znaš odlično nemščino se ti spleča ostati dlje časa, ker se bolj povežeš z zaposlenimi.

Gradec je prijetno blizu Ljubljani, tako da nimaš veliko težav z logistiko in lahko greš kdaj na obisk domov. Hkrati pa je dovolj drugačen, da poskusiš kaj novega. Medicinska univerza organizira spoznavna srečanja in dogodke za Erazmovce, tako da hitro spoznaš nove ljudi z vsega sveta. Za vikende ni težko najti družbe za kak izlet ali druženje s študenti iz različnih držav. Gradec je torej zelo dobro mesto za izmenjavo, čeprav se mogoče komu zdi preblizu doma. Cene kave in hrane so precej višje kot pri nas, tako da se srečuješ predvsem ob pivu, ki je presenetljivo ljubljanske cene. Marsikdo te povabi na zabavo v svoje študentsko stanovanje, ki se potem nadaljuje zunaj. Seveda ni za pričakovati, da se živi kot v velemestu, konec koncev ima Gradec le 310.000 prebivalcev. Za praznike in nedelje je skoraj vse zaprto in mirno. Avstrijci so sicer zelo vljudni ampak gotovo bolj zaprti kot marsikateri evropski narod.

Kako torej urediti vse za prakso? Prijaviš se v Visu, nato pa kontaktiraš mednarodno pisarno v Gradcu prek maila, trenutno stvari ureja prijazna ga. Karin Weinberger. Čim prej tem bolje, saj je birokracije veliko in če želiš vse v miru urediti, traja vsaj pol leta. Če si sprejet jim moraš poslati moraš določene dokumente (dobiš seznam). Važno je, da pravilno izpolniš dokazilo o cepljenju, ki ga mora podpisati tvoj zdravnik. Nujno rabiš titre za norice in hep B! To je samoplačniško, če imaš pametnega zdravnika, ti zastoj napiše napotnico, ker delaš v rizičnem okolju. Izpolniti moraš kup papirjev, vnesejo te tudi v njihovo različico Visa in dobiš študentsko izkaznico. Po prihodu moraš

prijaviti začasno bivališče. Kar se tiče stanovanja je pa tako: če poskusiš več mesecev vnaprej dobiš mogoče sobo v študentskem domu. Za manj kot 1 semester je težko, razen če imaš srečo in kdo ravno takrat odhaja na Erasmus. Sobe v študencih so zelo lepe, v njej si sam, ampak si deliš kuhinjo in kopalnico. So pa kar drage, 350-450eu na mesec. Študentskih domov je več, lokacije pa niso vedno najboljše. Sama sem si našla stanovanje s pomočjo zaposlene v študentskem domu in sicer privatno garsonjero blizu klinike (sem imela več sreče kot pameti). V različnih skupinah na Facebooku ljudje ponujajo stanovanja pa tudi sobe v WG-jih (deljena študentska stanovanja). V glavnem, za to si je treba vzeti čas. Pod 300eu na mesec težko kaj najdeš, dobro je, če si izbereš začetek prakse začetek in zaključek konec meseca, ker najemnino moraš plačati za cel mesec. V glavnem, na izmenjavi sem se imela zelo lepo in jo priporočam, saj spoznaš mnogo zanimivih ljudi in se veliko naučiš. Ne samo v smislu kliničnega dela, ampak tudi kar se tiče komunikacije in organizacije.

6. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Domen Kandutti)

Danes se medicina razvija tako na področju razumevanja, poznavanja in zdravljenja patologije, kot tudi v razvoju novih tehnologij, zato je povsem naravno, da študentje z željo po novem znanju zapuščamo okvire domačega izobraževanja. S tem nabiramo znanje in veščine tudi drugod po Evropi, svetu, v kolikor nam je to omogočeno.

ERASMUS je eden od temeljnih kamnov EU na področju izobraževanja študentov povsod po Evropi. Projekt nam je omogočil opravljanje dela študija v tujini ali pa nekajmesečno praktično usposabljanje tekom počitnic oz. po zaključku študijskih obveznosti. Gre za izjemno priložnost, za katero sem zelo vesel, da sem jo v določeni meri izkoristil tudi sam. Študij dentalne medicine je v primerjavi z ostalimi študiji močno specifičen. Tekom kliničnega dela izobraževanja moramo osvojiti večino osnovnih tako praktičnih kot tudi teoretičnih veščin študija. Ker je časa tekom zadnjih 6 semestrov zelo malo, obveznosti pa na pretek, je izvedba študijske izmenjave velikokrat skoraj nemogoča. Z ustanovitvijo ERASMUS praktičnega usposabljanja pa smo tako tudi mi dobili priložnost izobraževanja v tujini, ki v nobeni meri ne vpliva na klinični potek pouka tekom študija. Idealen čas za izvedbo je po koncu obveznosti 6. letnika, tekom dodatnega leta (absolventskega staža) oz. 6 mesecev po diplomi. Začetek svoje prakse sem prilagodil terminom zaključnih izpitov s pričetkom v mesecu januarju. Izbrani termin se je izkazal za zelo primerne. Praktični pouk kliničnih predmetov na univerzitetni kliniki v Gradcu poteka vse mesece v letu, zato svoje izmenjave ni potrebno prilagajati študijskim počitnicam oz. izpitnim obdobjem. V kolikor se odločate za Gradec lahko svojo prakso popolnoma prilagodite ostalim obveznostim in ne obratno. Naj opozorim, da je minimum opravljanja prakse 9 tednov, izbrani termini pa znajo včasih malce vplivati na iskanje nastanitve.

Ker večina študentskih domov zaračunava le celomesečno najemnino vam svetujem, da se vaš izbrani termin začne s prvim tednom in konča za zadnjim tednom meseca, oz. da se vsaj konča z zadnjim tednom meseca. Tako boste privarčevali kakšen del svoje štipendije, saj so najemnine sob v domovih 3 in večkrat višje kot v Ljubljani. Za svojo enoposteljno sobo v apartmaju za 2 študenta sem odštél 320 € mesečno pri čemur sem živel cca 20 minut vožnje s kolesom ali tramvajem stran od klinike. Glede nastanitve sem imel kar nekaj sreče. Študentski dom je praktično nov (odprt v oktobru 2017), najemnina pa glede na razna ponudbe ugodna (večino se najemnine primerljivih sob gibljejo okoli 400 € in več). Svetujem, da si nastanitev začnete urejati čim prej, saj je tekom študijskega leta razpoložljivost prostih sob precej okrnjena. Ne čakajte do zadnjega.

Prakso sem si pričel urejati malce več kot polovico leta pred želenim terminom. Sprva sem kontaktiral njihovo mednarodno pisarno s kratkim sporočilom glede želje opravljanja prakse. Od prvega e-sporočila dalje sem bil prijazen in ustrezno voden skozi celoten postopek prijave in birokracije s strani gospe Karin Winberger, ki je vodja mednarodne pisarne. Sem več kot navdušen nad celotnim postopkom. Pred pričetkom sem prejel vsa navodila za svoj prvi dan prakse.

Prišel je prvi dan prakse. Hop na kolo in do klinike. Tam naju je s kolegico sprejela prijazna tajnica, ki nama je razkazala celotno kliniko. Prejela sva vsak svoj ključ od omarice, vsa navodila, identifikacijsko kartico, kartico s čipom za prost prehod po kliniki in malico, mapo s promocijskim materialom klinike in univerze, zemljevidom mesta in prijetno dobrodošlico. Po skoku v belo naju je pričakal mentor, ki je tekom prakse skrbel za komunikacijo z različnimi oddelki in skrbel, da se na kliniki počutiva vodena. Naj omenim, da za bela oblačila ni potrebno skrbeti. Potrebujete le svojo obutev. Vsak dan si iz omar pred vstopom v garderobe poiščete povsem sveža oblačila. Izbora je veliko, od dveh vrst hlač, polo majčke, tunike s kratkimi ali dolgimi rokavi ter halje, vse vseh možnih konfekcijskih števil. Delavnik, ki od ponedeljka do četrta traja od 8:00/9:00 – 15:00 ter ob petkih do 12:00 tako pričnete povsem sveži.

Vsak dan od 12:00-13:00 imate na razpolago čas za malico oz. kosilo v eni od menz celotnega medicinskega kompleksa. Obrok zavzema juho, solato, enega od 3h glavnih menijev, sadje ali sladica, jogurt in kozarec vode ali soka (odvisno od menze). Cena obroka je 3 €, denar pa morate imeti naložen na kartici s čipom. Z hrano tekom tedna ste tako rekoč preskrbljeni. Cene v trgovinah so malce a ne občutno višje kot v Sloveniji. Malce večja razlika je, če se odločite za obrok v mestnih restavracijah, kjer razen hitre hrane težje najdete soliden obrok pod 10 €. Kaj pa klinika? Konec koncev se prakse ne nameravate udeležiti zaradi spanja in hrane. Vsaj upam da ne. Klinika je praktično nova. Svoja vrata je odprla v letu 2015, tehnološko pa se izpopolnjuje vse od svojega prvega dne. Opremljena je z najnovejšimi Zeissovimi mikroskopi, »3D tiskalnikom« za kovino (SLM metoda) ter umetne smole, več rezkalniki, sodobnim laboratoriji (tudi za raziskovanje), lastnim sodobnim oddelkom za RTG diagnostiko (digitalni RTG, CBCT ...), tremi sodobnimi operacijskimi dvoranami za oralno kirurgijo in s sodobnim računalniškim sistemom, po eni strani s fotografijami in animacijami ter obvestili na zaslonih skrbi za udobje pacientov, po drugi pa mreža v katero so povezani vsi oddelki klinike, pacient pa ima tako eno, virtualno kartoteko v katero je mogoče dostopati povsod. Ena od zelo pozitivnih lastnost prakse v Gradcu je bila, da sem si lahko sam prilagajal svoj urnik glede na zanimivost kliničnih primerov na raznih oddelkih. Dostop sem imel do vseh oddelkov klinike, potrebno se je bilo le prijazno predstaviti. Ker je v računalniku zabeleženo vse, sem si vsak teden ogledal seznam vseh operacij ter se v zelenih terminih odpravil na oddelek oralne kirurgije, kjer sem opazoval ali pa asistiriral pri operacijah. Večji del operativnega programa je sestavljen iz implantologije in izklesov modrostnih zob. Vsake toliko časa, pa sem bil priča kakšni zanimivi cistektomiji, vestibuloplastiki, mukogingivalni kirurgiji itd. Med najbolj zanimivo operacijo štejem transplantacijo stalnega zoba z dokončno izgrajeno korenino. Gre za nov klinični postopek, ki ga izvajajo v sklopu aktualne študije na njihovem oddelku.

Večino delavnikov sem običajno preživel na oddelku za protetiko. Bil sem priča delu študentov 6., zaključnega letnika. Klinično delo se v določeni meri kar razlikuje od dela, ki ga izvajamo v Ljubljani. Razlike se pojavljajo pri izboru materialov, protetičnem načrtovanju, invazivnosti restavrativnih posegov ter pri raznih postopkih dela. Navdušen sem bil, da študentje sami artikulirajo modele v artikulator tekom kliničnih sej in tako na licu mesta ob pacientu preverjajo ustreznost umavčitve in registracije griza. Postopek močno prispeva k večji natančnosti kliničnega dela. Pri izdelavi totalnih in delnih protez uporabljajo postopke registracije z obraznim lokom, študentje sami izdelujejo individualne odtisne žlice in grizne robnike, večino ogrodij in zatičkov z nazidki protetičnih restavracij tiskajo v kovini z metodo SLM, veliko načrtovanja in kliničnega dela pa vključuje protetiko na implantatih. Tako se študentje dokaj suvereno srečujejo s težjimi protetičnimi in implantološkimi oskrbami (ulite ali rezkane gredi na implantatih, teleskopske prevleke...), ker je pri nas velikokrat v domeni specialistov.

Kot zanimivost bi izpostavil, da v Avstriji ne poznajo specializacij s področja dentalne medicine. Tako se vsak študent tekom izobraževanja sreča tudi s kirurškim delom (izklesi modrostnih zob in apikotomije), kar bo lahko kompetentno izvajal v svoji vsakodnevni praksi. Vsekakor pa sodobna praksa in razpoložljiva tehnologija ne pomeni le najboljšega. Malce presenečen sem bil, da kljub opremljenosti klinike, razpoložljiva oprema ni dobro ali pa skorajda ni izkoriščena. Kot primer bi izpostavil endodontijo. Presenečen sem bil, da ob kliničnem delu ne uporabljajo absolutne osušitve

(gumijaste opne – Koferdama), apeks lokatorjev, irigacijski postopki niso v skladu s sodobnimi mednarodnimi smernicami, mikroskopi na večini oddelkov pa močno samevajo. V celotnem 3 mesečnem obdobju sem videl uporabo mikroskopa le na oddelku za oralni kirurgijo ob postopku apikotomije.

Tudi področje parodontologije malce zaostaja za smernicami sodobne literature s tega področja. Kirurškega zdravljenja skorajda ne izvajajo (razen estetskih in predprotetičnih posegov), terapija izbora pa je velikokrat predčasna ekstrakcija in nadomestitev z implantatom. V splošnem so na kliniki zelo prijazni. Študentje, asistenti, sestre, nadzorni zobozdravniki in profesorji so zelo odprti in ko pokažeš malce več zanimanja in znanja te zelo lepo sprejmejo medse. Prakso lahko opravljate tako z znanjem angleškega kot tudi nemškega jezika. Čeprav si govorijo tekoče angleško se kar se kar prijetno razveselijo in vidno oddahnejo ko na tisti znani »Englisch, Deutsch?« odgovoriš z Deutsch. Naj vas malce razvedrim. Z mojo srednješolsko nemščino je šlo kar OK. Dialekt je precej težaven ampak z malce volje se da razumeti bistvo. Vedno pa z veseljem obrazložijo, če kaj ni bilo povsem jasno in se potrudijo z bolj knjižno nemščino.

V glavnem sem bil z prakso in izkušnjo zelo zadovoljen in jo priporočam vsem ki se ne morete odločiti.

Za več informacij in pomoč sem vedno na voljo.

7. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Kaja Troha)

Devettedensko prakso v Gradcu v sosednji Avstriji sem opravljala oktobra in novembra 2017 na kliniki za otorinolaringologijo na LKH-Universität Klinikum Graz. Za usposabljanje sem se dogovorila preko elektronske pošte maja isto leto. Pisala sem direktno na oddelek za ORL, od koder so me preusmerili na mednarodno pisarno graške univerze. Vsa nadaljna organizacija je nato potekala preko njih, natančneje preko gospe Karin Weinberger. Pred prihodom sem morala poslati kar nekaj dokumentov (kopijo cepilne knjižice, titre protiteles za hepB, kopijo pasuša,...), vse informacije dobite pravočasno, pričakuje se, da dokumente pošljete približno mesec dni pred prihodom.

V prvem tednu prakse sem morala urediti registracijo začasnega bivališča in se v prvih treh dneh zglasiti na mednarodni pisarni, kjer je za študente na praksi zadolžena že omenjena Karin, zelo prijazna in prilagodljiva gospa. Ob srečanju sem morala prinesiti originalna potrdila o cepljenju.

Na kliniki sem prvi dan v tajništvu dobila ključek od omarice, kartico za kosilo v bolnišnični menzi in osnovne napotke. Belo haljo sem morala prinesiti od doma. Kasneje me je mlada specializantka predstavila osebju, sicer pa mi niso dodelili specifičnega mentorja, kar pomeni, da sem se sama morala angažirati, da sem videla in delala kolikor sem lahko. ORL klinika v Gradcu je precej velika, dan dela se začne z raportom ob 7.30 (do minute natančno se začne), kjer so sicer precej sproščeni, poroča se o delu v nočni izmeni in pregleda katere operacije se dela tisti dan. Kasneje se zdravniki razdrobijo po kliniki, kjer imajo posamezne vizite na oddelku za splošno otorino in za foniatrijo.

Prve tedne sem večinoma preživela v ambulanti, kjer so večinoma mlajši specializanti, vsi zelo prijazni in pripravljeni razložiti obravnavo pacientov in različnih patologij. Prve dni sem se kar malo mučila z avstrijsko nemščino oziroma s štajerskim dialektom, ampak je šlo postopoma vse bolje. Biti v ambulanti je bilo za prilagajanje na jezik in ponavljanje teorije gotovo najbolj učinkovito. Nekaj pregledov sem naredila tudi sama, tako da je bilo v ambulanti uporabno s praktičnega vidika. Predvsem pa je bilo poučno, ker sem tam iz prve roke videla najpogostejše patologije ORL področja, sledila diagnostičnemu postopku – UZ in tankoigelno biopsijo so delali kar v ambulanti sami – ter spremljala odločitve zdravnikov o terapiji, tako medikamentozni kot operativni. V naslednjih tednih sem nekaj časa preživela na foniatričnem oddelku, vendar tam nisem imela veliko dela, vse postorijo tako imenovani Turnusärzte, krožeči specializanti drugih specialnosti. Preostale tedne sem bila večinoma v operacijskem bloku, kjer sem videla veliko otoloških, rinoloških, nevrinoloških, kanceroloških, pediatričnih, kot tudi estetskih posegov – septorinoplastiko, tonzilektomijo, adenoidektomijo, disekcijo vratu, biopsije tumorjev,

timpanoplastiko, mikroskopsko laringoskopijo in podobno. Graška ORL klinika je svetovno znana po FESS – functional endoscopic sinus surgery, poseg, katerega začetnik je bil profesor Stammberger s te klinike. Skoraj vsak dan sem opazovala vsaj en FESS. Možnosti za asistiranje je bilo veliko, predvsem pri majhnih posegih. Šivala sem le nekajkrat, vsakič pri operaciji možganske baze, pri odvzemu fascije late na nogi. Največ sem se naučila od enega izmed profesorjev (prof Köle), ki mi je veliko razložil in dal priložnost za šivanje, na koncu prakse me je tudi on ocenil. V zadnjem tednu je namreč potrebno izpolniti certifikat ob odhodu, ki ga dobite pri Karin prvi teden in ji ga prinesete izpolnjenega zadnji teden.

Z zaposlenimi in načinom dela v bolnici sem imela torej v splošnem zelo dobro izkušnjo, je pa potrebno biti precej samoiniciativen. Pomembno je seveda, da pred prihodom osvojite osnovne ORL izraze v nemščini, ki so precej specifični. Sama sem ORL izpit opravljala na Erasmus izmenjavi v Nemčiji, od koder sem že poznala izraze in mi je to zelo olajšalo prve dni na kliniki.

Mesto Gradec je sicer prijetno in predvsem udobno manjše mesto, v katerem je večina Slovencev že bila. Kljub temu, da se zdi da mesto poznamo, je ogromno stvari za odkriti, dogajanja je več, kot se zdi ob prvem vtisu. Ogromno je študentov, ljudje so prijazni in precej odprti. Specializanti z ORL so se mi zdeli zelo zadovoljni s svojo službo. Stanovanje sem si uredila preko prijateljev, večina ostalih študentov pa je iskalo na FB skupinah. Cene osnovnih predmetov so malenkost dražje kot pri nas. V mestu in nekoliko izven je veliko priložnosti za ukvarjanje s športom, planinarjenje, druženje ob jezerih ipd. Izmenjavo ali prakso v Gradcu bi priporočila vsakomur, saj se bo veliko naučil v prijaznem medicinskem centru v manjšem nemško govorečem mestu nedaleč od Slovenije.

Za več nasvetov in konkretna vprašanja mi lahko pošljete mail na: kaja.troha@gmail.com

8. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Mojca Globočnik)

Nastanitev (študentski dom OeAD-WohnraumverwaltungsGmbH Graz):

- Spletna prijavnina (Application fee): 35€
- Depozit: 750€ (ob izselitvi vrnjeno)
- Mesečna najemnina: 315€ x2 (630€)
- Administracija (Administration fee): 15€ x2 (30€)
- Obvezen prispevek za čiščenje (Final cleaning fee): 55€

Vpisnina (obvezno):

- Študentska zveza (Membership fee of the Students` Union): 19,20€

Mestni prevoz:

- Mesečna vozovnica za tramvaj: 47,60€ x2 (95,20€)

Erasmus+ finančna pomoč: 2x 550€ (1.100€)

BILANCA: 1.100€
 - 864,40€

 = 235,60€

Mesečno mi je ostalo 117,80€ - iz tega denarja sem plačala še 1-mesečno naročnino za telefon, 2-osnovno in dodatno zdravstveno zavarovanje v novembru ter 3-osnovne življenjske potrebščine (hrana, pijača, pripomočki za osebno higieno).

ZAKLJUČNO POROČILO

Na svojo študijsko prakso sem se podala kot mlada diplomantka. Če se v tujino odhaja kot mladi diplomantj, se je potrebno predhodno dobro pozanimati o možnostih financiranja – le-te so za mlade diplomante drugačne kot za študente z veljavnim statusom študenta, zato velja dobro preštudirat pravila in se obrnit na ljudi, ki to dobro poznajo. Tudi v tem primeru se naleti na težave, ker je potem potrebno z ozirom na svoj specifičen primer usklajevati različne inštitucije med seboj (center za socialno delo, mednarodno pisarno, pisarno za finančno svetovanje ter ustanovo, ki vas sprejme). Sama sem se podala v državo z visokim življenjskim standardom, zato mi finančna pomoč s strani projekta ni pokrila vseh stroškov – ob tem močno priporočam (če je le možno), da se najde plačano prakso oziroma prakso, kjer praktikantu uredijo vsaj prebivališče. Pred odhodom sem se zaradi nepoznavanja jezika vključila v intenzivni začetni in nadaljevalni tečaj nemščine (ponudba zavoda za zaposlovanje), kar močno priporočam – brez znanja jezika je prakticanje medicine izredno težko. Sama sem prebila 2 meseca (oktober in november) na oddelku za splošno anestezijo. S pacienti nisem imela torej pretiranega dialoga, zato pa je bilo toliko več komunikacije z osebjem. Prebivališče sem si uredila v študentskem domu, ker za tako kratek čas (2 meseca) nihče ni kazal interesa oddati sobo v privatnem stanovanju. Tudi precej študentskih domov se drži politike, da oddajo sobo zgolj za cel semester. Ob prihodu v Graz je potrebno v 3 dneh prijaviti svoje začasno prebivališče in ga 3 dni pred odhodom odjaviti. Za pot od študentskega doma do klinike sem koristila javni potniški promet – kupila sem si mesečno karto za tramvaj, s katero sem lahko uporabljala tudi mestni avtobus. Uporabo njihovega javnega prometa (predvsem tramvaja) močno priporočam, ker so zelo redni (ob najbolj prometnih urah prihajajo vsake 3-4 minute) in zanesljivi (ne zamujajo s prihodi na postajo). Pred začetkom prakse sem morala urediti nekaj dokumentacije, od katere je bil odločilnega pomena Imunisation Records (torej s strani osebnega zdravnika potrjeni datumi cepljenj za zahtevana navedena cepljenja in za nekatera tudi titri protiteles skupaj z mejami za pozitivno ali negativno). Pri določenih cepljenjih je bil potreben tudi poživitevni odmerek. Vso potrebno dokumentacijo sem predložila Mednarodni pisarni na graški Medicinski fakulteti, od koder sem dobila podrobna navodila za izpolnjevanje in ob predložitvi izpolnjenega tudi navodila za prvi dan prakse. Takrat sem se morala oglasiti v pisarni oddelka za splošno anestezijo in na licu mesta so mi določili mentorja na oddelku. Dobila sem uniformo, ključ od garderobe in kartico za vrata. Na prakso sem prihajala zjutraj ob 7ih, kjer sem počakala na jutranji anesteziološki sestanek ob 7.30. Takrat se je razporejalo v operacijske sobe, kjer sem delala pod budnim očesom navzočega anesteziologa. Delovnik je trajal do 15ih. Včasih so se operacije zavlekle dlje, drugič smo končali prej. Ob sredah je bilo na programu tedensko izobraževanje za vse anesteziologe ob 7ih, kjer se je obravnavalo neko temo in širilo poznavanje aktualnosti s tega strokovnega področja. Tekom izmenjave smo bili s strani Mednarodne pisarne povabljeni tudi na družabne dogodke v Grazu, kot je vodenje po mestu in ogled znamenitosti ali mednarodno druženje ob zakuski. Študijsko prakso v Grazu priporočam, ker teče komunikacija zelo dobro in urejanje vsega potrebnega za odhod v tujino ne vsebuje pretiranih zapletov.

9. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Mojca Globočnik)

Tekom absolventa sem se odločila za 11 tednov dodatne Erasmus+ prakse v Avstriji, v Landeskrankenhaus Graz (LKH Graz). Ker nisem imela več nobenih študijskih obveznosti, sem si oddelke in program lahko izbrala sama. Vsem zainteresiranim za omenjeno bolnico svetujem, da povpraševanje pošljejo precej pred predvidenim začetkom prakse - mesta se hitro zapolnijo na bolj zaželenih oddelkih, kot so naprimer ginekologija in porodništvo, plastična kirurgija, ... Kontaktna oseba za Medicinsko fakulteto Graz je ga. Karin Weinberger, Erasmus koordinatorica, ki je zame našla zadnje prosto mesto na ginekološki kirurgiji, čeprav sem se prijavila 9 mesecev vnaprej. Za drugo polovico prakse sem izbrala travmatologijo in ortopedijo. Mesec dni pred začetkom prakse sem na email naslov dobila jasna navodila glede začetka prakse. Prvi dan sem se oglasila pri koordinatorici študentov na oddelku za ginekologijo in dobila ime zdravnika mentorja, ključ od garderobe in

omarice, telefon in kartico, ki je namenjena odklepanju operacijskih sob, na katero lahko naložiš denar za kosilo v kantini in kavo na avtomatu in pa seveda za identifikacijo. Za vse skupaj pri koordinatoriki pustiš 20 eur kavcije. Isti dan sem se oglasila še pri Erasmus koordinatoriki, ki ima pisarno na predkliniki (naslov in zemljevid pošlje na email naslov), da sem potrdila pričetek prakse. Zadnji "birokratski opravek" je prijava bivanja na uradu, ki leži povsem zraven klinike. Navodila prav tako dobiš na email naslov, potrebuješ osebni dokument, vse skupaj pa vzame nekaj minut. Zaradi pomoči vseh zaposlenih in natančno napisanih postopkov sem imela v dveh urah urejene vse dokumente za pričetek praktičnega dela na kliniki. Pred pričetkom jutranjega raporta sem enkrat tedensko vzela svežo uniformo in haljo v oblačilnici, ki je zraven kantine in nato ob 7.30 začela jutranji raport. Prvi del prakse, na ginekologiji, sem opravljala večinoma v angleščini, saj dva Erasmus študenta poleg mene nista govorila nemško, vendar to ni bil nikakršen problem za zdravnike in vsi so z veseljem govorili v angleščini. To je bilo zame precej ugodno, saj sem se počasi lahko navajala na štajersko narečje in medicinsko izrazoslovje. Drugi del prakse na travmatologiji in ortopediji pa sem opravljala v nemščini. Univerza ponudi tudi tečaj nemščine, ki se ga da koristiti kot izbirni predmet oz. ko dodatne študijske obveznosti. Z delom na kliniki sem imela na obeh oddelkih izjemno pozitivne izkušnje. Precej je (kot povsod) odvisno od posameznikove zainteresiranosti. Toplo priporočam, da se na jutranjem raportu predstavite in se čimprej vključite v tim, sprašujte kar vas zanima, saj si velika večina zdravnikov z veseljem vzame čas za razlago in se s sestrami dogovorite, da vas pokličejo na telefon, kadar se dogaja kaj zanimivega (npr. operacije, porodi, urgence ...). Kot sem že omenila, sem večino časa preživljala v operacijski dvorani in tudi tam velja enako - ko po nekaj dneh ugotovite, kako stvari delujejo in spoznate zdravnike operaterje, prosite, če lahko šivate, vstavljate drene, naredite post-op preglede, ... Ko so mentorji dobili občutek, da me zanima in da se hočem česa naučiti, sem lahko zašila ogromno ran, se učila osnov laparoskopije, kakšno mini operacijo v mali operacijski sobi izvedla sama in predstavila "case reporte" na jutranjem sestanku.

Vsekakor si je prve dni fino poiskati kakega KPJ študenta, ki pozna bolnico in sistem in lahko študentom na izmenjavi pojasni nekaj osnovnih stvari. Ker je bila to moja izbirna praksa nisem imela nobenih predavanj in drugih obveznosti, se je pa pričakovalo, da sem na jutranjem raportu in nato nekje do 15.ure v bolnici oziroma dosegljiva na telefon za asistenco pri operacijah. Brez problema sem se udeležila nekaterih predavanj, ki so me zanimala, prav tako sem naredila nekaj nočnih dežurstev z mojimi mentorji (spet neobvezno). Hrana je v kantini dobra, cena menija je 3 eur, vedno je na voljo tudi veggie

obrok. V trgovini je hrana morda nekoliko dražja kot pri nas, najbolj pa se pozna razlika v ceni, ko želiš na kavo - ponavadi za kapučino odšteješ 3.5-4 eur, kava pa je dostikrat slaba. Graz ima fino stezo za tek ob reki, močno plezalno sceno, dobra smučišča in gore v bližini, čez vikend veliko eventov in je od Dunaja oddaljen le 2 uri, zato se vedno lahko zapelješ na dober koncert, razstavo ali pa le na saharco in dunajski zrezek. Mesto je približno velikosti Ljubljane, zato se da veliko prehoditi, jaz sem v bolnico hodila peš ali s kolesom, saj sem živela blizu. V nasprotnem primeru pa se lahko kupi karta za tramvaj, ki stane prbl. 35 eu na mesec. Postaja je locirana čisto ob bolnici. Veliko ljudi se prevaža s kolesi. V enem poročilu sem prebrala, da je velika verjetnost, da kolo ukradejo - to velja morda v nekoliko odročnih krajih Graza, v centru in pri bolnici pa se to res ne dogaja, sama sem ga pustila tudi nezaklenjena in se nikoli ni zgodilo nič:) V centru mesta je vožnja s kolesom prepovedana in kaznovana.

Za dodatne informacije mi lahko pišete na neli.semrl@gmail.com.

Srečno

10. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Petra Šterbenk)

Erasmus praktično usposabljanje sem opravljala od začetka januarja do konca aprila na Stomatološki kliniki v LKH Graz. Izmenjavo sem začela urejati po odprtju prijav, zato je bil začetni proces prijave precej umirjen.

Na Stomatološko kliniko se je prijavilo kar nekaj kolegov pred mano, od katerih sem prejela informacijo, naj se obrnem na gospo Karino Theiss, ki je tam bila odgovorna za mednarodne izmenjave. Gospo Theiss je nato zamenjala gospa Karin Weinberger, s katero sem se potem tudi dogovarjala za izmenjavo (<https://international-office.medunigraz.at/en/incoming-mobility/erasmus-traineeship/>). Po mailu mi je posredovala vsa navodila in datoteke, ki sem jih morala poslati, zato je dobro, da to urejate čim prej. V Avstrijo je namreč potrebno poslati podatke o cepljenjih in še titre za varicello in hepatitis B virus (Immunisation Record) ter ta dokument dati podpisati osebnemu zdravniku. S Karin sem komunicirala v nemščini, lahko pa bi tudi v angleščini. Vedno je zelo hitro odgovarjala na maile in resnično vse natančno obrazložila.

DELO NA ODDELKU

Prvi dan sem na kliniki najprej šla v tajništvo, kjer mi je tajnica dala kartico ter ključe od omarice. Garderobo dobiš na kliniki, potrebuješ le obutev. Nato nama je s kolegom mentor dr. Alwin Sokolowski razkazal celotno kliniko, kaj kje počnejo, različne oddelke in naju vprašal, kaj vse si želiva videti. Tako smo se dogovorili, da se bomo sproti dogovarjali, na katerem oddelku bova. Delavnik se je razlikoval glede na oddelke; na oddelku za fiksno protetiko sem prihajala ob 8. uri ali pol ure kasneje. Ob 12.00 je bila enourna pavza za malico – običajno v menzi, kjer stane topel obrok 3 €. Od 13.00 do 15.00 je sledil še popoldanski del. Na oddelku za fiksno protetiko sem lahko asistiral studentom in asistentom, kjer sem lahko videla veliko različnih pristopov in načinov obravnave. Prav tako sva lahko s kolegom opazovala modernejše načine v fiksni protetiki, kot je uporaba intraoralnega skenerja ter izdelave končnih izdelkov z rezkalniki ali 3D printerji. Lahko sva tudi odtiskovala, izdelovala provizorije in delala zalivke ali higienske faze. Bila sem še na oddelku za ortodontijo in oralno kirurgijo. Na ortodontiji je delavnik malo drugačen in sicer od 8.00 do 13.00 ali dlje, saj na tem oddelku ni študentov. Na ortodontiji sem predvsem opazovala pri delu.

Na oddelku za oralno kirurgijo so se operacije začele običajno ob 8.00 in trajale do 14.00. Večkrat sem operacije opazovala, nekajkrat tudi asistiral. Zanimivo mi je bilo, da študentje sami opravljajo izklesane in tudi apikotomije.

Dva tedna sem bila še na maksilofacialni kirurgiji, ki je v drugi stavbi in nima toliko stika s kliniko. Tam sem vsak dan asistiral – včasih pri večjih posegih, kot so odstranitev tumorja, bimaksilarne ortognatske operacije, po poškodbah in včasih pri manjših kot so izklesi ali odstranitve cist in podobno. Običajno sem po operaciji še bila v ambulanti, kjer sprejemajo paciente, delajo kontrole, odstranjujejo šive in podobne manjše posege. Tam je bilo več pavz med operacijami in ob različnem času.

Osebe na vseh oddelkih je zelo prijazno, tudi če kaj ne razumeš v nemščini, ti razložijo v angleščini; za praktično usposabljanje ni nujno znanje nemškega jezika.

NASTANITEV, STROŠKI IN PROSTI ČAS

Nastanitev sem iskala preko interneta in pisala sem več študentskim domovom, na koncu sem dobila možnost bivanja (4 mesece) v študentskem domu Johannes Kepler Haus. Le-tega mi je priporočila kolegica, ki je prav tako iskala nastanitev v Grazu. Je 2,5 km stran od klinike in ima dobre povezave do klinike (v neposredni bližini je tramvaj, malo bolj stran pa je tudi avtobusna postaja). Je v zelo umirjenem okolju Graz – Mariatrost. Bivala sem v apartmaju še skupaj s 6 deklet, s katerimi sem si delila kopalnico (bili sta 2 ločeni) in kuhinjo, vsaka pa je imela svojo sobo. Za sobo sem plačevala 283 €, v to so bili vključeni vsi stroški. Dom je zelo čist, čistilke čistijo apartma 2 × na teden.

Za javni prevoz se splača kupiti študentsko vozovnico (potrebno jo je kupiti v poslovalnici na Jakominiplatzu), a ker sem prišla izven semestra, nisem imela te možnosti, zato sem si kupovala mesečne vozovnice (47€).

Cene za hrano so v trgovinah morda malo višje kot pri nas, na izbiro je veliko trgovin z živili, od katerih je najcenejši Hofer, sledi pa mu Spar. V restavracijah so cene višje. Štipendija za Erasmus

+ praktično usposabljanje je nekoliko višja in zadostuje za izmenjavo, odvisno je precej od tega, kako razgibano je v tem času družabno življenje.

Na Facebooku in WhatsAppu je veliko Erasmus skupin, preko katerih se študentje lažje povezujejo, sicer pa je vsak mesec tudi Get together, za katerega prejmete mail od Karin.

Erasmus + praktično usposabljanje v Grazu bi vsekakor priporočila mlajšim kolegom, saj so zobozdravniki in študentje resnično prijazni in se resnično počutiš sprejeto.

Petra Šterbenk (petra.sterbenk@gmail.com)

11. AVSTRIJA – KABEG Klinikum v Celovcu (Sara Kukman)

Prakso sem opravljala dva meseca na koncu 6. letnika, avgusta in septembra. Želela sem opravljati prakso v nemško govoreči državi, Celovec pa sem izbrala zaradi pozitivne izkušnje kolegov, ki so tam opravljali prakso pred mano.

Dogovarjanje in urejanje vseh dokumentov pred prakso je teklo zelo gladko. Na kliniki je za študente zadolžena gospa Gabriele Wider, zelo prijazna oseba, ki rada priskoči na pomoč tudi najbolj zmedenim. Vse potrebno sva uredili preko elektronske pošte, gospa je tudi zelo odzivna in rada pohiti, če jo prosiš. Že med urejanjem dokumentov hitro ugotoviš, da je znanje nemščine zelo zaželeno, če ne kar nuja. Tekom prakse sem sicer srečala študentko iz Italije z zelo slabim znanjem nemščine, vendar je od prakse po moji oceni odnesla veliko manj kot ostali z zadovoljivim znanjem nemščine. Potrebno se je zavedati, da ljudje v veliki večini govorijo v koroškem dialektu in tudi ob dobrem znanju knjižne nemščine potrebuješ nekaj časa, da se ga navadiš.

Stanovanje sem našla preko Slovenke, ki v študira na glasbenem konzervatoriju v Celovcu. Sobe ponujajo dijaški in študentski domovi, za ugodnejšo varianto pa priporočam, da povprašate v Facebook skupini Slovenci v Celovcu. Stanovala sem približno 3 km stran od klinike, vozila sem se s kolesom, ki mi ga je posodila najemodajalka. Pot z mestnim avtobusom zna biti zamudna, tako da sem se v primeru dežja od doma najraje odpravila kar peš. Če ste brez avta, vsekakor priporočam bivanje čim bližje kliniki (nekaj možnosti za nastanitev ti pošlje tudi gospa Wider).

Prvi dan sem se zglasila v upravni stavbi pri gospe Wider, ki mi je vse natančno razložila. V pralnico sem šla po nekaj uniform (ko vse umažeš, greš preprosto po nove), dobila pa sem tudi kartico za brezplačna kosila v menzi. Potem sem se odpravila na oddelek. Prakso sem načrtovala v celoti opraviti na ORL oddelku. Mentor mi sicer ni bil dodeljen, a so me vseeno prijazno sprejeli, in mi razložili kaj vse lahko kot študentka na Famulatur pri njih vidim in delam. Dobro je, da sem in tja omenite, da ste že študent višjega letnika, da vam morda razložijo/pokažejo tudi kakšno bolj kompleksno stvar. Famulatur avstrijski študentje opravljajo od 2. letnika dalje, Avstrijci našega sistema ne poznajo, zato kaj hitro privzamejo, da ste tudi vi ravno začeli s študijem medicine, predvsem na ORL oddelku, ki je bolj priljubljen v nižjih letnikih. Nekateri drugi Erasmus študentje so imeli na priponkah napisano Erasmus Praktikant, kar morda prihrani kakšno pojasnjevanje.

Po kakem tednu mi je bilo jasno, da bo dva meseca prakse na ORL preveč. V operacijski so se operacije kmalu začele ponavljati, asistiral sicer nekaj sem, vendar zaradi specifične področja je bilo tudi to omejeno na držanje uhljev in kožnih režnjev in nekajkrat na šivanje kože. Ambulante pa imajo precej po vojaško organizirane. V enem velikem prostoru je nekaj pregradnih sten in v vsakem od teh prostorčkov je za zaveso prostor za obravnavo pacienta, tako da je v tem prostoru kaj hitro gneča, malo zasebnosti in posledično manj priložnosti za kako razlago. Nekaj zdravnikov mi je z veseljem razlagalo, nekaj ne preveč. Eden mi je rekel, da me ignorira, ker se mu na začetku nisem predstavila. Z dotičnim sva sicer zgladila odnos in se na koncu še najbolj razumela. Hočem le poudariti, da so na te vljudnostne geste res zelo občutljivi, predstaviti se je potrebno vsem članom tima osebno, tudi če si se prvi dan vsem na glas predstavil na raportu. In v času dopustov, ko novi ljudje prihajajo in odhajajo, kaj hitro pozabiš komu si se že predstavil in komu še ne.

Po petih tednih sem se nato odločila, da grem pogledat še na kak drug oddelek. Ker na splošni kirurgiji študentov niso sprejemali, sem sprejela ponudbo na urologiji. Naključna izbira se je izkazala za dobro potezo, na koncu mi je bilo žal, da nisem že prej zamenjala oddelka. Malo bolj večča razumevanja koroškega dialekta in vseh vljudnostnih pravil, sem se hitro vključila in se kar veliko naučila. Veliko so me razpisovali za asistenco v operacijski, bila sem v urološki ambulanti, pri ESWL, na menjavanju katetrov, zanimivo pa je bilo tudi v ambulanti. Na oddelku je bilo kar nekaj tujih zdravnikov, prav vsi pa so mi z veseljem kaj razložili.

Čas na urologiji je prehitro minil in praksa je bila pri koncu. Izkušnjo bi ocenila kot pozitivno, edino oddelk bi si želela že prej zamenjati. Ampak določenih stvari se vnaprej pač ne da predvideti. Včasih je tudi to, da ugotoviš, da te nekaj v resnici ne zanima, zelo dober izkupiček, ob tem pa naključno pristaneš na drugem oddelku, ki se izkaže za super izkušnjo. V Celovcu sem se imela na splošno gledano lepo. Če bi imela avto bi bolj izkoristila okoliške možnosti za izlete, narava je res lepa. Kopenje v Vrbskem jezeru je super popoldanska sprostitev, septembra sem sicer imela smolo z res slabim vremenom (stalno deževje), vendar so mi domačini povedali, da je tako deževen september prej izjema kot pravilo.

12. AVSTRIJA – LKH Gradec (Stella Stevoska)

Erasmus praktično usposabljanje sem opravljala od sredine februarja do konca aprila na oddelku za travmatologijo in ortopedijo v LKH Graz. Izmenjavo sem začela urejati dokaj pozno in sicer šele konec oktobra. Če želite manj stresno dogovarjanje, vam svetujem, da napišete prvi mail 5 mesecev pred željenim začetkom izmenjave.

Najprej sem pisala mail predstojniku oddelka in priložila motivacijsko pismo in CV, ta me je nato preusmeril k njihovi tajnici, ki me je nato po manjših komplikacijah preusmerila h Karin Weinberger, ki je odgovorna za Erasmus Incomings-e (<https://international-office.medunigraz.at/en/incoming-mobility/erasmus-traineeship/>). Njej sem nato ponovno posredovala motivacijsko pismo, CV in certifikate o znanju nemškega in/ali angleškega jezika. Moja komunikacija je potekala v nemškem jeziku, vendar jaz nisem dobila občutka, da bi bilo znanje nemškega jezika nujno potrebno za izmenjavo, ti pa vsekakor koristi.

Moj nasvet je, da najprej kontaktirate Karin in ji zaupate željen oddelk in termin, ker bodo zadeve urejene veliko hitreje. Za boljši občutek lahko pišete Karin in predstojniku istočasno. Če odgovora ne boste dobili v roku tedna ali dveh, jo lahko tudi pokličete.

DELO NA ODDELKU

Že prvi dan sem bila dodeljena enemu izmed specializantov, ki je bil tudi moj mentor do konca izmenjave. Po jutranjem sestanku sem se zglasila tudi pri njihovi tajnici, ki mi je predala ključe od omaric, kartice in me napotila k delilnici uniform.

Moj delavnik se je začel ob 7h z jutranjo vizito pred jutranjim sestankom, ki je okoli 7.30. Okoli 8h sem bila že v operacijskih prostorih, kjer sem asistirala praktično vsak dan. Operacije potekajo uradno do 15h, ob 15.30 imajo če popoldanski sestanek. Jaz sem lahko odšla domov po zadnji operaciji, se pravi okoli 15h. Kot že omenjeno, sem jaz vedno asistirala in so me vedno rezervirali že za naslednje dneve, je pa dejstvo, da če ne pokažeš interesa, ne asistiraš. Veliko študentov je zgolj opazovalo operacije ali pa so bili raje v ambulantah in odšli že ob 12h domov. Med operacijami imajo kar dolge pavze, ker zaradi pomanjkanja anesteziologov poteka predoperativna priprava počasneje. Vmes greš lahko jesti kosilo v eno izmed kantin, ki sta v drugih stavbah, imajo pa tudi v socialni sobi v operacijskih prostorih juho, lahko si pa tudi kaj prineseš s sabo za jest.

Parkrat sem bila tudi v njihovih ambulantah, kjer sem prisostvovala pri pregledih, odstranjevala šive, parkrat punkturala in sestram pomagal pri prevezah. Celotno osebje je zelo prijazno in navajeno delati tudi s študenti, ki so na izmenjavah. Tistim, ki niso razumeli nemško, so razlagali v angleščini.

NASTANITEV, STROŠKI IN PROSTI ČAS

Sobo sem iskala prek aplikacije WG Gesucht in na koncu dobila sobo v 6 članskem WGju. WG je bil v bistvu hiša med Jakominiplatzom in opero (odlična legal!). Vsak je imel svojo že opremljeno sobo, plačevala sem pa 340eu/mesec z vsem stroški vred. Delili smo si tri kopalnice in eno ogromno kuhinjo in dnevno sobo. Živela sem praktično v centru, do tramvaja, ki je vozil direktno do LKH, sem imela 2min. Načeloma bi se dalo dobiti, še kaj ceneje izven centra ali kakšno sobo v študentskem domu, vendar sem se iskanja lotila dokaj pozno tako, da je bilo v domovih za moj termin že vse zasedeno.

Cene v trgovini so morda malenkost višje kot pri nas oz. odvisno kje kupuješ (Billa je najdražja medtem, ko so cene v Sparu, Hoferju in Lidlu podobne našim). Ravno tako so cene v barih, restavracijah in klubih podobne oz. ponekod malenkost višje. Štipendija za Erasmus + praktično usposabljanje je nekoliko višja in je bila z manjšo pomočjo osebnih prihrankov popolnoma dovolj za izmenjavo.

Za Erasmusovce je na fb in whatsappu veliko skupin in strani. Vedno se najde kakšna aktivnost, bolj je problem najti čas za vse aktivnosti 😊.

Stella Stevoska (stella.stevoska@gmail.com)

13. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Tjaša Žagar)

Erazmus prakso sem opravljala v Gradcu, glavno mesto avstrijske Štajerske. V poletnem semestru 2018 sem tam opravila 5 tednov prakse na nevrokirurgiji in 4 tedne na nevrologiji.

Njihova Erasmus koordinatorica je prijazna in razmeroma hitro odgovarja na vsa sporočila. Vedno se lahko zanesesh nanjo, da bo naredila, vse kar se da, da bo ustregla tvoji želji glede oddelkov in datumov. Pred začetkom moje Erazmus prakse mi je na elektronsko pošto poslala vse potrebne podatke, kje moram biti prvi dan, kdaj moram biti tam, kaj moram imeti s seboj in pri kateri tajnici na oddelku dobim vsa ostala navodila. Poslala mi je tudi navodila, kdaj se moram oglasiti v Erazmus pisarni in kje je to. Ter kje se lahko prijavim za začasno prebivališče v Gradcu in v kolikem času moram to narediti in seveda, da moram, preden zapustim Gradec, prebivališče tudi odjaviti.

Stanovanje sem iskala kar nekaj časa. Ker sem v Gradcu ostala le 9 tednov, je bilo kar zahtevno najti stanovanje. Poleg tega sem začela in končala sredi mesecev, kar je še toliko bolj otežilo iskanje, da ne govorim o visokih cenah stanovanj v Gradcu. Na srečo mi je prijateljica, ki je ravno takrat opravljala Erazmus izmenjavo v Gradcu, dala kontakt od gospe, ki dela v študentskem domu JKH. In tako sem na koncu pristala v študentskem domu, dobra 2,5 km oddaljenem od bolnišnice, v kateri sem opravljala prakso. Vendar sem s seboj pripeljala kolo, tako da mi je pot do bolnišnice vzela le kakšnih 7 minut, če je bilo vreme dobro, drugače pa sem pešočila v eno smer 25 minut. Sicer je bila čisto v bližini študentskega doma tudi tramvajška postaja, vendar sem se zaradi visoke cene odločila za kolo in pešačenje. Obstajajo tudi mesečne vozovnice za študente, ki so cenejše, vendar se mi tega ni dalo urejati. Z študentski dom sem odštela 283 evrov na mesec, vendar sem morala plačati za 3 mesece, ker sem začela sredi januarja in končala sredi marca, tako sem plačala za januar, februar in marec. Poleg tega sem plačala še kavcijo v višini 320 evrov, ki je še nisem dobila, naj bi jo pa 8 tednov po zadnjem plačilu mesečne najemnine.

V Gradec so me peljali starši z avtom, saj sem morala prinesiti precej stvari za stanovanje in bivanje v Gradcu. Vse kuhinjske pripomočke, posteljnino pa seveda veliko knjig za učenje... Pripeljala sem tudi kolo. Tako da nisem mogla uporabiti prevozov (mednarodni prevozi.org), ki so sicer najcenejša možnost za pot v Gradec. Za eno smer s prevozi odšteješ 10 evrov. Tako pa me je prišla vožnja v eno smer približno 40 evrov, skupaj z Avstrijsko vinjeto. Ko sem odšla iz Gradca sem ravno tako potrebovala prevoz, takrat me je prišel iskat fant in ponovno sem za pot odštela 40 evrov.

Za Erasmus prakso ni organiziranega tečaja Avstrijske nemščine, ki pa bi mi prišel precej prav, saj je narečje v Gradcu precej izrazito. Tako sem se po svojih najboljših močeh trudila razumeti graško nemščino, saj tudi zdravniki govorijo kar v narečju in niti ne uporabljajo pravilne nemščine.

Erazmus prakso sem opravljala v glavni bolnišnici LKH Univ. Klinik. Ko sem prišla na oddelek, sem dobila omarico in ključek od omarice ter posebno kartico, s katero sem lahko odpirala

določena vrata in na katero sem lahko naložila denar, s katerim sem plačevala kosilo. Ta kartica je tudi pomenila, da sem za kosilo v tamkajšnji menzi namesto 6 evrov odštela 3 evre. Za ključek in kartico sem morala plačati varščino, ki pa sem jo po koncu dela na oddelkih dobila nazaj.

Delo se je na oddelku za nevrokirurgijo začelo on 7.30 z jutranjim raportom, nadaljevali smo z vizitami in nato smo večji del dneva preživeli v operacijskih dvoranah. Precej operacij smo samo gledali, pri operacijah na hrbtu pa smo lahko tudi asistirali. V operacijskem krilu je bila vedno v kuhinji na voljo juha in kruh. Tako da si imel kaj za jesti, tudi če nisi imel časa za odhod v menzo. Mi smo večinoma odšli v menzo, kjer si dobil celotno kosilo za 3 evre, kar je bilo precej ugodno. Kosila so bila raznovrstna in vedno si lahko izbiral med mesnim in vegetarijanskim menijem. Po koncu dela na oddelku sem dobila certifikat o opravljeni Erasmus praksi na oddelku za nevrokirurgijo.

Nato sem odšla še na oddelek za nevrologijo, kjer se je delo začinjalo ob 8.00. Ravno tako smo imeli vsako jutro najprej raport in nato dolge vizite na oddelkih, kasneje si lahko odšle v kakšno ambulanto ali pa ostal na oddelku in delal anamneze in statuse. Tudi tu si imel vsak dan čas, da si šel na kosilo v menzo. Na koncu sem tudi tu dobila potrdilo o opravljeni obveznosti.

V prostem času sem se odpravila na bližnje hribe skupaj s še drugimi Erasmus študenti. Šli smo do Thalersee-ja in do muzeja Arnolda Schwarzeneggerja, na Schökl... Včasih sem tudi naredila kakšno turo s kolesom. Ker je Gradec res blizu Slovenije, so me med konci tedna obiskali tudi prijatelji in takrat smo raziskovali središče Gradca in nočno življenje. Vsekakor dejavnosti ne zmanjka, je pa res, da nisem bila ravno dolgo v Gradcu in da se verjetno po določenem času naveličaš hoditi v center in vedno na iste hribe v bližini.

Na izmenjavi sem se imela precej lepo, izboljšala sem svojo nemščino in pridobila ali obnovila nekaj znanja iz nevrokirurgije in nevrologije. Spoznala sem nekaj prijetnih ljudi in dobila nove prijatelje. Erasmus prakso v Gradcu zelo priporočam, predvsem tistim, ki zelo dobro govorijo nemško, saj si brez jezika tam izgubljen. Večina bolnikov namreč ne govori angleško, pa tudi zdravniki prav radi ne posežejo po angleščini.

Za več informacij sem na voljo: tjasa.zagar0@gmail.com

14. AVSTRIJA – Medicinska univerza v Gradcu (Vanja Lavrenčič)

V Gradcu sem opravljala prakso 2 meseca in pol, od oktobra do decembra. Za svojo Erasmus + prakso sem želela izbrati razvitejšo državo, pošiljala sem e-maile na različne klinike v različne države srednje in severne Evrope. S klinike v Gradcu so mi takoj odpisali, da lahko pridem tako, da sem se potem odločila oditi v Avstrijo. Moja koordinatorka je bila Karin Weinberger, ki je hitro odgovarjala na moje e-maile. Poleti sem začela z iskanjem prenočišča, kar se je izkazalo za dokaj težko nalogo, saj me skoraj nihče ni želel vzeti samo za 3 mesece. Našla sem enoposteljno sobo v WG-ju, kjer sem plačevala 330€ na mesec. Za transport sem si pripeljala kolo in Slovenije, kar se je izkazalo za zelo dobro rešitev, saj si povsod hitro s kolesom. Glede hrane je odlično to, da je kliniki menza, kjer dobiš za 3€ celotno kosilo. Klinika v Gradcu je povsem nova, stara je komaj 3 leta in je posledično zelo moderna in opremljena z najnovejšimi napravami. V istem obdobju je prakso na kliniki opravljala tudi kolegica Ana tako, da sva ves čas na kliniki bile skupaj. Najin mentor je bil dr. Alwin Sokolowski, ki je bil zelo prijazen in vedno odprt za debato. Nemščine na žalost ne znam dovolj dobro, zato je bil moj jezik izmenjave angleščina tako, da sem se z doktorji pogovarjala v angleščini, za kar so bili nekateri zelo odprti, drugim pa je bilo nekoliko odveč. Na mojo srečo je Ana znala nemščino in mi je velikokrat kaj prevedla.

Na kliniki sva si morali v veliki večini sami organizirati stvari. Veliko večino časa sva se gibali na oddelku za protetiko in oddelku za oralno kirurgijo. Na protetiki sva asistirali študentom ter najinemu mentorju in nekaterim asistentom. Na tem oddelku delajo fiksno in snemno protetiko pa tudi higienske faze parodontalnega zdravljenja in konzervativno zdravljenje. S protetičnega vidika sva spoznali mnogo različnih metod in postopkov dela, saj imajo nekoliko drugačno doktrino. Tako sva lahko primerjali metode z našimi, kar nama je razširilo obzorja in dalo novo razmišljanje ter

ideje. Spremljali sva načrtovanje pacientov in debatirali protetične načrte. Na kliniki delajo veliko inlejev in onlejev, endokron, polnokeramičnih prevlek, vedno izdelajo tudi provizorično delno protezo, imediatne proteze, najlonske provizorije. Implantati so v vsakdanji praksi. Spremljali sva protetične faze dela z implantati in videli nekatere zaplete. Spremljali sva digitalno skeniranje. V laboratoriju so nama razkazali rezkalno napravo in napravo za 3D printanje. Ker nama načeloma ni bilo dovoljeno delati na pacientih, sva se želele udeležiti njihovega tečaja za preparacijo za prevleke, inleje, endokrone itd. Tega nama nosilec predmeta ni dovolil, prav tako nama niso dovolili, da bi v predklinični vajalnici lahko vadile preparacije. Na oralni kirurgiji sva videle številne implantacije, sinus lifte, transplantacije zob, bone-splitting, različne velike in male augmentacije, sekvestromijo pri MRONJ, implantoplastiko, apikotomijo. Udeležile sva se tečaja za obrazno akupunkturo. Bili sva na otroškem zobozdravstvu, kjer so enkrat na teden izvajali zobozdravstvene posege na otrocih ob sedaciji Dormicumom, pa tudi posege v splošni anesteziji. Obiskali sva tudi maksilofacialno kirurgijo, ki je pri njih povsem ločena in se nahaja v drugi stavbi. Mentorja sva nekajkrat spremljali čez vikend v dežurni ambulanti, kjer sva na časovno zgoščen način videli diferencialno diagnostiko različnih pacientov z bolečino in potrebne ukrepe. Takrat sva tudi lahko sami delali, saj sva drugače lahko le opazovali in asistirali.

Erasmus+ praksa je bila super, ne samo s strokovnega vidika ampak tudi z osebne rasti, saj sem spoznala in se družila z mnogo ljudmi z vsega sveta, s katerimi sem preživela tri super mesece. Videla sem tudi drugačno organizacijo dela, vso moderno tehnologijo, delo z implantati, cad-cam... Če imate več vprašanj me lahko kontaktirate na vanja.lavrencic@gmail.com.

15. AVSTRIJA – Ordensklinikum Barmherzige Schwestern, Linz (Ester Gaggi Slokar)

Ko so na predstavitvi Erasmus izmenjav za praktična usposabljanja povedali, da samo 30% prijavljenih dejansko gre na izmenjavo, sem mislila da je to hec, saj smo se konec koncev prijavili, ker smo bili za to motivirani. Ko sem začela z iskanjem kontaktov, mi je hitro postalo jasno, zakaj je odstotek »uspešnih prijav« tako nizek. Naloga se je izkazala za še težjo tudi iz razloga, da sem se prijavljala kot mlada diplomantka; postavlja se namreč problem zavarovanja, nalog in potencialnega plačila osebe, ki ni več študentka oz. študent, ima naziv, nima pa še delovnih izkušenj, je brez licence, ipd..

Moje iskanje se je začelo s kontaktom v Brightonu v Veliki Britaniji. Ko sem dobila odgovor, da tamkajšnja kontaktna bolnišnica žal ne sprejema Erasmus študentov, sem pomislila, da bi bil mogoče čas, da se po osmih letih učenja nemščine v šoli, tega jezika končno boljše naučim. In tako sem si februarja začela dopisovati s tajnico z bolnice v Münchnu. Dopisovanje je trajalo več mesecev, maja še vedno nisem dobila jasnega pritrdilnega odgovora, mojemu zadnjemu mailu pa je sledila tišina. Tako sem se, tik predno bi obupala nad prakso in postala del 70% neuspešno prijavljenih študentov, ponovno spravila k računalniku in v par dneh sistematično iskala v določenih mestih bolnice, kontakte na njihovih kardioloških oddelkih in pošijala povpraševanje z motivacijskim pismom, potrdilom o upravičenosti opravljanja prakse po dokončanem študiju ter priporočilnim pismom; najprej v nekaj nemških mestih, potem pa še v Avstriji. Za predstavo naj napišem, da sem kontaktirala približno 40 različnih oddelkov; večina sploh ni odgovorila, dosti odgovorov pa je bilo negativnih, predvsem zaradi pozne prijave za željo začetka prakse v septembru in statusa diplomantke.

Iz Ordensklinikuma Barmherzige Schwestern sem še isti dan dobila odgovor, da me sicer ne morejo plačati, lahko pa pri njih začnem 1.8. za tri mesece, ponudili so mi tudi zastonj sobo oz. stanovanje in brezplačna kosila v bolnišnični menzi. Ker sem si želela pred izmenjavo opraviti še štiritedenski intenzivni tečaj nemščine, da bi se pripravila na sporazumevanje z osebjem in pacienti v jeziku, ki mi (še) ni bil najbolj blizu, sem se brez problemov dogovorila, da prakso prestavimo na 1.9.2017. Po opravljenem tečaju v Grazu sem se tako 31.8. zvečer pripeljala v Linz, dogovorila sem se, da lahko ključ svojega stanovanja dvignem na recepciji v bolnici in sem se lahko brez težav vselila.

Naslednje jutro sem od odgovornega za sodelavce dobila elektronsko kartico za dostop v vse prostore, pomagal mi je tudi pri dogovarjanju za uniformo. Kasneje sem se po jutranjem raportu lahko s šefom kardiologije dogovorila, kako bojo naslednji trije meseci potekali. Prijavila sem se na kardiologijo, imela sem pa tudi veliko željo po delu na intenzivni enoti, tako sva se zmenila, da bom štiri tedne na navadnem oddelku (splošna interna s poudarkom na kardiologiji), štiri na intenzivi, dalje pa sva pustila odprto možnost za dogovarjanje.

Prve dni sem imela z »Oberösterreich-ščino« take probleme, da sem komaj kaj razumela. Skrbelo me je, ali bom sploh lahko kakorkoli sodelovala pri delu, ampak se je potem izkazalo, da mi je šla njihova nemščina vsak dan boljše od rok, spoprijateljila sem se z osebjem na oddelku, kmalu sem začela tudi (v nemščini!) diktirati odpustnice za paciente; sprva občasno s pomočjo google translate-a, kasneje pa vedno bolj suvereno in samostojno.

Po štirih tednih je končno napočil trenutek za oddelek intenzivne terapije. Zaradi bolnišničnega zdravstvenega zavarovanja (ki ga jaz nisem prejela) sicer nisem smela izvajati nobenih invazivnih posegov, tako da sem bila tam bolj kot opazovalka, sem pa bila vseeno tako zadovoljna z okoljem, da sem na intenzivi ostala do konca izmenjave. Če se kdo zanima specifično za kardioško intenzivo, ta bolnica najbrž ni najboljši naslov, ker že nekaj let nimajo več katetra v hiši, je pa bilo veliko raznolikih in zanimivih primerov z glavnim problemom iz različnih internističnih specialnosti. Veliko smo delali z ultrazvokom, pri čemer sem lahko tudi sama sodelovala, dodatno so skoraj vsak dan so iz drugih oddelkov pripeljali kakšnega pacienta za elektrokonverzijo atrijske fibrilacije.

Dan v bolnici se je začel ob 8h s skupnim raportom osebja navadnih oddelkov, ambulant in intenzivne enote. Po tem je sledila na posameznih oddelkih vizita, na navadnih oddelkih še predvsem diktiranje odpustnic, na intenzivi pa izvajanje dodatnih preiskav in posegov oz. sprejemanje novih pacientov po potrebi.

S sodelavci sem se odlično razumela, čedalje bolj je to veljalo tudi za jezikovno plat. Vmes sem kakšen dan preživela tudi v ambulantah: tako v ambulanti za kardiomiopatije in v diabetološki, kot na ultrazvoku, kjer sem lahko gledala tako transtorakalne kot transezofagealne preiskave srca. En vikend sem preživela tudi na urgenci v internistični sprejemni ambulanti.

Tekom izmenjave je bila zame največja težava jezik, zavedam pa se, da sem v teh mesecih kar se tega tiče ogromno napredovala; dejstvo je, da se na začetku sploh nisem mogla pogovarjati, na koncu smo pa med drugim tudi debatirali o razlikah v zdravstvenih sistemih različnih držav. Zdi se mi, da je pomemben korak pri učenju tujih jezikov malce zanemariti strah pred napakami in se enostavno prepustiti pogovoru, s časom že gre. Na koncu izmenjave mi je bilo v največjo čast, da so mi nekateri kolegi rekli, da bi se veselili skupnega dela tudi v prihodnosti.

Za konec svetujem še bodočim kandidatom, naj ne obupajo pri iskanju. Izkušnja je bila enkratna, naučila sem se in videla ogromno, spoznala nov zdravstveni sistem in delovne navade v drugi državi in vse to primerjala s tem, kar poznam pri nas doma. Tistim, ki radi pravijo, da je »v tujini vse boljše«, predvsem tem, ki »v tujini« še niso bili, pa bi rada rekla, naj enkrat le grejo in bodo mogoče videli, da se nam v resnici doma nič kaj slabo ne godi.

16. BELGIJA– Katoliška univerza Leuven, Leuven (Jure Pešak)

Izmenjavo v okviru Erasmus plus praktično usposabljanje sem opravljal v največjem kliničnem centru v Belgiji, v UZ Leuven in sicer na oddelku za nevrokirurgijo. Na izmenjavi sem bil 4 mesece, od začetka septembra do konca decembra. Delovni dan je trajal v povprečju od 8.00 do 18.00, razen ob sredah in četrtek, ko je na oddelku po operativnem programu potekalo še interno izobraževanje specializantov nevrokirurgije in nevrologije.

Med študijem na domači medicinski fakulteti sem večkrat razmišljal o možnosti izmenjave, vendar se zaradi težav z usklajevanjem predmetnikov in možnosti Erasmus sprva nisem odločil za izmenjavo, zato pa sem izkoristil možnost Erasmus praktičnega usposabljanja. Ta možnost se mi je zdela zelo dobra, ker si lahko sam izbereš poljubni oddelek (ali laboratorij) in se poskušaš dogovoriti za željen program, bodisi raziskovalni ali klinični ali oboje. Sam sem želel pridobiti čim

več prakse in kirurških veščin, čeprav so mi ponudili tudi možnost dela na raziskovalnem področju. KU Leuven ima, mimogrede, izjemno dobre pogoje za raziskovanje, kar se pozna tudi pri dosežkih univerze. Jaz sem torej večino časa preživel v glavnem operacijskem bloku ali v mali operacijski dvorani. Sodeloval sem pri obravnavi nevrokirurških bolnikov, asistiranje pri operacijah se je začelo že s prvim dnevom. Sprva so bili profesorji nekoliko zadržani (kot je v navadi na severu Evrope), vendar smo se hitro spoznali, tako da so mi nejasnosti med operacijami izčrpno razložili, pogovor pa je dostikrat zašel tudi na druge teme. Ker je KU Leuven referenčni center za številna področja v medicini v Belgiji, je na oddelku vedno veliko domačih in tujih specializantov, specialistov na subspecialnem izobraževanju, doktorskih raziskovalnih študentov in številnih koasistentov. Koasistenti so nekakšni pripravniki glede na naš sistem, ki so z eno nogo že v programu specializacije. Pravim z eno nogo, saj je to čas, ko se morajo ti, sicer še vedno študenti medicine, dokazati na oddelku in pokazati, zakaj so prav oni tisti, ki si zaslužijo postati novi specializanti nevrokirurgije. To pomeni, da jih je "vsepovsod polno", vedno pripravljene za delo in kljub tekmovalnosti (na oddelku jih je bilo v tem obdobju s prekinitvami 10, sprejeli bodo 2) prijazni in spoštljivi do drugih. To vnese v oddelek precej motivacije za dodatno učenje, ki jo še spodbujajo profesorji s predlaganimi članki, poglavji v knjigah, vprašanjih na slajdih, vabil na kongrese in podiplomska usposabljanja na gostujočih belgijskih bolnicah... Ta pozitivna energija se pozna tudi izven delovnega okolja, saj starejši specializanti večkrat organizirajo druženja in zabave, na katere povabijo vse ljudi iz oddelka.

Če pa govorimo o Erasmus izmenjavah, pa kljub vsemu ne smemo zanemariti moč birokracije. Čeprav v Sloveniji pogosto jamramo nad pretiranim prelaganjem papirjev, v Belgiji stanje ni nič kaj boljše, dostikrat celo slabše. Na to dejstvo nas je že pred izmenjavo opozorila vodja domače mednarodne pisarne, ga. Jerneja Čelofiga in nam povedala, da le četrtnina študentov, ki se prijavni na Erasmus prakso, kasneje dejansko gre na izmenjavo. Toraj ohranite železno voljo in veselo pišite maile in kličite v tujo mednarodno pisarno. Jaz sem se dogovarjal od decembra do praktično zadnjega tedna pred izmenjavo, torej konca avgusta. V Leuvnu je bilo letos še posebej pestro, ker se je med letom menjala njihova vodja mednarodne pisarne.

Leuven je majhno študijsko mesto in kot tako vedno zelo živahno s številnimi socialnimi aktivnostmi čez vse leto. Glede na razpoložljiv čas boste sigurno našli aktivnosti, organizacije, športe, ki so vam pri srcu in zapolnili prosti čas. Ker je Leuven lociran v centru Belgije in le streljaj od Bruslja, imate odlične možnosti za potovanje tako po Beneluxu kot širše po Evropi. Vreme je toplejše kot v Sloveniji,

ampak pogosto dežuje, pravzaprav nenehno prav nadležno prši. Kljub vsemu se nekako da prilagoditi vremenu in na koncu večinoma, kot delajo domačini, sploh ne uporabljati dežnika. Na sploh menim, da je KU Leuven odlična izbira za Erasmus praktično usposabljanje.

17. FINSKA – Biomedicum, Helsingin Yliopisto; Helsinki (Sara Jagodic)

Zaradi preteklih pozitivnih izkušenj z usposabljanjem v tujini, sem se odločila, da zadnje leto pred diplomo posvetim Erasmus+ praktičnemu usposabljanju. Glede na moje takrat pomanjkljivo znanje finščine, predvsem pa željo po podrobnejšem poznavanju dela v laboratoriju zaradi želje po nadaljevanju študija na doktorski ravni, sem se odločila za povsem raziskovalno prakso. Erasmus praktično usposabljanje sem od konca novembra 2017 do julija 2018 opravljala v raziskovalni skupini Sleep Team Helsinki v Biomedicumu, v sklopu Univerze v Helsinkih.

Za prakso sem se dogovorila preko elektronske pošte z vodjo raziskovalne skupine. Prošnje (CV in motivacijsko pismo) sem pošiljala več mesecev na več raziskovalnih skupin, ki se ukvarjajo z nevroznanostjo. Rečeno je bilo, da trenutno nimajo novega projekta, na katerem bi lahko delala, vendar lahko delam na večih projektih, ki so že v teku in tako spoznam več laboratorijskih metod. Ker naša fakulteta nima pogodbe z Medicinsko fakulteto v Helsinkih, sem morala zaprositi za »visiting student status«, s katerih sem bila upravičena do popusta pri vozovnici za javni prevoz in do študentske cene kosila v menzi, namestitev pa sem si morala organizirati sama preko privatnega

marketa. Najela sem sobo v stanovanju s starejšo gospo, ki je bila na ugodni lokaciji, blizu bolnišnice in fakultete ter glede na cene sob v Helsinkih zelo ugodna.

S prakso sem pričela 10 dni pred uradnim začetkom, dan po prihodu v Helsinke. Sodelovala sem pri dveh glavnih projektih: »The effects of sleep schedules, feeding and lighting conditions on zebra fish larvae gene expression« ter »The effect of sleep restriction on brain microglial morphology in mice«. V sklopu projektov sem se najprej poglobila v obstoječo literaturo za boljše razumevanje področja dela. Začela sem z delom na »zebrafish projektu«, namen katerega je ugotoviti, kateri biološki procesi in kateri geni so povezani s slabo kvaliteto spanja in nezdravim življenjskim stilom. Spoznala sem vzdrževalno delo različnih razvojnih stopenj ribjih ličink in sodelovala pri eksperimentalnem delu projekta, kar je vključevalo hranjenje rib v različnih svetlobnih pogojih, mikrodisekcijo ličink rib in kolekcijo možganov in tkiva trupa ličink, nato ekstrakcijo RNK iz tkiva in analizo podatkov z uporabo Affimetrix Transcriptome Analysis Console (TAC) in Basic Alignment Search Tool (BLAST) programov. Nadaljevala sem z delom na »Mikroglia projektu«, namen katerega je študij efektov pomanjkanja spanja na mikroglijo preko analize morfologije mikroglije. Spoznala sem naslednje metode: odtegnitev spanja pri miših, imunohistokemijo – »imunostaining« možganskega tkiva miši v prosto plavajočih rezinah proti IBA1 in NeuN, morfometrično analizo na podlagi 3D fluorescentnih posnetkov z uporabo ImageJ - Simple Neurite Tracer programa. Ročno sem analizirala mikroglijo možganskih rezin miši iz naslednjih skupin: v standardnih pogojih, po odtegnitvi spanja in po fragmentaciji spanja ter po administraciji lipopolisaharida. Spoznala sem značilnosti EEG v različnih fazah spanja in se naučila ročno analizirati EEG (manual EEG sleep stage scoring) z uporabo programa Spike2 v miših in podganah. Poleg tega sem sodelovala pri metodi odtegnitve spanja pri podganah, opazovala implantacijo EEG/EMG elektrod, perfuzijo in kolekcijo tkiva v podganah ter pomagala pri sestavljanju EEG elektrod za implantacijo v podganah. Udeležila sem se predavanj v sklopu »Sleep School«, ki jih organizira laboratorij in pripravila Journal Club ter več drugih znanstvenih predavanj v sklopu tedenskih sestankov. Sodelovala sem tudi v »Presentation Workshop«, ki ga je organiziral laboratorij. Delala sem približno 8 ur dnevno, od ponedeljka do petka, v prvih 3 mesecih pa več, vključno z vikendi in brez rednih delovnih ur.

V prostem času sem investirala v intenzivni tečaj finščine in dosegla raven jezika, ki zadošča za pridobitev licence na Finskem. Helsinki so sicer krasno mesto z ogromno možnostmi za preživljanje prostega časa, brezplačnimi dogodki in hitrim dostopom do narave. Transportne povezave so odlične, veliko ljudi tako ne potrebuje avtomobila. Kulturnemu šoku sem se tokrat izognila, saj sem leto dni živela v Oulu-ju v sklopu Erasmus izmenjave.

Erasmus praktično usposabljanje v Helsinkih priporočam vsem, ki bi radi izkoristili prijetno s koristnim in spoznali drugačen način dela.

18. FRANCIJA – Cti Biotech Lyon (Mojca Ahačič)

Erasmus prakso sem opravljala v Lyonu v Franciji kot mlada diplomantka. Ko diplomiraš, se znajdeš v neki čudni sivi coni – nimaš več statusa, na pripravništvo moraš čakati nekaj mesecev kot nezaposljiv kader. Odlična priložnost za odhod na Erasmus prakso.

Sama sem iz osebnih razlogov zaljubljena v Francijo, zato izbira države zame ni bila nikakršen problem. Tudi mesto je bilo kmalu izbrano. Lyon je vendarle kulinarična prestolnica Evrope, z največ restavracijami z Michelinovo zvezdico ;). Mesto je dovolj veliko, da ti nikoli ni dolgčas, a hkrati dovolj majhno, da ga hitro osvojiš. Imajo odlično urejen javni promet (metro, tramvaj, avtobus, vlak, vzpenjača) – in dokaj ugodno mesečno vozovnico. Kot diplomantka nisem imela študentskih ugodnosti, pa tudi toliko težav s svetovno znano francosko birokracijo ne, saj sem prakso opravljala izven fakultet v privatnem podjetju.

Ko se odločiš, da greš na prakso v Francijo, tvoje znanje francoščine pa ne sega dlje od »omlette du fromage«, si postavljen pred velik izziv. Na srečo je Lyon dovolj veliko mesto, da se tudi za takšne kot sem jaz nekaj najde. Odločila sem se, da si prakso poiščem v raziskovanju, saj bom na

kliniki preživela celo življenje □. Po obračanju googla po dolgem in po čez sem našla spletno stran CTI BIOTECHA. Kontaktirala sem (angleško govorečega) prof. Colina McGuckina, naslednji dan dobila odgovor in se zelo hitro dogovorila za prakso.

Podjetje se nahaja v Meyzieu-ju, mestecu nekaj kilometrov severno od Lyona, v industrijski coni. Iz centra mesta do tja vozi direkten tramvaj, tako da s transportom nisem imela nikakršnih težav. Ekipa CTI BIOTECHA je zelo mlada, večinoma gre za sveže diplomante, polne delovnega elana. Vsi zaposleni tekoče govorijo angleško, saj je prof. McGuckin Irec in z njimi večinoma komunicira v angleščini. Že prvi dan smo se dogovorili, kakšen bo moj obseg dela. Delala sem predvsem z dr. Olivierjem Degoulom na področju raziskav za francoski nacionalni projekt IMODI (inovative models initiative against cancer). V laboratoriju sem vsak dan preživela od cca 9:30 zjutraj do 19h ali 20h zvečer. Na začetku se mi je to zdelo blazno čudno, ampak ko nekaj časa preživiš v Franciji, se navadiš njihovega ritma. Zjutraj radi malo pospijo, si obvezno vzamejo uro odmora za kosilo, zvečer delajo, dokler delo ni opravljeno. Naslednji dan pa ponovi vajo. Med tednom živijo bolj kot ne za službo, med vikendi pa si vzamejo čas zase in družino.

Osnovna dejavnost podjetja je sicer ukvarjanje z matičnimi celicami in biobanka, raziskave na področju kože in 3D printing. Vključena sem bila v vse projekte, najbolj pa me je seveda navdušil 3D tiskalnik, s katerim tiskajo modele kože s pomočjo bio-inka.

Kljub dolgim delavnikom lahko rečem, da je bila izkušnja zame edinstvena in neponovljiva. V CTI BIOTECHu nisem pridobila samo ogromno novega znanja in izkušenj. Dobila sem svojo »francosko družino«, z vsemi zaposlenimi smo še vedno v stiku.

Prakso v CTI BIOTECHu absolutno priporočam, saj boste takšno prijaznost in angažiranost srečali redko kje. Pa tudi raziskovanje ni tako dolgočasno, kot človek dobi občutek na faksu □.

19. FRANCIJA – Université Claude Bernard Lyon (Neža Eržen)

Erazmus prakso sem od decembra do februarja opravljala v Lyonu. Lyon je znan bo bolnišnicah, ki so ene izmed najboljših v Franciji. Študenti prakso opravljamo v več bolnišnicah, sama sem začela v Hopital Eduard Herriot, nadaljevala pa v Hopital de la Croix Rouse. Na obeh oddelkih sem bila edina tujka, vsi ostali študenti so bili Francozi. Ker sem v četrtem letniku opravljala izmenjavo v Franciji, z razumevanjem na vizitah, predajah in pri pogovoru s pacienti nisem imela nobenih težav. Je pa to za tiste, ki v Francijo pridejo prvič, kar izziv. Vaje sem opravljala na dveh oddelkih: najprej na kirurški in travmatološki urgenci (Urgences chirurgicales et traumatologiques), nato pa na kirurškem oddelku intenzivne terapije (Réanimation chirurgicale).

Na urgenci sem pregledovala paciente, spisala anamnezo in status ter ju poročala nadzornemu zdravniku. Ta je nato pacienta še enkrat pregledal in določil preiskave (lahko sem jih tudi jaz), morebitne konziliarne preglede, zdravljenje... Paciente sem spremljala na rentgen, oz po po želji na druge preiskave. Lahko sem izvajala preproste posege: šivanje ran, nameščanje opornic, odvzem arterijske krvi za plinsko analizo in seveda snemanje EKG. Za nekaj dni sem na lastno željo odšla tudi na njihov IPP. Na vajah sem bila od ponedeljka do petke, od 9ih do 17ih/18ih. Na intenzivi sva bila le dva študenta. Na začetku sva le prisostvovala na vizitah in odgovarjala na vprašanja pedagoško usmerjenih specializantov in specialistov. Kasneje sem lahko delala ultrazvoke srca, pljuč in FAST, seveda posnela kar nekaj EKGjev. Bila sem zraven pri sprejemih, kasneje sem pisala anamnezo in status. Imela sem priložnost izvajati veliko posegov: lumbalna punkcija, arterijska linija, centralni venski kateter, punkcija ascitesa, torakalna drenaža (ob pomoči specializanta), uvajanje dializnega katetra... Delavnik je bil kar dolg, od 8ih do 18ih, vendar se hitro navadiš □

Vaje v Franciji so torej malo drugačne kot pri nas; so manj strukturirane, če se ti ne da delati oziroma če te stvar ne zanima, ne boš odnesel nič. Če pa pokažeš zanimanje, se lahko naučiš ogromno. Tudi sicer je Lyon odlično mesto za izmenjavo. Dogaja se veliko, mesto ima tudi ogromno muzejev ter zanimivo zgodovino. Manjka le narava, ki je malo bolj oddaljena. Mestni prevoz je zelo dobro urejen, vse, kar je v bližini linij metroja, je zelo lahko dostopno. Mesečna vozovnica stane 31 eur, za 15 eur si lahko izposodite mestno kolo Velo'v, ki deluje na enak način

kot Bikelj. Največja težava je iskanje stanovanja. Študenti, ki pridejo za manj časa, zelo težko dobijo možnost bivanja v študentskem domu. Sama sem uspela najeti sobo za dva meseca, saj je lastnica šla na dvomesečno potovanje. Pred tem sem slab mesec živela v hostlu. Oglase sem iskala na spletni strani lacartedescolocs.fr, obstaja še veliko drugih. Če ostanete dalj časa, se vam splača urediti CAF – to je finančna pomoč za plačilo najemnine, do katere smo upravičeni tudi tujci. V Lyon sem priletela iz Benetk (Easyjet), cenejša možnost je Flixbus s prestopom v Milanu, ki traja 16 ur.

Če potegnem črto, sem z izmenjavo zelo zadovoljna. V slabih treh mesecih sem se naučila ogromno. Težav s francosko birokracijo praktično nisem imela. Izmenjavo v Lyonu toplo priporočam.

20. HRVAŠKA – Splošna bolnišnica Pula (Jovana Bekić)

Na Erasmus + prakso sem se odpravila po končanem študiju. Dva meseca, oktober in november, sem preživela na oddelku nevrologije v Splošni bolnici Pula. Tam sem bila namreč prva, ki je opravljala podobno prakso/izmenjavo, tako da sem na samem začetku morala na dolgo in obširno vodstvu bolnice predstavljati Erasmus plus prakso in potek le-te. Osebnostno sem se oglasila pri namestniku ravnatelja Pulske bolnice, ki je med drugim zadolžen za vse izobraževalne aktivnosti ustanove. Po daljšem pogovoru sva sve dogovorila, da mu pošljem pisno zahtevo za opravljanje prakse, ter naj navedem več kot en želen oddelek – sama nisem bila stoodstotno prepričana, ali je nevrologija edini oddelek, ki me zanima, tako sem brez težav navedla še nekaj drugih. Oni so mojo zahtevo posredovali predstojnikom različnih oddelkov, najbolje od vseh se je odzvala predstojnica nevrologije, ki je z veseljem podpisala začetni del Learning agreementa in me lepo sprejela.

Glede na to, da sem se v Pulo odpravila izven turistične sezone, večjih težav z namestitvijo nisem imela. Na Booking.com sem poiskala razpoložljive apartmaje ter kontaktirala lastnike in z enim se mi je uspelo dogovoriti za ugodnejšo ceno za dolgoročnejši, dvo mesečni najem. Želela sem si biti nameščena bližje morju in plaži, zaradi česar sem bila nekoliko bolj oddaljena od bolnice - mestni prevoz v Puli je dobro organiziran, zato s prevozi ni bilo težav. Kuhala sem večinoma sama, večkrat se je tudi zgodilo, da sem šla iz bolnice direktno na pozno kosilo v bližnje restavracije in kavarne v mestu.

Pulska bolnica je razdeljena na dva dela – novo in staro bolnico. Oddelek nevrologije je še vedno v stari, "Mornarički" bolnici. Kljub starosti je še vedno lepo ohranjena, tudi delo v ambulantah na Polikliniki je dobro organizirano, kot tudi dnevna bolnica- v katero prihajajo bolniki večinoma zaradi i.v. aplikacije zdravil. Oddelek nevrologije je v grobem razdeljen na vaskularni in splošni del, sama sem večino časa preživela na splošnem delu, saj sem tam imela največ priložnosti učiti se več različnih stvari. Moja naloga je bila omejena – ambulantne bolnike sem včasih sama pregledala, toda venomer sem morala poročati nadrejenemu zdravniku. Za predpisovanje zdravil nisem bila pooblaščenca. Glavna mentorica si je vedno vzela čas za dodelitev neposrednih mentorjev, prav tako mi je tudi sama prenesla ogromno znanja. Nisem imela nikakršnih težav z osebjem, saj me je mentorica vedno prijazno predstavila, ter ostalim zdravnikom in sestram razložila kdo sem in zakaj sem v njihovi bolnici. Omogočila mi je, da sem šla večkrat pogledat "Hitri trakt" oz. njihovo urgenco. Tam večinoma delajo mladi specializanti različnih specializacij. Vsak delovnik sem bila prisotna na vizitah na oddelku nevrologije, nato sem občasno dobila dodatne naloge kot npr. - ponovni pregled bolnikov po terapiji, spremljanje bolnikov na preiskave, vstavitve nazogastrične sonde, urinskega katetra ipd. Kolektiv v bolnici je bil odličen, težave so reševali sproti. Na drugih oddelkih sem bila le konziliarno, tako da na teh nisem utegnila spoznati podrobnosti o poteku.

Socialno življenje izven bolnice ni bilo tako raznoliko, kot sem se sprva veselila da bo. Poletje in živahna turistična sezona sta minili, in v Puli je ostalo le še redno zaposleno prebivalstvo - študentov in mladih pa je relativno malo, saj večina njih študira na Reki. Posledično, izven bolnice nisem spoznala veliko ljudi.

Erasmus plus praksa mi je omogočila vpogled v potek dela v manjši bolnici izven Slovenije, bolj jasno sliko o specializaciji nevrologije, ki me sedaj še bolj privlači. Menim, da so tovrstne prakse odličen način, da se študentje in mladi diplomanti seznanimo z realnim življenjem. Študij medicine traja dolgo časa, sprehajamo se skozi različne veje tako široke stroke, včasih je težko izbrati pravo specializacijo. Erasmus plus praksa je veliko v pomoč vsem bodočim zdravnikom pri izbiri nadaljnje karijerne poti.

Za vse dodatne informacije sem na voljo prek email-a jovanab.zr@gmail.com ali tel.: 040699734.

21. HRVAŠKA – Klinična bolnica Dubrava Zagreb (Marija Jeler)

Za praktično usposabljanje v Klinični bolnici Dubrava Zagreb sem se odločila predvsem zato, ker dobro razumem hrvaški jezik in ker sem že prej na medicinskem kongresu spoznala tam zaposlene specialiste. Običajno na Hrvaškem preživljam poletne počitnice, tokrat pa sem se tja odpravila novembra. V mednarodni pisarni na sedežu Medicinke fakultete Zagreb so bili zelo prijazni saj so mi pomagali urediti kartico ZET za tramvaj/avtobus, brez česar v Zagrebu ne gre. Na MF Zagreb vam bodo dali potrdilo za čas prakse ali študija, potem pa potujete eno uro s tramvajem do sedeža ZETa, kjer vam uredijo kartico. Zagreb žal nima tako dobro urejenih kolesarskih stez, zato vožnje s kolesom ne priporočam, razen če si želite adrenalinskih podvigov. Imela sem srečo, da sem lahko za čas prakse bivala v samem centru, saj se tam vedno kaj dogaja. Cene bivanja v Zagrebu so približno enake kot v Ljubljani. Slabost bivanja v centru je bila ta, da sem vsak dan potrebovala do bolnice skoraj eno uro s tramvajem, zato pretehtajte sami kaj vam je ljubše – utrip mesta ali bližina delovnega mesta. Da ne boste preveč osamljeni v milijonskem mestu, se lahko včlanite v Fb skupino ostalih Erasmus Zagreb ESN, saj organizirajo številne zabave in izlete. Če boste šli v Zagreb na prakso, ne boste upravičeni do Xice (to je kartica za študentske menze), če pa boste vpisani na študijsko izmenjavo, pa jo lahko dobite. Hrana za študente je mnogo cenejša kot pri nas študentski boni, vendar je temu primerna tudi kvaliteta. Jaz sem se večinoma prehranjevala kar v menzi bolnice, kjer je bila hrana zame vredna. Vsekakor priporočam, da preizkusite kulinariko hrvaške kuhinje v restavracijah po mestu, še posebej priporočam njihove štruklje in morskno hrano. Sprva sem načrtovala ostati na praksi štiri mesece, vendar sem kmalu po novem letu ugotovila, da bi želela ostati še malo dlje. Tako sem v Zagrebu preživela 6 mesecev in tri letne čase. Jesen v Zagrebu je podobna kot v Ljubljani, dosti je bilo dežja. Sama sem v tem času obiskala nekaj muzejev, najbolj mi je v spominu ostal Tehnični muzej Nikole Tesla. Zima je po mojem najlepši čas v Zagrebu, saj je takrat advent in mesto postane ena čudovita pravljica, ki se jo splača obiskat. Zima je tudi čas za smučanje na Sljemenu ali pa samo za popoldanski sprehod do Medvedgrada, iz katerega boste občudovali cel Zagreb. Spomladi se prebudijo cvetlice in živali, zato je to najlepši čas za obisk parka Maksimir z živalskim vrtom. MF Zagreb sekcija za šport vam ponuja tudi številne športne dejavnosti, jaz sem hodila na treninge plavanja. Moji delavniki na Kliničnem oddelku za diagnostično in intervencijsko radiologijo so se začeli ob 7:30 uri z raportom in končali okoli 15. ure. Prakso sem pričela na „klasiki“, kjer tudi specializanti začnejo z odčitavanjem rentgenskih posnetkov skeleta, pljuč, abdomna... Čez mesec dni sem prešla na ultrazvočno diagnostiko, kjer sem ostala dva meseca. Sledil je mesec in pol na računalniški tomografiji, dva tedna interventne radiologije in nazadnje še mesec dni na magnetni resonanci. Na vsaki od diagnostik sem skupaj s specializanti pomagala pri odčitavanju radioloških posnetkov, vedno pa nas je nadziral zdravnik specialist, ki je preverjal naše izvide in nas podučil o napakah ali pohvalil za dobro napisano poročilo. Na ultrazvoku sem se naučila sama izvesti pregled, seveda pod nadzorom specialista. V intervencijski dvorani pa sem lahko asistirala. Dobro sem se spoznala z delom radiologa, ponovila sem anatomijo celega telesa, nadgradila sem svoje znanje iz radiološke diagnostike in terapije, opravila sem njihov nacionalni izpit iz radiološke varnosti, ter dobila svoj dozimeter :-). V radiološki tim Bolnice Dubrava sem bila izredno lepo sprejeta, vsak dan sem z veseljem odšla na prakso, kljub številnim preiskavam, smo si vzeli čas za praznovanja opravljenih doktoratov in specialističnih izpitov, obvezni so bili odmori za kavo v skupni sobi.

Hvaležna sem, da me je kolega, ki je izkoristil vse možne Erasmus programe, prepričal, da tudi sama poizkusim Erasmus prakso. V Zagreb sem odšla po znanje, odnesla pa sem mnogo več kot le to.

22. IRSKA – 3 Dental Clinic, Dublin (Paula Kodermac)

Od 08. januarja 2018 do 31. marca 2018 sem opravljala praktično usposabljanje Erasmus+ na zasebni stomatološki kliniki 3 Dental v mestu Dublinu na Irskem. Za opravljanje prakse na Irskem sem se odločila, ker sem enkrat že obiskala Dublin ter sem takoj vedela da je to mesto kjer želim delati in živeti. Dublin me je preprosto prevzel, počutila sem se kot da bi bila na pravem mestu v pravem času.

Za opravljanje prakse na Irskem sem se odločila že nekaj mesecev pred odhodom, sicer nisem imela določene fakultete ali klinike katero bi kontaktirala, zato sem se odločila najprej poslati mail privatnim fakultetam katere sem našla na spletni strani. Po neštetih zavrnitvah sem začela pisati tudi privatnim klinikam. Nenazadnje so me kontaktirali iz 3 Dental klinike in rekli da me z veseljem sprejmejo, tako smo se zelo kmalu, brez težav, zmenili vse glede prakse. Na kliniki sem bila prva Erasmus+ študentka, a sem se vsekakor počutila dobrodošlo. K temu sta gotovo pripomogli irska gostoljubnost ter želja po sodelovanju s tujimi študenti tako asistentk, kot tudi zobozdravnikov. Od prvega dne sem se počutila da so me sprejeli in mi dali priložnost da pokažem vse kar čutim in znam, od takrat naprej je šlo samo na boljše!

V okviru prakse sem obiskovala klinične oddelke za endodontijo, restorativno zobozdravstvo, protetiko, oralno kirurgijo in laboratorij. Na kliničnih oddelkih sem opazovala delo specialistov in asistirala pri njihovem delu s pacienti. Pri tem sem imela priložnost videti kar nekaj oralne patologije in zanimive postopke dela. Imela sem priložnost videti velik estetskega zobozdravstva in digitalne tehnologije, isto tako sem bila povabljena na seminar o Photoshop Smile Design-u, na kar sem preprosto ostala navdušena in si želim v prihodnosti nadgrajevati znanje na tem področju. Poleg tega sem z mentorjem, specialistom protetike, predelala nekaj teoretičnih poglavij in imela med drugim priložnost, da se preizkusim v digitalnem odtiskovanju in digitalni izdelavi protetičnih izdelkov.

Kljub temu da je angleški jezik na Irskem materni, sem imela majhne težave z razumevanjem njihovega naglase oziroma pogovornega jezika. Ne dolgo zatem, ko sem opozorila da določenih stvari ne razumem, so vsi začeli biti pozorni na njihovo izgovorjavo in ne uporabljanja »slang« jezika pred mano. Seveda, kakor je čas mineval se je utrdilo moje razumevanje in uporabljanje angleščine.

Čeprav je moja prvotna želja bila opravljati prakso na fakulteti in ne pri zasebnem zobozdravniku, sem zelo vesela da sem bila sprejeta v že omenjeni kliniki. Klinika ima vse oddelke in sem lahko bila tam kjer sem želela, večinoma sem asistirala ob stolu in sem imela priložnost iz prve roke videti kako in kaj se dela, istočasno pa tudi vprašati kar me je zanimalo. Isto tako, imela sem priložnost kadarkoli pogledati v laboratoriju postopek izdelave izdelkov ki smo jih prvotno delali klinično. Klinika slovi kot najboljša in največja na Irskem, kar pomeni da neprestano vlagajo v svoje znanje, opremo in prakso. Mene pa so brez težav vključili v nove projekte, seminarje in izobraževanja in mi na ta način dali izjemno priložnost da se naučim veliko tega novega. Preden sem odšla na prakso, sem si predstavljala, da bo delo precej drugačno od dela v Sloveniji. Moja pričakovanja so se izkazala za resnična, a vendar so se razlike pokazale bolj v odnosu med ljudmi, kot v strokovnem znanju in kliničnem delu. Izpostavila bi predvsem to, da so na Irskem tako zobozdravniki kot tudi sestre vedno pripravljene na sodelovanje, zelo dostopni, ni slabe volje in delo se opravi z veliko manj stresa! Včasih je potrebno mal več časa da se kaj naredi ampak končni rezultat je isti če ne tudi boljši. Brez nobenih zadržkov je možno vse vprašati in tudi povedati.

Izkušnja opravljanja prakse v 3 Dental kliniki je bila zame vsekakor izjemno pozitivna. Postopkov zdravljenja, se sicer v grobem bistveno ne razlikujejo med obema državama. Vsekakor pa sem pridobila dragocene izkušnje, ki mi bodo v pomoč pri bodočem delu zobozdravnice. Način kako

so me tam sprejeli in se ves čas obnašali do mene, mi bo ostal v najlepšem in najboljšem spominu in upanju da bom tudi naprej v svoji praksi doživela tako pozitivne izkušnje.

Za Irsko sem se odločila ker sem takoj čutila izjemno povezavo z mestom kakor tudi z ljudmi. Moja Erasmus+ praksa se je izkazala veliko več kot sem sama pričakovala. Na Irsko sem šla brez da bi koga poznala, po treh mesecih sem imela toliko novih poznanstev in prijateljev, zato vem da bom prej kot slej spet obiskala Irsko. Dublin je pravo mesto za mlade ljudi ki se želijo naučiti veliko novega, hkrati pa spoznati izjemno kulturo, kajti ljudje tam so tako pozitivni, veseli, odprti in dobri da je skoraj nemogoče da se ne prepustiš taki energiji in preprosto tudi sam postaneš del te čudovite kulture.

23. ITALIJA – Univerza v Pisi (Urška Žitko)

Za Erasmus prakso sem se odločila, ker je manj urejanja dokumentacije, prav tako pa ni potrebna bilateralna pogodba z gostujočo univerzo. Pri iskanju mentorja mi je pomagal docent na fakulteti, saj je najprej on kontaktiral tamkajšnega profesorja, naprej pa sem stvari urejala sama.

Izbrala sem Italijo (Univerza v Pisi), saj me je zanimala njihova parodontologija in estetsko zobozdravstvo, želela pa sem tudi izboljšati svoje znanje italijanščine. Za iskanje sobe priporočam razne skupine na facebooku in spletno stran www.uniaffitti.it. Sama sem potrebovala precej časa, da sem našla prosto sobo, saj mi večina lastnikov ni želelo oddajati samo za 2 meseca. Cene za samsko sobo se gibljejo nekje od 150-300€ na mesec. Na splošno so cene malenkost višje kot v Sloveniji, tako da sem imela mesečne stroške za bivanje približno 350€ (najemnina, stroški, hrana). Preden podpišeš najemno pogodbo, si moraš urediti tudi codice fiscale – neka vrsta davčne številke, ki jo dobiš na lokalni Agenzia delle entrate. Prvi mesec sem se na kliniko vozila z avtobusom (mesečna karta je 20€ za študente, ki niso vpisani na univerzo v Pisi), nato pa sem hodila peš, saj sem prišla v enakem času. Možnost je tudi, da si kupiš kolo ali pa članarino za njihov Bicikelj (CicloPI), ki stane 25€/leto. Iz Slovenije do Pise pa sem potovala s Flixbusom, ki stane okrog 40€, odvisno kako hitro kupiš karto. Pisa ima tudi letališče, a so povezave s Slovenijo slabe.

Italijani so zelo prijazni, a je potrebno veliko pregovarjanja in urejanja, saj so tudi precej pozabljivi. Prav tako menim da je za dobro izkušnjo obvezno znanje italijanščine, čeprav trdijo da znajo angleško. Univerzitetna klinika v Pisi je majhna. Sama sem pričakovala da bom večinoma na kirurškem parodontološkem oddelku (tak je bil dogovor pred odhodom), na koncu pa se je izkazalo da bom pomagala pri eni od raziskav. Krožila sem tudi med oddelki oralne kirurgije, parodontologije in otroškega zobozdravstva, kot uniformo potrebuješ samo belo haljo. Lahko sem le opazovala delo, saj pri njih študenti ne smejo delati na pacientih. Zaradi tega mi je kmalu postalo dolgčas, tako da sem bila vesela za delo na raziskavi. 1x na teden sem imela tudi predavanja na temo parodontologije skupaj s študenti 5. letnika. Glede na videno, bi to kliniko priporočala samo če vas zanima parodontologija, za ostale smeri si raje izberite drugo mesto. Večina študentov in zaposlenih v Pisi mi je v Italiji priporočala Sassari na Sardiniji, saj imajo tam študenti dejansko prakso na pacientih že med študijem (podoben sistem kot pri nas).

Če sem bila nad kliniko malenkost razočarana, pa sem bila navdušena nad Toskano, ki sem si jo ogledala tekom izmenjave. Pisa se namreč nahaja v središču pokrajne in ima odlične povezave z ostalimi mesti (Firenze, Lucca, Volterra, Cinque Terre, Siena...). Prav tako sem uživala v italijanskem lagodnem načinu življenja ter njihovi prijaznosti in odprtosti. Erasmus+ prakso priporočam vsakemu študentu ob zaključku študija, saj ti res razširi obzorja in da veliko novih poznanstev.

urska.zitko@gmail.com

24. ITALIJA – Univerza Tor Vergata Rim (Lina Pajnik)

Erasmus + praktično usposabljanje je edinstvena in izjemna priložnost za študente dentalne medicine, saj je študijska izmenjava tekom študija zaradi študijskega programa skoraj nemogoča.

Program ti omogoči nekaj mesečno praktično usposabljanje po zaključku študijskih obveznosti in moje mnenje je, da je najbolj primeren čas za izvedbo praktičnega usposabljanja po končanem 6.letniku. Tako sem se tudi sama odločila, da opravim dvomesečno (68 dni) praktično usposabljanje in si tako izpolnim željo po nabiranju novih izkušenj izven meja Slovenije. Izbrala sem Italijo, natančneje mesto Rim, ki me je že nekaj let nazaj popolnoma navdušil. Združiti pridobivanja znanja in hkrati živeti v Rimu pa se mi je zdela naravnost fantastična ideja. Prakso sem si uredila popolnoma sama pri čemer mi je bila v veliko pomoč italijanska študentka, ki je dve leti nazaj na naši univerzi opravljala študijsko izmenjavo. Z njeno pomočjo sem pridobila ustrezne kontakte na univerzi in si poiskala tudi mentorico, ki je bila tekom celotnega usposabljanja odgovorna zame. Prakso sem si začela urejati 3 mesece pred odhodom. Moram pa priznati, da o sami birokraciji na univerzi niso bili seznanjeni tako, da je bilo vložene veliko truda in poslanih ogromno mailov, da so se zadeve na koncu uredile in izpeljale. Nastanitev sem si poiskala s pomočjo agencije, kontakt sem dobila na spletni strani od univerze. Imaš možnost nastanitve v kampusu univerze (vendar moraš bivati tam minimalno 3 mesece) ali najem sobe v zasebnem stanovanju. Cene se gibajo od 350 – 450 evrov mesečno za svojo sobo v privatnih stanovanjih. Cene sob v kampusu so višje. Za ogled stanovanja do katerega vas peljejo in celoten postopek vam zaračunajo 150 evrov. Sama sem živela v predelu Pigneto, kjer je tudi metro postaja (zeleno linija), ki vodi skoraj direktno do univerze. Pot od stanovanja do univerze je trajala 30 minut.

Prvi dan prakse je bil namenjen spoznavanju klinike in pogovoru s svojo mentorico o načinu dela pri njih. Različni oddelki so razmetani in pomešani kar s oddelki splošne medicine, kajti gre dejansko za ogromno polikliniko v kateri imate vse oddelke za splošno in dentalno medicino. Glede uniforme niso komplicirali, tako, da sem imela kar svojo. Delo na oddelkih se pričinja ob 9:00 – 13:00 ter od 14:00 – 18:00, zmes pa imajo eno uro za kosilo. Na kliniki je v kleti velika menza, ki nudi odlično hrano. Tudi cene so bile sprejemljive (5 – 10 €). Prvi teden sem izkoristila za ogled in spoznavanje vseh oddelkov. Z mentorico sva se dogovorili, da lahko prilagodim svoj urnik glede na zanimivosti kliničnih primerov na oddelkih in lastni presoji kateri oddelki bodo dejansko pripomogli k mojemu napredku in znanju. Večino delavnikov sem preživela na oddelku za čeljustno in zobno ortopedijo. Delo poteka pod nadzorom specialistov, ki imajo pod okriljem enega ali dva specializanta. Skupaj analizirajo vsak primer, naredijo načrt zdravljenja in ga analizirajo ter nato pričnejo s terapijo. Tako sem lahko opazovala celotno diganostiko, potek in faze samega zdravljenja ter končne rezultate zdravljenja. Moje sporazumevanje je bilo večinoma v angleščini, vendar imajo z njo v večini kar težave, zato priporočam vsaj osnovno znanje italijanščine. V splošnem so zaposleni na kliniki zelo prijazni in odprti, a še enkrat povdarjam, da je ključ do lažjega sodelovanja znanje italijanščine.

S samo prakso in izkušnjo, ki mi jo je ponudilo praktično usposabljanje sem bila zelo zadovoljna in jo toplo priporočam vsem, ki si želite nabrati novega znanja in življenjskih izkušenj.

Za kakršnakoli vprašanja ali pomoč sem vam vedno na voljo.

25. NEMČIJA – Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Trier (Matic Kelvišar)

Na Erasmus prakso sem se odpravil kot absolvent, z namenom da bi bolje spoznal jezik, kulturo in način dela v bolnišnici. Izpit iz interne medicine in kirurgije sem pred izmenjavo že opravil, tako da sem imel pri izbiri oddelka in načina dela povsem proste roke.

Z izbiro oddelka in bolnišnice sem imel precej sreče, saj sem že v prvem poskusu naletel na pozitiven odgovor. Izbral sem Trier, najstarejše nemško mesto, ki leži blizu meje z Luksemburgom. Že v prvem odgovoru so mi napisali, da mi bo prebivališče zagotovila bolnišnica, tako da z iskanjem stanovanja nisem imel težav. Ker sem že pred izmenjavo dokaj dobro govoril nemško (B2), obiskovanje dodatnega tečaja ni bilo potrebno. Kljub temu sem se v mesecu pred odhodom samostojno učil nemščine.

Mesto Trier je za nemške razmere majhno (okoli 100 000 prebivalcev), kulturno bogato, lepo in urejeno. Bolnišnica se nahaja v neposredni bližini centra mesta. Stanovanje, v katerem živim

brezplačno, pa je povsem blizu bolnišnice in se nahaja v kompleksu stanovanj, namenjenim študentom in zaposlenim v bolnišnici. Stanovanje je majhno, veliko približno 20 m², in vsebuje mizo, posteljo, majhno kuhinjo in kopalnico. Kuhinja ima le hladilnik, korito in štedilnik, brez posod, pribora ali česa podobnega, tako da sem si moral te stvari priskrbeti sam. Neprijetno je tudi to, da stanovanje ne ponuja interneta, tako da se je treba malo znajti.

V Trieru sicer ni medicinske fakultete, zato je tukaj manj študentov v praktičnem letu (PJ-lerjev), zato se mi zdi, da se zaposleni z menoj več ukvarjajo. Poleg tega ni gneče v operacijski, kar pomeni da lahko pri operacijah asistiraš praktično vsak dan. Ker moja nemščina še ni na nivoju brezhibnega pisanja, se z birokracijo na oddelku ne ukvarjam. Moje naloge na oddelku so jemanje krvi ter preveza ran. Velikokrat grem tudi v urgentni center, kjer delam status in anamnezo. Ker v bližini mesta Trier ni nobenega večjega mesta, pomeni, da bolnišnica pokriva relativno široko področje. Posledično je veliko helikopterskih prevozov in zanimivih primerov na urgenci.

Hrana je v bolnišnici dobra in poceni, dopoldne ponujajo tudi zajtrk. Bolnišnica zaposlenim ponuja igranje nogometa vsako sredo ob 19.30. Po nogometu gremo s soigralci na pivo, tako da je tudi to dobrodošla oblika navezovanja novih stikov in širjenja poznanstev.

26. NEMČIJA – Uniklinik Aachen (Ana Marija Krumpestar Carneiro)

V letu 2018 sem opravljala Erasmus+ prakso v Uniklinik Aachen na oddelku za okulistiko (Augenheilkunde). Dogovorila sem se za 11 tednov vaj. Ker sem v petem letniku študija opravila celoletno izmenjavo na medicinski fakulteti v Aachnu, odločitev za prakso ni bila težka. Že takrat sem se dobro počutila na okulističnem oddelku. Letos sem jim v začetku leta poslala e-mail z željo po opravljanju Erasmus prakse. Potrditev sem dobila hitro. Prijavili so me kot »Famulatur« študentko. Obvestili so me, da mi ne morejo nuditi nobenega plačila, niti nastanitve. Pripravila sem Learning Agreement in kmalu dobila vrnjen podpisan dokument.

Namestitev si je najlažje poiskati na internetni strani WG-Gesucht, priporočam že mesec do dva pred prihodom. Obstaja veliko možnosti prihoda v Aachen. Npr. z avtobusom – Flixbus, vlak – DB, letalske linije v bližnja mesta, prevoz z avtom... Za vožnjo boste v eno smer odšteli vsaj 50 eurov. Za prevoz po mestu lahko kupite mesečno avtobusno vozovnico (približno 50 eurov na mesec).

Prvi dan sem se oglasila v tajništvu klinike. Prejela sem priponko z imenom in možnostjo izposoje zdravniške halje in hlač. Obutev mora biti lastna. Sama sem lahko izbirala, na katerem oddelku klinike želim sodelovati. Priporočili so mi, da prve tedne preživim na oddelku. Oddelek je razdeljen na dva dela – sprednji očesni segment in zadnji očesni segment. Začnela sem ob 7.30. Najprej sem sodelovala in pomagala pri jutranji viziti s specializantom, kasneje so se viziti pridružili še nadzorni zdravniki. Po viziti smo napisali odpustna pisma, predpisali novo terapijo, izvedli diagnostične in terapevtske posege. Vsak dan je bilo tudi nekaj naročenih in nekaj nujnih novih sprejemov. Sodelovala sem lahko pri vsem delu na oddelku. Sprva večinoma pod nadzorom specializanta. Kasneje sem nekatere lažje preglede in meritve lahko izvajala sama. Vedno sem lahko odvzela kri in nastavila iv-kanilo. Domov sem odhajala med 14h in 16h. Ob sredah je bila ob 16h še vizita z direktorjem klinike in po njej izobraževanje vseh zaposlenih zdravnikov. Kadarkoli sem lahko odšla tudi v operacijsko dvorano. Pri operacijah na mrežnici sem lahko asistirala. Če asistenca ni bila potrebna, sem lahko vedno opazovala operacijo na video zaslonu. Kirurgi so radi razložili potek operacije. Nekaj tednov sem preživela na polikliniki, kamor bolniki prihajajo na kontrolne preglede. Celotno osebje klinike je zelo prijazno. Počutila sem se dobro sprejeto. Na koncu so mi že zelo zaupali in mi dali marsikatero nalogo. Boljše kot govoriš nemško, lažje se vključiš v dnevni potek na oddelku in lažje izveš še kakšno podrobnost o bolezni od bolnikov samih.

Na oddelku za okulistiko ni veliko študentov, zato prakso tam zelo priporočam. Če pokažete zanimanje za delo in učenje, se lahko v treh mesecih zelo veliko naučite.

27. NEMČIJA – The Charité Universitätsmedizin Berlin (Ana Pavlič, Matic Ločniškar)

Eramus+ prakso sva opravljala na internistično-kirurškem oddelku na kliniki Virchow, Charite. V tem obdobju sva dobro spoznala in se vključila v delo na oddelku, kjer ekipa ortopedov, travmatologov, internistov in infektologov zdravi bolnike s periprostetičnimi okužbami in okužbami po fiksaciji zlomov. Udeleževala sva se dnevne vizite, sestankov in pomagala pri previjanju ran. Obiskala sva laboratorij, kjer razvijajo nove metode za zdravljenje okužb ob implantatih, razvijajo bakteriofage ter uporabljajo proces sonikacije, ki omogoča natančnejše prepoznavanje bakterijskih okužb umetnih implantatov. Udeležila sva se delavnice "Infection after Fracture fixation" in endoprostetičnega kongresa. Sodelovala sva pri konziliarnih pregledih primerov infektološke ekipe in prišla v stik z mnogimi zanimivimi diagnostičnimi primeri, ki so zahtevali specialisten infektološki pregled, mnenje in terapijo. Zadnji mesec sva se posvetila aktualni temi rekurentne furunkuloze in pod mentorstvom prof. Andreja Trampuža pregledala potek in uspešnost zdravljenja pri seriji bolnikov s to boleznijo. V treh mesecih sva se naučila veliko in izkušnja nama kot pripravnikoma opazno koristi pri vsakodnevem delu. Poleg strokovnega znanja s področja medicine, sva nadgradila tako razumevanje, govorjenje in pisanje v nemškem jeziku, spoznala različne pristope k istemu bolniku ter videla kako dobro deluje naoljen nemški zdravstveni sistem.

28. NEMČIJA – The Charité Universitätsmedizin Berlin (Tina Tomažič)

Marca in aprila 2018 sem opravljala študijsko prakso Erasmus + na univerzitetni bolnišnici Charite v Berlinu (Campus Mitte) na oddelku za porodničarstvo pod mentorstvom dr. med. Larry Hinksona. Izkušnja je bila neprecenljiva. Berlin ponuja ogromno možnosti, tako na področju medicinskega izobraževanja kot tudi socialnega življenja.

Praktično usposabljanje sem opravljala v svojem dodatnem letu in torej po že opravljenem izpitu iz Ginekologije in porodničarstva. Večino časa sem preživela na oddelku, kjer je bil ponavadi prisoten vsaj še en študent, ki je na oddelku opravljal klinične vaje ali v zadnjem letniku "Praktisches Jahr". Študenti smo vsako jutro ob 7.30 jemali kri, ob 8.00 je sledil raport oz. "Besprechung", nato vizita. Na oddelku sem videla ogromno zanimivih primerov. Asistirala sem pri carskih rezih, pomagala pri naravnih porodih, vstavljala kanile, spremljala nosečnice s CTG-jem... V ambulantah so me naučili osnove transabdominalnega in vaginalnega ultrazvoka. Še posebej sem hvaležna specializantom, ki so bili z mano zelo potrpežljivi in so mi večkrat razjasnili določene postopke in teorijo.

Nemščina je pogoj za izmenjavo, vendar se da veliko birokracije in ostalih stvari urediti v angleščini. Prav tako je na oddelku kar veliko tujih pacientk, tako da je včasih prišlo prav tudi znanje drugih jezikov kot npr. srbo-hrvaščina. Moje znanje nemščine je bilo pred samo izmenjavo zadovoljivo, na nivoju B1-B2. Med samo izmenjavo pa sem znanje jezika še izboljšala, kar je bil tudi eden izmed mojih pomembnejših ciljev. Veliko novega sem se naučila predvsem med pisanjem sprejemov in odpustov. Naloga je bila sicer na začetku kar težavna, vendar je postajala s časom vedno lažja.

Iskanje nastanitve je težavno. Še največ oglasov se najde na spletni strani WG-Gesucht, če imaš srečo tudi na fb skupini Slovenci v Berlinu. Težje je dobiti sobo za daljši čas, medtem ko je štirinajstdnevni in enomesečni ponudbi za najem kar precej. Študenti v Berlinu namreč dostikrat oddajajo svoje sobe za čas, ko se vrnejo domov ali potujejo. Sama sem se v času izmenjave preselila trikrat, kar seveda ni bilo najbolj optimalno, sem pa zaradi tega spoznala veliko novih ljudi in različnih predelov mesta. Cene samskih sob se gibljejo od 150 – 350 € za tri tedne.

Javni prevoz je odlično organiziran. Študentska mesečna karta znaša 60 € in vključuje vsa sredstva javnega transporta (S-bahn, U-bahn, tram in avtobus). Berlin je ogromno mesto, zato je popolnoma običajno, da za premik iz enega v drug konec potrebuješ najmanj 20-30min.

Letalska relacija Ljubljana-Berlin je na voljo pri Rynairu od avgusta 2018 dalje. Sama sem letela iz Benetk, od koder se nemalokrat lahko dobijo karte že za 12 €. Na voljo je sicer tudi avtobus (Flixbus) iz Ljubljane in Maribora (od 40 € do 100 €), ki pa traja nekje 15 ur.

Za kupovanje hrane sta na voljo Lidl in Aldi (pri nas je to Hofer), ki imata enake cene kot v Sloveniji. Sadje in zelenjavo se najbolj splača kupovati v turških trgovinah, kjer je ogromno izbire in nizke cene. Kavarne, restavracije, kina, klubi in podobno so nekoliko dražji, a je ponudba veliko večja.

Glede dodatnega izobraževanja smo imeli enkrat na teden organizirane seminarje v Campusu Virchow, kjer je bila predstavljena ena izmed ginekoloških oz. porodničarskih tem. Poleg tega je med mojo izmenjavo potekal tudi enodnevni dogodek "Lange nacht der Wissenschaft", ko so inštituti in univerze odprle vrata obiskovalcem. Organiziranih je bilo ogromno delavnic in predavanj, sama sem se udeležila predavanja o transplantaciji maternice in delavnice 3D možganov. Obe zadevi sta me navdušili, zato jih priporočam tudi ostalim.

Erasmus izmenjava je na trenutke naporna, še posebej kadar vse poteka v nemškem jeziku. Kljub temu pa je zares enkratna priložnost in nepozabna izkušnja, ki jo priporočam vsem. Upam si trditi, da me je izpopolnila tako v poklicnem, kot tudi osebnem smislu.

Stanovanje sem našel prek internetne strani *Kamernet*, na voljo pa so tudi študentski domovi, če se prijaviš dovolj zgodaj. Kljub temu da je bila izkušnja nova za obe strani, smo bili oboji na koncu pozitivno presenečeni in zadovoljni.

29. NEMČIJA – The Charité Universitätsmedizin Berlin (Valentin Golouh)

Dvomesečno Erasmus+ prakso sem opravljal na oddelku za psihosomatiko kampusa Benjamin Franklin.

PRIPRAVE

Iskanje mentorja za izmenjavo v Charitéju ni bilo preprosto, saj Erasmus prakse uradno ne dopuščajo. Večina oddelkov prošnje preusmeri na mednarodno službo, ki zavrnitev pojasni s prevelikim povpraševanjem tujih študentov v preteklosti, za tem pa protislovno ponudi možnost opravljanje izmenjave brez podpisa Erasmus Learning Agreementa. Z mankom slednjega študent ne more zaprositi za Erasmus štipendijo in si mora celotno izmenjavo kriti sam. Po domače, Charité zmanjšuje naval na njihovo univerzo tako, da daje prednost premožnejšim.

Kljub navodilom uprave, da naj oddelki Erasmus praktikante zavrnejo, jih nekateri rade volje sprejmejo - bodisi zaradi prijaznih mentorjev in dobrih izkušenj s tujimi študenti v preteklosti, bodisi zaradi pomanjkanja lastnih zdravnikov in študentov na svojih oddelkih, najverjetneje pa zaradi mešanice vsega naštetega. Sam sem imel srečo, da me je zanimalo delo na oddelku za psihosomatiko, ki je v Nemčiji zelo mlada veja. Ker je še precej nerazumljena in s strani študentov skopo obiskana, so imeli dovolj prostih mest, da so mi izmenjavo odobrili navkljub prihajajočim počitnicam. Takrat Nemci opravljajo svoje obvezne medicinske prakse, zato imajo prednost pri zasedanju mest za prakso. So bili pa psihosomatiki po mejlih zelo neodzivni in jih je bilo treba pri urejanju Erasmus listin pogosto opominjati.

Vsi dokumenti morajo štimate u nulo, prav tako vsa predpisana cepljenja. Špeganja skozi prste Nemec ne pozna.

MESTNI VAGABOND

Največji izziv izmenjave je nedvomno iskanje bivališča, saj prišleki v Berlin množično drejo. Nepremičnine se rekordno hitro dražijo, četudi cenovno ne presegajo tistih v Londonu ali Skandinaviji. Težava je v ogromnem povpraševanju po stanovanjih, ki daleč presega ponudbo. Sobe se zato največkrat oddajajo le za nekaj tednov, ko gredo lastniki na potovanja, kar pomeni, da se je treba za časa izmenjave večkrat preseliti in konstantno iskati nova, dostojna stanovanja. Še najbolj mi je pomagala facebook skupina Slovenci v Berlinu, kjer poleg ponudbe za stanovanja najdeš tudi

študentska dela in lokacije trgovinic z Barcaffejem, če si si ga iz Slovenije slučajno prešvercal premalo.

Za razvažanje po mestu priporočam nakup mesečne vozovnice, ki velja za vse sorte javnega prevoza - vlak, podzemno, nadzemno, bus. Zanj se je treba prijaviti v pisarni berlinskega javnega prometa (BVG) in kot dokazilo predložiti Learning Agreement. Po prejemu izkaznice z osebno številko lahko mesečne vozovnice kupuješ na avtomatih, ki so postavljeni na domala vseh postajališčih. Švercanje je mogoče, vendar riskantno, saj kontrolorji v civilu nemalokrat takoj po zaprtju vrat naznanijo pregled vozovnic. Enkratni štraf te olajša za 60€, kar je enako, kot mesečna za študente. Lahko nabaviš tudi pol cenejšo mesečno karto za šolarje in se ob pregledu narediš Francoza, saj na avtomatih zanj v angleškem prevodu piše "Student card".

Berlin ima kot mesto migrantov in umetnikov že dovoljšen sloves, zato ga ne bom podrobneje opisoval. Ljudje so sproščeni in komunikativni, dežja je malo, stvari za počet veliko, venomer odprte kebabdžinice in z alkoholom založene trgovinice, ljubkovalno poimenovane spāti, pa prežijo na vsakem vogalu.

DELO V BOLNICI

Nemčija je ena redkih držav, ki ponuja specializacijo psihosomatike, zato je smer še vedno v precej preizkusni fazi. Osrednja težava večine pacientov je kronična bolečina ali motnja hranjenja. Mnogi imajo pridružene še psihiatrične težave (anksioznost, depresija, manija, fobija...) ali medicinska stanja (srčnožilne bolezni, kronično ledvično popuščanje, artropatije...). V duhu interne medicine s sabo prinesejo cele fascikle izvidov, ki jih je treba pregledati in urediti. Kompleksne diagnostike se psihosomatika zatorej loteva z multidisciplinarnim pristopom, ki presenetljivo dobro funkcionira in je najboljši izveden tovrstni pristop, kar sem ga do sedaj videl.

Tim v enaki meri zastopajo medicinci in psihologi/psihiatri, ki ob pomoči sester, socialnih delavcev, fizioterapevtov, nutricionistov, ipd. celostno obravnavajo in zdravijo paciente. Medicinci skrbijo za diagnostično izključevanje organskih bolezni in blaženje kroničnih simptomov in znakov. Natančneje: delajo sprejeme in odpuste, torej obsežne anamneze in celostne telesne preglede, dnevno jemljejo kri za preizkave, diagnostično testirajo in dozirajo zdravila. Psihologi in psihiatri pa se diagnoze in terapije pacientovih težav lotevajo s psihološkega vidika: individualni pogovori, skupinske govorne terapije, muzikoterapija, terapija z risanjem...

Delo na oddelku poteka kakopak v nemškem jeziku. Tako študenti kot tudi zdravniki znajo brezhibno angleško, vendar vztrajajo pri govorjenju materinščine. Za normalno opravljanje zadolžitve in komunikacijo zato priporočam najmanj stopnjo B2. Osebe je prijazno in potrpežljivo, pusti, da se na oddelek privadiš, nakar ti daje postopno težje zadolžitve. Venomer si spodbujan k spraševanju, govorjenju in pomoči na oddelku. Vsi se med seboj odlično razumejo, kar vsaj deloma pripisujem prisotnosti psihologov na oddelku. Ti venomer prirejajo skupinske debate in nasploh spodbujajo, da vsak pove svoje mnenje (s čimer Švabi že itak nimajo težav.) Večinoma sem delal 8 ur ali več, če sem želel prej domov pa tudi nobeden ni kompliciral.

TL;DR

Čez Berlin in izmenjavo nimam pripomb, je pa nepričakovano veliko energije šlo v iskanje stanovanja in pošiljanje mejlov. Oddelek psihosomatike bo prijal zlasti zanesenjakom nad nevrologijo in psihiatrijo. Pa tudi internistom po srcu, saj je osrednja zadolžitev medicincev prekladanje fasciklov z izvidi, izključevanje vseh sort internističnih bolezni in poskusno predpisovanje zdravilnih zvkov.

Morebitna vprašanja in dvome glede izmenjave v Charitéju lahko brez problema pošlješ na: valentin.golouh@gmail.com

30. NEMČIJA - Bolnišnica Klinikum Nürnberg (Alenka Bahovec)

Na Erasmus+ prakso sem se prijavila v želji, da bi tudi sama doživela mednarodno izkušnjo v času študija, ne da bi imela že točno izbrano gostujočo institucijo. Najprej sem si želela oditi v državo, katere jezik bi poznala, vendar sem začela iskati širše, ko se moj prvotni načrt ni izšel. Preko

poznanstva s slovenskim srčnim kirurgom dr. Jurijem Matijo Kališnikom sem dobila priložnost, da opravljam prakso v bolnišnici Klinikum Nürnberg v Nürnbergu v Nemčiji, kjer je delno zaposlen kot gostujoči kirurg. Čeprav se nemščine nisem nikoli učila, sem se odločila, da bom priložnost izkoristila, saj ni tako enostavno najti gostujoče institucije.

Dogovorila sem se, da sem opravljala pod mentorstvom dr. Kališnika prakso 4,5 meseca (od sredine septembra do konca januarja), in sicer 7 tednov vaj iz kirurgije (pogoj, da katedra prizna vaje kirurgije v tujini v študijskem letu 2017/18, je bil opraviti 4 tedne vaj na obveznem oddelku in 3 tedne na izbirnem), preostal čas prakse pa sem sodelovala pri raziskovanju. Zamujena dva meseca rednega letnika nameravam opraviti poleti (vaje interne medicine).

Klinikum Nürnberg je velika bolnišnica, ki je posebna v tem, da je iz dveh klinik, starejša, Klinikum Nürnberg Nord je na severu mesta in novejša, Klinikum Nürnberg Süd, kjer so predvsem oddelki tistih specialnosti, kjer so obravnave bolj nujne (travmatologija, srčna kirurgija, ginekologija...) na jugu mesta, in tam sem opravljala svojo Erasmus+ prakso. Bolnišnica sicer je univerzitetna, vendar je medicinska fakulteta majhna in privatna (Paracelsus Medizinischen Privatuniversität), najbližja javna medicinska fakulteta je v Erlangnu. To je pomenilo zame po eni strani prednost, da zdravniki niso bili siti dela s študenti, po drugi strani pa pomanjkljivost, da sem v času celotne prakse spoznala le enega študenta te fakultete. Prav tako ni bilo nekega utečenega sistema za ureditev mojega statusa v bolnišnici, dr. Kališnik je bil pred mojim prihodom dogovorjen, da lahko pridem, le z vodjo oddelka za srčno kirurgijo, prof. Fischlein-om, potem pa mi je tajnica oddelka, zelo prijazna ga. Lueg, po pogovoru z odgovornimi za študente v bolnišnici sporočila, kaj moram še urediti. Na srečo ni bilo preveč zahtevno: urediti sem si morala zavarovanje za primer odgovornosti (liability insurance/ Haftpflichtversicherung), za katerega sem zaprosila s pomočjo obrazca po internetu pri Deutsche

Ärzteversicherung (<https://www.aerzteversicherung.de/Produkte/Berufshaftpflicht/Studierende-im-PJ>), nato me je s pogodbo kontaktiral zavarovalniški agent, odgovoren za ta del Nemčije in sklenila sem zavarovanje za študente medicine (11,9 evra na leto). Ker sem vedela, da ne bom ničesar zaslužila v času izmenjave, si računa v nemški banki nisem odprla, zaradi česar je nastopil manjši problem pri plačilu zavarovanja, a je prijazni zavarovalniški agent našel pot, da sem lahko plačala zavarovanje brez računa pri nemški banki. Poleg tega sem morala izpolniti že v naprej celoten Learning agreement for traineeship (tudi tistega po koncu izmenjave), nato pa so v bolnišnici zame pripravili dokumente, ki sem jih morala podpisati (med drugim o prostovoljnem opravljanju vaj (Praktikum), o poklicni molčečnosti). Tako sem po treh tednih dobila priponko z imenom in status Famulantin, že teden prej pa uniformo klinike in ključ, na katerega lahko nalagaš dobroimetje za kosilo v bolnišnični menzi. Občasno sem jedla tam (vsakodnevno trije meniji; glavna jed in solata 3,3 ali 3,9 evra), velikokrat pa sem si malico prinesla od doma in si kosilo pripravila doma. Na tem mestu moram omeniti še odličen sistem preskrbe zaposlenih in bolnikov z vodo - na vsakem oddelku imajo avtomate z navadno vodo in vodo z mehurčki, v čajni kuhinji vročo vodo za čaj, poleg kozarcev in skodelic pa so na voljo stekleni polliterski vrčki z ročajem, iz katerih vsi pijejo.

Po zaključku 5. letnika junija sem se trudila med počitnicami na prakso pripraviti z učenjem nemščine, večinoma samostojno, zato sem nekaj osnov nemščine znala že pred začetkom prakse, tekom izmenjave sem si kdaj vzela čas tudi za internetni tečaj nemščine, ki je dostopen vsem erazmovcem (Erasmus+ OLS/Online linguistic support) in nadaljevala s samostojnim učenjem. Na začetku prakse sem ugotovila, da razumem več, kot sem pričakovala, pomagalo je, da je veliko strokovnih izrazov podobnih. Zdravniki sicer znajo angleško, a so z mano večinoma govorili nemško, zato sem na začetku zelo malo spraševala in veliko opazovala, a sem v teh po dveh mesecih zaradi stalnega nemškega okolja tako napredovala, da sem razumela večino pogovorov zdravnikov s pacienti in temo pogovora, ko so govorili zdravniki med sabo, zato sem začela tudi več govoriti in spraševati, sicer v bolj polomljeni nemščini, a so bili z mano potrpežljivi in na res prijazni. Zelo mi je bilo v pomoč, da sem lahko kaj na samem razjasnila z mentorjem v slovenščini. Pomagalo pa

je tudi, da je kolektiv bolnišnice precej mednaroden (kar je bilo res zanimivo), saj nemščino nenativnih govorcev veliko lažje razumela.

Kot sem omenila na začetku, je bila moja praksa sestavljena iz raziskovanja in kliničnih vaj kirurgije. Prvi del prakse sem tako pretežno opravljala delo za retrospektivno raziskavo o napovedovanju akutne ledvične okvari po srčni operaciji s konvencionalnim biomarkerjem kreatininom in upoštevanjem pred- in perioperacijskih dejavnikov tveganja za članek v angleščini, ki jo je zastavil mentor, dr. Kališnik. Seznanil me je z nekaj pomembnimi članki iz tega področja, delno sem članke morala poiskati tudi sama. Nato me je usmerjal pri pripravi osnutka uvoda članka in ciljev raziskave. Moja glavna naloga je bila zbiranje in urejanje podatkov za raziskavo. V bolnišnici imajo namreč že vrsto let digitalizirano zbiranje podatkov, zato je veliko lažje kot v Sloveniji pridobiti bazo podatkov za veliko število pacientov kot v Sloveniji. Precej sem se naučila tudi o urejanju in računanju s podatki v excelu (na internetu se najde dobra navodila), saj je raziskava na koncu obsegala več kot 7000 pacientov in vsega preračunavanja (npr. določanja, kdo ima po definiciji ledvično okvaro) ni bilo realno delati na roko. Do začetka decembra mi je uspelo dokončati delo, da se je lahko začela statistična analiza, ki pa (na srečo =) ni bila moja naloga. Ker ta do konca moje prakse še ni bila končana, se s končno analizo in pisanjem preostanka članka, pri čemer bodo sodelovali tudi drugi zdravniki, nisem uspela seznaniti, lahko pa bom sodelovala na daljavo od doma. Poleg tega, da bom za svojo delo bom navedena kot soavtorica članka, sem se veliko naučila o oblikovanju retrospektivne raziskave, in se nalezla nekaj velikega navdušenja mentorja nad raziskovanjem v medicini.

Poudariti moram, da sem se v tem času poleg raziskovanja spoznala tudi z delom na oddelku na srčni kirurgiji: vsak dan zjutraj sem ob 7h prisostvovala na oddelčni viziti, občasno ujela tudi vizito na intenzivnem oddelku in ob 8h poslušala raport ter predstavitev načrtovanih operiranih bolnikov tistega in naslednjega dne. Nato sem kot že rečeno, večinoma delala za raziskavo, a preživela tudi kar nekaj dni na oddelku, kjer sem opazovala oddelčnega zdravnika in pomočnico zdravnika (Arztassistentin - vmesna stopnja med medicinsko sestro in zdravnikom, ki pobira kri (ko je odsotna, je to naloga zdravnikov), odstranjuje šive in ureja pacientove kartone) pri delu, spoznala sem se tudi s sistemom vnašanja podatkov v bazo (zanimivo se mi je zdelo, da imajo kljub digitalizaciji vseeno še veliko papirologije, dosledno tudi čisto vse dokumentirajo v pacientove kartone). Kar nekajkrat sem prisostvovala tudi pri srčnih operacijah, nato sem pri mentorju začela tudi asistirati.

Decembra, ko sem zaključila z raziskovanjem in začela z opravljanjem tritedenskih vaj na izbirnem oddelku (srčna kirurgija), sem bila tako že precej utečena v področje in delo srčnih kirurgov. Asistirala sem pri operacijah predvsem bypassov in zaklopk, naučili so me samostojno šivati intradermalno in podkožno pod nadzorom. Pred operacijo sem lahko opazovala anesteziološko pripravo, razložili so mi transezofagealni ultrazvok srca. Opazovala sem tudi kar nekaj TAVI posegov, kjer vedno sodeluje tudi srčni kirurg. Pomočnica zdravnika me je naučila jemati kri in odstranjevati kable začasnega srčnega spodbujevalnika, pomagala sem ji tudi pri urejanju kartonov. Udeležila sem se konzilija kardiologov in srčnih kirurgov in mesečnega enournega izobraževanja, opazovala sem tudi nekaj sprejemov bolnikov, ki potekajo večinoma v ambulanti.

Januarja sem opravila še vaje na obveznem oddelku in sicer za travmatologijo, za kar se je dogovoril moj mentor s travmatologi. Spet sem se začela dan na viziti ob sedmih, na oddelku za travmatologijo starejših, kjer tesno sodelujejo z internisti zaradi številnih komorbidnosti pacientov. Viziti je sledilo srečanje vseh zdravnikov travmatoloških oddelkov z raportom in predstavitvijo operacij tistega dne in diskusijo primerov bolj kompliciranih pacientov. Nato sem ali opazovala ali asistirala pri operacijah (najbolj fascinantno se mi je zdelo, ker sem lahko poskusila "šramfati") ali šla na urgenco v sprejemno travmatološko ambulanto. Večinoma sem delo opazovala, a sem v nemščini dovolj napredovala, da sem nekajkrat vzela tudi anamnezo in status pod nadzorom tudi sama in naredila kakšno prevezo rane. Žal nisem v Sloveniji nikoli prej imela možnosti opazovati

delo na urgenci, tako da sistema ne morem primerjati, morda sem dobila občutek le, da morajo pacienti manj časa čakati (no, saj je tudi več zdravnikov na prebivalstvo).

Ob koncu prakse lahko rečem, da je bila bogata izkušnja. Sicer bi bilo veliko lažje, če bi nemško znala boljše, tudi več bi lahko aktivno sodelovala v pogovorih s pacienti in ne le opazovala, a sem se vseeno veliko naučila. Ker imamo tako malo praktičnih vaj do 6. letnika, mi je še posebej dragoceno, da sem lahko toliko časa preživela v bolnišničnem okolju, kjer sem z opazovanjem stikov kirurgov s sodelavci in pacienti v bolnišnici, tudi če nisem ravno vsega razumela, bolje spoznala važno področje svojega bodočega poklica, ki se ga ne da naučiti iz knjig: kako navezati in vzdrževati dobre odnose med sodelavci zdravniki, z nadrejenimi, ostalim osebjem bolnišnice in nebesedne komunikacije s pacienti.

Še nekaj o nastanitvi, transportu, mestu:

Do študentske sobe v uradnih študentskih domovih so upravičeni le študenti univerz v Nürnbergu, za zasebne študentske domove pa sem bila mesec pred odhodom prepozna. Zato sem sobo iskala po internetu (www.wg-gesucht.de), kjer je kar veliko ponudbe, ampak tudi veliko povpraševanja, zato se veliko ponudnikov ni odzvalo na mojo poizvedbo, k več odzivom je prispeval oglas na isti strani, da sobo iščem. Po sreči sem našla sobo že pred odhodom, sicer nekoliko dražjo (400 evrov/mesec vključno s stroški, prosta souporaba kuhinje, dnevne sobe, kopalnice z eno sostanovalko), a na ugodni lokaciji, v mirni soseski blizu gozda. Nekaj časa sem potrebovala, da sem ugotovila, kaj moram narediti za prijavo bivanja, saj sem bila v Nemčiji več kot tri mesece, vendar se je na koncu izkazalo, da je dovolj, da prijavim svoj naslov (z izpolnjenim obrazcem s strani najemodajalca) v mestnem uradu (Einwohneramt), kar naj bi sicer naredil v dveh tednih po ureditvi stalnega bivališča, a na srečo na uradu niso komplicirali, ker sem prišla kasneje.

Ker direktne povezave z javnim prevozom od stanovanja do bolnišnice in centra mesta nisem imela, sem se ves čas vozila kar s kolesom, ki mi ga je posodila sostanovalka, kar je bilo časovno primerljivo z javnim prevozom ali celo hitreje. Vreme je bilo v Nürnbergu vožnji s kolesom precej naklonjeno, saj čeprav je bilo precej spremenljivo (npr. zjutraj sonce, potem oblačno, pol ure rahel dež, spet oblačno, zvečer pa jasno), ni praktično nikoli močno deževalo cel dan, snega je zapadlo le parkrat največ dva centimetra in nikoli ni pomrznilo. Do bolnišnice sem imela pol ure vožnje večinoma po kolesarski stezi, čez velik park ali čez gozd, skoraj nič ob cesti, kar je bilo še posebej v jesenskih barvah čudovito. Do centra mesta sem s kolesom potrebovala 20 minut in z veseljem sem ga večkrat obiskala, saj je z gradom in 5-km obzidjem okrog starega dela mesta zelo lepo, ima pa tudi zelo zanimivo zgodovino. Nürnberg je bil v srednjem veku svobodno cesarsko mesto z bogato trgovino, v njem je živel slikar Albrecht Dürer. V času nacistične Nemčije je bil Nürnberg znan predvsem kot mesto masovnih nacističnih propagandnih srečanj (Reichsparteitage), za katere so načrtovali in delno dokončali ogromen kompleks stavb, kjer je danes odličen muzej o tem obdobju nemške zgodovine Dokumentationszentrum. V času druge svetovne vojne je bilo mesto hudo uničeno, a sodišče je ostalo celo, zato so Nürnberg zavezniki izbrali kot kraj sojenja vojnim zločincem - znameniti nürnberški procesi. V mestu je tudi največji kulturno-zgodovinski muzej v nemškem prostoru, Germanisches Nationalmuseum, znano pa je tudi po adventnem sejmu Christkindlesmarkt. Nürnberg ima tudi odlične povezave z vlakom (in seveda nizkocenovnimi avtobusi) v druge nemške kraje, svoje letališče, skratka, možnosti poglobiti poznavanje nemške kulture in zgodovine v času izmenjave mi ni zmanjkalo, lahko sem se dogovorila tudi za par prostih dni.

31. NEMČIJA - Bolnišnici Bethanien, Solingen (Katja Pavšič)

Od 1.3. do 30.4.2018 sem opravljala raziskovalno prakso v Centru za motnje spanja v Bolnišnici Bethanien v Solingenu v Nemčiji z namenom spoznavanja novih raziskovalnih pristopov in metod raziskovanja s področja doktorske naloge. Za prakso sem se dogovorila osebno s predstojnikom bolnišnice (in vodilnim svetovnim strokovnjakom s področja motenj dihanja v spanju) na Poletni šoli motenj spanja v Luganu v Švici, poletje 2017.

Ker stanovanja v bolnišničnem kampusu niso bila več prosta, sem poiskala stanovanje preko platforme Airbnb. Cene nastanitev v Nemčiji, celo v nekoliko odročnem mestu kot je Solingen, so relativno drage. Za stanovanje, ki je bilo polno opremljeno, sem plačevala 800eur mesečno z vključenimi stroški. Sicer so stroški vsakdanjega življenja dokaj primerljivi s Slovenijo.

V kraj prakse sem potovala z letalom iz Ljubljane, preko Frankurta v Dusseldorf in nato z vlakom v Solingen. Ob prvem prihodu v bolnišnico me je lepo sprejel vodja centra za motnje spanje in raziskovalnega inštituta in mi razkazal bolnišnico. Posebne birokracije ob prihodu ni bilo, podpisati sem morala izjavo o varstvu podatkov bolnikov ter pogodbo za delo pri njih s katero so me tudi zavarovali na poti na in z dela. Ker sem delala samo raziskovalno, mi nemško ni bilo potrebno znati, sporazumevali smo se v angleščini. Če bi želela kakor koli delati z bolniki, pa bi bilo znanje nemščine praktično nujno potrebno. Dodatno bi bila birokracija v primeru dela z bolniki bolj zapletena.

Tekom prakse so mi dodelili raziskovalni projekt s področja merjenja različnih karakteristik mešanih apnej pri bolnikih s sindromom obstruktivne apneje v spanju ter določanja razlik v teh karakteristikah pri bolnikih, ki dobro prenesejo zdravljenje s kontinuiranim pozitivnim tlakom (CPAP) in pri tistih, ki na CPAP razvijejo centralne apneje. Delovni čas je bil fleksibilen, saj sem izvajala delo na računalniku, večinoma pa sem delala 8 ur na dan. Moje delo je obsegalo meritve podatkov z njihove baze, vnašanje v tabelo ter končno analizo podatkov v programu SPSS v sodelovanju z njihovimi raziskovalci. Naučila sem se veliko s strani zastavljanja in izvedbe raziskovalnega projekta ter statistične obdelave podatkov. V dveh mesecih smo uspeli zaključiti dodeljeni projekt ter pričeli s pisanjem znanstvenega članka, ki ga bomo dokončali s sodelovanjem na daljavo po moji vrnitvi v Slovenijo. Dodatno sem imela priložnost spremljati in spoznati raziskovalne metode s področja motenj dihanja, ki jih izvajajo v njihovi ustanovi, kar bo nedvomno pripomoglo pri pisanju moje doktorske dizertacije.

Glede socialnega življenja je bilo bolj borno, saj je Solingen nekoliko odročno in manjše mesto. Prav tako je bolnišnica manjša in Erasmus študentov tam ni bilo. Večino časa sem tako preživela v družbi zdravnice iz Bolivije, ki je prav tako izvajala raziskovalni projekt na istem inštitutu. Sicer pa mi je bilo kot doktorski študentki bolj v interesu kvalitetno raziskovalno delo in učenje veščin. Sicer sta veliki mesti Köln in Düsseldorf oddaljeni le 20 min z vlakom iz Solingena, tako sem se za več nočnega in dnevnega življenja lahko občasno odpeljala tja. Obiskala sem tudi nekaj bližnjih muzejev in gradov.

Da povzamem, z raziskovalno prakso sem bila zadovoljna. Pridobila sem pomembna znanja in izkušnje, ki mi bodo služile pri nadaljnjem raziskovalnem delu in pri pripravi doktorske naloge. Vsem podiplomskih študentom svetujem, da izkoristijo možnost Erasmus+ prakse in delo študija opravijo v tujini.

32. NEMČIJA - Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Trier (Matic Kelvišar)

Na Erasmus prakso sem se odpravil kot absolvent, z namenom da bi bolje spoznal nove ljudi, jezik, kulturo in način dela v bolnišnici. Izpit iz interne medicine in kirurgije sem pred izmenjavo že opravil, tako da sem imel pri izbiri oddelka in načina dela povsem proste roke.

Z izbiro oddelka in bolnišnice sem imel precej sreče, saj sem že v prvem poskusu naletel na pozitiven odgovor. Izbral sem Trier, najstarejše nemško mesto, ki leži blizu meje z Luksemburgom. Že v prvem odgovoru so mi napisali, da mi bo prebivališče zagotovila bolnišnica, tako da z iskanjem stanovanja nisem imel težav. Ker sem že pred izmenjavo dokaj dobro govoril nemško (B2), obiskovanje dodatnega tečaja ni bilo potrebno. Kljub temu sem se v mesecu pred odhodom samostojno učil nemščine.

Mesto Trier je za nemške razmere majhno (okoli 100 000 prebivalcev), kulturno bogato, lepo in urejeno. Bolnišnica se nahaja v neposredni bližini centra mesta. Stanovanje, v katerem sem živel brezplačno, pa je povsem blizu bolnišnice in se nahaja v kompleksu stanovanj, namenjenim študentom in zaposlenim v bolnišnici. Stanovanje je majhno, veliko približno 20 m², in vsebuje

mizo, posteljo, majhno kuhinjo in kopalnico. Kuhinja ima le hladilnik, korito in štedilnik, brez posod, pribora ali česa podobnega, tako da sem si moral te stvari priskrbeti sam. Neprijetno je bilo tudi to, da stanovanje ne ponuja interneta, tako da se je treba malo znajti. V kleti sta na voljo pralni in sušilni stroj, vsako pranje pa stane 2x 50c (avtomat sprejema le 50c kovance).

V Trieru sicer ni medicinske fakultete, zato je tukaj precej manj študentov v praktičnem letu (PJ-lerjev). Zaposleni so se z menoj posledično več ukvarjali, dobil sem tudi več priložnosti za aktivno sodelovanje pri medicinskih opravilih in posegih. Poleg tega ni bilo gneče v operacijski, kar pomeni, da sem lahko pri operacijah asistiral praktično vsak dan. Ker moja nemščina še ni bila na nivoju brezhibnega pisanja (C2), se z birokracijo na oddelku nisem ukvarjal. Moje naloge na oddelku so bile jemanje krvi (v Nemčiji tudi vensko kri jemljejo zdravniki!) ter preveza ran, sicer pa se na oddelku nisem veliko zadrževal. Raje sem šel v urgentni center, kjer sem delal status in anamnezo ter opravljal ambulantne kirurške posege (kot npr. šivanje travmatološke rane). Ker v bližini mesta Trier ni nobenega večjega mesta, pomeni, da bolnišnica pokriva relativno široko področje. Posledično je bilo veliko helikopterskih prevozov in zanimivih primerov na urgenci.

Hrana je bila v bolnišnici dobra in poceni (2,5-5 EUR), odvisno sicer od menija (vse, kar vzameš, zaračunajo posebej), dopoldne ponujajo tudi zajtrk. Sam sem si tako pripravil le večerjo, tako da tedenski nakup hrane ni stal prav veliko (tudi sicer so cene živil povsem primerljive s slovenskimi). Bolnišnica zaposlenim ponuja igranje nogometa vsako sredo ob 19.30. Po nogometu smo šli s soigralci na pivo, kar je bila dobrodošla oblika navezovanja novih stikov in širjenja poznanstev. Nogomet se sicer igra 4 na 4 v telovadnici, z odbojno žogo (za telovadnico je to neobičajno). Po nogometu se vsakič glasuje za naj igralka tedna (Spieler der Woche), bolj za šalo kot zares, in vendar dobrodošla popestritev. Tudi sicer sem se veliko ukvarjal s športom, saj sem 5x tedensko plaval na bazenu ob Kaiserthermen.

Največ sem se družil s sodelavci v bolnišnici in soigralci pri nogometu. Na začetku sem moral sam prevzeti iniciativo in organizirati druženja popoldan in ob koncih tedna, čez čas pa sem tudi sam dobil kako povabilo na izlet. Tako sem s sodelavci obiskal bližnja mesteca Saarburg, Wasserbillig in Echternach v Luksemburgu. Velikokrat smo ob večerih skupaj v mestu ob pivu pogledali kako tekmo lige prvakov.

Trier se sicer nahaja na območju Moseltal, ki je še iz časov Rimskega cesarstva znano kot vinorodno območje. Le en kratek sprehod po mestu in že naletiš na stojnice in vinske kleti, ki ponujajo degustacijo najrazličnejših vrst vina. Poleg tega je v mestu ogromno rimskih ostankov in kulturnih spomenikov. Porta Nigra, skoraj dva tisoč let stara nekdanja mestna vrata in simbol mesta, Konstantinova bazilika, ki je danes, zanimivo, evangeličanska cerkev, amfiteater, v katerem lahko podoživiš gladiatorske boje in se celo sam preizkusiš v dvobojevanju ter Kaiserthermen so najbolj znane znamenitosti. Hkrati bi toplo priporočal obisk muzejev, ki so zaradi dolge tradicije mesta res bogati, hkrati pa imajo tudi veliko dobrih začasnih razstav. Seveda v Trieru ne gre brez Karla Marxa, ki je bil tukaj rojen, ravno v času moje izmenjave pa je potekala slovenost ob 200-letnici njegovega rojstva. Ob tej priložnosti se je odprla prenovljena Karl Marx Haus, v muzejih pa so ob tej priložnosti postavili številne razstave, ki so slikovito prikazale ne samo Marxovo življenje, pač pa tudi razmere in duh tedanjega časa.

Erasmus+ praksa je bila zame ena najboljših izkušenj do sedaj, zato bi kaj podobnega priporočal vsakomur. Sklepanje novih poznanstev in, lahko rečem, tudi prijateljskih vezi ter sama izkušnja bivanja v tujini se mi zdi za moj osebni razvoj celo še bolj pomembna kot nabiranje strokovnih izkušenj s področja medicine.

33. NIZOZEMSKA – Meander Medisch Centrum, Amersfoort (Hana Zavrtanik)

Svojo trimesečno Erasmus prakso sem opravljala jeseni 2017 na oddelku za splošno kirurgijo v bolnišnici v Amersfoortu, na Nizozemskem. Za opravljanje prakse sem se odločila kot mlada diplomantka po zaključenem 6. letniku, v obdobju pred začetkom pripravništva. Zaradi že urejene nastanitve pri prijateljih v Amsterdamu sem prošnjo za opravljanje prakse poslala v več bolnišnic

v Amsterdamu in njegovi okolici. Po nekaj mesečnem iskanju se mi je vendarle nasmehnila sreča in prejela sem pozitiven odgovor s strani profesorja iz amersfoortske bolnišnice. Gre za novejšo bolnišnico v regiji Utrecht, na področju splošne kirurgije specializirano predvsem v robotsko abdominalno kirurgijo, zaradi česar je še posebej pritegnila moje zanimanje. Poleg abdominalne kirurgije oddelek zajema še žilno in pljučno kirurgijo, travmatologijo ter obravnavo bolnic z boleznimi dojke.

Dodeljen mi je bil krajši raziskovalni projekt, ki sem ga opravljala pod mentorstvom profesorja in enega izmed tamkajšnjih doktorskih študentov. Ker sem raziskavo pričela praktično od začetka, je bila to krasna priložnost za obnovev znanja o vseh korakih raziskovalnega dela v praksi – od priprave podatkovne baze, zbiranja in obdelave podatkov, statistične analize in pisanja raziskovalnega članka. Pri organizaciji svojega dne sem imela precej proste roke. Dan se je pričel z jutranjim raportom ob 7.30, ki sem ga nato nadaljevala bodisi z raziskovalnim delom skupaj z doktorskimi študenti in študenti tehnične medicine bodisi z oddelčno vizito ali delom v operacijski. Pri tem sem se seznanila s samo organizacijo dela na oddelku in v operacijski ter tamkajšnjim zdravstvenim in izobraževalnim sistemom. Navdušili so me številni projekti, ki potekajo v bolnišnici in v katere so poleg doktorskih študentov in drugih zaposlenih skozi opravljanje večmesečnih praks vključeni tudi študenti splošne in tehnične medicine. Na splošno ogromen poudarek leži na raziskovalnem delu, v bolnišnici izvajajo več randomiziranih kliničnih raziskav, izsledki le-teh pa usmerjajo oskrbo pacientov. Zanimiv se mi je zdel še relativno nov program študija tehnične medicine, s katerim stremijo k razvoju npr. robotske kirurgije, v splošnem pa vse druge tehnologije, ki bi v prihodnosti olajšala delo zdravnikom različnih strok. Dan se je zaključil s popoldanskim sestankom ob 16.15, kateremu so običajno sledili še različni sestanki po strokah in izobraževanja, tako da sem bolnico redko zapustila pred 17.30.

Kljub temu da od mene niso zahtevali nobenega znanja nizozemskega jezika, pa so mi še kako prav prišle osnove nizozemščine, ki sem jih osvojila leto in pol prej na izmenjavi v Belgiji. Pri raziskovalnem delu sem namreč morala preučiti vso dokumentacijo pacientov iz bolnišnične elektronske baze. Prav tako je brez znanja nizozemščine precej oteženo sledenje samim sestankom in različnim izobraževanjem, ki so seveda potekali v nizozemščini in vsebovali kopico zanimivih informacij. Izjema sta bila dva sestanka raziskovalcev s profesorjem, ki smo ju zaradi moje prisotnosti izvedli v angleščini. Sicer je bilo osebe izredno prijazno, vedno pripravljeno pomagati in mi razložiti, če česa nisem razumela.

Nastanjena sem bila v Amsterdamu in se v Amersfoort, ki je oddaljen približno 50 km, vozila z avtom. Zaradi nastanitve pri prijateljih sem največ stroškov imela s samim prevozom (bencin, parkirišče). Sicer se cene najema sobe v Amsterdamu gibljejo okoli 500 eur mesečno, odvisno od lokacije. Za transport po mestu je seveda najboljša izbira kolo, odlične povezave z vlaki do okolišnjih mest pa so krasna priložnost za vikend izlet.

Za študente in mlade zdravnike v procesu izobraževanja je na Nizozemskem zagotovljeno izjemno spodbudno okolje. Sam program študija medicine se mi zdi izvrsten. Od študentov se med opravljanjem kliničnih vaj pričakuje ogromno, sprejeti so kot del oddelčnega kolektiva, aktivno so vključeni v oskrbo pacientov na oddelku, pri čemer se učijo izpolnjevanja določenih zadolžitev, ki jih bodo imeli kasneje kot sobni zdravniki (vsaj enoletna zaposlitev je skorajda obvezna pred prijavo na specializacijo). Poleg tega aktivno sodelujejo pri ambulantnih pregledih, tekom kroženja v operacijski pa so dolžni osvojiti različne kirurške veščine, kar jim nadzorni specializanti in specialisti več kot omogočajo. Precejšnja osvežitev v primerjavi s programom vaj, ki sem jih bila deležna tekom svojega študija, zato prakso na Nizozemskem toplo priporočam. Za kakršnekoli informacije in dodatna vprašanja me lahko kontaktirate na: hana.zavrtanik@gmail.com

34. NIZOZEMSKA – Maastricht UMC Hart en Vaat Centrum, Maastricht (Tanja Žagar)

Zdravo. Glede na to da prebiraš poročila si se že odločil/a ali pa razmišljaš o tem da bi si razširil/a obzorja medicinskega in osebnega sveta. Čestitke če si se odločila, v drugačnem primeru pa ti svetujem, Pojdi.

Kamorkoli se odpraviti raziskovat, v vsakem primeru boš s končnim izkupičkom pridobil/a.

Nizozemski zdravstveni sistem odlično funkcionira, med ljudmi se čuti zadovoljstvo z zdravstveno oskrbo. Tudi moje mnenje, kot zdravstveno izobražena oseba, lahko rečem da bi se v primeru zdravstvenih težav na Nizozemskem lahko zanesla na zdravstveno mrežo.

Moja osebna izkušnja z zdravstvom, torej izobraževalne narave, pa je druga zgodba. Programa zame niso imeli pripravljenega, torej je bil izkupiček odvisen od mojih organizacijskih in interesnih investicij. Imela sem srečo, saj so mi dovolili da sem 2 meseca prisostvovala posegom intervencijske kardiologije in ustavitvam pacemakerjev. Z mentorjem sva se dogovorila, da bom 4 tedne nabirala znanje iz vsakega področja. V bolnišnici izvajajo posege tako bolnišnični zdravniki, kot tudi zdravniki iz perifernih bolnišnic. Vsak te tretira po svoje, vsak je svoj karakter s svojimi idejami o tem kako učno pristopiti k mlademu kolegu. Z večino smo najdlji način, da sem vsak dan nekaj naučila.

Poleg tega so me povabili da se pridružim jutranjim srečanjem kardiologov, zame so jih izvajali v angleškem jeziku. Moj mentor se je izjemno potrudil da sem bila udeležena in se počutila kot zaželeni začasni del njihovega tima.

Gre za bolnišnico katera je izjemno dobro organizirana, program je sproti narejen. Ljudje so motivirani za delo, na delu ostajajo tudi dlje če je potrebno.

Lahko bi govorila ure in ure, nevem kakšen je tvoj motiv in kaj točno te zanima, tako da mislim da je najbolje da se z vprašanji obrneš direktno name.

35. NORVEŠKA –Univerzitetna bolnišnica v Oslu (Polona Rajar)

Moja Erasmus+ praksa je potekala v Oslu, v Univerzitetni bolnišnici Rikshospitalet. Delala sem na oddelku za Pediatrično raziskovanje, praksa pa je trajala 4 mesece (jesenski semester). V Oslo sem se preselila dva meseca pred pričetkom prakse ter v sklopu poletne šole Univerze v Oslu opravila še tretjo stopnjo jezikovnega tečaja, tako da sem prakso pričela z opravljenim izpitom norveščine, stopnje C1.

Dogovarjanje za prakso so potekalo kakšne pol leta prej, preko mentorice v UKC LJ, ki je tudi sama nekaj mesecev delala na istem oddelku v Oslu. Preko epošte smo uredili vse potrebne papirje in se dogovorili za prvi sestanek v Oslu. Celoten postopek urejanja prakse je šel brez problemov, tudi tam so me zelo lepo sprejeli. Prvi dan so mi uredili ID kartico, pisarno, obleko ter tečaj varnosti pri delu. V prvem tednu mi je njihova bioinžinerka razkazala laboratorij ter me naučila uporabljati vso opremo, ki jo bom potrebovala. Mentor mi je že pred prihodom v Oslo poslal vso potrebno literaturo, da sem bila seznanjena z mojo tematiko raziskovanja. Delala sem od ponedeljka do petka vsak dan, med 7-8h dnevno. Sama sem lahko izbrala kdaj začnem, med 7-9h, tako da sem potem ostala do 15 – 17h.

Moja naloga je bila razviti metodo (na podlagi že znanega iz literature) za ekstrakcijo in kvantifikacijo cell free DNA iz krvi in urina. Delo je potekalo v norveščini (ampak tudi na mojo željo, da bi jezik še bolj obvladala), drugače bi lahko delala tudi v angleščini. Po enem mesecu so me povabili na dvodnevni seminar (za norveške raziskovalce na področju pediatrije), kjer sem moje delo tudi predstavila. Do konca prakse sem potem večinoma samostojno delala v laboratoriju ter pridobila vse potrebne podatke, tako da lahko iz narejenega začnemo pisati tudi znanstveno publikacijo.

Vsi na oddelku so bili izjemno prijazni ter skrbeli za dobro počutje prav vsak dan. Ob ponedeljkih in četrtek smo imeli skupne sestanke, vsak dan pa smo tudi skupaj jedli kosilo, ter v božičnem času odšli še na nekaj božično obarvanih zabav. Pred in po vsakem vikendu so me vprašali, kakšne imam plane in kako je bilo, ter bili polno predlogov, kaj vse lahko v Oslu še počnem.

Celotna izkušnja je bila čudovita, saj sama najprej nisem bila prepričana, če je lahko laboratorijsko delo res lahko tako zanimivo. Tukaj je oddelek v isti stavbi kot celotna bolnišnica, tako da je veliko stika z kliniko in pacienti, kar naredi ogromno razliko. Takšno prakso bi priporočila res vsem, zame so bili to odlično izkoriščeni meseci med čakanjem na pripravništvo. Res pa je, da sama do tega mesta ne bi prišla, zato se res zahvaljujem mentorici v Ljubljani. Upam, da bo v prihodnje več razpisanih mest za takšne prakse, saj bi imelo tako več študentov možnost izmenjave, kot pa če si morajo prakso poiskati popolnoma sami – kjub desetnam mejlov na vse možne naslove je res redko, da prejmemo tudi kakšen odgovor.

36. PORTUGALSKA – Hospital Pedro Hispano, Porto (Lucija Ceklin)

Portu sem opravljala 14 tednov prakse v Hospital Pedro Hispano, ki je sekundarna bolnišnica, in sicer od decembra 2017 do marca 2018 v sklopu ginekologije in porodništva.

Za prakso sem se zmenila sama direktno z bolnišnico, preko Centro de Formação, kamor sem sla osebno, ker sem bila že v času pred prakso tam in kjer sem pustila podatke in povedala zelje glede prakse, nato so me oni kontaktirali. Za ureditev vseh dokumentov sem potrebovala 1 mesec in pol, vendar sem uredila vse v zadnjem trenutku, verjetno je bolje začeti z urejanjem vsaj 2 ali 3 mesece pred začetkom prakse.

Praksa je potekala v portugalski, verjetno bi se lahko zmenila, da poteka v angleščini, vendar bi manj odnesla od prakse. Portugalsko sem dobro razumela že prej, na praksi sem izpopolnila govorjenje.

Moja praksa je potekala 7 tednov v okviru ginekologije in 4 tedne v okviru porodništva ter zadnje 3 tedne po zelji. Tam sem bila vsak delovni dan približno po 5 ur na dan, včasih sem ostala po 10 ur in potem kakšen dan nisem sla.

Enkrat tedensko vseh 12 tednov sem bila na ginekološki urgenci, ki ima 6 porodnih, 1 operacijsko in 2 ambulantni sobi. Po navadi sem videla približno 1-2 poroda, povprečno imajo do 4 porode na dan, neredki so tudi carski rezi. Poleg porodov so na ginekološki urgenci tudi ambulanti pregledi, kot so potrditev nosečnosti, preverjanje ploda ob bolečinah ipd., diagnostika vaginalne krvavitve pri nosečih in ne nosečih ženskah, urogenitalne infekcije in druge ginekološke patologije.

Prve 4 tedne sem bila enkrat tedensko na nosečniških ultrazvokih za vse trimesestre, videla sem tudi proces amniocenteze. Trikrat tedensko sem prisostvovala na kontrolnih pregledih nosečnic, bodisi normalnih bodisi patoloških nosečnosti, kjer sem se naučila ginekološkega pregleda pri nosečnici.

Nato sem bila 7 tednov enkrat tedensko na ginekoloških ultrazvokih, kjer sem se naučila, kako upravljati z vaginalno sondo in narediti ginekološki ultrazvok za različne patologije. Dvakrat tedensko sem hodila na različne preglede in sicer v okviru urinske inkontinence, posveta glede kontracepcije, diagnostike pri neplodnosti ter patologij materničnega vratu in vulve. Enkrat tedensko sem bila v operacijski

Zadnje 3 tedne sem bila vsak dan na ginekološki urgenci.

Moja izkušnja glede odnosa zdravnikov, sester in ostalega osebja je zelo pozitivna, vsi so bili do mene zelo prijazni. Organizacije prakse je bila bolj površno; moj urnik je bil postavljen okvirno, nato sem si lahko sama izbirala, kaj bom delala, ampak sem kljub temu vseeno bolj ali manj sledila urniku. Glede na to, da sem sla na prakso po strokovnem izpitu in si želela nekakšnega uvoda v specializacijo. Pričakovala sem več praktičnega dela, predvsem sodelovanja pri porodih in operacijah, kjer je imela prednost katerakoli od specializatk ali drug ginekolog. Poleg tega so tam pogosto prisotni tudi krožeči specializanti družinske medicine in študenti v sklopu vaj iz ginekologije in porodništva.

Ce povzamem, praksa je bila odlična izkušnja za moje izpopolnjevanje portugalščine in je izgledala kot dalj časa trajajoče vaje iz ginekologije in porodništva. Bolnišnico priporočam predvsem zaradi ljudi v njej, v smislu nabiranja izkušenj s praktičnim delom v tej smeri medicine pa je verjetno bolj izbrati kakšno drugo bolnišnico.

37. PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Klemen Mihelčič)

Svoje Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal na radiološkem oddelku v univerzitetni bolnišnici mesta Coimbra na Portugalskem, kjer sem preživel 3 mesece (od septembra do decembra 2017).

Coimbra mi ni bila prva izbira, sprva sem poslal veliko število email sporočil tako zdravnikom osebno kot ustanovam predvsem v angleško govorečih državah, a se za prakso nisem uspel dogovoriti. Nato sem pregledal seznam univerz, s katerimi ima naša fakulteta bilateralno pogodbo za praktično usposabljanje in se odločil za Coimbra. Pisal sem email in dobil odgovor, da so mi vrata odprta. Vsa komunikacija že pred izmenjavo poteka z gospo Nicole Dourado iz mednarodne pisarne medicinske fakultete, je zelo prijazna, ima pa veliko dela, zato včasih mine nekaj časa, preden odpiše na kakšno email sporočilo. Tako sem tekom poletja v miru uredil vse potrebno.

Sam sem priletel v Lizbono in šel nato z vlakom do Coimbre. Lizbona Oriente železniška postaja je 3km stran od letališča, do nje lahko najlažje pridete z metrojem, ki je pod letališčem. Od Lizbone do Coimbre je z vlakom približno 2 uri, od Porta do Coimbre pa približno 1 uro.

Vsakemu Erasmus študentu je dodeljen tamkajšnji študent medicine, ki mu pomaga z informacijami. S svojim sva se dobila kmalu po mojem prihodu, razložil mi je vse, kako in kaj in mi razkazal mesto ter mi bil v pomoč tudi kasneje.

Kar se tiče nastanitve, se cene gibljejo med 150 in 200€ + stroški, podobno kot pri nas (nasploh so cene podobne kot pri nas). Sam sem živel na Praca da Republica, ki je v bistvu neko študentsko središče. Univerza je blizu, bolnišnica pa oddaljena circa 1,5km, a za pot tja večinoma v klanec. Če želite živeti bližje bolnišnice, glejte sobe v coni Polo III in pa v soseskah kot so Cruz de Celas in pa mogoče tudi Olivais, definitivno seveda vse prej preverite na zemljevidu.

Kar se tiče premikanja naokoli, sem sam avtobus uporabljal samo prvih nekaj dni, nato pa le še svoje noge, saj je Coimbra lepo majhno mesto z veliko sončnih dni, kjer se da povsod priti peš, samo vzeti morate v zakup, da boste morali vsaj v eno smer malce zagrizti v klanec. Sicer stane ena vožnja z avtobusom 1,60€ (lahko plačate šoferju), 10 voženj okoli 5€, mesečna za študente pa okoli 20€, če se ne motim. Za kakšne vikend izlete priporočam vlake, obstajajo popusti za študente oz. še višji popusti, če karto kupite 5-8 dni prej. To lahko storite tudi na internetu in potem na vlaku pokažete samo osebni dokument, saj vas imajo že v sistemu na tistem sedežu. V Coimbri sta 2 železniški postaji, tista glavna se imenuje Coimbra B. Taksijem se, če se le da, izognite, saj so oderuški.

Na radiološkem oddelku sem krožil med MRIjem, CTjem in ultrazvokom, tedenski urnik za prihajajoči mesec sva naredila skupaj s tajnico oddelka Isabel, ki je zelo prijazna. Zdravniki znajo angleško, specializanti malo bolje, starejši malo slabše, ampak se da normalno sporazumevati brez problema. Ker radiologijo tekom našega faksa spoznamo le bežno, je bil to moj prvi tisti pravi stik s to vedo, zato sem se še toliko bolj naučil novih stvari. Pri radiologiji še bolj kot pri ostalih smereh pride v poštev t.i. shadowing, moji dnevi so tako izgledali, da sem gledal slike, spraševal in si poskušal zapomniti čim več. Po navadi sem bil na oddelku od 8-13. V bolnišnici imajo tudi menzo. V prostem času sem predvsem športal, v zvezi študentov si lahko zagotovo najdete kaj po vašem okusu. Obstaja tudi več Erasmus skupin, kamor se lahko vključite.

Z izmenjavo sem odlašal več let, sedaj pa sem jo končno izkusil in seveda mi ni žal. Bila je odlična izkušnja, katero bi z veseljem še enkrat ponovil.

38. ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Ševal Bjelkić)

Zaradi pozitivnih izkušenj z Erasmusom od mojih kolegov ter lastno IFMSA izmenjavo, sem se odločil, da zadnjo jesen/zimo pred diplomo namenim Erasmus+ praksi. Zaradi mrzlih razlogov sem izbral otok Tenerife, ki je največji izmed sedmih Kanarskih otokov (tudi od Gran Canarie). Prakso sem opravljal od začetka oktobra do božičnih praznikov.

Kontakt od koordinatorskega sem našel na uradni strani University of La Laguna, ki je mojo prošnjo potrdil ter posredoval papirje, ki sem jih potreboval za štipendijo. Kmalu zatem mi je poslal predviden delovni plan na oddelku za anesteziologijo v Hospital Universitario de Canarias (HUC). Tako sem večino časa preživel v operacijskih sobah.

Z iskanjem prebivališča na srečo nisem imel težav. S punco sva stanovanje našla preko spletne strani Airbnb, saj sta nama cena ter lokacija zelo ustrezala. Mesečno sva morala odšteti 160€/osebo za stanovanje, ki sva ga delila še z dvema. Živela sva v majhnem kraju imenovan La Cuesta, ki se nahaja med večjim mestom Santa Cruz de Tenerife ter drugim, študentskim mestom imenovan La Laguna. Cene v trgovinah so podobne našim, trgovine s sadjem in zelenjavo so na vsaki ulici. Od bolnišnice sva bila oddaljena 4 minute s tramvajem ali 20 minut počasne, jutranje hoje.

Prvi dan se je koordinator z eno izmed anesteziologinj dogovoril, da bom prakso lahko opravljal z njenim kolektivom. Predstavila me je oddelku ter jim povedala, da prihajam iz Slovenije, tako so me prve tedne pozdravljali z: "Dončić, two points." Pogovori so večinoma potekali v "broken language", saj razen redkih par specializantov, nobeden ni znal na široko razglablјati in se pogovarjati v angleščini. Tako kot jaz ne v španščini, čeprav mi je koordinator na začetku povedal, da komunikacija v angleščini za zdravnike ne bo problem. Zato priporočam, da imate vsaj neko znanje španščine za opravljanje izmenjave na tem otoku, saj bo tako vam in tudi njim lažje. Za vikende sem prejemal e-maile s tedenskim razporedom. Dnevne vaje so se pričele z jutranjim raportom ob 8.15, ki je bila v španščini. Prisotni niso bili vsi anesteziologi, ampak samo tisti, ki so imeli nočno dežurstvo in tisti, ki jih bodo ta dan imeli. Nekateri so že bili v operacijskih sobah ter čakali na paciente in pripravljali vse potrebno za anestezijo. Raportov se mi vsak dan ni bilo potrebno udeležiti in sem te dni lahko z enim izmed specializantov pripravil zdravila. Pacient je prispel v operacijsko sobo okrog 8.45. 9.30 – 10.00 je bil pacient pripravljen, da je kirurg lahko prvič zarezal vanj. Si res vzamejo čas in so bolj "despacito" sorte. Med to pripravo spada splošna anestezija, vstavljanje epiduralnega katetra, katetra v veno subclavio, namestitvev bispectral indexa, arterial line (za merjenje pritiska). Ob tem so mi dovolili da pacienta ventiliram in intubiram, vstavljam kanile. Tega dovoljenja nisem dobil vedno, saj so bili določeni anesteziologi prepričani, da mora študent samo opazovati. To sem opazil tudi pri njihovih študentih na vajah iz kirurgije, ki so samo opazovali. Na dan je bila ena operacija ali največ dve, zaradi poznega začetka, ki pa njih ni motil.

Za družabno življenje je poskrbljeno preko organizacije AEGEE Tenerife, ki je redko organizirala bolj srečanja in dogodke za druženje. Druženja je toliko kolikor sam želiš. Užival sem tudi v visokih temperaturah in prijetni klimi celega otoka. Ljudje so preprosti, večino časa nasmejani ter pripravljeni pomagati, četudi ne znajo angleško. Otok je zelo raznolik in se najde aktivnost za vsakogar; od hajkanja do surfanja.

All in all je bila praksa v redu z določenimi anesteziologi in slabša z drugimi.

39. ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Katja Gerčer)

Študijsko prakso sem opravljala od začetka oktobra do konca decembra na otoku Tenerife, ki je največji izmed sedmih Kanarskih otokov.

Pri iskanju prakse sem kontaktirala koordinatorja Erasmus izmenjav medicinske fakultete Univerze v Laguni, ki je mojo prošnjo sprejel. Izbrala sem si področje infekcijskih bolezni. Koordinator mi je pripravil plan, in sicer naj bi tri ure dnevno obiskovala Inštitut za tropske bolezni, tri ure pa opravljala prakso na kliničnem oddelku v Hospital Universitario de Canarias (HUC). Kasneje se je izkazalo, da je zaradi oddaljenosti to nesmiselno, zato sem dvakrat tedensko prakso opravljala na inštitutu, preostale dni pa na kliničnem oddelku.

Stanovanje sva si s fantom (ki je tudi opravljal prakso v HUC) našla preko Airbnb, v bližini bolnišnice. Mesečno sva skupaj za najemnino in stroške odštela približno 330 evrov, stanovanje pa sva si delila še z dvema. Z lokacijo sem bila zelo zadovoljna, saj sva živela med La Laguno, ki je manjše univerzitetno mesto in Santa Cruzom, ki je večje obmorsko pristanišče. Na prakso sem se odpravljala peš ali pa z metrojem (Tranvia), naokoli pa sem se prevažala tudi z avtobusi, ki pa so precej počasni in imajo zamude. Med vikendi in prostimi dnevi je za raziskovanje otoka najboljša opcija najem avtomobila.

Za prakso v Španiji res toplo priporočam vsaj osnovno znanje španščine (zanašanje na 'nekaj pa se spomnim iz španskih nadaljevank' žal ne zadostuje ☐), saj po večini ne govorijo angleško. Sama sem imela srečo, saj so na inštitutu govorili zelo dobro angleško (menda imajo tudi veliko študentov, praktikantov iz celega sveta), zato komunikacija ni bila problem. Prakso sem delala v laboratoriju, kjer opravljajo različne raziskave z amebami, tripanosomami in lišmanijami. Tam so me že takoj zelo toplo sprejeli. Prvi teden sem opazovala, nato pa so me aktivno vključili v svoje raziskovalno delo. Pregledovala sem gojišča ameb pod mikroskopom in sodelovala pri tehnikah, kot so ekstrakcija DNA, PCR, elektroforeza,.. Glede na malo število različnih laboratorijskih vaj tekom študija sem zelo vesela, da sem pridobila nekaj večšin tudi s tega področja. Tekom prakse sem se udeležila tudi kongresa in predavanj s področja malarije, hemoragičnih mrzlic, lišmanioze,.. Sprva sem bila skeptična glede dela na inštitutu (koordinator je namreč sam naredil ta plan in res želel, da bi se spoznala z delom tam), vendar se je na koncu izkazalo kot super izkušnja!

V bolnišnici sem bila večino časa z mentorico, ki je bila odgovorna za konzularne preglede, tako da sva čez dan obiskali večino internističnih oddelkov. Sistem imajo namreč tak, da so eno leto odgovorni samo za določeno področje (npr ambulanto, konzularne preglede, KO za infekcije in Proa-optimizacija antibiotikov), nato pa se menjajo. Včasih sem bila tudi v ambulanti, kjer mi je zdravnica pred vsakim pregledom razložila pacientovo stanje, veliko pa sem se naučila tudi o zdravljenju HIVa in tuberkuloze. Kar nekaj težav sem sicer imela pri komunikaciji, vendar je sčasoma postalo lažje, saj se naučiš določenih medicinskih izrazov in posebnosti. Najbolj me je navdušil in presenetil njihov topel odnos, kjer so čisto vsakdanji tudi objemi med bolniki in medicinskim osebjem. Imela sem tudi srečo, saj se mentorici zdi izobrazba zelo pomembna, zato je z veseljem delila svoje znanje med mlajše kolege. Tako je včasih imela pod svojim okriljem več španskih študentov, specializanta in mene. Opazila pa sem, da so tam študenti manj vključeni v klinično delo in so bolj v vlogi opazovalcev, zato sem vesela, da imamo v Sloveniji možnost bolj aktivnega vključevanja v klinično delo že tekom študija.

Stikov s tujimi erasmus študenti nisem imela veliko, saj sem bila na praksi. Večkrat pa sva se s fantom udeležila različnih dogodkov in srečanj, ki jih pripravlja organizacija AEGEE Tenerife. Všeč mi je seveda bila tudi klima, saj so temperature tudi novembra bile preko 20 stopinj. Sever otoka, kjer je tudi Laguna, je sicer znan kot manj topel, vendar pa meni veliko lepši, manj turističen. Nad Laguno so vedno bili oblaki, vendar je deževalo presenetljivo malo. Ker je otok zelo gorat, so bile temperaturne razlike med kraji kar velike. Možnosti za raziskovanje otoka so ogromne, od pohodništva do plavanja in raziskovanja črnih, vulkanskih plaž. Hrana in pijača je v primerjavi s Slovenijo cenejša oz. približno istega cenovnega razreda, odvisno od produktov (zelo ugodno lahko dobiš npr ribe in olivno olje). Vsak dan pa smo se s kolegi v bolnišnici in na inštitutu družili ob barraquitu, ki je tipična kava, značilna samo za Kanarske otoke.

Kot najboljšo stvar bi izpostavila celoten 'vibe' na otoku. Prebivalci Kanarskih otokov so res znani po svoji prijaznosti, odprtosti – neverjetno se zdi, da vsi počakajo pred prehodom za pešce, te

spuščajo naprej v vrstah, ti pomagajo ko si videti zgubljen. Nikamor se jim ne mudi in tudi sam se sčasoma navadiš na njihov tempo.

Praksa je res preseгла moja pričakovanja in ta izkušnja mi bo vedno ostala v spominu.

40. ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Naja Videmšek)

Za Erasmus+ praktično usposabljanje iz interne medicine in psihiatrije sem izbrala Hospital Universitario de Canarias na Tenerifih. Vaje iz interne medicine sem opravljala obveznih 7 tednov (poleg 2 tednov, ki jih je potrebno opraviti v Ljubljani). V bolnišnici imajo na oddelku paciente z različnih področij interne medicine, poleg tega pa tudi paciente z infekcijskega oddelka, tako da je nabor bolezni kar širok. Večkrat so na konzultacije in vizite prišli tudi specialisti in specializanti psihiatrije, dermatologije, kardiologije, anesteziologije ali onkologije, saj so bile bolezni nekaterih pacientov zelo kompleksne. Na samih vajah sem bila velikokrat s študenti 3. letnika, ki so opravljali vaje iz propedeutike, tako da smo skupaj delali anamneze in statuse, kar je bilo sicer dobro za moje učenje španskega jezika, za samostojnost in pridobivanje znanja iz interne medicine pa slabše. Večinoma sem sledila specializantom; mentorji so se dosti menjavali, včasih kaj razložili, sicer pa si se moral kar sam angažirati za delo.

8 tednov pa sem opravljala prakso na psihiatriji. Spoznala sem delo na zaprtem oddelku, urgenci, v ambulanti za odrasle ter za otroke in mladostnike. Pogosto sem prisostvovala družinskim terapijam. Na oddelku pogovori s posameznim bolnikom trajajo dobre pol ure, v ambulanti pa tudi uro ali več, odvisno od načina dela mentorja, nekateri predpisujejo manj zdravil in dajejo večji poudarek psihoterapiji. Veliko sem se naučila o psihofarmakoterapiji in psihoterapiji. Pri odraslih so bile pogoste nevrotske, stresne in somatofromne motnje, motnje osebnosti, shizofrenija in blodnjave motnje, motnje razpoloženja, najpogostejši sta bili bipolarna motnja in depresija, prav tako samomorilnost, odvisnost od psihoaktivnih snovi, nekaj je bilo tudi depersonalizacijskih motenj. V ambulanti za otroško in mladostniško psihiatrijo sem spoznavala celostno obravnavo otrok, zlasti pomen povezovanja različnih strok – psihiatrov, logopedov, psihologov, pedagogov, socialnih delavcev. Pogoste so bile razvojne in vedenjske motnje, duševna manjrazvitost, avtizem, motnje spanja in motnje prehranjevanja, pri najstnikih pa zlasti zloraba psihoaktivnih snovi, anksiozne motnje, panična motnja, obsesivno-kompulzivna motnja, zanimive so bile motnje spolne identitete, saj je za spremembo spola potrebna tudi odobritev zdravnika psihiatra. Za motnje hranjenja pa so bili na žalost specializirani v drugih ambulantah.

Živela sem v stanovanju v La Laguni, ki je lepo in prijetno študentsko mestece, čeprav hladnejše in bolj oblačno kot sončen Santa Cruz, kjer pa ravno tako živi veliko študentov. Univerzitetna bolnišnica je malce bližje La Laguni (15 minut s tramvajem), ampak so pogosti tudi avtobusi, torej prevoz res ni problem, ne glede na to, ali živiš v La Laguni ali Santa Cruzu. Ker sem na Tenerifih ostala samo 4 mesece, je bilo težko najti poceni stanovanje, saj študentje iščejo sostanovce za pol leta ali celo leto. Tako sem najela sobo v stanovanju, kjer sem živela z lastnico in še eno študentko, imele pa smo skupno kuhinjo in dnevno sobo. Najboljše je sobo oziroma stanovanje najeti, potem ko prideš sem, saj lahko preveriš resnično stanje, prvih nekaj dni pa preživiš v hostlu ali stanovanju prek Airbnb-ja. Za komunikacijo je potrebno dobro znanje španščine, angleško govorijo zgolj mladi, v bolnišnici specializantje ali študentje, pa še to slabše. Naj pa vas slabše poznavanje jezika (njihova hitra “tenerifščina” s svojevrstnimi izrazi je včasih res nerazumljiva!) ne odvrne od opravljanja prakse, vsekakor je izkušnja neprecenljiva.

Tenerife bi priporočala vsem ljubiteljem neskončnih zelenih gozdov in gora, sonca, morja in vodnih športov, morske hrane in svežega tropskega sadja, ki ga lahko naberete kar na domačem vrtu! Ravno tako ni manjkalo dnevnih izletov po celem otoku (bolj kot avtobus se splača najeti avto za en dan, veliko študentov na enoletni izmenjavi pa je tudi kupilo stare avtomobile), zabav (zlasti na jugu otoka), kuhanja skupnih večerij in spoznavanja kulinarčnih dobrot domačinov in drugih Erasmus študentov ter čarobnih sončnih zahodov, preživetih ob ognju z odprtimi in toplimi ljudmi z vsega sveta, ki kaj kmalu postanejo vaša druga družina.

Na kakršnakoli dodatna vprašanja z veseljem odgovorim! videmsek.naja@gmail.com

41. ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Iva Kukovica)

Svojo 9-tedensko prakso na Tenerifih sem opravljala skupaj s kolegom med februarjem in aprilom. Na prakso sem se podala po zaključku študija, moja prvotna želja pa je bila opraviti 5 tednov vaj na oddelkih interne medicine in 4 tedne na ginekologiji. Komunikacija s tamkajšnjim koordinatorjem je bila zelo enostavna, na mejle je odgovarjal hitro in bil načeloma ustrežljiv. Prvi dan prakse se je sicer izkazalo, da še ni bilo prav nič dogovorjeno po posameznih oddelkih, ampak to ni bil večji problem in vodje oddelkov so naju takoj sprejele. Začela sva na oddelku interne medicine, vsak pri svojem mentorju. Moj mentor je bil dr. Santolaria, starejši gospod in profesor, ki je svojo didaktično nalogo opravljal odlično. Pri vsakem pacientu smo si vzeli res veliko časa, se poglobili, vmes je ogromno razlagal in spraševal. Zelo pozitivna stvar je bila ta, da je šlo za oddelk splošne interne medicine, zato je bil tudi razpon kliničnih slik in patologij ogromen. Na oddelku so bili pacienti s klasičnimi srčnimi in respiratornimi dekompenzacijami, do zanimivih sekundarnih sifilisov, meningokokcemij in različnih malignomov. Vsekakor bolj zanimivo kot pri nas, ko se človek že po dveh tednih na istem oddelku hitro naveliča gledati ves čas le ascitese ali bolnike z gripo. Kar me je še presenetilo, je bil ekipni duh, ki je vladal na oddelku, specializanti so bili le redko prepuščeni samim sebi in specialisti so imeli zelo kolegialen odnos tako do njih kot do študentov. Praktičnega dela sicer nisem imela nič, ampak so bile vaje še vedno veliko bolj didaktične kot pri nas.

Obe univerzitetni bolnici, ki sta na otoku, sta locirani med mestoma La Laguna in Santa Cruz, do obeh vozi linija tramvaja. S kolegom sva bivala v La Laguni, ki je študentsko mesto, veliko študentov pa živi tudi v Santa Cruzu. Stanovanje sva našla prek airbnb, sicer se pa oglasi za stanovanja ves čas pojavljajo v Erasmus skupini na facebooku. Cene hrane v trgovini so minimalno nižje kot pri nas, občutno cenejši pa je bencin. Imajo tudi odličen javni promet, z avtobusi se da priti praktično kamorkoli po otoku. Mesečna karta za avtobuse in tramvaj pa stane 35€ (opis postopka pridobitve beri v poročilu kolega).

Vsekakor odlična izkušnja, ki bi jo takoj ponovila in pa vsaj 2x podaljšala.

42. ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Matej Debevec)

Dvomesечно Erasmus praktično usposabljanje sem s kolegico opravljal na univerzitetni bolnišnici HUC (Hospital Universitario de Canarias), ki je ena od dveh glavnih javnih univerzitetnih bolnišnic otoka Tenerife (druga je Hospital Universitario Nuestra Señora de Candelaria). V obeh torej potekajo učne aktivnosti edine Medicinske fakultete na otoku - Facultad de Medicina, Universitario de La Laguna (ULL). Medicinska fakulteta je ob bolnišnici HUC.

Za dogovarjanje glede izmenjave sem kontaktiral gospoda Justa Hernandezza (justoh79@hotmail.com), ki je zaposlen na inštitutu za histologijo Medicinske fakultete ULL in je zadolžen za Erasmus študente. Na emaile je bil odziven in na prošnje ustrežljiv, govoril je razumljivo angleščino, tako da se za izmenjavo ni bilo težko dogovoriti. Čeprav se je na koncu izkazalo, da z mentorji ni bilo prav nič zares dogovorjeno. Tako smo se prvi dan začetka izmenjave vsi skupaj odpravili na "dogovorjene" oddelke, kjer je Justo vprašal vodje, če bi lahko pri njih opravljali vaje. Začeti sem želel na kirurgiji, vendar je bilo na oddelku že preveč študentov, so pa naju takoj vzeli na oddelku interne medicine. Vsak je dobil svojega mentorja in izmenjava se je začela.

Vseh 9 tednov sem na oddelku interne medicine pod mentorstvom dr. Antionia Riere, ki je bil neverjetno dober mentor in dobra ter prijetna oseba. Govoril je zadovoljivo angleško, vedno pa si je vzel čas in mi prevajal pogovore s pacienti, sploh na začetku, ko je bilo moje razumevanje španščine še slabo. Ostali zdravniki sicer angleško govorijo slabše, zato je vsaj osnovno znanje

španščine potrebno. V ekipi dr. Riere sta bila ponavadi še 2 specializanta na kroženju, 1 študent 6. letnika medicine, na 2 tedna pa so se menjavali po 3 študenti 3. letnika medicine, ki so na oddelek prihajali pozneje. Čeprav nas je bilo veliko, sem bil s prakso zadovoljen veliko bolj kot z vajami interne medicine v UKC Lj, ker sem opravil 4 tedne, saj je bilo vzdušje zelo prijetno in sproščeno, za paciente so si vedno vzeli veliko časa in se z njimi pogovorili v miru, mentor se je svojim študentom dejansko posvetil in nas ves čas učil, za kar mu nikoli ni zmanjkalo energije. Praktično sem sicer še vedno delal malo, a so mi bile te vaje veliko bolj všeč kot doma in bi jih vsem kolegom tudi toplo priporočil. Zato sem tudi prvotno načrtovanih 5 tednov vaj na interni in 4 tedne na kirurgiji zamenjal za vseh 9 tednov interne.

Živela sva v najetem arbnb stanovanju v mestu La Laguna, saj je bilo za 3 mesece najlažje najti. Cena je bila zato sicer višja, a vseeno ne previsoka, stanovanje pa zelo lepo. Do bolnišnice sva hodila s tramom, do postaje v centru mesta sva potrebovala 4 min, tram pa je vozil do bolnišnice 14 min. Cena vožnje s predplačniško kartico je 1,05 eu, z nekaj potrpljenja in vztrajnosti pa si lahko pridobiš mesečno karto Abono joven za VES javni prevoz na otoku za 35eu/mesec (+ 5eu prvi nakup) - <http://abonojoven.es>. Karta se res splača, ker lahko kot že rečeno neomejeno koristiš vse trame in buse (ki jim na otoku rečejo "guagua") za izlete po otoku. Povezave so dobre, busi vozijo pogosto in zadovoljivo hitro.

Postopek je tak:

1. "the tricky part" - na policijski postaji si moraš pridobiti NIE (nekašna osebna številka, ki si jo moraš pridobiti za bivanje na otoku 3 mesece ali več), najprej ti izstavijo račun, ki ga plačaš na katerikoli banki (20eu), in te naročijo na sestanek, kamor moraš prinesiti originale in kopije osebne izkaznice, evropske kartice zavarovanja, potrdila o vpisu na ULL, najemne pogodbo za stanovanje in pa svojo sliko.

2. z dokumentom NIE se odpraviš na "Servicio De Atención Ciudadana, Ayuntamiento De La Laguna", kjer ti izdajo potrdilo, da prebivaš na otoku

3. slediš navodilom na spletni strani <http://abonojoven.es/solicitud/>

Je pa najem avta včasih smešno poceni, če prek interneta rezerviraš vnaprej in za več dni (dobre izkušnje z autoreisen.com) - npr. 7 dni VW Polo za 64eu vse skupaj, ne potrebuješ (niti ti ne ponudijo) nobenih dodatnih zavarovanj, saj krijejo res skoraj vse. Tudi bencin je stal manj kot 1eu/l, tako da smo z obiski večkrat najeli avto in se vozili po otoku.

43. ŠPANIJA – Universidad De La Laguna (Tim Velkavrh)

Na trimesečno Erasmus prakso sem se odpravil v okviru predmetov Interna medicina ter Kirurgija. Prakso sem si zagotovil sam, saj sem leto prej opravljal Erasmus izmenjavo na isti univerzi in tako vedel, koga moram kontaktirati glede pomoči pri dodelitvi mentorja ipd.

Izmenjavo sem opravil na bolnišnici z imenom Hospital Universitario de Nuestra Senora de la Candelaria (HUNSC), eni izmed dveh univerzitetnih bolnišnic na otoku Tenerife, v katerih se zdravi okrog milijon prebivalcev otoka, pa tudi težji primeri z drugih otokov, ki potrebujejo intenzivno oskrbo. Opravil sem 7 tednov vaj na kirurškem oddelku ter 8 tednov na internističnem oddelku. V Ljubljani se mi prizna pri vsakem predmetu po sedem tednov opravljenih vaj, saj je sedem pri internistih največ, dva tedna pa moram opraviti še doma.

Na obeh oddelkih so me lepo sprejeli, študentov so navajeni, saj hkrati na oddelkih krožijo študentje njihovih nižjih letnikov. Prav tako imajo izkušnje s tujimi študenti, saj jih njihova univerza in fakulteta vsako leto sprejme mnogo. To pa ne pomeni, da so se jim pripravljene prav dosti prilagajati. Uradni jezik je španski in redko najdeš koga, ki te razveseli s tem, da se želi s tabo pogovoriti v angleščini. Večina ima neko osnovno znanje angleščine, vendar pa so se redki pripravljene pogovarjati v angleščini. Potrebno je znanje španščine, ne glede na nivo, pa vam bo probleme povzročal kanarski naglas. Ko se ga navadite, razumevanje medicinskih pogovorov ne bi smelo biti prav problematično. Vsak dan smo začinjali ob osmih, domov pa sem se odpravil

ponavadi nekje okrog enih-dveh, oz. ko mi je mentor povedal, da gre sedaj pisati poročila in da mi danes nima več za pokazati nič zanimivega. Mentorju in sodelavcem sem praktično cel dan sledil na vseh področjih njihovega dela, (konziliji, vizite, kongresi, pregledi, posveti, delo z domačimi študenti) in tako dobro spoznal njihovo delo. Zdelo se mi je, da zaradi odnosa do dela, ki je malce bolj sproščen kot v Sloveniji, ali pa je tak samo njihov karakter, delo opravljajo boljše. Še posebej se to pozna pri odnosu do študentov, katerim namenijo mnogo več svojega časa kot pri nas, ter imajo z njimi tudi zelo kolegialen odnos. Dostikrat se je zgodilo, da smo tudi odmore preživeli skupaj ob kavi in se pogovarjali o povsem drugih rečeh.

Glede denarja, kanarski otoki imajo davčno olajšavo (ne vem točnih %), ki pomeni, da je nakup življenskih potrebščin primerljiv temu v Ljubljani, morda celo malce cenejši. Cene stanovanj se gibljejo med 150-300 eur za sobo v študentskem stanovanju. Sam sem si uspel najti eno-sobno stanovanje na obali, v katerem sem stanoval sam in zanj odštel 350eur na mesec. Če se odpravljate na krajšo izmenjavo si je pametno ogledati stanovanja prek Airbnb-ja in tam povprašati, če lahko pri njih stanujete tudi za daljši čas. Prav tako vprašajte če kdo išče sostanovalca v kateri izmed FB erasmus skupin. Otok je navajen turistov in si je zato za obdobje, krajše od šestih mesecev težko izboriti dobro ceno. Pozorni bodite tudi na lokacijo, saj sta otok in glavno mesto zelo hribovita, da ne boste pred prihodom na vaje vsako jutro prehodili 200 metrov višinske razlike.

Njihova tipična hrana so začudoma pomfri in mesne jedi, ne bi jih razglasil za neke gurmane, zato pa toliko bolj radi jejo. Ko ste tam pojdite vsak teden v eno od njihovih »Guachinche« restavracij, ki so podobne našim kmečkim turizmu, kjer strežejo domačo jedačo in pijačo.

Otok ponuja veliko več naravnih kot kulturnih znamenitosti. Prav tako je narava sama izvrstna za mnogo aktivnosti (pohodništvo, plezanje, kolesarjenje, surfanje, windsurfanje, potapljanje), otok pa ravno prav velik, da ga tekom treh mesecev dodobra spoznate, ter morda obiščete še kakega sosednjega. Do Kanarskih otokov lahko letimo iz Benetk ter Milana, prav tako preučite povezave preko Trsta-Londona, ter Barcelone. Moje izkušnje so nekako take, da povratna letalska karta + goopti staneta okrog 160-200EUR. S takšno ceno moraš biti kar zadovoljen, odvisno od sezone pa lahko močno naraste.

44. TURČIJA – Eskisehir Osmangazi univerza (Brina Gaberšček)

Od 1. novembra 2017 do 1. januarja 2018 sem opravljala praktično usposabljanje Erasmus+ na Fakulteti za dentalno medicino Osmangazi Univerze v mestu Eskisehir v Turčiji. Za opravljanje prakse v tem mestu sem se odločila, ker sem ga obiskala že dvakrat v zadnjem letu in se tam odlično počutila, tam pa imam tudi prijatelje. Eskisehir slovi kot študentsko mesto, poleg Osmangazi Univerze je tam še ena največjih in najbolj priznanih univerz v Turčiji.

Za opravljanje prakse na Fakulteti za dentalno medicino sem se odločila že nekaj mesecev pred odhodom, kontaktirala Erasmus koordinatorja na fakulteti in se brez težav dogovorila za opravljanje prakse, kljub temu da s fakulteto v Ljubljani nimajo sklenjene bilateralne pogodbe. Ker fakulteta deluje šele pet let, sem bila prva Erasmus+ študentka na fakulteti, a sem se vsekakor počutila dobrodošlo. K temu sta gotovo pripomogli turška gostoljubnost ter želja po sodelovanju s tujimi študenti tako asistentov, profesorjev kot tudi študentov, ki se tudi sami v veliki meri zanimajo za opravljanje Erasmus+ praktičnega usposabljanja v tujini.

V okviru prakse sem obiskovala klinične oddelke za endodontijo, restorativno zobozdravstvo, protetiko, oralno in maksilofacialno kirurgijo, parodontologijo in pa združeno kliniko – veliko vajalnico za študente, v kateri hkrati potekajo vaje na pacientih iz endodontije, protetike, otroškega zobozdravstva in parodontologije. Na kliničnih oddelkih sem opazovala delo specialistov in asistirala pri njihovem delu s pacienti. Pri tem sem imela priložnost videti kar nekaj oralne patologije in zanimive morfologije zob, ki je zaradi velike populacije v Turčiji bolj raznolika, kot pri nas. Poleg tega sem z mentorjem, specialistom endodontije, predelala nekaj teoretičnih poglavij in imela med drugim priložnost, da se preizkusim v strojnem širjenju koreninskih kanalov na modelu zoba.

Kljub temu da je znanje angleškega jezika v Turčiji na splošno precej slabše kot tukaj, so specialisti na fakulteti odlično podkovani tako v pogovorni kot strokovni angleščini. Tako so brez težav odgovarjali na moja vprašanja, mi razlagali klinične primere in postopke zdravljenja. Na nekaj več težav z uporabo angleščine sem naletela pri študentih in pacientih, ki pa angleščino sicer razumejo, a ne govorijo. Na srečo sem pred odhodom na prakso dosegla kar visoko stopnjo razumevanja turščine, ki se je v dveh mesecih še utrdila, tako da smo se vseeno lahko sporazumevali v dveh jezikih.

Eden izmed razlogov, zakaj sem si prakso želela opravljati na fakulteti in ne pri zasebnem zobozdravniku je ta, da sem lahko primerjala delo asistentov, profesorjev in študentov z delom na naši fakulteti. Preden sem odšla na prakso, sem si predstavljala, da je delo na fakulteti, ki se nahaja v »neevropski« državi in v precej drugačnem kulturnem okolju kar precej drugačno od dela v Sloveniji. Moja pričakovanja so se izkazala za resnična, a vendar so se razlike pokazale bolj v odnosu med ljudmi, kot v strokovnem znanju in kliničnem delu. Izpostavila bi predvsem to, da so na turški fakulteti tako asistenti kot profesorji vedno pripravljeni na sodelovanje s študenti, zelo dostopni, študenti se torej na njih brez zadržkov obrnejo tako s strokovnimi vprašanji kot z morebitnimi težavami s pacienti oziroma kliničnim delom. Kar malo me je presenetil tudi izredno spoštljiv odnos pacientov do zobozdravnikov ter upoštevanje zobozdravnikovega mnenja in navodil.

Izkušnja opravljanja prakse na tej fakulteti je bila zame vsekakor pozitivna. Na prakso sem se odpravila kot absolventka, tako da sem na matični fakulteti pred tem že opravila praktične vaje na vseh katedrah, kar mi je zagotovo pomagalo pri razumevanju nekaterih postopkov zdravljenja, ki se sicer med obema državama ne razlikujejo bistveno. Vseeno pa sem pridobila dragocene izkušnje, ki mi bodo v pomoč pri bodočem delu zobozdravnice.

Kljub splošnemu prepričanju, da je Turčija trenutno precej nestabilna in nevarna država, se v mestu Eskisehir, kjer je večina populacije študentov in je pravo nasprotje prenatrpanemu Istanbulu, na katerega večina evropejcev pomisli ob omembi Turčije, nikoli nisem počutila neprijetno ali v nevarnosti. K temu je zagotovo malo pripomoglo tudi dejstvo, da sem tam že imela prijatelje, nekaj pa sem jih spoznala tudi na praksi. To mi je bilo v veliko pomoč tako pri organiziranju poti v Eskisehir, ki je od Istanbula oddaljen 3 ure vožnje s hitrim vlakom in nima direktne letalske povezave z Ljubljano, kot tudi pri iskanju stanovanja in razumevanju tramvajskega sistema, ki mi je vsakodnevno služil za prevoz od doma do fakultete. K dobremu počutju v Turčiji je gotovo prispevala tudi odlična in ogromna kulinarična ponudba ter turška kava in čaj, ki te v Turčiji spremljata na vsakem koraku – tudi v ordinacijah.

45. VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Matic Munda)

Erasmus praktično usposabljanje na Imperial College London sem opravljal tri mesece (oktober 2017 – december 2017). Postopek prijave in vpisa pred samo izmenjavo ni kompliciran, saj dobivaš vsa navodila glede papirjev jasno in enostavno preko maila od svojega mentorja in Žive Cotič (odgovorna za izmenjavo na Imperialu). Pred izmenjavo ne pozabite na Listino študenta, saj se vam praksa pri nas prizna kot Družinska medicina in izbirni predmet Raziskava v družinski medicini.

Sama praksa poteka v bolnišnici Charing Cross na oddelku Primary Care and Public Health (PCPH), podenota Global eHealth Unit. To je oddelek, ki se na nek način povezuje raziskovanje v družinski medicini in javnem zdravju z novodobnimi informacijskimi tehnologijami sledenja in beleženja zdravstvenih podatkov (razni 24/7 merilci krvnega tlaka, smartphone aplikacije o beleženju vnosa soli ipd.). Vsi zaposleni na PCPH so izjemno prijazni in ti pomagajo pri kakršnokoli težavi, načeloma delaš na študentskih računalnikih, lahko pa tudi uporabljaš njihovo kuhinjo. Vsako sredo so tudi seminarji z gostujočim predavateljem, teme so načeloma javnozdravstvene. Sodelavci na eHealth (v času moje izmenjave so bili štirje) so izjemno prijazni in družabni, tudi v času po uradnem delovniku.

Ko začneš s prakso, si vržen v tri mesece raziskave, ki lahko traja tudi več let. Tvoja naloga je, da beležiš zdravstvene podatke na tako imenovanih »screening visits« in jih pomagaš analizirati, odvisno od raziskave. Nekateri so na prejšnjih izmenjavah npr. večinoma pisali pregledne članke. Na samem oddelku nihče ne komplicira (verjetno odvisno od mentorja), dokler do določenega roka narediš vse, kar je potrebno. Te stvari lahko delaš tudi od doma ali iz knjižnice, prisotnosti moj mentor ni nikoli preverjal. Ker sem bil na praksi ravno v obdobju, ko se je večina večjih raziskav zaključila, ostale pa so se šele začenjale, ni bilo veliko dela, zato sva se s kolegico dogovorila in začela s sodelavcem še lastno raziskavo iz nevrologije, ki jo nadaljujemo tudi iz Slovenije. Res je vse odvisno od tega, koliko je trenutno aktivnih raziskav na PCPH. Tudi če v prihodnosti ne želiš delati kot raziskovalec, je izmenjava dobra izkušnja in vpogled v to, kako poteka raziskovalno delo in vse kar pride zraven (priprava protokola, kontaktiranje udeležencev, statistični programi etc.).

Nastanitev v Londonu si moraš poiskati sam. Airbnb je postal izjemno drag, zato je bolje najti pravo nastanitev. Glavni problem pri iskanju sobe je, da najemodajalci ne marajo sklepati kratkoročnih pogodb in da neradi oddajo sobo brez predhodnega ogleda v živo. Priročam spletno stran www.spareroom.co.uk in različne facebook skupine. Najemnina je najdražji del Londona, računajte okoli 200 evrov na teden, če iščeš okoli bolnice. Javni prevoz v Londonu je prav tako zelo drag, mesečna karta stane 130 funtov, študentska pa je 30% cenejša. Študentska vozovnica ti pripada, če si na izmenjavi vsaj 14 tednov, zato je pametno o tem razmisliti že med prijavo na prakso in se dogovoriti z mentorjem. Mesečna karta se mi zdi nujno potrebna tudi če živiš blizu bolnice, še posebej če želiš zares doživeti London. Hrana v trgovinah je približno primerljiva z našimi cenami, morda malo dražja.

London ima izjemno pestro družabno življenje, ki vključuje druženje v pubih, koncerte, gledališke predstave, restavracije, muzeje in galerije (ki so zastoj), zato ni nikoli dolgčas. Vsak dan oziroma večer lahko najdeš nekaj novega za preživljanje prostega časa. London je mesto multikulturne mešanice in večina ljudi, ki jih spoznaš, je priseljencev, tako kot ti, zato se nikoli ne počutiš tuje. Izjemna izkušnja, ki bi jo priporočil vsakemu.

46. VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Julija Dimnik)

Erasmus prakso sem opravljala na Imperial College London na Global eHealth Unit med 1. septembrom in 30. oktobrom 2017. Ker imamo z Imperial College že sklenjen bilateralni sporazum, postopek izbire študentov poteka enako kot za Erasmus izmenjavo.

Po izbirnem postopku sem kontakt vzpostavila z Živo Cotič, ki te potem preusmeri k osebi, ki bo tekom prakse tvoj mentor in s katerim tudi urediš vso potrebno dokumentacijo. Zaželeno je, da dokumentacijo začnete urejati približno 3 mesece prej.

V Londonu sem si možne nastanitve poiskala kakšen teden prej preko spletne strani SpareRoom (obstaja še kar nekaj podobnih spletnih strani) in si stanovanja nato ogledala, ko sem prispela v London. Ponudba stanovanj je sicer velika, vendar pa so cene visoke.

V Londonu sem se večinoma vozila z javnim prevozom, ki pa je drag. Mesečna karta za podzemno in avtobuse je približno 160 eur, samo za avtobus je nekoliko cenejša. Če boste ostali na Imperial College več kot 3 mesece, si lahko uredite študentsko Oyster Card, ki je cenejša.

Vendar pa svetujem, da živite v bližini bolnice, saj boste tam preživeli večino časa in je najlažje, če greste lahko peš.

Oddelek se nahaja v Reynolds stavbi, ki je del Charing Cross Hospital. Ponavadi se z delom začne okoli 9h zjutraj in traja nekje do 16h ali pa 17h. Vendar pa je delovni čas zelo prilagodljiv, pomembno je le, da je delo opravljeno.

Moje delo je bilo na projektu Blood pressure study, ki ga je izvajala njihova research assistant Valentina. Delo je bilo praktično, saj sva zbirali krvni tlak ter podatke pri ljudeh, ki opravljajo

delo v izmenah. Za delo sva uporabljali več naprav za merjenje tlaka, zaznavanje svetlobe ter razne vprašalnike. Naprave sva pripravili za vsakega udeleženca posebej ter nato zbrane podatke prenesli in uredili.

Drugače je na oddelku veliko raziskovalcev in zdravnikov, ki opravljajo raziskave na področju javnega zdravja, epidemiologije in primarne zdravstvene oskrbe.

London je res super mesto in v prostem času lahko vedno kaj počneš. Mesto ima ogromno parkov, muzejev, kulturnih znamenitosti ter dogodkov. Sama sem prehodila večino mesta, saj ga tako najbolje spoznaš.

Vikende je veliko študentov izkoristilo za obisk bližnjih krajev, kar vsekakor priporočam.

Za kakršnakoli vprašanja se lahko vedno obrnete name na julija.dimnik@gmail.com

47. VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Nika Juriševič)

Praktično usposabljanje Erasmus + sem opravljala na Global eHealth Unit, Imperial College London v London. Praksa je trajala 3 mesece (med oktobrom in decembrom).

Za to praktično usposabljanje je potreben razgovor.

Prijava in vpis na praktično usposabljanje nista komplicirana, vse potrebne informacije dobite preko mailov od mentorja in Žive Cotič, ki je odgovorna za izmenjavo na Imperial College London. Če imate vprašanja glede same prijave in vpisa so ljudje zelo prijazni in potrpežljivi, tako da se da vse rešiti. Priporočam da se s samo prijavo začnete ukvarjati prej, ker se znajo zadeve malo zavleči. Prenočišče sem poiskala preko strani www.spareroom.co.uk. Največ dela sem imela prav s tem, ker lastniki ne radi oddajajo svojih stanovanj/sob le za tri mesece. Cene so precej višje kot v Ljubljani oz Sloveniji. Soba v Zoni 2 pride približno 200 funtov na teden. Sama sem si delila hišo s sedmimi ljudmi iz različnih koncev sveta. Lahko povem da je to zelo dobra izkušnja saj spoznaš zelo zanimive ljudi in različne kulture.

Kar se tiče transporta je najbolj hiter in učinkovit načrt tube oz underground. Pogosto sem se vozila tudi z avtobusi. Mesečna karta je za študente ceneje (30 % manj) tako da priporočam da si to uredite. Z undergroundom in avtobusi lahko raziščete celoten London. Vendar se zavedajte da z undergroundom potujete hitreje kot z avtobusi.

Hrana v trgovinah in restavracijah je dražja kot v Ljubljani. V Londonu nimajo študentskih bonov. Praktično usposabljanje poteka v bolnišnici Charing Cross, Primary Care and Public Health (PCPH), podenota Global eHealth Unit.

Prvi dan te seznanijo s safety instructions, kjer ti pokažejo kje so gasilni aparati in kam oditi v primeru požara. S potrdilom ki ga dobiš po tem greš lahko po svoj Identity card na kampusu Imperial College-a, blizu Science muzeja. S to kartico lahko vstopaš v knjižnico, na oddelek in dobiš študentski popust (naprimer pri nakupu mesečne karte za tube).

Vsi zaposleni na oddelku so zelo prijazni in družabni. Vsako sredo so seminarji z gostujočimi predavatelji, teme so iz področja Javnega zdravja in primarne oskrbe

Delo je raznoliko, od prebiranja različnih člankov, do obiska ljudi ki sodelujejo pri različnih študijah in odčitavanje različnih parametrov (screen visits).

Delo sem opravljala večinoma na študentskih računalnikih in kdaj tudi od doma. Na oddelku sva s kolegom smela uporabljati tudi kuhinjo kjer si lahko skuhaš kavo ali čaj.

London ima zelo raznoliko družabno življenje. Na voljo imate različne restavracije, tipične pube, muzeje (ki so v veliki večini zastoni), gledališke predstave, itd.

Samo mesto je zelo zanimivo, ima zelo lepo arhitekturo in res ti ni nikoli dolgčas. Edini problem je da se med rush hours (zjutraj in pa popoldan okoli 16h) veliko ljudi odpravlja v službo oz domov, zato so ceste polne avtov in počasi premikajočih avtobusov, undergroundi so nabito polni ljudi.

Jaz sem na srečo živela 10 min stran od bolnice tako da teh problemov nisem imela. Močno priporočam da vsakemu ki gre na prakso v Charing Cross bolnišnico najde prenočišče v predelu Hammersmith, saj tako ne bo težav s transportom.

Kar se tiče vremena sem imela veliko srečo, ker je v vseh treh mesecih mogoče 5x deževalo in enkrat snežilo. Če se odpravljate na izmenjavo v zimskih mesecih priporočam tople jakne saj zna na otoku kar močno zapihati.

Sama bi priporočila to izmenjavo vsakemu ki ima rad London, spoznavanje novih ljudi in delo v raziskovanju. Meni je bila to ena najlepših izkušenj.

48. VELIKA BRITANIJA – Imperial College London (Tjaša Divjak)

Med 5.12.2017 in 13.2.2018 sem opravljala prakso na nevrološkem oddelku univerzitetne bolnišnice StGeorge's Hospital na jugozahodu Londona v okrožju Tooting. Na prakso sem se odpravila po diplomi in opravljenem strokovnem izpitu, ker po novem Erasmus program omogoča mobilnost vse do enega leta po zaključku študija.

StGeorge's Hospital London je regijska bolnišnica z velikim obratom bolnikov z najrazličnejšimi pogosto redkimi boleznimi. Večino svojega časa v bolnišnici sem preživela na splošnem nevrološkem oddelku, kjer so me zelo lepo sprejeli in vključili v delo. Med moje dnevne obveznosti so spadali obisk jutranjega raporta in vizite ter pomoč specializantom in sobnim zdravnikom. Vsi zdravniki s katerimi sem delala so bili zelo prijazni in vajeni dela s študenti/tujimi zdravniki. Dovolili so mi, da samostojno pregledujem bolnike in jim nato poročam o izsledkih. Udeleževala sem se tudi različnih oblik izobraževanja namenih predvsem mlajšim zdravnikom in specializantom. V popoldanskem času sem obiskala različne klinike (glavobol, kognitivne motnje, Tourette sindrom...). Pri izbiri klinik in oddelkov ter razporejanju časa sem imela proste roke. Delo je po navadi potekalo od devetih do petih, včasih tudi dlje. Univerza svojim študentom in obiskovalcem omogoča tudi dostop do čudovite knjižnice, različnih predavanj in drugih dogodkov. Naj dodam še nekaj praktičnih stvari glede izmenjave. Ob prihodu sem se registrirala v sprejemni pisarni, kjer so mi izdali študentko izkaznico. Vse je potekalo brez posebnih zapletov. Nastanitev v bližini bolnišnice sem si poiskala sama. Cene najemnine so sorazmerno visoke in se gibljejo med 500 in 700 funti na mesec. V prostem času sem obiskala London in njegovo okolico.

S prakso sem bila zelo zadovoljna in jo vsem toplo priporočam. Za vse dodatne informacije mi lahko pišete na tjasadivjak@gmail.com, prav tako ste lepo vabljeni, da preberete moje poročilo iz študijskega leta 2014/15.

50. VELIKA BRITANIJA – NHS Foundation Trust, Oxford University Hospitals (Kendi Sirk)

Prakso sem opravljala v Veliki Britaniji, v bolnišnicah NHS Foundation Trust, med 1. avgustom in 30. septembrom 2018. V sklopu bolnišnic Oxford University Hospitals sem obiskovala John Radcliffe Hospital, Nuffield Orthopaedic Center, Churchill Hospital in v sklopu bolnišnic Hampshire Hospitals, Basingstoke and North Hampshire Hospitals. Večino časa sem bila v John Radcliffe, saj je prav tu oddelek kardiotorakalne kirurgije, kjer izvedejo največje število resekcij raka pljuč v celi Veliki Britaniji!

Praksa se je začela s papirji. Najbolje, da se procesa lotite pol leta prej, da bo postopek stekel brez težav. Learning Agreement, potrdilo o ne kaznovanosti in potrdilo o zdravstvenem stanju. Ko je bilo vse to urejeno sem se lotila iskati stanovanje. Mentor mi je predlagal Ivy Lane Flats. To so domovi za osebje, ki ima kakršnekoli povezave z Oxford University Hospitals, saj se nahajajo 5min stran od bolnišnice. Cena je glede na visoko cenovno raven, med najnižjimi.

Na kraju, sem na lastni koži spoznala, da niso samo sobe z zasoljenimi cenami. Avtobusni prevoz, hrana, hišne, šolske potrebščine, vse za vsaj polovično ceno dražje kot v Sloveniji. Bodite pripravljeni in ne se preveč obremenjevati pri pretvorbi iz funtov v evre. Da mi je bilo lažje, mi je mentor, od prvega dne dalje posodil kolo. Kakšno olajšanje!

Ne samo zaradi kakšnega evra več v žepu, temveč tudi kolesarjenja. Oxford je odlično mesto, kjer lahko občudujete prelepe parke, naravne in kulturne znamenitosti. Ker je lih prav daleč (5km-10km), da je z avtobusom blizu in peš daleč, je kolo odlična rešitev!

Delo se je začelo z uvajalnim sestankom, kjer mi je mentor, razložil kako bo praksa potekala, kdaj in kje se določene stvari dogajajo, predstavil mi je sodelavce, šla sva narediti kartico (badge), ki sem jo uporabila za identifikacijo, odpiranje vrat in dostop do uniform. Naposled se je začelo z operacijsko dvorano, kjer je že bila pripravljena pacientka. V operacijskih dvoranah sem bila stalno ob sredah, petkih in vikendih ob nujnih primerih. Pogosto tudi druge dneve v tednu, ko smo sodelovali z zdravniki bolnišnice Churchill Hospital pri operacijah požiralnika.

Ponedeljki so bili rezervirani za Multi Disciplinary Team meeting v bolnišnici Nuffield, kjer so bili zbrani zdravniki onkologi, ortopedi, radiologi, srčni, plastični, torakalni kirurgi, anesteziologi, medicinske sestre, patologi, histologi... skratka ogromno ljudi z različnih medicinskih področij.

Tam smo obravnavali zahtevne paciente, ki so zahtevali celostno obravnavo. Ob torkih sem bila dopoldne v operacijskih dvoranah kardiokirurgije v John Radcliffe hospital, popoldne v ambulanti Churchill hospital, kjer smo pregledovali paciente, napotene na posvet k torakalnemu kirurgu. Prav tako se je ambulanta izvajala v četrtek, od zgodnjega jutra do poznega popoldneva, saj je bolnišnica Basingstoke na periferiji, uro stran od Oxforda. V vseh bolnišnicah veljajo stroga pravila glede identifikacije. Zelo so pozorni, kdo ste, kaj delate in kdo je vaš mentor. Vedno se predstavite!

Poleg sodelovanja pri pregledu pacientov, operacijah in multidisciplinarnih srečanjih, sem opravila praktične vaje kanuliranja v Skills Labu in sodelovala pri simulacijah v OxSTaR (Oxford Simulation, Teaching and Research) s študenti zadnjega letnika Univerze v Oxfordu. Najprej smo osvežili pridobljeno znanje iz urgentnih stanj in ga nato v praksi uporabili v simulacijskem centru na plastičnem modelu človeka, v dvorani, ki zglada kot prava bolnišnična soba opremljena z vsemi pripomočki pri eventualni ogroženosti pacienta.

V bolnišnici je akademski oddelek, kjer je knjižnica in ogromno gradiva za študij. Z NHS kartico sem naredila tudi kartico za knjižnico. Posvetila sem se tudi preučevanju člankov o post operacijski oskrbi in ustvarila predstavitev o T-ERAS (Thoracic- Enhanced Recovery After Surgery). Predstavitev je bila uporabljena kot prvi korak k letoletni raziskovalni nalogi v kateri bo vključeno celotno osebje torakalnega oddelka, da bi izboljšali post operativno stanje in skrajšali čas bivanja v bolnišnici.

Da pri delu nisem ostala brez energije je v bolnišnici menza, kjer ima osebje bolnišnice ugodnosti pri nakupu, drugače so tudi marketi, bari, skratka ogromno izbire. Lahko si pripravite tudi od doma kosilo in jeste v prostorih menze, ki so namenjeni za »piknik«. Tudi v operacijskih blokkih je bar s prostorom kjer lahko jeste ali kupljeno ali od doma pripravljeno hrano. Imajo tudi čajno kuhinjo z mikrovalovno pečico.

Poleg dela je za študente ogromno priložnosti. Lahko se udeležite delavnic in osvojite nova znanja pri risanju, športu, petju, igranju, skratka kar vam srce veli. V centru mesta lahko greste na Punting (z barčico po reki, ki nima vesel, temveč si lahko pomagata le palico s katero greste naprej), si ogledate muzeje, grad, parke kolegijev (kar 20!) ali mestne parke. Najraje sem šla teči v Port Meadow in Burgess Field. Park, blizu Temze, kjer vidite barčice in živali, ki se pasejo. Mesto je živo, barvito in multikulturno. Spoznala sem ljudi s celega sveta, veliko različnih običajev, različnih jezikov. Prisotna je strpnost, pomoč, sprejemanje drugačnosti, delovanje v skupnosti, kar je bilo na lastne oči zelo lepo videti.

Pojdite v Oxford in se prepričajte še vi!