



ŠTUDIJSKA POROČILA ERASMUS+ ŠTUDENTOV MEDICINSKE FAKULTETE UNIVERZE V LJUBLJANI

za študijsko leto 2014/2015



Pripravila: Maruša Vukelić
Mednarodna pisarna MF UL

Ljubljana, november 2015

Predgovor

Študijsko leto 2014/2015 je bilo na področju mednarodnega sodelovanja in izvajanja programa mobilnosti, še posebej programa Erasmus+, za Medicinsko fakulteto Univerze v Ljubljani ponovno zelo pestro. Program Erasmus+ se na UL MF naglo razvija, na kar kaže veliko zanimanje naših študentov za študij in prakso v tujini in vedno večje zanimanje in gostovanje tujih študentov na študiju naše fakultete. K uspehu programa znatno pripomore tesno medsebojno sodelovanje vodstva fakultete, predstojnikov kateder in inštitutov ter

vseh Erasmus+ študentov, ki so več kot uspešno zastopali našo fakulteto na partnerskih univerzah tudi v letu 2014/2015.

V študijskem letu 2014/2015 je bilo izbranih za Erasmus+ študijsko izmenjavo 64 študentov medicine in dentalne medicine, uspešno je Erasmus+ študijsko izmenjavo opravilo 56 študentov. 22 študentov je uspešno zaključilo Erasmus študijsko prakso. Na MF je v študijskem letu 2014/2015 gostovalo 81 tujih študentov v okviru programa Erasmus+.

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

Maruša Vukelić
Mednarodna pisarna MF UL

Ljubljana, november 2015

KAZALO

Vmesna poročila.....	6
1. DANSKA - KØBENHAVNS UNIVERSITET, KOPENHAGEN (SENTILIJA DELALIĆ)	6
2. SLOVAŠKA – COMENIUS UNIVERSITY, BRATISLAVA (Tina Prosen)	7
KONČNA POROČILA	8
3. AVSTRIJA – MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN (Stella Valek)	8
4. AVSTRIJA – MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN (Žiga Košnik)	10
5. BELGIJA – UNIVERSITEIT ANTWERPEN (Barbara Zupanc)	12
6. BELGIJA – KATHOLIEKE UNIVERSITEIT LEUVEN (Sončka Jazbinšek).....	14
7. DANSKA - KØBENHAVNS UNIVERSITET, KOPENHAGEN (Sentilija Delalić) .	15
8. DANSKA - KØBENHAVNS UNIVERSITET, KOPENHAGEN (Živa Makovec)	16
9. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Sara Novak Beržan, Dentalna medicina)	18
10. FRANCIJA – UNIVERSITÉ DE BORDEAUX, BORDEAUX (Tamara Dostanić)...	19
11. FRANCIJA – UNIVERSITE JOSEPH FOURIER GRENOBLE (Neža Eržen).....	21
12. FRANCIJA – UNIVERSITE CLAUDE BERNARD LYON (Tjaša Herič)	23
13. FRANCIJA – UNIVERSITE SE STRASBOURG (Veronika Vezjak).....	24
14. FRANCIJA – UNIVERSITÉ DE BORDEAUX, BORDEAUX (Matej Šatej).....	27
15. ITALIJA - ALMA MATER STUDIORUM - UNIVERSITÀ DI BOLOGNA (Maša Glišović, praksa).....	28
16. ITALIJA – UNIVERSITA DEGLI STUDI DI PADOVA (Nina Skubin).....	30
17. ITALIJA - UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TRIESTE, TRST (Emanuela Jovanovski).....	30
18. NEMČIJA – RHEINISCH-WESTFÄLISCHE TECHNISCHE HOCHSCHULE AACHEN (Milancho Taneski).....	32
19. NEMČIJA – RHEINISCH-WESTFÄLISCHE TECHNISCHE HOCHSCHULE AACHEN (Peter Zabret)	33
20. NEMČIJA – HUMBOLDT UNIVERSITÄT ZU BERLIN / CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN (Sanja Zupanič)	35
21. NEMČIJA – HUMBOLDT UNIVERSITÄT ZU BERLIN / CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN (Vita Mesarič).....	39
22. NEMČIJA – HUMBOLDT UNIVERSITÄT ZU BERLIN / CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN (Peter Brumat, praksa).....	41
23. NEMČIJA - KLINIKA BOGENHAUSEN, MUNCHEN (Ožbej Kunšič, praksa).....	42
26. NEMČIJA - HEINRICH HEINE UNIVERSITÄT DÜSSELDORF (Blaž Burja).....	45
27. NEMČIJA - ALBERT-LUDWIGS-UNIVERSITÄT FREIBURG IM BREISGAU (Jure Gruntar)	46

28. NEMČIJA - ALBERT-LUDWIGS-UNIVERSITÄT FREIBURG IM BREISGAU (Matic Krašovec).....	47
29. NEMČIJA – KATHOLISCHE KLINIKEN IN KREIS KLEVE (Nives Puh).....	48
30. NEMČIJA – LUDWIG-MAXIMILLIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN (Jan Mark Leskovec)	50
31. NEMČIJA – LUDWIG-MAXIMILLIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN (Rok Amon)	51
32. NEMČIJA - JOHANNES GUTENBERG-UNIVERSITÄT MAINZ (Eva Cafuta Maček).....	54
33. NORVEŠKA - UNIVERSITETET I BERGEN, BERGEN (Aljaž Šemrov)	55
35. NORVEŠKA - NORWEGIAN UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY (NTNU), TRONDHEIM (Andrej Čarni).....	63
36. UNIVERSITETET I OSLO (Damjana Srednik)	64
37. PORTUGALSKA – UNIVERSIDADE DE COIMBRA (Alja Vičič)	66
38. PORTUGALSKA – UNIVERSIDADE DE LISBOA (Jana Hernavs)	68
39. PORTUGALSKA – UNIVERSIDADE DE LISBOA (Kristina Hočevar)	70
40. PORTUGALSKA - FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DO PORTO (Marija Pia Tacar)	72
41. SLOVAŠKA – COMENIUS UNIVERSITY, BRATISLAVA (Tina Prosen).....	74
42. ŠPANIJA - UNIVERSITAT DE BARCELONA (Juliya Dimnik)	75
43. ŠPANIJA - UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA, TENERIFE (Neli Šemrl)	76
44. ŠPANIJA - UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA, TENERIFE (Maja Zabel)	77
45. ŠPANIJA - UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MADRID (Jože Dernovšek).....	78
46. ŠPANIJA – MARBELLA Hospital Costa del Sol, Marbella (Maša Kitner, praksa) ...	79
47. ŠPANIJA – UNIVERSIDAD DE SALAMANCA, SALAMANCA (Ana Petek).....	81
48. ŠPANIJA – UNIVERSIDAD DE SALAMANCA, SALAMANCA (Anže Jerman) ..	82
49. ŠVEDSKA - SAHLGRENSKA AKADEMIN, GÖTEBORGS UNIVERSITET, GOTHENBURG, ŠVEDSKA (Nina Aberšek)	83
50. ŠVICA – UNIVERZITETNA BOLNICA V ŽENEVI (Nina Sojar Košorok, praksa) 84	
51. TURČIJA - YEDITEPE UNIVERSITY, ISTANBUL, TURČIJA (Andrej Čarni).....	85
52. VELIKA BRITANIJA - Imperial College London, (Ina Sibli, praksa)	86
53. VELIKA BRITANIJA - Imperial College London, (Boštjan Pirš, praksa).....	88
54. VELIKA BRITANIJA - Imperial College London, (Nadja Kobold, praksa)	92
55. VELIKA BRITANIJA - SHEFFIELD'S CHILDREN'S HOSPITAL, SHEFFIELD, VELIKA BRITANIJA (Katarina Esih, praksa).....	93
56. VELIKA BRITANIJA - ADDENBROKE`S HOSPITAL, CAMBRIDGE (Marko Nabergoj, praksa)	95
57. VELIKA BRITANIJA - SHEFFIELD'S CHILDREN'S HOSPITAL, SHEFFIELD (Katarina Esih, praksa)	96

58. VELIKA BRITANIJA - ST GEORGE'S UNIVERSITY HOSPITAL V LONDONU (Tjaša Divjak, praksa 2015/16)	98
--	----

Vmesna poročila

1. DANSKA - KØBENHAVNS UNIVERSITET, KOPENHAGEN (SENTILJA DELALIĆ)

Izmenjavo sem opravljala v poletnem semestru. Za Dansko sem se odločila, ker je Univerza v Kopenhagenu med boljšimi in ker so Skandinavci znani po tekočem znanju angleščine. Na izmenjavi sem opravljala klinične vaje iz interne medicine (5 tednov), kirurgije (5 tednov) in 2 tedna vaj iz anesteziologije. Interno medicino in kirurgijo sem opravljala v Hvidovre hospital, anesteziologijo pa v Rigshospitalet.

V Kopenhagen sem prišla tri dni pred pričetkom vaj. To obdobje sem izkoristila za razne opravke, kot je urejanje Residence permita, ki je potreben za pridobitev CPR številke. V tem času sem tudi obiskala mednarodno pisarno medicinske fakultete. Osebe je bilo zelo prijazno in pripravljeno pomagati. V kratkem času sem tudi kupila kolo, ki pride vsakemu obiskovalcu Kopenhagna zelo prav.

Bivala sem v študentskem domu Osterbro kollegiet. Za pridobitev sobe v domu se je potrebno prijaviti preko Housing Foundation (The University of Copenhagen Housing Foundation). Povabilo za prijavo sem dobila že konec novembra. Pogodba za sobo se sicer sklene za cel semester, torej od 1.2. do 14.7, a je bivanje možno tudi skrajšati, če je potrebno.

Prvi dan je bil uvodni - predstavili so nam bolnico, dali navodila kaj narediti v primeru srčnega zastoja na oddelku in dobili smo identifikacijske značke, s katerimi smo imeli omogočen dostop do garderob, uniform, itd. Začela sem s kliničnimi vajami iz interne medicine, in sicer na oddelku za pulmologijo. Z delom smo pričeli ob 8:00 z jutranjim raportom, za tem nas je naš nadzorni mentor razporedil po oddelkih. Večinoma smo bili na urgenci, pulmološkem oddelku ali v dnevni kliniki/ ambulanti. Videli smo tudi kar nekaj bronhoskopij, dana pa nam je bila tudi možnost obiska oddelka za paliativno medicino. Vsak dan smo imeli tudi popoldanske raporte ob 13:00, na katerih so obravnavali najbolj kompleksne primere. Vsak zdravnik je lahko vprašal za mnenje ostalih kolegov in starejših zdravnikov, če mu ni bila jasna diagnoza in plan za dotičnega pacienta. S tovrstnimi diskusijami smo se tudi študentje veliko naučili. Velikokrat so imeli zjutraj tudi krajša predavanja. Sami sicer nismo imeli veliko priložnosti samostojnega pregledovanja pacientov, so nam pa veliko razlagali pred dejanskim obiskom in pregledom pacienta. Imam same pozitivne izkušnje s stiki z zdravniki, prav tako s sestrami.

Udeleževali smo se tudi predavanj, ki so bila večinoma pripravljena za danske študente, a so jih predstavili v angleščini za nas. Predavanja smo imeli skoraj vsako sredo, od 8.15. do 14.15. Večinoma so potekala v obliki predstavitev več kliničnih primerov, v manjših skupinah z veliko spodbude za sodelovanje v diskusiji.

Vaje iz kirurgije sem prav tako opravljala v Hvidovre hospital, na oddelku za ortopedijo, skupaj s tremi danskimi študenti. Dobili smo program za cel cikel in razpored po dnevih. Poleg sredinih celodnevnih predavanj, ki jih je organizirala Univerza, smo imeli tudi več krajših predavanj na oddelku, katerih namen je bil pokriti pomembne teme iz ortopedije in se naučiti pregled posameznega sklepa.

Anesteziologijo sem opravljala v Rigshospital. Gre za največjo bolnišnico v Kopenhagenu, ki je locirana v samem centru, poleg Panuma (t.i. medicinske fakultete). Tu smo imeli vaje 2 tedna. Jutranja konferenca se je začela 7.45., s poročilom dežurstva predhodne noči. Za tem je sledilo 5-minutno predavanje. V skupini nas je bilo 7 študentov, vsi smo opravljali študentsko izmenjavo. Vsak je bil razporejen na svoj oddelek. Jaz sem bila na oddelku za

plastično kirurgijo. Tam sem večinoma spremljala nadzorno mentorico in opazovala delo anesteziologov. Če je bilo možno, sem tudi vstavila laringealno masko ali poskusila intubirati. Nadzorovala in vpisovala sem tudi vitalne funkcije. Dvakrat smo imeli tudi celodnevna predavanja (ob ponedeljkih), kjer so nam predavali o splošni in lokalni anesteziji, nadzoru bolečine, obenem smo na simulacijski lutki vadili oživljanje, intubiranje in spinalno anestezijo. Vsak je moral opraviti tudi dežurstvo, kar je bilo na oddelku za ginekologijo in otroško kirurgijo. Jaz sem v svojem dežurstvu videla vsaj 5 epiduralnih anestezij in eno urgentno splošno anestezijo.

V poteku prijave za izmenjavo sem izbrala tudi opcijo, da mi dodelijo mentorja, saj imajo zelo dober Erasmus mentor program. Moja mentorica me je kontaktirala približno en mesec pred mojim prihodom. Drugi dan mojega bivanja v Kopenhagenu sva se tudi dobile, da mi je razložila vse potrebno za vaje, glede prevoza in podobno. Pomagala mi je tudi pri raznih prijavih, ki so v danščini. Kot skupina mentorjev so tudi organizirali veliko družabnih dogodkov, kot so ogled danskega parlamenta, izlet v Louisiano, ogled filma v kinu.

Imamo tudi dostop do njihovega študentskega informacijskega sistema – KU net, za katerega smo dobili lastni elektronski naslov ob prejetju pisma o sprejemu na univerzo. Tukaj smo dobivali vsa pomembna elektronska sporočila in imeli dostop do literature in urnikov.

Vsem, ki razmišljate o izmenjavi v Kopenhagenu priporočam tudi ogled spletne strani University of Copenhagen, kjer so zbrane vse pomembne informacije; glede same prijave, opcij za bivanje, MRSA testu, vsega potrebnega za pridobitev Residence permit in veliko drugih pomembnih informacij.

Kopenhagen je res krasno mesto, katerega hitro vzljubiš in težko zapustiš. Danci pa so prijazen, vesel in sproščen narod. Vedno so pripravljeni priskočiti na pomoč. Priporočam Erasmus izkušnjo vsem, ki se še odločate. Kar pogumno !

2. SLOVAŠKA – COMENIUS UNIVERSITY, BRATISLAVA (Tina Prosen)

Preteklo je že nekaj dni več kot en mesec odkar sem se odpravila na izmenjavno na Slovaško, v njeno glavno mesto, v Bratislavo. Pred izmenjavo sem imela precejšnje težave z dogovarjanji glede urnika. Želela sem imeti kirurgijo in interno v prvem semestru, kar do zadnjega nisem vedela, če bo šlo. Prav zaradi tega sem imela tudi težavo se zmeniti s študentskim domom, ker nisem točno vedela, kdaj sploh pridem. V zadnjem tednu avgusta so mi sporočili, da bom imela kirurgijo in interno v prvem semestru in da začnem čez dober teden. Tako sem morala preložiti nekatere stvari, ki sem jih planirala še za prva dva tedna v septembru, saj naj bi sicer začeli z vajami v sredi septembra. Ko sem prispela, sem se oglasila na mednarodni pisarni, tam sem uredila vse potrebo in pričela z vajami. Na vajah sem skupaj še s štirimi Grki, eno Angležinjo in enim fantom iz Saudske Arabije. Ker so oni tu že šesto leto, poznajo vse oddelke in kar koli se je potrebo dogovarjati kot skupina. So zelo prijazni in priskočijo na pomoč pri vseh stvareh. Vaje so prva dva tedna potekale v ambulanti, v bolnišnici v centru, kjer je bilo malo pacientov, sedaj pa smo na drugi bolnici, kjer je boljše, čeprav večinoma vaje potekajo v obliki seminarjev. Večinoma so predavatelji pripravljeni te sprejeti v operacijske dvorane, če le pokažeš interes. Tu pa lahko asistiraš, šivaš, le gledaš. Odvisno od primera in od zdravnika, ki je nadzorni. Meni so posodili tudi šivalni pribor za domov, da sem malce povadila, potem pa sem lahko šivala kožo.

Ker nisem bila prepričana, kdaj pridem, sem preklicala svojo rezervacijo v študentskem domu in sem potem iskala stanovanje. To ni ravno mačji kašelj. Ljudje so prestrašeni, če začneš v

tujem jeziku tako da bi bilo bolje govoriti kar po slovensko, vendar na začetku tega ne več. Na koncu sem našla stanovanje, prostorno in na odličnem mestu. Pa še to...slovensko tu pomeni slovaško. In tu nisem Slovenka (kar pomeni Slovakinja) ampak Slovinka.

KONČNA POROČILA

3. AVSTRIJA – MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN (Stella Valek)

Septembra 2014 sem se za 11 mesecev odpravila na celoletno Erasmus+ izmenjavo na Dunaj, kjer sem na Medizinische Universität Wien (MUW) opravljala obveznosti za 6.letnik – Interno medicino, Kirurgijo, Pediatrijo 2 in Primarno zdravstveno varstvo.

Zaradi spremembe kurikulumu na MUW sem pri sestavljanju Learning agreementa zaradi nekompatibilnosti predmetov imela nekoliko težav pri sestavljanju urnika, vendar sem na koncu s pomočjo njihovega nadvse prijaznega in ustrezljivega Erasmus+ koordinatorskega dr.Salemija le našla zadovoljivo kombinacijo. V zimskem semestru sem opravljala Modula iz Interne medicine in Kirurgije (seminarji in predavanja) in klinične vaje iz Interne medicine, v letnem semestru pa vaje iz Kirurgije, Modul Pediatrija in vaje iz Primarnega zdravstvenega varstva. Pouk in izpiti na MUW kot tudi vaje v bolnišnicah so v nemščini, tako, da je osnovno znanje jezika zahtevano; vendar se takrat, ko si vržen v nemško govoreče okolje in prisiljen uporabljati jezik, hitro napreduje, tako da brez strahu ;) Je pa res, da znajo Dunajčani kar fejest 'zašprehat' po njihovo, vendar se tudi dialekta hitro navadiš.

INTERNA MEDICINA

Že pred samim odhodom na izmenjavo sem v Sloveniji opravila 2 zahtevana tedna vaj iz Interne medicine. Preostalih 7 tednov vaj sem v zimskem semestru opravljala v AKH (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Wien). Pogoji za opravljanje vaj v bolnici je bil opravljen Modul Innere Medizin – seminarji, ki so potekali 1x na teden v zimskem semestru. Seminarji so bili obvezni; prisotnosti sicer niso redno preverjali, vendar prisotnost priporočam, že zaradi same nemške terminologije. Vaje sem opravljala na Oddelku za gastroenterologijo in hepatologijo (21E) in upam si trditi, da sem naletela na enega izmed najboljših in študentu prijaznih oddelkov! Običajen dan in zadolžitve študenta so izgledale nekako takole: ob 8.00 jutranji sestanek, nato odvzemi krvi (krvi v Avstriji načeloma ne jemljejo sestre in je to zadolžitev zdravnikov oziroma študentov), nastavljanje venskih kanalov in infuzij. Okoli 9.30 je bila vizita, ki jo je vodil Oberarzt in na kateri so prisostvovali vsi oddelčni zdravniki, tako da je celoten team imel pregled nad vsemi bolniki. Po viziti si kot študent bil zadolžen za sprejeme – anamneza, status, pisanje EKG, nato poročanje zdravniku, naročanje osnovnih preiskav (npr. rtg pc). Občasno sem smela opraviti punkcijo ascitesa, po želji sem lahko gledala gastro in kolonoskopije ter UZ vodene biopsije jeter. Vaje so se zaključile večinoma ob 14h; včasih sem ostala tudi do 17h, če ni bilo dela so me domov spustili tudi ob 12h. Osebnosti na oddelku – vsi od zdravnikov, sester do študentov- je bilo neizmerno prijazno, razumevajoče, kolegialno, za opis bi lahko uporabila same superlative. Zdravniki so bili nadvse prijazni in dostopni, tretirali so te kot enega izmed 'svojih', med seboj smo se tikali, vedno so bili vedno na razpolago za vprašanja, tvoje znanje so tudi občasno potipali, vendar vse v zelo sproščenem vzdušju in zgolj za tvoje dobro. Na koncu dneva so se študentom (na oddelku smo bili 3-4) vedno zahvalili za pomoč, naše delo je bilo cenjeno, dejali so nam celo, da si ne upajo predstavljati, kakšen kaos bi bil na oddelku brez študentske pomoči. Način

dela ni potekal kot 'pojdi vzeti kri' temveč v smislu 'bi bil tako prijazen in prosim naredil to pa to'. Skratka super oddelek, super vzdušje, super ljudje, super izkušnja ☺

KIRURGIJA

Tudi za opravljanje 7 tedenskih vaj iz Kirurgije v letnem semestru sem predhodno morala opravljati Modul Kirurgija (predavanja in seminarji) v zimskem semestru.

Vaje sem opravljala na Oddelku splošne kirurgije 21 E v AKH. Na oddelku sva bili dve študentki, zadolžitve podobne kot pri vajah iz Interne medicine. Začetek vsak dan ob 7.00, nato jutranji sestanek, kateremu so 3x na teden sledili kratki seminarji oz. predstavitve primerov, ki so jih vodili kirurgi, po sestanku odvzemi krvi ipd., zaključek okoli 15.00, včasih kasneje, včasih prej. Načeloma sem asistiralna v operacijski, če me tam niso potrebovali sem bila na oddelku in bila zadolžena za sprejeme. Delo je tu potekalo nekoliko bolj hektično, zaradi pomanjkanja časa vaje tudi niso bile najbolj didaktične, vendar je bilo tudi tu osebje prijazno in so si koliko se je le dalo poskušali vzeti čas zame in me poskušali česa naučiti.

PEDIATRIJA 2

Pediatrico 2 sem opravljala v sklopu 5-tedenskega modula Pediatrista, v katerem so bile zajete vaje in popoldanski seminarji in predavanja. Vaje sem opravljala v Gottfried von Preyer'sches Kinderspital, majhni otroški bolnišnici v 11. Bezirku. Vsako jutro si se moral odključati in s tem potrditi prisotnost, nato pa si lahko šel gledat kar si hotel – ambulanta, oddelki, slikovna diagnostika, fizioterapije,... Sama sem se največ zadrževala v ambulanti, ker se je tam izmenjalo največ pacientov in sem imela možnost videti tudi največ patologij. Všeč mi je bilo predvsem to, da sem imela možnost videti paciente različnih ras (11. Bezirk je pretežno okrožje priseljencev). Žal kot študent nisi imel dodeljenega mentorja, ki bi te vodil in le redko se je zgodilo, da si smel kot študent kaj narediti sam, tako da si bil bolj kot ne le zunanji opazovalec, ki je občasno lahko postavljaj vprašanja. Kljub temu pa je bila večina zdravnikov in ostalih zaposlenih prijaznih in so si koliko se je le dalo poskušali vzeti čas za vprašanja študentov in razlage.

PRIMARNO ZDRAVSTVENO VARSTVO

Na Dunaju sem opravljala 4 tedne vaj – po 2 tedna v dveh različnih zasebnih ordinacijah. Obe zdravnici sta bili zelo prijetni, v sklopu vaj sem smela eno od zdravnic spremljati tudi pri obiskih na domu (včasih si kar težko predstavljaj v kakšnih mizernih okoliščinah živijo ljudje v enem izmed najbolj eminentnih evropskih mest) in obiskih doma starejših občanov, tako da so bile vaje vse prej kot enolične.

Pohvaliti moram osebje Katedre za družinsko medicino MUW in predstojnika prof. Maierja, ki so si zelo prizadevali, da bi se mednarodni študentje in zdravniki med seboj spoznali ter tako organizirali srečanja oziroma večerje, na kateri so študentje in zdravniki zastopali skoraj vse celine in tako delili izkušnje in običaje svojih krajev.

IZBIRNI PREDMETI

Študenti MUW pod vodstvom mentorjev sami organizirajo in vodijo tečaje ultrazvoka (SONO4U), ki potekajo čez celo leto v majhnih skupinah (po 4 študente). Praktične vaje so podkrepjene s teoretičnim ozadjem, tako da se na zelo sproščen in zabaven način srečaš z osnovami ultrazvoka. Obisk lahko več kot priporočam!

IZPITI NA MUW

Na MUW pouk poteka podobno kot pri nas po sklopih. Izpiti iz vseh predmetov tekočega študijskega leta se pišejo na isti dan na koncu štud. leta (konec junija) v sklopu izpita SIP, ki je sestavljen iz MCQ. Tekom leta po vsakem sklopu 1/3 naključno izbranih študentov doleti nenapovedano preverjanje znanja (praktično in ustno), o katerem so obveščeni nekaj dni

prej in čigar uspešno opravljanje je pogoj za pristop k izpitu SIP – preverjanje med študenti sicer ne vzbuja večjega strahu, vendar pa ga ni za zanemarjati.

ŽIVLJENJE

Dunaj je fenomenalno mesto!!! Upravičeno že leta zaseda sam vrh lestvic 'življenju najbolj prijaznih mest'. Življenje na Dunaju je sicer dražje kot v Ljubljani, vendar predvsem na račun bolj 'luksuznih' stvari kot npr. vstopnine v klube, hrana in pijača v restavracijah in kafejih; cena osnovnih življenjskih potrebščin je primerljiva ali le nekoliko višja (odvisno od tega, kje kupuješ). Prometne povezave so izvrstne, mesto je kljub velikosti zelo obvladljivo, tako da sploh ni problem, če živiš na drugem koncu mesta, v stran od MUW. Priporočam le, da imaš blizu stanovanja U-bahn postajo, ker je potem (sicer včasih z nekajkratnim prestopanjem) dosegljiv vsak konec mesta. Sama sem stanovala v študentskem domu v 19. Bezirku (zelo lepo, zeleno, mirno in bogato okrožje), kjer sem imela svojo sobo s kopalnico, s preostalimi študenti v nadstropju pa sem si delila kuhinjo. Veliko drugih Erasmus študentov je stanovalo v WG-jih; stanovanjih, ki so si jih delili z ostalimi študenti.

Priznati moram, da sem bila v prvih tednih življenja na Dunaju kar precej presenečena, saj sem si Dunaj vedno predstavljala kot aristokratsko avstrijsko metropolo, vendar pa je mesto takoj, ko prestopiš meje famoznega 1. Bezirka s svojimi izumetničenimi stavbami in starinskimi dunajskimi kavarnicami vse prej kot to. Mesto je res multi-kulti; Beč je 'največji' srpski grad, je chinatown v malem, kebab se vrti na skoraj vsakem vogalu, včasih na U-bahnih sploh ne slišiš nemščine, v center mesta pa se ti včasih zaradi preštevilnih turistov s celega sveta sploh ne da več zahajat. Mesto ima toliko skritih kotičkov, da lahko vsak dan odkriješ nekaj novega, iz tedna v teden se odvijajo najrazličnejši festivali, koncerti, možnosti za rekreacijo je veliko, za hranjenje še več (:D), o kulturnih prireditvah raje sploh ne bom začela pisati... Za mano je leto, ki me je nedvomno obogatilo in mi bo vedno ostalo v najlepšem možnem spominu. Skratka, moja dunajska izkušnja je bila resnično urleiwand ☺.

4. AVSTRIJA – MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN (Žiga Košnik)

Sem študent Medicinske fakultete, Univerze v Ljubljani. V študijskem letu 2014/2015 sem dobil možnost da svoj peti letnik študija opravljam na Medicinski univerzi na Dunaju. Ker sta programa naše fakultete in Dunajske medicinske univerze precej različna je potrebno precej truda, da sestaviš dober learning agreement. V zelo veliko pomoč sta mi bila tako naša mednarodna pisarna z doc. dr. Tomažem Maršem na čelu ter dunajska mednarodna pisarna za katero je odgovoren dr. Human Salemi. Nazadnje sem si uspel zagotoviti program, ki mi je omogočal da na Dunaju opravim vse obveznosti, ki so potrebne da v letu 2015/2016 v Ljubljani normalno napredujem v šesti letnik, za nazaj moram opraviti le predmet Sodna medicina.

V prvem semestru sem opravljal predmeta Interna medicina ter Kirurgija. Prav tako sem opravil 2 tečaja nemščine, ter se udeležil izbirnega predmeta "Sonografija". Po prvem semestru sem odpisal izpita iz interne medicine ter kirurgije, ki sem jih tudi uspešno opravil. V drugem semestru pa sem opravljal predmete Otorinolaringologija, Oftalmologija, Pediatrija, Ginekologija in Porodništvo. Prav tako sem se v drugem semestru večkrat vrnil v Ljubljano, kjer sem opravljal izpite iz predmetov Obtočila, Imunske bolezni, Bolezni presnove, Sečila, Dihala. Pogoj da sem te predmete v Ljubljani lahko opravljal sta bila na Dunaju opravljena predmeta kirurgije in interne medicine, ki sem jih uspešno opravil v prvem semestru. V juliju in začetku avgusta sem opravljal še prakso iz interne medicine.

INTERNA MEDICINA IN KIRURGIJA

V prvem semestru sem opravil oba predmeta. Pouk je v obliki predavanj in seminarjev. To je bil tudi moj prvi stik z medicinsko nemščino, na začetku sem imel precej težav z razumevanjem terminov, vendar po tem ko "padeš v ritem" ter prebiraš nemško literaturo hitro osvojiš dovolj znanja, da lahko slediš predavanjem in od njih nekaj odneseš. Predavanja ter seminarji so bili v veliki večini dobro izvedeni, cilj predmetov je bil podati pregled nad snovjo, z veliko praktičnimi primeri, ter diskusije.

GINEKOLOGIJA IN PORODNIŠTVO

Pouk ginekologije je trajal 4 tedne v marcu 2015. Vaje so trajale 3 tedne po 5 ur dnevno, po potrebi dalje (sekcija, porod). Vaje sem opravljal v bolnišnici SMZ Süd - Kaiser Franz Josef Spital. Gre se za bolnico z močnim ginekološkim, obstetričnim oddelkom (število rojstev primerljivo s Porodnišnico Ljubljana). Na celi kliniki smo bili samo 4 študentje, kar je pomenilo, da nismo imeli problema z zasedenostjo oddelkov. Vsak je imel svoj urnik - kaj dela določen dan, ki pa je bil prilagodljiv (porod, sekcija, lastne preference). Vaje so bile zares kvalitetne, kot študent sem bil udeležen v proces obravnave pacientk, tudi s praktičnega vidika. Prisoten sem bil pri 3 porodih, od tega 1 s komplikacijami, pri 2 carskih rezih, asistiral sem pri ginekoloških operacijah, 3 dni preživel pri sonografiji, opazoval obravnavo v genetski svetovalnici, ginekološki ambulanti.

OTORINOLARINGOLOGIJA

Pouk je potekal tri tedne v aprilu. Zahtevano je bilo sprotno znanje, prvi dan smo morali opravljati vstopni kolokvij, ki je bil pogoj za opravljanje predmeta. Predmet je sestavljen iz predavanj, seminarjev ter vaj. Profesorji ker pogosto sproti preverjajo znanje, vsak dan po vajah sledi diskusija o videnih primerih. Vaje sem opravljal v AKH (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Wien).

OFTALMOLOGIJA

Pouk traja 3 tedne, opravljal sem ga konec maja in v začetku maja. Prve ure predavanj in seminarjev so bile namenjene spoznanju anatomije očesa ter učenju oftalmološkega pregleda. Preden smo imeli stik s pacienti smo se naučili tehnik pregledovanja drug na drugem. Vaje sem opravljal v Hanusch Krankenhaus. Bolnišnica je zelo moderna, malce oddaljena od centra mesta, a hitro dosegljiva z javnim prometom. V tem sklopu sem imel tudi ustni, praktični izpit, ki sem ga uspešno opravil.

PEDIATRIJA

Pouk pediatrije je trajal 5 tednov. V Ljubljani imamo pediatrijo razdeljeno na Pediatrijo 1, ki je v petem letniku, Pediatrija 2 pa v šestem. Na Dunaju imajo pediatrijo le v petem letniku. Vaje in seminarji so bili kvalitetni, preverjala se je prisotnost. Vaje sem opravljal Wilhelminen Spital.

PRAKSA

Od 16.7 do 7.8 sem v bolnišnici Krankenhaus St. Elisabeth Wien opravil 17 dni vaj na oddelku za Interno medicino. Avstrijski študenti morajo vsako leto opraviti določeno število dni kliničnih vaj, zato so zdravniki navajeni študente vključevati v njihovo delo. Delovni dan se je začel ob 7:40 z jutranjim raportom, nato je sledilo delo na oddelku. Bil sem edini študent na oddelku (interna medicina - moški del - caa 25 pacientov). Zjutraj sem bil zadolžen za jemanje krvi, nastavljanje kanalov. Udeležen sem bil tudi pri procesu diagnosticiranja, zdravniki so bili zelo prijazni, in so me aktivno vključevali v delo na oddelku. Prav tako sem bil kot študent odgovoren za jemanje anamneze in statusa, razlago postopkov ter pridobivanje soglasji s strani pacientov (gastroskopije, kolonoskopije, CT-ciljanja infiltracija hrbtenice),

sodeloval sem na jutranji viziti, rokoval z aparatom za plinsko analizo krvi, 2x nastavljal Port-a-cath (oddelek za paliativno medicino). Na oddelku so se zdravili pacienti z zelo različni kronični stanji (gastrointestinalne bolezni, jetrne bolezni, pljučni rak, sum na tuberkulozo, COPB, srčne bolezni) ter akutnimi stanji (iztirjena sladkorna bolezen, sum na motnjo srčnega ritma po nenadni izgubi zavesti). Prisoten sem bil pri različnih kliničnih preiskavah (različne endoskopije, ultrazvok, CT), pri transfuziji krvi.

IZBIRNI PREDMETI

Po priporočilu drugih dunajskih študentov sem se odločil za izbirni predmet "Sono4u", kjer drugi študenti medicine pod nadzorom mentorjem učijo praktično uporabo ultrazvoka. Pouk poteka v majhnih skupinah (2-3 študentje), poudarek je na relevantni anatomiji ter uporabi ultrazvoka. Predmet sigurno priporočam, pri ultrazvoku je pomembno predvsem da dobiš nek občutek za preiskavo in Sono4u omogoča prav to.

V prvem semestru sem opravljal tudi 2 tečaja nemškega jezika. Ponudbe tečajev je malo morje, najdejo se tudi taki, ki prinašajo tudi ECTSje. Sam sem opravil v septembru najprej enomesečni tečaj pri šoli Deutchzentrum, od oktobra pa sem opravljal 3 mesečni tečaj na Dunajski Univerzi, kjer sem dobil tudi ECTS kreditne točke. Prav tako obstaja možnost, da ti MUW krije 75% stroškov, ki si jih imel s tečajem jezika. Najbolje se je obrniti na prof. Human Salemija iz mednarodne pisarne, ki bo z veseljem pomagal.

IZPITI

NA Dunajski medicinski univerzi se znanje sproti preverja naključno. To pomeni da v vsakem sklopu približno tretjina študentov opravlja ustni ter praktični izpit. Seznam študentov, ki imajo ustni izpit je objavljen par dni pred samim izpitom, tako da si se prisiljen v vsakem primeru sproti učiti, saj nikoli ne veš kdaj pride tvoj čas. Sistem je sestavljen tako, da noben študent skozi leto ne pride brez vsaj enega ustnega izpita.

Pisni izpit se piše konec leta. Gre za zloglasne SIP teste. Zajeti so vsi predmeti, test se piše v enem kosu. Gre se za tim MCQ, izpit terja precej priprave. Za pripravo si je potrebno vzeti kakšen mesec časa, dunajski študenti so zelo kolegijalni – obstaja veliko povzetkov, zapiskov, debat o starih vprašanjih. Sam sem pisal 2 SIP testa (prvega po koncu prvega semestra – interna medicina ter kirurgija, ter drugega konec junija (oftalmologija, ORL, ginekologija in porodništvo, ter pediatrija). V kolikor kakšnega sklopa izpita ne opraviš imaš možnost popravljati, samo tisti sklop, vendar na srečo te možnosti nisem potreboval.

ŽIVLJENJE

Življenje na Dunaju je super. Največji problem je najti dobro in ugodno nastanitev. Velik študentov živi v WGjih (študentska skupnost). Sam sem živel v privatnem študentskem domu v 19. Bezirk. Gre za enega, meni osebno, najlepših delov, ki malo spominja na Rožno dolino v Ljubljani. V kolikor nisi preveč razsipen so stroški življenja primerljivi z Ljubljano. Nujno si je zagotoviti semestrsko karto za javni promet, prav tako zelo prav pride kolo. V zimskem semestru je bilo vreme pogosto pešču neprijazno, v poletnem pa postane prav prijetno. Samo mesto je zelo urejeno, veliko je možnosti za rekreacijo. Ogromno je lepih parkov, otok na Donavi (Donauinsel) je zelo priljubljen med domačini, ve reki je možno tudi plavati. Mesto je zelo multikulturno. Včasih se je treba prav potruditi da na ulici slišiš nemški jezik, res dobiš občutek da živiš v velikem mestu.

Za kakršnekoli informacije me lahko kontaktirate na ziga.kosnik@gmail.com

5. BELGIJA – UNIVERSITEIT ANTWERPEN (Barbara Zupanc)

Erasmus izkušnja v Belgiji, Antwerpnu, je nekaj, kar pusti pečat. V študijskem letu 2014/2015 sem opravljala 4. letnik EMŠ Medicine na Universiteit Antwerpen (celo leto). Prvi semester je potekal v flamščini, drugi pa večinoma v angleščini.

Pomembno je omeniti, da je kampus Drie Eiken, kjer potekajo predavanja in vaje za študente Medicine, oddaljen 7km iz centra Antwerpna in se nahaja v vasi Wilrijk. Pri iskanju sobe se je smiselno odločiti za sobo v centru mesta Antwerpna, saj se v nasprotnem primeru lahko poslovite od socialnega življenja v času vaše izmenjave. V prvem semestru vam na faks ni treba hoditi praktično nič, saj vam obiskovanje predavanj prav nič ne koristi, če ne znate nizozemsko. Zato je še toliko bolj nesmiselno, da živite v Wilrijku. Iz centra do faksa lahko pridete s kolesom (40min) oziroma z mestnim avtobusom (do 1h).

Pred prihodom je smiselno, da se vključite v različne Facebook Erasmus Antwerp skupine, saj boste tako najlažje prišli v stik z bodočimi prijatelji. Obveščeni boste tudi o ponudbi sob. Uradna stran za iskanje sob je: Kotweb. Sama sem za sobo s stroški (in deljeno kopalnico in kuhinjo) plačevala 300€/mesec.

Ker sem bila v času svoje izmenjave v 4. letniku, mi v Antwerpnu niso pustili opravljati kliničnih vaj (internship). Zato tekom leta nisem pridobila nobenih kliničnih izkušenj. Študentje, ki pa so koordinatorke (Tina de Roeck) zelo težili, pa so lahko opravljali internship, četudi so bili zgolj v 4. letniku. Tako da vam priporočam, da Tini zelo težite in ji pišete maile, če želite dobiti katerikoli internship (zgolj v primeru, če ste študent 4. letnika; pri višjih letnikih vam le-ta pripada).

Ob začetku predmeta se je smiselno zglasiti na uvodnem predavanju in med odmorom pristopiti do profesorja. Če vas slučajno ni, mu napišite mail. Potrebno ga je obvestiti, da ste Erasmus študent in se pozanimati kakšne so vaše obveznosti in kaj je potrebna študijska literatura. Izjemno pomembni so ppt. Večinoma so vsi ppt v nizozemščini, kar predstavlja za Erasmus študente problem. Kljub jezikovni oviri vam polagam na srce, da je vsebina ppt za izpit izjemno pomembna. Tako da je obvezno, da ppt ob pomoči Google Translate-a prevedete.

Izpiti potekajo v angleškem jeziku. Večinoma potekajo ustno. Ppt in ostale pomembne informacije glede pouka in predmetov dobite na Blackboardu (spletna učilnica). Ocene objavijo po koncu izpitnega obdobja na portalu SiSa. Kljub temu, da imate ustne izpite, vse ocene izveste šele po uradnem zaključku izpitnega obdobja.

Sama sem hodila tudi na tečaj nizozemščine, saj se mi je priznal (doma) za izbirni predmet. V primeru, da želite popust na ceno tečaja (cca 500€), morate iti v mednarodno pisarno v centru mesta (do Hilde), da dobite voucher za tečaj. S tem listkom se morate nato zglasiti v prostorih Linguapolis, kjer dobite 70% popust. Sama sem izbrala Intensive Trimester Course, ki je potekal trikrat na teden po 3h (od 6.30 do 9.30). Tečaj je intenziven. Znanje jezika vam zagotovo pride prav (npr. prevajanje ppt), zato vsaj osnovni tečaj nizozemščine priporočam vsakomur.

Smiselno si je urediti tudi Belgijsko telefonsko številko.

Prav tako je smiselno, da si kupite rabljeno kolo. Preglejte FB skupine (npr. Buy and Sell Antwerp). Potrebujete tudi dobro ključavnico za kolo, saj je stopnja kraje koles visoka. Ključavnico z debelo verigo si lahko kupite v Hemi za cca 16€. V Hemi lahko ugodno kupite večino stvari, za katere ne veste, kje bi jih lahko kupili.

Moj najljubši supermarket pa je Albert Heijn, saj lahko uživate v zastonj kavi.

Za dodatne info mi pišite na FB.

Srečno!

6. BELGIJA – KATHOLIEKE UNIVERSITEIT LEUVEN (Sončka Jazbinšek)

Svoj četrti letnik medicine sem opravila na Katholiek Universiteit Leuven. Izmenjava je trajala 9 mesecev in predavanja so potekala v nizozemščini. Kljub temu, da je bila to zelo dobra in zanimiva erasmus izkušnja pa smo v tem šolskem letu vsi izgubili veliko živcev z organizacijo predmetov. Vse je potekalo v nizozemščini, kljub temu da naj bi imeli angleški program, ki pa je bil na žalost samo medicinska knjiga v angleščini, izpiti pa so temeljili na njihovi nizozemski literaturi. Po prvih nespornih smo v drugem semestru našli skupni jezik s profesorji in koordinatorko in uredili zmedo s pričakovanji profesorjev in študentov. Menda se bo to spremenilo v šolskem letu 2016/2017, ko naj bi uvedli angleški semester.

Pomembno je omeniti, da je v Belgiji prvih 5 letnikov medicine izključno teoretičnih in v sklopu nobenega predmeta ni prakse – vsaj ne takšne, ki jo poznamo pri nas. Za vsako prakso smo se posebej preko koordinatorko zmenili na določenih oddelkih (3 na leto, 2, če si na izmenjavi 1 semester) in to po opravljenem izpitu z istega predmeta. Ker govorijo nizozemsko, je pomembno, da izbereš oddelek, ki ni zasičen s študenti (Gasthuisberg je zelo velika univerzitetna klinika, z veliko asistenti, ko-asistenti in nekaj stotimi študenti medicine na leto – 400 v mojem letniku), saj potrebuješ nekoga, ki je pripravljen prevajati in ti ves čas pomagati. Prakso lahko opravljaš minimum en teden (50 ur) in ne samo posamične dneve ali par ur na dan.

Obiskovanje predavanj ti na začetku prav nič ne koristi, vendar je pomembno, da slediš temam predavanj in se na uvodnih predavanjih profesorjem predstaviš. Kasneje jih lahko kontaktiraš glede vseh vprašanj, ki se ti pojavijo od študiju in so načeloma pripravljene pomagati. Vsi Pptji so naloženi v internetni sistem (splaća se jih prevesti) -Toledo, vključno z vsemi ostalimi informacijami v povezavi s faksom. Izpiti so večinoma potekali ustno v angleščini, skupaj z ostalimi erasmus študenti (pisna predpriprava traja približno 1 uro). Ocene so objavljene 1 teden po končanem celotnem izpitnem obdobju.

Koordinatorica Hilde je zelo prijazna, vendar občasno zelo težko dosegljiva in nezanesljiva. Na začetku leta organizira sestanek za vse študente medicine na erasmusu, kjer dobite osnovne informacije glede poteka študija. Dobili boste tudi mentorja - študenta medicine, ki bo skrbel za vse vaše težave s profesorji, kontakt s Hilde in je dober vir informacij – vendar morate biti potrpežljivi in vztrajni. Pri komunikaciji s Hilde je najbolje, če se oglasite kar v njeni pisarni nenapovedano – in čakate v bližnji knjižnici dokler ne pride.

Pred prihodom si morate 100% zagotoviti sobo- Leuven je zelo majhno mesto, prenasičeno s študenti. In sicer prijave v študentski dom potekajo že v aprilu – vendar če ostajate tu 1 leto, verjetno ne boste dobili mesta. Študentski dom je tudi dražji od privatnih nastanitev (dom 330-350 eur na mesec, soba privat 300 eur – toliko sem plačevala za svojo sobo in deljeno kopalnico). Pogodbe za sobo so minimalno za 10 mesecev, večinoma za 12. Vendar lahko sobo kasneje oddate ko greste – brez skrbi, v Leuvnu je zmeraj nekdo, ki išče sobo. Potrebno se je vključiti v Facebook skupine kot so – erasmus Leuven, ESN Leuven, Kot in Leuven. Tako spoznate ljudi, ki študirajo z vami in tudi Belgijske študente, ki dajejo sobe v podnajem za krajše časovno obdobje (4,5 mesecev). Organizirana je tudi študentska fb skupina medicincev.

Priporočam tudi najem kolesa (Velo- 60 eur na leto) in nakup zelo dobre ključavnice. Rabljeno kolo si lahko tudi kupite – cene se začnejo pri okoli 50 eur. Transport po malem mestu je ne glede na vreme najhitrejši in priročni s kolesom. Bolnica leži na obrobju Leuvna – manj kot 2 kilometra iz centra. V začetku leta pa lahko tudi kupite semester ticket za avtobuse v Leuvnu, ki stane 20 eur.

Študentske organizacije organizirajo nepozaben spoznavni teden, ki se začne 1 teden pred uradnim začetkom faksa. Organizirajo športne, kulturne, zabavne dogodke, kjer spoznate ostale študente. Organizirajo tudi sejem, kjer dobite vse mogoče informacije glede obštudijskih dejavnosti – zelo priporočam, večina teh je za študente brezplačna (igranje tenisa, plavanje, včanitev v university sport team, kolesarjanje...). Organiziran je tudi začetni tečaj nizozemščine za erasmus študente – tudi to brezplačno in se vam prizna kot izbirni predmet (4 kreditne točke v BE, 3 v SI). Znanje osnov je zelo priporočljivo in ne preveč zahtevno – še posebej za študente s predznanjem nemščine. Za dodatne informacije mi lahko pišete na fb.

7. DANSKA - KØBENHAVNS UNIVERSITET, KOPENHAGEN (Sentilija Delalić)

Izmenjavo sem opravljala v poletnem semestru. Za Dansko sem se odločila, ker je Univerza v Kopenhagnu med boljšimi in ker so Skandinavci znani po tekočem znanju angleščine. Na izmenjavi sem opravljala klinične vaje iz interne medicine (5 tednov), kirurgije (5 tednov) in 2 tedna vaj iz anesteziologije. Interno medicino in kirurgijo sem opravljala v Hvidovre hospital, anesteziologijo pa v Rigshospitalet.

V Kopenhagen sem prišla tri dni pred pričetkom vaj. To obdobje sem izkoristila za razne opravke, kot je urejanje Residence permita, ki je potreben za pridobitev CPR številke. V tem času sem tudi obiskala mednarodno pisarno medicinske fakultete. Osebe je bilo zelo prijazno in pripravljeno pomagati. V kratkem času sem tudi kupila kolo, ki pride vsakemu obiskovalcu Kopenhagna zelo prav.

Bivala sem v študentskem domu Osterbro kollegiet. Za pridobitev sobe v domu se je potrebno prijaviti preko Housing Foundation (The University of Copenhagen Housing Foundation). Povabilo za prijavo sem dobila že konec novembra. Pogodba za sobo se sicer sklene za cel semester, torej od 1.2. do 14.7, a je bivanje možno tudi skrajšati, če je potrebno.

Prvi dan je bil uvodni - predstavili so nam bolnico, dali navodila kaj narediti v primeru srčnega zastoja na oddelku in dobili smo identifikacijske značke, s katerimi smo imeli omogočen dostop do garderob, uniform, itd. Začela sem s kliničnimi vajami iz interne medicine, in sicer na oddelku za pulmologijo. Z delom smo pričeli ob 8:00 z jutranjim raportom, za tem nas je naš nadzorni mentor razporedil po oddelkih. Večinoma smo bili na urgenci, pulmološkem oddelku ali v dnevni kliniki/ ambulanti. Videli smo tudi kar nekaj bronhoskopij, dana pa nam je bila tudi možnost obiska oddelka za paliativno medicino. Vsak dan smo imeli tudi popoldanske raporte ob 13:00, na katerih so obravnavali najbolj kompleksne primere. Vsak zdravnik je lahko vprašal za mnenje ostalih kolegov in starejših zdravnikov, če mu ni bila jasna diagnoza in plan za dotičnega pacienta. S tovrstnimi diskusijami smo se tudi študentje veliko naučili. Velikokrat so imeli zjutraj tudi krajša predavanja. Sami sicer nismo imeli veliko priložnosti samostojnega pregledovanja pacientov, so nam pa veliko razlagali pred dejanskim obiskom in pregledom pacienta. Imam same pozitivne izkušnje s stiki z zdravniki, prav tako s sestrami.

Udeleževali smo se tudi predavanj, ki so bila večinoma pripravljena za danske študente, a so jih predstavili v angleščini za nas. Predavanja smo imeli skoraj vsako sredo, od 8.15. do 14.15. Večinoma so potekala v obliki predstavitev več kliničnih primerov, v manjših skupinah z veliko spodbude za sodelovanje v diskusiji.

Vaje iz kirurgije sem prav tako opravljala v Hvidovre hospital, na oddelku za ortopedijo, skupaj s tremi danskimi študenti. Dobili smo program za cel cikel in raspored po dnevih. Poleg sredinih celodnevnih predavanj, ki jih je organizirala Univerza, smo imeli tudi več krajših predavanj na oddelku, katerih namen je bil pokriti pomembne teme iz ortopedije in se naučiti pregled posameznega sklepa.

Anesteziologijo sem opravljala v Rigshospital. Gre za največjo bolnišnico v Kopenhagnu, ki je locirana v samem centru, poleg Panuma (t.i. medicinske fakultete). Tu smo imeli vaje 2 tedna. Jutranja konferenca se je začela 7.45., s poročilom dežurstva predhodne noči. Za tem je sledilo 5-minutno predavanje. V skupini nas je bilo 7 študentov, vsi smo opravljali študentsko izmenjavo. Vsak je bil razporejen na svoj oddelek. Jaz sem bila na oddelku za plastično kirurgijo. Tam sem večinoma spremljala nadzorno mentorico in opazovala delo anesteziologov. Če je bilo možno, sem tudi vstavila laringealno masko ali poskusila intubirati. Nadzorovala in vpisovala sem tudi vitalne funkcije. Dvakrat smo imeli tudi celodnevna predavanja (ob ponedeljkih), kjer so nam predavali o splošni in lokalni anesteziji, nadzoru bolečine, obenem smo na simulacijski lutki vadili oživljanje, intubiranje in spinalno anestezijo. Vsak je moral opraviti tudi dežurstvo, kar je bilo na oddelku za ginekologijo in otroško kirurgijo. Jaz sem v svojem dežurstvu videla vsaj 5 epiduralnih anestezij in eno urgentno splošno anestezijo.

V poteku prijave za izmenjavo sem izbrala tudi opcijo, da mi dodelijo mentorja, saj imajo zelo dober Erasmus mentor program. Moja mentorica me je kontaktirala približno en mesec pred mojim prihodom. Drugi dan mojega bivanja v Kopenhagnu sva se tudi dobile, da mi je razložila vse potrebno za vaje, glede prevoza in podobno. Pomagala mi je tudi pri raznih prijavih, ki so v danščini. Kot skupina mentorjev so tudi organizirali veliko družabnih dogodkov, kot so ogled danskega parlamenta, izlet v Louisiano, ogled filma v kinu.

Imamo tudi dostop do njihovega študentskega informacijskega sistema – KU net, za katerega smo dobili lastni elektronski naslov ob prejetju pisma o sprejemu na univerzo. Tukaj smo dobivali vsa pomembna elektronska sporočila in imeli dostop do literature in urnikov.

Vsem, ki razmišljate o izmenjavi v Kopenhagnu priporočam tudi ogled spletne strani University of Copenhagen, kjer so zbrane vse pomembne informacije; glede same prijave, opcij za bivanje, MRSA testu, vsega potrebnega za pridobitev Residence permit in veliko drugih pomembnih informacij.

Kopenhagen je res krasno mesto, katerega hitro vzljubiš in težko zapustiš. Danci pa so prijazen, vesel in sproščen narod. Vedno so pripravljeni priskočiti na pomoč. Priporočam Erasmus izkušnjo vsem, ki se še odločate. Kar pogumno !

8. DANSKA - KØBENHAVNS UNIVERSITET, KOPENHAGEN (Živa Makovec)

Na izmenjavi sem bila v poletnem semestru leta 2015 v Kopenhagnu na Danskem v svojem šestem letniku. Tam sem opravljala modul Kirurgija in Interna medicina II, ki je vključeval po pet tednov vsakega izmed teh predmetov in dva tedna anesteziologije.

Izmenjavo sem začela 5.1. z tritedenskim Pre-semester Danish Language Course na humanistični fakulteti na Amagerju. Po tečaju sem v kombinaciji z nekaj dodatnega usmerjenega učenja na lastno pest in predznanjem nemščine znala dovolj danščine, da sem lahko vsaj delno sledila večini pogovorov v bolnici, se lahko v danščini predstavila pacientom in začela pogovor, in dosegla precej dobro bralno razumevanje (saj je pisana danščina veliko lažja kot govornjena), da sem si lahko sama brala izvide pacientov. Profesor danščine je bil fantastičen in spoznala sem veliko drugih, nemedicinskih študentov na izmenjavi.

Učenje danščine komurkoli, ki se bo namenil delati prakso v tej državi, toplo priporočam, saj človeku omogoča večjo samostojnost in možnost sodelovanja na oddelku. Zna pa sicer večina ljudi odlično angleščino, tako doktorjev kot tudi pacientov, tako da ni problem preživeti tudi brez. Po tečaju danščine sem bila do sredine februarja, ko se je začela interna, brez vaj.

Interno medicino sem opravljala na oddelku za pulmologijo na Hvidovre Hospital, ki je prb. 10km zahodno od centra mesta. Na vajah iz interne medicine nas je bilo v bolnici šest Erasmus in šest danskih študentov. V bolnišnici sami smo dobili uniforme. Prb. enkrat tedensko smo imeli organizirana predavanja iz interne medicine. Preostali čas smo zjutraj začeli z raportom in nato nadaljevali v ambulanti, na oddelku ali na nujno pomoči. Mentorji so bili zelo prijazni in pozorni do nas študentov, večina nam je bila pripravljena veliko razlagati, kljub jezikovnim preprekam so nam pogosto dovolili delati tudi samim s pacienti, če so pacienti na to pristali.

Interni je sledilo pet tednov kirurgije v isti bolnišnici na oddelku za ortopedijo. Zjutraj raporti, nato asistiranje v operacijskih sobah, spremljanje bolnikov na oddelku ali delo na travmatološki nujni pomoči, popoldne smo imeli pogosto dodatna predavanja za nas 6 študentov na oddelku. Zopet so bili mentorji odlični, z veliko razlagami o operacijah, dovolili so sodelovati, na nujni pomoči sem zadnje tedne sama prevzemala lažje primere (predvsem šivanje manjših ran).

Sledila sta še dva tedna na anesteziologiji v Rigshospitel, njihovem največjem kliničnem centru, od tega nekaj dni na oddelku za intenzivo in dežuranje na ginekologiji in pediatriji. Izkušnja je bila predvsem skrajno impresivna zaradi velikosti in modernosti bolnišnice.

Ob prihodu je bilo treba kar nekaj papirologije – ureditev zavarovanja, dovoljenja za prebivanje, ipd., vendar je bilo vse dobro organizirano in predstavljeno preko mailov. Imeli smo tudi informativni sestanek za erazmovce na medicinski fakulteti, vendar šele po začetku pouka. Dobili smo tudi kontaktne osebe, vendar prav tako šele februarja. Skupaj so nam organizirale kar nekaj socialnih dogodkov.

Stanovala sem v študentskem domu Signalhuset na Amagerju, v eni izmed štirih sob v skupnem stanovanju. Sobo sem dobila preko Housing foundation. Stanovanje je bilo zelo prostorno in odlično opremljeno ter mi je omogočalo stik z drugimi študenti, tako da sem bila z njim zadovoljna.

Ena izmed prvih stvari, ki sem jih kupila v Kopenhagenu, je bilo kolo (iz druge roke prek ene izmed skupina na Facebooku), s katerim sem se nato prevažala povsod, od bolnišnice do letališča. Obstaja pa sicer tudi t.i. modra kartica, podobna Ljubljanski urbani, s katero se ogromno prihrani na prevozu.

V Hvidovre so imeli zdravniško menzo z hrano po spodobnih cenah za zaposlene (kamor se štejejo tudi študentje), tako da sem kosilo večinoma jedla tam ali pa si doma kuhala. Cene za jesti zunaj so namreč za razliko od Ljubljane kar hudo zasoljene.

Precejšnja specifika Danske je vreme: januarja so bile temperature okoli 5°, junija pa 15°C. Snežilo ni nikoli, prav tako ni šlo nikoli čez 20° do julija. Je pa ves čas deževalo. Pozimi sonca praktično ni bilo, poleti so dnevi trajali v nedogled. Mesto samo, država, regija in ljudje so čudoviti in vsem priporočam, da jih vse čim bolj spoznate, če se odpravite v Kopenhagen na izmenjavo ☺.

Če bi koga še kaj dodatno zanimalo o izmenjavi, me lahko kontaktira na mail zivamak@gmail.com – z veseljem odgovorim.

9. FINSKA – UNIVERSITY OF OULU (Sara Novak Beržan, Dentalna medicina)

Na Erasmus+ izmenjavo sem se prijavila v zimskem semestru 4. letnika in šla tja v letnem semestru 5. letnika. Na Finskem v mestu Oulu sem ostala od začetka januarja do konca maja. Tam sem opravljala izpite, od katerih so se mi tukaj v celoti priznali trije izpiti in delno dva izpita. Poleg tega sem tudi hodila na predavanja ter asistirala študentom pri vajah. Razen asistiranja, mi ni bilo dovoljeno nič drugega delati na pacientih.

Za Finsko sem se odločila, ker sem predvidevala da mi bo od vseh držav največ ponudila (na izbiro smo imeli še Španijo, Portugalsko, Švico, Nemčijo in Turčijo). Na žalost je veljalo to le za druge študente, saj so bile ostale fakultete večinoma dobro organizirane. Pri študentih dentalne medicine je bila prisotna ogromna zmeda. Prvi problem je nastal, ko nas je vseh 5 Erasmus študentov ugotovilo, da predmeti ki smo jih vpisali v Learning agreement sploh več ne obstajajo. Tudi kreditne točke za posamezen predmet niso bile znane. Ni se vedelo, kdaj lahko začnemo z asistiranjem, kdaj gremo lahko vadit na fantome.. Naš tutor se je zelo trudil za nas ter hodil od profesorja do profesorja, kaj bi se dalo urediti, čeprav to sploh ni bila njegova naloga. Na koncu je zaradi neorganiziranosti napisal pritožbo, na katero smo se tudi mi podpisali. O tej pritožbi so kasneje profesorji govorili na sestanku.

Na koncu februarja so se stvari nekako uredile. Dobili smo informacije o tem, kdaj in kam lahko gremo na predavanja, katere izpite lahko opravljamo, ali sploh lahko vadimo na fantomih, ob katerih dneh lahko asistiramo... Čutilo se je veliko razočaranje med nami, predvsem sta bili v težavah študentki dentalne medicine iz Litve, saj sta imeli samo 3 mesece da pridobita 30 kreditnih točk. Razmišljali sta celo, da bi se vrnili nazaj domov. Menim, da bi morali na fakulteti vse omenjene stvari urediti še preden smo prišli.

Hvaležna sem za super tutorja, saj me je prišel iskat na letališče ob 2 zjutraj ko sem prispela, me pospremil direktno do stanovanja ter mi dal ključ. Poleg tega nas je večkrat povabil k sebi domov, kjer smo spoznali tudi druge finske kolege iz dentalne in splošne medicine.

Živela sem v bloku, kjer je bila večina Erasmus študentov. Tam sem spoznala še nekaj kolegov iz splošne medicine ter študente drugih fakultet. Glavne stavbe, kjer je bila večina Erasmus študentov so bile Tirolintie A2, Yliopistokatu 16 in 18 ter Telervontie. Najbolje je bilo v Tirolintie A2, saj so bile naše sobe večje kot na Yliopistokatu 16, poleg tega pa je bilo še bližje Medicinski fakulteti v kampusu Kontinkangas (25 min z avtobusom). Na začetku sem se poskušala voziti s kolesom, vendar je bilo 30 minut na kolesu v -17 stopinjah premrzlo, tako da sem se raje vozila na faks z avtobusom. Drugače so kolesarske steze zelo lepo urejene in veliko poti gre mimo gozda. Večina študentov najraje uporablja kolo za prevoz do faksa.

Januarja smo se odpravili s kolegi dentalne medicine na motivacijski vikend v Iso-Syote, kjer smo bili nastanjeni v treh različnih kočah. Tam je bilo možno sankanje, smučanje ter tek na smučeh. Izlet je bil zelo poceni, saj so imeli študenti zbrana sredstva v njihovem dentalnem društvu. ESN (Erasmus Student Network) je organiziral veliko izletov za nas. S cimri smo se udeležili izleta v Lapland, kjer smo bivali v hostlu Vasatokka, nato smo se odpravili tudi na Norveško in se ustavili v mestu Bugoynes. Spoznali smo tudi ljudstvo Samijev, ki živi na Finskem. Možen je bil ogled kmetije jelenov, vožnja na saneh s Huskiji ter Snowmobile. Udeležili smo se tudi izleta v Stockholm ter St. Petersburg. Poleg teh izletov je ESN organiziral tudi smučanje, filmske večere, inštrukcije peke finskih specialitet, zimske igre, ogled po mestu ter veliko drugih stvari. Veliko je možnosti za najem koč v različnih krajih, kot si recimo Kuusamo. Obiskali smo narodni park Koli ter narodni park Oulanka. Vsak teden se je nekaj dogajalo, tako da je se je bilo nemogoče udeležiti vsega, če si imel študijske obveznosti.

Na univerzi Linnanma je bil organiziran Cafe lingua, kjer si se usedel za različne mize (vsaka miza je predstavljala svoj jezik) in se pogovarjal z ljudmi v tem jeziku. Tako sem spoznala veliko Fincev, s katerimi smo skupaj vadili španščino. Včasih so se za mizo prostovoljno usedli še Mehičani ali Španci, ki so nam pomagali, ko se nam je zapletlo. Na isti univerzi so bili organizirani tudi zastoj tečaji finščine različnih stopenj. Tečaj je potekal v angleškem jeziku.

Najbolj dinamičen mesec na finskem je maj, saj se takrat dogaja Wappu- največji študentski dogodek na Finskem. Načeloma traja 3 tedne. Večina študentov do takrat že zaključi z vsemi izpiti. Meni se je najbolj vtisnila v spomin zabava z vsemi študenti, asistenti ter profesorji dentalne medicine v Walhalli, kjer ima Medicinska fakulteta poseben prostor za razne dogodke (Walhalla, lääkiksen kiltatalo). Tam so študenti ter profesorji tekmovali med seboj v raznih igrah, imeli večerjo, igrali klavir v družabnem prostoru, peli in se pogovarjali.

Profesorji so bili zelo prijazni do nas ter se nam še do konca izmenjave opravičevali za ves nered, ki se je dogajal januarja in februarja. Tudi asistenti na vajah so bili zelo prijazni; vendar samo, če si sam vprašal, kar te je zanimalo. Večinoma je pogovor med asistentom in študentom, kateremu si asistiral, potekal v finščini. Odvisno je torej od lastne samoiniciative, koliko boš odnesel od asistiranja.

Zelo sem bila navdušena nad odnosom, ki ga imajo asistenti do finskih študentov. Nikoli nisem zaznala nestrpnost ali nepotrpežljivost s strani asistenta do študenta. Študenti imajo vaje skoraj vsak dan, razen ob petkih. Za prvega pacienta imajo čas približno od 7:30 do 11:30, za drugega pa od 12:30 do 15:30. Vmes je čas za kosilo, kamor se da iti čez cesto v menzo na Medicinski fakulteti, ali pa v Kastelli, ki je 2 minuti stran od Stomatološke klinike. Tam ni vajalnic, ampak več sob (boxov) v vsakem hodniku. Vsak hodnik predstavlja različen oddelek, recimo: hodnik A- maksilofacialna kirurgija, hodnik B-zobne bolezni,.. Asistenti predvsem svetujejo študentom kaj narediti, redko jim sami opravljajo delo. Študenti kličejo asistente preko računalnika, kjer se jim izpiše čas, koliko minut morajo čakati na asistenta. Če je njihovo delo zahtevno, pride včasih individualno tudi do 5 asistentov do njih, kjer jim da vsak svoj nasvet. Delajo zelo previdno in počasi, pri vsakem koraku pokličejo asistenta. Študenti lahko na fiksni protetiki uporabljajo CAD/CAM tehnologijo, v splošnem sami opravljajo rentgensko slikanje, na zobnih boleznih uporabljajo aparat za strojno širjenje koreninskih kanalov, po ekstrakciji zoba lahko sami zašijejo rano.

Zame je bila izmenjava na Finskem ena izmed najlepših izkušenj v življenju. Brez dvoma bi lahko bila še lepša, če bi bili na fakulteti že od samega začetka bolj pripravljeni na Erasmus študente in se organizacijsko bolj potrudili za nas. Tudi za nas bi bilo lažje, če bi obveznosti opravljali sproti in se nam ne bi vse nabralo v aprilu in maju. Od vseh cimrov, ki so hodili na druge fakultete, so januarja že vsi hodili na predavanja in imeli datume izpitov, medtem ko študenti dentalne medicine sploh nismo vedeli, kaj naj naredimo.

Ko sem po več kot 10. mesecih spet začela z vajami, je bilo na začetku zelo težko, vendar se je mogoče na vse ponovno privaditi.

Iti v Oulu ali ne? Poskusite presoditi sami 😊

10. FRANCIJA – UNIVERSITÉ DE BORDEAUX, BORDEAUX (Tamara Dostanić)

Na izmenjavi v Franciji sem bila od začetka februarja do konca maja 2015. Opravljala sem dva meseca vaj iz interne medicine ter dva meseca vaj iz kirurgije. Oddelke sem izbrala sama, medtem ko vrstni red opravljanja vaj določijo v pisarni vodje stažev. Potek in vsebina vaj je odvisna od lasnega zanimanja in angažiranosti ter zagnanosti, malo pa tudi od motivacije

zdravnikov in specializantov, s katerimi sodeluješ.

Pred odhodom se boste soočili z vso birokracijo, ki jo je treba urediti in ki se vam bo zdela kot kup obremenjujočih papirjev. Pa vendar se ob zmerni organiziranosti in veliko potrpljenja ter pisanja mailov vse nekako uredi. V veliko pomoč so tako zaposleni v mednarodni pisarni MF, kot tudi odgovorni na gostujoči fakulteti, tako da se brez oklevanja obrnite na njih, četudi bo treba na odgovor malo počakati. Pred samim pričetkom prijav na univerzo je potrebna prijava v študentski dom, če si želite med izmenjavo bivati tam. Študentski domovi so številni in razporejeni po celem mestu, tako da se je vredno pozanimati in prijaviti v najbližjega bolnici in centru mesta. Moj študentski dom je bil prijeten, imela sem lasten manjši studio. Lokacija pa je bila še kar primerna, malo nevšečna glede javnega prevoza, pa vendar so s kolesom vsi kotički mesta hitro dosegljivi. Nastanitev je možno urediti tudi na drug način, država pa v večini primerov ponuja delno kritje stroškov bivanja (CAF).

Ko ste se prijetno nastanili in spoznali mesto, boste verjetno kmali začeli s svojim študijskim programom vaj. Svoj prvi mesec sem sama preživela na oddelku revmatologije, kjer sem prvi teden sodelovala v specialistični ambulanti pri kontrolah in pregledih ter spremljala sistem napotovanja na diagnostične preiskave in pisanja receptov. Naslednji teden sem preživela v ultrazvočni ambulanti, kjer smo sodelovala pri diagnosticiranju različnih revmatoloških obolenj, predvsem s pomočjo ultrazvočnega pregleda dlani in prstov.

Zadnja dva tedna sem se pridružila zdravnikom in specializantom na hospitalnem delu oddelka, kjer so mi dodelili sobo oz. pacienta, za katerega sem bila odgovorna. Ob prihodu sem pregledala dokumentacijo pacienta ter izvide prejšnjega popoldneva in noči ter naredila klinični status in ugotovitve zapisala na pacientov dosje, ki je namenjen študentovi evidenci. Dvakrat na teden smo opravili vizito oddelka, kjer je vsak študent povzel situacijo svojega pacienta, ob tem pa smo vsi sodelovali pri razpravi o diferencialnih diagnozah, različnih potekih bolezni in možnostih zdravljenja. Vizite so trajale različno dolgo, glede na zasedenost oddelka in zapletenost primerov, ponavadi pa so se vaje zaključile okoli druge ure popoldan.

Naslednji mesec sem bila na oddelku nevrokirurgije, kjer sem ponedeljke preživljala v ambulantni obravnavi pacientov naročenih na kontrole ali pred- ter postoperativne preglede. Omenjena ambulanta se je osredotočala predvsem na bolnike s kroničnimi nevropatskimi bolečinami, ki smo jih skušali lajšati z nevrostimulacijo s pomočjo elektrod vstavljenih bodisi v hrbtenjačo ali v periferne živce. Ob sredah sem se pridružila viziti na oddelku, ki jo je vodil mlad zagnan specializant, s katerim smo skupaj pregledali predvsem zanimive paciente, nato pa smo obravnavali specifičen kliničen primer, ki ga je kot predsativitev pripravil za tisti teden določen študent. Ostale dni v tednu sem preživela večinoma v operacijskem bloku, kjer sem sodelovala pri različnih vrstah operacij, od kirurškega zdravljenja možganskih tumorjev, anevrizem in tumorjev hrbtenjače do vstavljanja elektrod za globoko možgansko stimulacijo pri zdravljenju epilepsije ter elektrod za stimulacijo perifernih živcev pri kronični nevropatski bolečini, za katere je bil specializiran prav moj mentor.

April je bil kmalu tu in preselila sem se na oddelek za plastično kirurgijo in kirurgijo roke. Tu sem prvi teden preživela v specialističnih ambulantah, in sicer sem vsak dan krožila drugje in tako sodelovala tako pri obravnavi opeklin ter kroničnih preležanin do kontrol po estetskih operacijah in kiruškem zdravljenju poškodb rok. Naslednje tedne sem v operativnem bloku veliko naučila, saj so bili kirurgi zelo pedagoško usmerjeni in naklonjeni do študentov, tako da sem velikokrat lahko asistirala in aktivno sodelovala pri posegih vseh vrst. Prvi teden sem bila

v operacijski dvorani za estetsko kirurgijo, drugi teden v dvorani za kirurgijo roke in tretji teden v bloku za opeklino. Vaje sem pričejala ob osmih in končala med drugo in peto uro popoldan, odvisno od programa operacij.

Zadnji mesec sem opravljala vaje na oddelku za interno medicino, ki se specializira predvsem za tropske bolezni. V praksi pa smo videli predvsem nekaj primerov sarkoidoze, tuberkuloze, toxoplazmoze in obravnavali predvsem nejasna vročinska stanja. Nekaj se jih je na koncu izkazalo za primere hematoloških bolezni ali imunološke pomankljivosti.

Na oddelku sem skrbela za dve do tri sobe oz. paciente, ki sem jim vsako jutro zmerila tlak, opravila klinični status ali preverila potek okrevanja od prejšnjega dne ter pregledala dokumentacijo ter aktualne izvide. Vsakodnevno smo s specializanti in vodjo oddelka opravili vizito in poročali o dodeljenih pacientih, dvakrat na teden pa smo imeli tudi oddelčni sestanek, kjer smo skupaj z vsemi zaposlenimi na oddelku obravnavali vsakega pacienta posebej. Vaje sem pričejala ob osmih in končala ponavadi pred drugo uro popoldne.

Čas v Bordeauxu je hitro minil, sčasoma sem se navadila na jezik, s katerim sem imela na začetku kar nekaj težav, predvsem v ambulantah pri hitrem govoru in razlagi ter potem kasneje v operacijskih dvoranah ob prisotnosti mask, ki še dodatno otežijo razumevanje. Vsekakor pa so zelo potrpežljivi, čeprav veliko bolj cenijo tvoj trud izražen v francoščini, kot uporabo angleščine.

Kljub težkemu začetku, sem se ob obilici vaje z ostalimi študenti kar vklopila v francoski svet in jezik je nekje v drugem mesecu postal kar domač. S strani univerze je organiziran tudi intenzivni tečaj medicinske francoščine v prvem tednu pred začetkom vaj ter tečaj klasične francoščine, ki traja ves semester in je za vse študente brezplačen, predvsem pa zelo zabaven in koristen.

Univerza organizira tudi kar nekaj izletov po različnih delih regije, ki je ob vikendih prava izbira za druženje, odkrivanje francoskih mest in preizkušanje lokalnih specialitet. Socialni program na univerzi je kar pester, večina dogodkov ima posebne popuste za študente, kot je obisk baletnih predstav, gledališča, športnih tekem, izobraževanja s strani vinarskih šol ipd.

Večino študentov sem spoznala na jezikovnem tečaju in prav kmalu smo postali sproščena družba, ki si je čas krajšala med sončnimi popoldnevi in vikendi. V Bordeauxu sem spoznala tudi nekaj Slovencev, s katerimi se je bilo po tolikem času kar malo čudno sporazumevati v napol pozabljeni slovenščini.

Mesto Bordeaux me je takoj očaralo, vedno znova sem odkrivala nove koticke in pekarnice, hkrati pa sem se hitro navadila na vse male posebnosti, ki so mi postale prav domače in prijetne. Javni prevoz je odlično urejen saj imajo tramvaje, avtobuse ter mestna kolesa, sama pa sem si prvi mesec kupila kar rabljeno kolo, s katerim sem bila zmeraj na pravem mestu ob pravem času.

Kljub temu, da so stroški življenja malenkost višji v primerjavi z Ljubljano, se da s pridobljeno štipendijo udobno preživeti mesec, če si le malo pozoren na svojo zapravljivo plat.

Za vse dodatne informacije mi lahko pišete na dostanic.tamara@gmail.com

11. FRANCIJA – UNIVERSITE JOSEPH FOURIER GRENOBLE (Neža Eržen)

Svojo celoletno Erasmus izmenjavo v 4. Letniku sem opravljala v Franciji, na univerzi Joseph Fourier v Grenoblu.

Grenoble je bila moja druga izbira, v Parizu, kamor sem se prvotno prijavila, so se odločili, da v študijskem letu 2014/15 ne bodo sprejeli študentov iz Slovenije. Na koncu sem bila s svojo 'rezervno' opcijo več kot zadovoljna.

V Grenoble sem prišla na začetku septembra, tam sem ostala do konca junija. Opravljala sem klinične vaje iz prebavil, dihal, obtočil, gibal, duševnih bolezni, živčevja in infekcij. Na vsakem oddelku sem bila 4 – 5 tednov.

Režim študija:

V Grenoblu je način študija malo drugačen kot pri nas. S prakso začnejo v drugi polovici tretjega letnika. Praksa pri njih pomeni vsakodnevno dopoldansko delo na določenem oddelku, kjer ostanejo 3 mesece. To pomeni, da v končni fazi nimajo vaj iz vseh predmetov, vendar se posameznim predmetom toliko bolj posvetijo, da na oddelku postanejo samostojni. Francoski študenti imajo vaje tudi poleti, za tuje študente to seveda ne velja. Na oddelku lahko naročajo razne preiskave, kličejo npr osebne zdravnike, da bi dobili določene podatke, naredijo sprejeme novih pacientov in za te paciente po potrebi opravijo tudi določene posege (npr tudi lumbalna punkcija, plevralna punkcija, asistenca na operacijah...). Prisotni so tudi na oddelčnih vizitah, kjer paciente, za katere so zadolženi, predstavijo vodji oddelka in ostalim zdravnikom. Za svoje delo dobijo tudi manjše plačilo. Po drugi strani pa morajo do konca študija opraviti tudi okrog 30 dežurstev.

Od tujih študentov se pričakuje, da se poskušajo vključiti v delo na oddelku. Odvisno od tvojega znanja francoščine in tvojega interesa za delo lahko vidiš in narediš veliko stvari. Jaz osebno sem se naučila tudi izpolnjevati prijavnice za razne MRIje, klicala sem zdravnike, naročala paciente na preiskave, predstavljala paciente na vizitah, delala plinske... Je pa res, da moraš biti zelo samoiniciativen. Na oddelku sem bila z drugimi francoskimi študenti, zelo redno se zgodi, da sta na istih vajah dva Erazmovca hkrati.

Kot sem že rekla, so vaje v dopoldanskem času, Erasmusovcem jih lahko 'organizirajo' tudi popoldne, če si izberejo preveč predmetov. Minimalno trajanje vaj je namreč 4 tedne. Če si popoldne prost, se lahko udeležiš predavanj, ki niso obvezna.

Na koncu vaj je treba pripraviti predstavitev kliničnega primera (observation pedagogique), za katero dobiš oceno. Lahko pa se odločiš za opravljanje pisnega izpita, izpitni obdobji sta dve na leto, vsi izpiti pa potekajo v blokih, vse skupaj traja en teden. Izpit je samo pisni, na tablici v obliki reševanja kliničnega primera z vsemi potrebnimi slikami, podatki od dodatnih preiskav, največkrat so vprašanja tima multiple choice. Seveda je vse v francoščini.

Bivanje:

Živela sem v študentskem domu Residence Filaos, zelo visok standard (če nimaš sreče, naletiš na vse prej kot visok standard). Za stanovanje v študentskem domu (ki sem si ga delila še z dvema puncama, imela sem svojo sobo), sem plačevala okoli 230 eur (subvencija caf je že všteta). Do bolnice sem imela 15 min s kolesom, do centra 5 min. Tudi stanovanje je lahko zelo dobra opcija. Pozanimaj se, če imaš pri določenem stanovanju možnost subvencije caf.

Prevozi:

Najboljše prevozno sredstvo v Grenoblu je kolo. Lahko kupiš rabljenega v delavnici le Petit Velo, lahko najameš Metrovelo za celo leto, cena ni previsoka. Mesečna vozovnica za tramvaj/avtobus stane 27 eur. Za obisk okoliških mest najcenejše prevoze najdeš na strani blablacar. Če želiš v kraje brez javnega prevoza (npr. hribi) je zelo enostavno štopati. Za prevoz iz Ljubljane v Grenoble se mi zdi najbolj ugoden blablacar, lahko pa letiš iz Benetk v Lyon.

Jezik:

Francoščina je na izmenjavi v Franciji nepogrešljiva, sploh če hočete kaj odnesti od vaj. V bolnici pride do izraza še medicinski žargon, ki v francoščini vsebuje ogromno kratic. Univerza organizira tudi tečaj francoščine, 2h/teden, ki je skupen vsem fakultetam, zato ne računajte, da vam bo tečaj pomagal pri sporazumevanju na oddelku.

Prosti čas:

Če imaš rad plezanje, smučanje, tek na smučeh, pohodništvo, tek..., je Grenoble pravo mesto zate. Za žurerje se tudi kaj najde, se pa nočno življenje seveda ne more primerjati z večjimi mesti.

Če potegnem črto, lahko rečem, da sem bila z izmenjavo več kot zadovoljna. Za Grenoble bi se še enkrat odločila.

12. FRANCIJA – UNIVERSITE CLAUDE BERNARD LYON (Tjaša Herič)

Stavek, ki sem ga od domačinov slišala najpogosteje se glasi: »Lyon je kot Pariz, vendar brez problemov velikega mesta.«

In res je. Kljub svoji velikosti (Lyon je po velikosti 3. mesto Francije) se v Lyonu redko počutiš utesnjeno, v gneči, naglici. Lyon ima vse značilnosti velikega mesta: bogato kulturo in zgodovino ter veliko dogajanja: praznik svetlobe (Fête des Lumières) ki v začetku decembra privabi turiste iz celega sveta, glasbene festivale (med njimi najbolj znan festival elektronske glasbe Nuits sonores), teden gastronomije (Lyon je znan kot prestolnica francoske kuhinje) in še bi lahko naštevali. Nad mestom se razprostira čudovita bazilika Notre-Dame de Fourvière, prav tako se nedaleč stran nahaja bogat Galo-Romanski muzej. Najlepši del Lyona je staro mestno jedro (Vieux Lyon), v katerem na ozkih tlakovanih ulicah ne manjka francoskih kavarnic in restavracij. Pravi mestni center se nahaja med rekama Rona in Saona, s trgom Place Bellecour, sredi katerega stoji kip Ludvika XIV. Med najpomembnejšimi je tudi muzej lepih umetnosti, ki je 2. največji tovrstni muzej, takoj za pariškim Louvrom ter zanimiva Lyonska opera in mestna hiša, ki se nahajata na trgu Place de Terreaux.

Meščani se radi sproščajo v velikem mestnem parku Parc de la Tête d'Or, v katerem se nahajata tudi živalski in botanični vrt.

Tudi zapravljevci pridejo na svoj račun v največjem nakupovalnem centru v Evropi (Part Dieu).

Transport je dobro urejen. V mesečno karto, za katero študent odšteje 28 evrov je vključena uporaba metrojev, tramvajev, avtobusov ter celo vzpenjače.

Slabost opravljanja izmenjave v Lyonu je ta, da je edino francosko mesto, kjer tuji študentje niso plačani za opravljanje vaj v bolnišnicah (drugje so plačani 200 eu na mesec).

Cene v trgovinah so zelo podobne našim. Cene v restavracijah, barih in nočnih klubih pa so mnogo višje.

V Franciji vsak študent prejme mesečno subvencijo za stanovanje oz. študentski dom (CAF). Višina le-te je odvisna od višine najemnine, in znaša od 80 pa tudi do 200 evrov na mesec.

Vsem, ki se boste odločili za opravljanje študijske prakse v Lyonu priporočam, da si za bivanje izberete študentski dom. Nekateri domovi so prav simpatični, pa še iskanje namestitve vam je prihranjeno, ker vam bivanje uredi univerza. Poleg tega je znatno cenejše. Cene

podnajemniških stanovanj s stroški vred znašajo 400 evrov ali več. Če stanovanje najamete preko agencije, je vse še dražje in bolj komplicirano. Če se vseeno odločite za stanovanje, ga začnite iskati najkasneje v začetku avgusta. Na internetna družbena omrežja (facebook skupine) vsakodnevno prihajajo številne ponudbe.

Študij:

Opravljal sem vaje iz kardiologije, hematologije, pediatrije (na oddelku za endokrinologijo), kirurške urgence s travmatologijo in splošne kirurgije.

Vsak sklop vaj traja 6 tednov. Vaje potekajo v različnih bolnišničnih kompleksih v Lyonu. Potekajo v povprečju po 8-10 ur na dan, odvisno od oddelka: od 8. ali 9. pa do 17. ali 18. ure. Izjema je kirurgija, kjer se zaključijo že do 13. oziroma najkasneje do 14. ure.

Vsak začetek je težak, predvsem zaradi jezika in neizkušenosti v kliniki. Francozi začnejo s prakso že v začetku študija, zato je še toliko bolj nerodno, ker imajo že tretji letniki več praktičnih izkušenj kot vi. Ampak brez skrbi, hitro se boste izurili, če boste le motivirani. Kolektiv je večinoma zelo prijazen, ustrežljiv in potrpežljiv.

Pri vajah mi je bilo najbolj všeč to, da imajo študenti veliko avtonomnost pri obravnavi pacientov (predvsem na urgenci). Sama sem opravljala anamneze, statuse in naročala osnovne laboratorijske in radiološke preiskave. Šele po prejemu rezultatov sem se posvetovala z zdravnikom, ki je moje odločitve komentiral in z mano zaključil obravnavo. Če je bil potreben manjši kirurški poseg (šivanje, dreniranje) ali namestitev preveze, opornic, sem to lahko opravila sama.

Na vajah splošne kirurgije nisi le pasivni opazovalec. Skoraj vedno lahko asistiraš pri operacijah. Trikrat na teden si v operacijskem bloku, ostala dva dneva pa kirurga spremljaš v ambulanti.

V vsakem sklopu so več ali manj organizirani seminarji, ponekod tudi predavanja. Na seminarju iz hematologije je vsak študent moral pripraviti powerpoint predstavitev kliničnega primera.

Na splošno sem bila z vajami zelo zadovoljna, malo manj všeč mi je bilo na kardiologiji, ki sem jo imela v prvem sklopu. Tu je še bila prisotna jezikovna ovira, poleg tega so se vaje včasih zavlekle do 19. ure, študentje pa smo morali ostati na oddelku kljub temu, da ni bilo dela.

Erazmus izmenjava je neprecenljiva izkušnja. Dober občutek je, ko se ob koncu študijskega leta zaveš, da tekoče govoriš francosko, da si spoznal toliko ljudi, da lahko do konca življenja zastonj počitnikuješ po Evropi ☺ in da si pridobil veliko teoretičnega znanja, praktičnih veščin in samozavesti, ki ti bodo koristili celo življenje. Če bi izbirala še enkrat, bi ponovno izbrala Lyon.

13. FRANCIJA – UNIVERSITE SE STRASBOURG (Veronika Vezjak)

Oktobra sem začela erasmus izmenjavo v Strasbourgu. Na izmenjavi sem bila celo leto in sem opravljala vaje iz kirurgije, interne medicine, pediatrije ter dodatna predmeta: urgenta medicina in praktična antibioterapija. Obiskovala sem tudi tečaj francoskega jezika 1x/teden (3KT/semester). Za Strasbourg sem se odločila, ker sem celoletno izmenjavo želela opravljati v Franciji, ki naj bi imela po mnenju nekaterih, najboljši zdravstveni sistem. Poleg tega je

Medicinska Fakulteta v Strasbourgu ena izmed boljših v Franciji; Strasbourg pa je, v primerjavi z ostalimi možnostmi, pravzaprav blizu Ljubljane.

Pred uradnim začetkom leta, smo imeli vsi erasmus študentje na fakulteti srečanje s koordinatorjem. Vsak je nato še enkrat izbral začetni bimester. Pri njih celotno leto poteka v bimestrih, to pomeni da izbiraš predmete/vaje vsaka dva meseca, izpit pa sledi po zaključenem bimestru, v primeru, da izpita ne opraviš je naslednja možnost septembra. Za začetni bimester sem izbrala sem kirurgijo, in sicer en mesec na urologiji in en mesec na torakalni kirurgiji. Večina kirurgije je v NHC (Nouvel Hopital Civil) v samem centru mesta. Vaje na kirurgiji se običajno začnejo ob 7:45 z jutranjim raportom, kjer poročajo večinoma specializanti. Ker sem urologijo opravljala s študenti 6. letnika, ki imajo na koncu končni izpit smo zjutraj pripravljali tudi 'cas clinique' ali klinični primer. Vse skupaj je zelo praktično usmerjeno in osredotočeno na njihov končni izpit. Nato smo se razporedili v ambulante ali v operacijski blok. V ambulanti sem lahko sama sprejemala paciente, vstavljala urinske katetre, asistirala mentorju pri različnih posegih. Vaje so se končale ob približno 16ih. Na koncu je sledil 'ustni izpit' iz vnaprej danih tem, ki sem ga opravljala pri predstojniku oddelka. Vaje na torakalni kirurgiji so potekale nekoliko drugače, in sicer smo morali pripraviti dosje pacienta, pacienta pregledati in narejeno predstaviti na popoldanskem raportu. Občasno smo lahko šli v operacijsko dvorano. Na splošno študentje ne asistirajo veliko, ker imajo prednost njihovi specializanti, nato specializanti na izmenjavi in šele nato študenti, torej so priložnosti precej redke. Sicer pa so operacije številčne in lahko vidiš marsikaj. Imajo tudi robota Da Vinci, ki ga uporabljajo predvsem na adominalni kirurgiji in na urologiji. Vaje na torakalni kirurgiji se zaključijo okoli 18.30 ure. Sicer študentje pohvalijo vaskularno kirurgijo, urologijo in abdominalno kirurgijo.

Sledile so vaje iz interne medicine; začela sem z nefrologijo, kjer sem bila skupaj s še dvema francoskima študentoma. Moja neposredna mentorica je bila specialistka Marie, skupaj pa naju je vodila specialistka na tem oddelku. Skupaj smo dopoldan opravili vizito in nato še popoldanski 'check-up', kjer smo prediskutirali če je bilo kaj novega in pregledali predpisana zdravila in morebitne preiskave. Popoldan sva skupaj s francoskim študentom še enkrat pogledala paciente, pripravila sprejeme, opravila številne teste, ki jih opravijo pri vseh nad 65 let: kognitivne teste, test za ugotavljanje depresije, samostojnosti, kako se prehranjujejo ipd. Na tem oddelku sem resnično uživala, specializanti so bili zelo prijazni in vedno pripravljeni odgovoriti na morebitna vprašanja in pomagati, če je bilo to potrebno. Zadnje vaje iz interne medicine sem opravljala na oddelku za žilne bolezni in hipertenzijo. Zjutraj smo se sestali na raportu, kjer smo študentje poročali o novih sprejemih prejšnjega dne. Tam sprejemi potekajo samo popoldan in so študenti večinoma zadolženi za status, anamnezo in zbiranje morebitnih rezultatov preiskav, opravljanje EKG, merjenje pritiska, saturacije, odvzem krvi... Moj mentor je bil specializant, na tem oddelku je nekoliko drugače kot na ostalih, in sicer so to večinoma družinski zdravniki, ki so opravili dodatna 3 leta specializacije iz vaskularne medicine. Dopoldan sem pregledovala paciente in nato poročala specializantu, popoldan pa sem pripravljala sprejeme in jih predstavila na popoldanski viziti in nato na raportu prihodnje jutro. Vaje potekajo od 8:00 pa do zaključka tvojega dela; velikokrat sem ostala do 20ih, nikoli pa nismo končali pred 18:30. Vaje na oddelkih interne medicine potekajo tudi ob sobotah od 8. pa do približno 12.30. Zame osebno so bile vaje na tem oddelku najbolj naporene, predvsem zaradi urnika.

Zadnje vaje so bile vaje iz pediatrije, ki potekajo podobno kot internistične vaje.

Pred začetkom vsakega bimestra si izbereš, kje boš opravljal vaje, na katerih oddelkih in to pošlješ koordinatorju po mailu. Vsi erasmus študentje smo imeli kar nekaj nekaj težav, kajti

nikoli nismo bili razporejeni na izbrano mesto. Tako se mi je zgodilo, da sem bila razporejena na kirurške oddelke namesto na internistične. Priporočam, da nekaj dni pred začetkom vaj obišeš oddelke, kjer naj bi opravljal vaje in preveriš seznam študentov.

Če opravljaš vaje 'plein temps', to pomeni cel dan (običajno drugače ne gre) ti na mesec pripadajo 3 prosti dnevi. Kdaj jih želiš izkoristiti se moraš dogovoriti z vsemi študenti na oddelku, ker ne sme manjkati veliko študentov istočasno, nato izpolniš obrazec (Formulaire de demande d'absence reglementaire), ki ga dobiš pri tajnici predstojnika oddelka in, ki ga mora predstojnik podpisati. V kolikor želiš imeti petek prost, se to šteje kot 2 dni dopusta. Vaje so tudi plačane, in sicer študent 5. ali 6. letnika dobi 200€, dodatno lahko dobiš še povrnjene stroške za prevoz, vendar je potrebno v računovodstvo redno prinašati račun od kupljene karte.

Bivala sem v študentskem domu v Robertsau-ju, kajti ne glede na vso pošto in izbiro, ki ti jo prej pošljejo domov, ima MF v Strاسبourgu na voljo samo 10 sob za erasmus študente. Običajno dobiš mail od koordinatorja nekje konec julija in moraš zelo hitro odgovoriti, če želiš sobo. V sobi si sam in si deliš kuhinjo in kopalnico s svojim nadstropjem, približno 30 ljudi. Soba stane 181€/mesec. Lahko si urediš subvencijo – CAF, približno 40€. Študentski dom močno odsvetujem. Toplo vodo smo v mojem bloku dobili aprila, pri čemer niti ena kopalnica ni bila v celoti funkcionalna, to pomeni, da je bil večinoma na voljo en tuš za celo nadstropje. Čistoča je bila na minimumu. Kuhinjo čistilke večkrat zaprejo, ker je preprosto preveč umazana in želijo naučiti študente lekcijo, vendar neuspešno. Pralnica ima 4 stroje in 4 sušilce za približno 900 ljudi. Pri čemer je redko, da delujejo vsi aparati. Prav tako, pa je kar drago, saj pranje stane 4,5€, sušenje pa 1€. Študentski dom je poln sten, bolh in ščurkov. Tudi sama sem imela v sobi stenice in šele po 3 tretmajih in insekticidu iz Slovenije sem se jih uspela rešiti. Sicer so letos izvedli generalni tretma študentskega doma, vendar zopet neuspešno. Sicer se študentski dom nahaja na odlični lokaciji, v mirnem predelu mesta, blizu Evropskega parlamenta, najlepšega parka –Oranžerija, blizu gozda Robertsau, vendar je do bolnice in fakultete 40 minut z avtobusom ali 20 min s kolesom.

Najprej si moraš urediti svoj začasni naslov, nato bančni račun (Societe Generale), nato pa lahko na fakulteti urejaš papirje, saj za nekatere stvari potrebuješ francoski bančni račun. Naročnino za mobilni telefon sem sklenila pri Free Mobil, kjer SIM kartico prevzameš na avtomatu in jo lahko še isto minuto uporabljaš. Za neomejene količine v Franciji in zastoj klice na stacionarna omrežja po večini držav sveta, odšteješ 20€.

Kot prevozno sredstvo lahko uporabljaš njihov odlični javni prevoz (bus+tram), povezave so odlične in tudi točne. Ali pa si najameš kolo (lastnega odsvetujem, ker jih zelo kradejo) pri velhop. Najem je zelo ugoden, teh koles ne kradejo, vendar pa je čakalna lista. Če pa vseeno želiš svoje kolo, pa je vsako soboto tržnica koles, kjer ga lahko kupiš za 20€.

Živiljenjske potrebščine so nekoliko dražje kot pri nas, vendar je Strasbourg na meji z Nemčijo, mesto Kehl (imajo avtobusno povezavo št. 21, gradijo tudi tram povezavo), kjer so cene bistveno bolj ugodne.

Strasbourg je čudovito mesto, v velikosti Ljubljane, in ponuja veliko zabave, kulture, raznih dogodkov, športa... Na fakulteti lahko kupiš kartico za šport in/ali kulturo (36€) in imaš organizirane športne dejavnosti brezplačno, prav tako vse vstopnine v muzeje in galerije, ter cenejše kino vstopnice. Celotno mestno jedro je pod Unescovo zaščito in zagotovo preživiš večino prostih dni v mestu na kavi in ob francoskih dobrotah, ali pa v parku na pikniku. Sedaj po končani izmenjavi, mi zagotovo ni žal, da sem se odločila za izmenjavo in, da sem izbrala Strasbourg, saj sem se naučila veliko stvari, izboljšala francoščino in pridobila iznajdljivost, ki jo od tebe zahteva francoski birokratski sistem. Zagotovo pa to ni izmenjava, kjer bi imel

veliko prostega časa, bodisi za študij, bodisi za druženje, saj vaje zahtevajo veliko tvojega časa in energije.

Za vsa vprašnja sem na voljo na veronika.vezjak@gmail.com

14. FRANCIJA – UNIVERSITÉ DE BORDEAUX, BORDEAUX (Matej Šatej)

Erasmus+ študijsko izmenjavo sem od septembra 2014 do januarja 2015 izkoristil v obliki neponovljivega semestra v Bordeaux-ju. Študijski program se je dobro ujemal z opravljanjem dveh sklopov v 5. letniku pri nas in sicer Obtočila-Dihala (in del o diabetesu pri predmetu Bolezni presnove) in Okulistika-ORL-Maksilofacialna kirurgija. Za vsak predmet posebej z izjemo dela o diabetesu sem opravil po 1 mesec vaj na oddelku in za vse predmete skupaj še približno 4 tedne popoldanskih predavanj. Za del o diabetesu (Bolezni presnove) sem obiskoval zgolj predavanja. Izpite sem se že od začetka odločil opravljati v Ljubljani.

S septembrom sem začel s stažem na oftalmologiji. Navaden delavnik je izgledal tako, da sem pred prihodom mentorja pomagal sestram in tehnikom pri preiskavah dioptrije, slikanju očesnega ozadja, angiografiji, CT slikanju... Nato sem se pridružil zdravniku v ambulanti. Videl sem veliko najpogostejših očesnih patologij kot tudi različna redkejša stanja. Na oddelku sem bil še z dvema francoskima študentoma, vsak je sledil svojemu mentorju. Z izjemo urgentne ambulantne so bile vaje umirjene in nezahtevne, kar se je na začetku lepo ujemalo z vsesplošno norijo in tekanjem na tisoč in en urad.

V oktobru sem bil na oddelku za kardiologijo v bolnišnici Hôpital de Haut Leveque, ki je glavni kardiološki referenčni center za regijo. Razpisan sem bil na oddelek, kamor pripeljejo bolnike po urgentni obravnavi zaradi zastoja srca, miokardnega infarkta, tamopande in podobnega. Sam sem bil zadolžen za dve bolniški sobi - vsako jutro sem opravil EKG-je, klinični status in anamnezo in o vsem skupaj poročal na dnevni viziti. Enkrat tedensko je vizito vodil predstojnik oddelka (prof. Bonnet), ostale dni so nas nadzirali specialisti in specializanti. Študentje smo bili zadolženi tudi za naročanje preiskav in pisanje odpustnic. Minusa tega stažiranja sta bila oddaljenost bolnišnice (če je šlo vse po sreči in na avtobusu/tramvaju nisi prespal prestopnega postajališča ali kaj podobnega, je enosmerna pot iz centra trajala skoraj eno uro!) in rutina dela. Ker je to visoko specializiran center, se pričakuje, da na (ne glede kateri) oddelek, kamor si dodeljen, pride samo določen profil bolnikov in si tako prikrajšan za vse ostalo.

Tretji mesec, november, sem stažiral na ORL, kjer so imeli za tuje študente organiziran poseben program. Študentje smo delali enako kot Francozi, vendar smo lahko krožili po oddelkih dopoldan in/ali popoldan. Na voljo smo imeli ambulante, funkcionalne preiskave in operacijski blok. Ko sem obdelal prva dva dela, sem začel pogosteje zahajati v operacijski blok, ali nadomeščal katerega od francoskih kolegov. Dvakrat se je tako zgodilo, da sem asistiral operacijam, ki so trajale tudi čez 8 ur (totalna laringektomija z rekonstrukcijo) in kjer se je vmes zamenjala celotna ekipa s kirurgi, inštrumentarji in anesteziologi. Videl sem več implantacij notranjega slušnega aparata. Enkrat sem sledil specializantki na pediatrični urgenci; enemu otroku smo iz ušesa potegnili žuželko, drugemu pa iz žrela ribjo kost. Enkrat na teden je predstojnica vodila neobvezne seminarje za študente, ki so bili dobro obiskani.

Nad stažem sem bil tako zaradi organizacije kot vsebin res navdušen in ga zelo priporočam vsem, ki se bodo odpravili tja.

Decembra sem se vrnil v Hôpital de Haut Leveque, v center za pljučne bolezni François Magendie zraven kardiološkega centra. Staž sem imel razdeljen v tri dele. Prvi teden sem bil pod nadzorom tamkajšnjih sester, kjer so me naučile odvzema arterijske, kapilarne in venske krvi. Cel prvi teden sem zgolj jemal kri in spremljal bolnike na spirometriji in drugih preiskavah, če je bilo kaj časa. Nato sem dva tedna nadaljeval na splošnem oddelku za pljučne bolezni. Podobno kot na kardiologiji sem bil zadolžen za sprejeme bolnikov v treh bolniških sobah in jemal anamnezo in naredil status. Vsak dan sem moral opraviti vsaj kakšen odvzem krvi, test hoje in še kaj. Dela ni nikoli zmanjkalo in videl sem ogromno bolnikov z različnimi boleznimi od pljučne hipertenzije, cistične fibroze do bolnikov po transplantaciji pljuč ter z vsemi mogočimi infekcijskimi boleznimi. Zadnjih deset dni (vključno z božičem in silvestrovim) sem bil na oddelku, ki se je ukvarjal pretežno z rakavimi obolenji.

Januarja sem stažiral na oddelku za maksilofacialno kirurgijo. Vsak dan (ponedeljek-petek) sem bil razpisan za asistiranje v eni od operacijskih dvoran, zadnji teden pa v mali operacijski. Ker ostali študentje niso pokazali pretiranega interesa, so me velikokrat prosili, da ostanem še popoldne, sicer smo študentje zaključili okoli 14h. Parkrat so mi dovolili izruvat kakšno osmico. Od operacij sem videl vse mogoče stari, največ pa rekonstrukcij z režnji (po ekscizijah tumorjev) in tudi nekaj travme (med drugim zanimiv, a tragičen primer rekonstrukcije prestreljenega obraza po poskusu samomora). Enkrat tedensko smo bili študentje prisotni in aktivno sodelovali pri seminarjih, ki so jih predstavljali specializanti. Vse skupaj je potekalo podobno oziroma še boljše kot pri ORL.

O občudijskih aktivnostih in žurih ne bi izgubljal besed. V Bordeaux-ju je praktično nemogoče najti dolgčas in vsak lahko dobi nekaj zase, od enourno oddaljenih plaž in valov Atlantika do večernega kozarca bordoja v dobri družbi.

Tamkajšnja mednarodna pisarna je dokaj toga za kakršnekoli spremembe, je pa res, da ti v začetku nudijo pestro izbiro in je na tebi, da se o vsem pozanimaš. Na bordeaux-jski univerzi je možno opravljati malodane vse vsebine iz predmetnika naše univerze, sam sistem študija pa bi težko primerjal z našim. V prvi vrsti bi pri njih izpostavil odlično integriranost študentov v kolesje zdravstvenega sistema in konstanten stil z bolniki, ki te kljub številnim napornim trenutkom vsakič znova opomni, kako lep poklic si si izbral.

15. ITALIJA - ALMA MATER STUDIORUM - UNIVERSITÀ DI BOLOGNA (Maša Glišović, praksa)

Nov program študijskih izmenjav Erasmus Plus sem doživela v poletnih mesecih leta 2014. Še zadnjič pred zaključkom študija na Medicinski fakulteti v Ljubljani sem si želela doživeti študijski obisk v eni izmed evropskih držav. Imela sem veliko idej o mestih, ki bi jih rada obiskala, pri čemer pa sem želela upoštevati tudi poznavanje tujega jezika. Blizu sta mi predvsem angleščina in italijanščina, zato sem se na koncu odločila za bližnjo Italijo.

Naši zahodni sosedje imajo več univerz, najstarejša med njimi je bolonjska univerza. Univerza v Bologni (ali po italijansko *Università di Bologna*, UNIBO) je bila ustanovljena prej 926 leti,

leta 1088. Zajema 23 fakultet, ki jih obiskuje približno 85 000 študentov. K njej spadajo tudi študijski centri oz. kampusi v mestih Imola, Ravenna, Forlì, Cesena in Rimini ter še ena v tujini v Buenos Airesu. Univerza v Bologni velja za najstarejšo univerzo v zahodnem svetu z neprekinjenim delovanjem; prvi so uporabili izraz *universitas* za korporacije študentov in učiteljev, ki so definirali institucijo.

Fakultete, oddelki, centri in druge strukture oblikujejo kulturno, študijsko in raziskovalno ogrodje univerze. Imajo tudi nadaljevalne programe in številne inštitute, ki povezujejo znanstveno raziskovanje na visokem nivoju s strokovnim in specialističnim usposabljanjem.

Ena izmed podenot univerze je tudi Medicinska fakulteta (ali po italijansko *Scuola di Medicina e Chirurgia*). Z njimi sem stopila v kontakt nekaj mesecev pred začetkom izmenjave. Koordinatorji Erasmus izmenjav na njihovi univerzi so bili izjemno gostoljubni in prijazni, celoten postopek urejanja dokumentov za prakso je potekal hitro in brez zapletov. Tako je bilo kmalu vse nared, da se zadnji teden v juniju odpravim v Bologno.

Prispela sem v vroče mesto "*la grassa*" (kar bi po slovensko pomenilo "*debela gospa*"), kot zaradi odlične kulinarike tudi poimenujejo Bologno. Večina študentov si bivanje priskrbi z najemom sobe v privatnih stanovanjih, ki jih lastniki oddajajo domačim in tujim študentom. Ob prihodu me je pričakala lastnica, razkazala stanovanje in dala tudi nekaj koristnih napotkov in nasvetov glede mesta, lokalnih znamenitosti, avtobusnih povezav itd. V stanovanju je poleg mene bival še cimer.

Nekaj dni pred pričetkom prakse sem se registrirala v univerzitetni pisarni, kar sem proces registracije opravila precej hitro. Nato je sledil moj prvi dan v bolnišnici Bellaria, ki je ena izmed štirih javnih bolnišnic na področju Bologne. Bolnišnični kompleks je bil zgrajen leta 1927 s poglobitvenim namenom zdraviti bolnike s tuberkulozo. Zelen okoliš Bellarie (kar dobesedno pomeni "*dober zrak*") je bil pravšnje mesto za take bolnike, saj se bolnišnica (danes razširjena z novimi paviljoni) nahaja na prikupnem griču obdanim s številnimi drevesi. Bolnišnica ima več kot dvajset medicinskih enot s skupno 372 posteljami. Nima sicer prave delujoče službe za prvo pomoč, temveč kvečjemu prosto dostopno ambulanto za lažje nujne primere. Med številnimi specializacijami izstopa nevrokirurgija, veliko pa se posvečajo tudi raziskovalnemu delu in nevroznanosti.

Bolnišnični kompleks sestavljajo glavna osrednja stavba in štirje glavni paviljoni (A, B, C, D) z dodanim blokom F, izven prvotne strukture pa so kasneje nastale še dodatne stavbe: paviljon *Tinozzi, casa degli risvegli De Nigris L.* in nov paviljon G za nevroznanost. Glavni oddelki so oddelek za nevrokirurgijo, nevro radiologijo, onkologijo, radioterapijo, radiologijo, torakalno kirurgijo, nevrologijo, maksilo-facialno plastično kirurgijo, interno medicino, anestezijo in reanimacijo, kardiologijo itd.

Prvi dan v bolnišnici me je na oddelku za nevrokirurgijo v bolnišnici Bellaria pričakal moj mentor. Predstavil me je osebu in nato razkazal oddelek, prostore za reanimacijo ter nato še operacijske dvorane. Moj običajni dan se je pričel z jutranjim sestankom, sledila je vizita, nato pa sem odšla v operacijsko dvorano, kjer sem bila prisotna pri različnih operacijah: odstranitvi možganskih tumorjev (meningiomov, glioblastomov, astrocitomov, ...), vzpostavitvi ventrikulo-peritonealnih šantov, operacijah hernij diskusov, spondilodistezah, kranioplastiki, pediatričnih nevrokirurških operacijah itd. Bila sem tudi na oddelku za reanimacijo, na petkovih skupinskih sestankih nevrokirurgov in nevro radiologov (kjer so obravnavali posebne primere) itd. Predstavili so mi tudi primer starejše pacientke z normotenzivnim hidrocefalusom in spinalno arterio-vensko fistulo ter mi ponudili možnost podrobnejše preučitve primera, ki ga bodo predstavili v obliki *case report-a*.

Konec avgusta sem zaključila svoj študijski obisk v Bologni. Kljub temu da nisem imela veliko samostojne prakse, je bila celotna izkušnja koristna in dobrodošla. Dobila sem vpogled v dinamiko in način dela v tuji instituciji in jo primerjala z načinom dela v slovenskih bolnišnicah. Všeč mi je bila sproščenost zdravstvenega osebja, njihova odprtost do tujcev in gostov, pripravljenost za pomoč, razlago in vključitev v svoj tim. Nasploh je Bologna zelo odprta do tujih študentov, saj naj bi v določenem obdobju leta študentje (domači in tuji) predstavljali kar petino celotne mestne populacije. Ker take vrste obiski v tujini prinesejo veliko novih izkušenj, poznanstev, osebne rasti in enkratnih dožitev, študentsko izmenjavo Erasmus ali Erasmus Plus priporočam tudi drugim študentom.

16. ITALIJA – UNIVERSITA DEGLI STUDI DI PADOVA (Nina Skubin)

Opravljal sem klinične vaje iz kirurgije in pediatrije. Odločila sem se za splošno kirurgijo, ki sem jo kasneje kombinirala še s plastično kirurgijo. Dodeljena sem bila mentorju proktologu, s katerim sem bila enkrat na teden v ambulanti, ostale dneve pa me je poslal k drugim zdravnikom v ambulante oz. v operacijsko dvorano. Urnik je potekal od 8-12. Včasih je bil z mano tudi kak domači študent. Vzdušje v ambulanti je bilo zelo prijetno, mentor zelo prijazen.

Na plastični kirurgiji sem bila 4 tedne. Na vaje so hodili tudi domači študentje, tako da smo se menjavali med opeklinskim centrom, ambulantami za manjše posege in operacijsko dvorano. Zjutraj smo se vsi zbrali na raportu in potem na viziti. Dobili smo knjižico, kamor smo morali vsak dan vpisati klinične primere, ki smo jih videli.

Na pediatriji sem bila 4 tedne. Te vaje sem prav tako opravljala skupaj z ostalimi domačimi študenti. Na oddelkih smo bili po 2-3 študentje in sicer vsak teden na drugem oddelku. Jaz sem bila na pediatrični kardiologiji, nefrologiji, gastroenterologiji in hemato-onkologiji. Večinoma sem sledila specializantom, ki so bili zelo prijazni, vedno pripravljeni razložiti klinične primere.

Znanje italijanščine je zelo priporočljivo, čeprav so nekateri zdravniki pripravljeni govoriti tudi v angleščini.

Za Erasmus študente je v Padovi dobro poskrbljeno. ESN-Padova (Erasmus Student Network) organizira številne zabave, izlete,...in to na zelo dobrem nivoju. Je največja študentska organizacija v Evropi in lani je bila izbrana kot najboljša.

SASSA organizacija pa pomaga Erasmus študentom pri iskanju nastanitve.

17. ITALIJA - UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TRIESTE, TRST (Emanuela Jovanovski)

Verjamem, da marsikdo ne bo razumel moje odločitve za Erasmus študijsko izmenjavo tako blizu doma in bo to poročilo mirne duše preskočil, pa vendar, kdor si želi podobno izkušnjo, naj bere naprej.

Trst je malo spregledano mesto, nikjer kot ga poimenuje Jan Morris, nekako ga sploh ne upoštevamo. Mene je vedno navduševala njegova zgodovina, kultura, mirnost in čudno oddaljena bližina. Že v gimnazijskih letih sem se odločala med študijem v Ljubljani ali Trstu in

možnost Erasmus izmenjave, da živim in študiram v tem mestu za nekaj mesecev je bila kot naročena.

Z izmenjavo sem začela sredi februarja. Najprej sem se oglasila pri svojem Erasmus koordinatorju, da sva dorekla in uredila študijski sporazum. V univerzitetni pisarni sem uredila še formalnosti in v študentskih uradih še kartico za koriščenje študentskih ugodnosti. Sledil je Welcome Day z napotki. Univerza v Trstu ne pomaga pri iskanju namestitve, zato sem si sobo poiskala sama prek oglasov, ki visijo po oglasnih deskah na univerzi. Cene so malo višje kot v Ljubljani, vendar v primerjavi z ostalo Italijo nizke. Stanovanje sem si delila z ostalimi študenti v centru mesta.

Po enem tednu so se začela predavanja. V Trstu sem opravljala oftalmologijo, ORL, paliativno medicino (po svoji želji) in maksilofacilano kirurgijo, ki je bolj stomatologija za študente medicine. Vsa predavanja potekajo v italijanščini, zato je dobro razumevanje nujno za obisk predavanj in vaj. Poleg rednih predmetov sem, zato da bi nabrala dovolj kreditnih točk, opravila še cel kup izbirnih predmetov, od EKG, endokrinoloških sindromov v pediatriji do kurza šivov v plastični kirurgiji. Ker je Trst pregovorno znan kot mesto starejših, imajo na kliniki gerontološki oddelek kjer sem opravljala dva izbirna predmeta na temo preprečevanja tromboemboličnih dogodkov pri starostnikih, omejevanju zdravljenja. Imela sem tudi teden vaj, kjer sem se učila delati UZ vratnih žil. To je bila tudi najbolj uporabna stvar v celotni izmenjavi, saj na rednih vajah, ki se tičejo obveznih predmetov študentu ne dovolijo kaj dosti dela, večinoma sem samo opazovala ali delala preproste preglede. Presenetljivo so bile najboljše vaje na stomatologiji, kjer so me kar porabili za pisanje anamnez ali asistiranje. Morda dobi tu idejo kakšen študent dentalne medicine? Mislim, da bi imel v Trstu kar dosti prakse. Izpit iz maksilofacilane kirurgije sem po dogovoru s prof. Ihan- Hren opravila junija v Ljubljani, ostale pa v Trstu v italijanskem jeziku. Z izpiti je bilo kar nekaj težav, saj profesorjem le-ti niso prioriteta in so se datumi kar prestavljali, ali pa smo profesorja čakali tri dni, da je prišel. Ustni izpiti v Italiji so javni, kar pomeni, da te med izpitom poslušajo ostalih 50 študentov. Po vseh izpiti sem zaključila z izmenjavo, še enkrat odšla do svojega koordinatorja. Bilo je nekaj težav z vpisovanjem predmetov v italijansko verzijo visa, ker nihče ni vedel, kako naj ravna v primeru erasmus študentov. Na srečo se je vse uredilo, čeprav s kar nekaj obiskov po različnih pisarnah in čakanju.

Torej, kaj sem odnesla od izmenjave? Proti pričakovanjem je bilo v Trstu veliko Erasmus študentov iz vse Evrope. Domači študenti so zelo aktivni preko ESN Trieste in skoraj vsak teden je bil organiziran kakšen dogodek, izlet ali mini potovanje v italijanska mesta, tako da je bilo priložnosti za druženje veliko. Živela sem v mestu, ki mi veliko pomeni, poblizne sem spoznala ljudi in navade ter imela priložnost izkusiti tudi italijanski "organiziran kaos" na univerzi (citiram tamkajšnje študente in profesorje). Po tej izkušnji sem zelo vesela, da sem se odločila za študij v Ljubljani, saj menim, da je raven kvalitete študija boljša in prizadevnost asistentov in profesorjev nesorazmerno večja kot v Trstu. Zdaj cenim veliko stvari, ki so se mi prej zdele samoumevne (točnost, odgovarjanje na mejle, vprašanja, razlage na vajah).

Ali bi priporočila izmenjavo, tudi če ne greš daleč? Vsekakor! Spoznala sem čisto drugačen sistem, nekatera pričakovanja se niso izpolnila, nekatere predstave so se izkazale za napačne. Ne bi rekla, da je bila izkušnja, ki spada v kategorijo življenje spreminjajočih, ampak še zmeraj sem zanjo izjemno hvaležna.

18. NEMČIJA – RHEINISCH-WESTFÄLISCHE TECHNISCHE HOCHSCHULE AACHEN (Milancho Taneski)

V Aachenu sem preživel poletni semester 6. letnika. Celotna komunikacija je z gostujočo inštitucijo potekala preko elektronske pošte. Moram reči, da so bili zelo prijazni in ažurni. Večino časa so potrebovali največ 24 ur za odgovor na vsako vprašanje, ki sem ga imel.

V Aachenu sem prispel 20. Marca, torej 10 dni pred začetkom poletnega semestra. V tem času sem se uradno vpisal in vplačal stroške semestra, ki znašajo cca 232,00 EUR in vključuje 6 mesečno vozovnico za mestne avtobuse in regionalne vlake ter stroške izdelavo študentske kartice (BlueCard), potem sem prijavil začasnega bivališča in s tem odprel bančni račun. Aachen je študentsko mesto in je trenutno vpisanih 43 000 študentov, kar predstavlja ogromna težava pri iskanju nastanitve. Priporočam vsakemu, ki bo izbral to destinacijo naj začne iskati stanovanje že isti trenutek, ko pridobi Acceptance letter. V mojem slučaju sem se po nešteto število telefonskih klicev in mailov 3 tedne pred odhodom ter 8-ih dneh bivanja v hostelu, končno vselil v študentskem domu kot podnajemnik. Dom se je nahajal na Halifax straße, natanko med centrom mesta in univerzitetne klinike (Unklinikum Aachen ali UKA), kar je zelo olajšalo moje bivanje. Vse sem imel dostopno na cca 20 min hoje. Priporočam iskanje nastanitve v zahodnem delu mesta zaradi bližine do UKA. Avtobusne povezave so odlične in v najslabšem možnem slučaju pot do Uniklinike traja 30 min, tudi če ste natanjeni v drugem koncu mesta.

Univerza zahteva znanje nemščine na ravni vsaj B1 ampak glede moje izkušnje, pri opravljanju vaje iz 6. letnika, ne zadostuje. Priporočam, da pred odhodom imate že pridobljeno raven B2 ali več. Obstaja tudi možnost intenzivnega tečaja, kjer pridobite polovico stopnje in ga organizira gostujoča inštitucija 1 mesec pred začetkom zimskega semestra. Glede na to da sem opravljal vaje v poletnem semestru, to možnost nisem mogel izkoristiti.

Priporočam vsakemu, da se naj tudi prijavi na BeBuddy tutorskemu programu vsaj nekaj dni pred prihodom v mesto. To je program kjer ti dodelijo enega domačega študenta, ki ti razkaže mesto, pomaga pri iskanju stanovanja, pomaga tudi z birokracijo in z vsemi ostalimi zadevami. Preko tega programa so bili organizirane srečanja za Erasmus študente skoraj vsak teden, kar je olajšalo spoznavanje novih prijateljev in novih kultur.

Ker izvajanje vaje iz predmeta Primarno zdravstveno varstvo bilo zelo zapleteno, sem se odločil enostavno podaljšati vaje iz Kirurgije na 18 tednov. Vaje sem opravljal na treh oddelkih: 4 tedne torakalna kirurgija, 4 tedne plastična kirurgija in 10 tednov splošna kirurgija. Delo na kliniki je bilo todi nekoliko plačano. Vsi študenti, ki smo opravljali prakso smo dobivali »žepnino« v višini cca 50 EUR na teden.

Prve 4 tedne sem opravljal vaje na oddelku za Srčno in torakalno kirurgijo (Herz und Thorax chirurgie). Že od prvega dne sem bil razporejen v operacijski dvorani, kjer sem asistiral pri operaciji bypass srčnih žil. Dan na oddelku za srčno in torakalno kirurgijo izgledal približno tako: začne se z jutranjim sestankom 7:30- 8:15. V času sestanka so vsakega študenta, ki je imel vaje na oddelku razpisali na določenem koncu. Po sestanku, če si razpisan za operacijsko dvorano, greš v operacijski blok in ostaneš v isti dvorani ves dan, dokler potekajo redno razpisane operacije. Včasih je trajalo, v odvisnosti od tipa operacije, tudi do 18:00 ure. Večina operacij je bilo bypass srčnih žil in rekonstrukcijo srčnih zaklopk. Če si razpisan na oddelek, pa je delo nekoliko drugače. Delo smo si porazdelili z ostalimi študenti. Začinjali smo vedno z jemanje kri pri pacientih. Potem pa pride oddelčna vizita z oddelčnim

zdravnikom kjer smo PJ študenti sodelovali pri pregledu pacienta ter opravili prevezo operativne rane. Na koncu je sledil še popoldanski sestanek ki je trajal od 16:00 do 17:00.

Na oddelku za plastično kirurgijo (Plastische chirurgie) je delo potekalo podobno. Zjutraj smo začeli z jutranjim sestankom ob 7:30. Po sestanku je sledilo predavanje in predstavitev bolnika na določeni temi iz plastične in rekonstruktivne kirurgije s strani specializantov. Razpored študentov in zaposlenih je bil narejen dan prej kar pomeni, da sem imel časa se doma vnaprej pripraviti za določeno operacijo oz poseg. Operacij je bilo vse sorte, od transplantacijo kože, do rekonstrukcijo udov in lepotnih posegov. Delo na tem oddelku me je močno navdušilo z naborom posegov, ki jih izvajajo, kakovost dela, delo v timu in prijaznost, od samega predstojnika pa vse do najmlajšega specializanta. Ob 17:00 je bil popoldanski sestanek, kjer se je delal načrt in razpored za naslednji dan.

Zadnjih 10 tednov sem opravljal na oddelku za splošno kirurgijo (Allgemein chirurgie). Na tem oddelku je bilo veliko PJ študentov kar je obseg dela posameznika močno zmanjšalo. Tudi delo v operacijski dvorani zaradi števila PJ študentov zelo omejeno, torej večino časa sem delal na oddelku. Dan se je začinjal z jutranjim sestankom ob 7:45. Potem je sledil kratek sestanek med študenti kjer smo po principu dogovora razporejali kdo bo delal v operacijski, kdo na oddelku in kdo na polikliniki. Tudi tukaj je bilo velik nabor operacij. Asistiriral sem pri veliko različnih operacij kot: eksplorativne posege, resekcije čreves, PPPD (pylorus preserving pancreaticoduodenectomy), wiplove resekcije, resekcije in transplantacije jeter in veliko več. Na oddelku poleg navadnih prevezah sem tudi nekajkrat opravil VAC preveze, delal sem preglede ob sprejemu bolnika na oddelek ter poročal potem. Ob 16:00 je sledil popoldanski sestanek s katerim smo kančali dan. Ob torkih po popoldanskem sestanku je sledilo predavanje, ki je bilo namenjeno PJ študentom na določeni temi splošne kirurgije.

Uniklinika je ponujala tudi kratke tečaje za učenje oz izboljšanje praktične spretnosti študentom in zdravnikom. Tečaje so potekale nekajkrat v semestru . Več informacij lahko dobite na www.aixtra.rwth-aachen.de.

Na splošno, z delom in znanjem, ki sem ga pridobil na Unikliniki sem zelo zadovoljen. Aachen predstavlja odlična lokacija za opravljanje del študijskih obveznosti. Mesto je zelo lepo, začara te s svojim šarmom že na prvem pogledu. Lokacija je izvrstna še posebej za potovanje okoli. Vsa večja in svetovno priljubljena mesta v tem predelu so dostopna na ne več kot 2 uri vožnje. Edina pomanjkljivost je hitro se spreminjajoče vreme. V roku 1 ure lahko preide iz čistega sončnega dneva v nevihto.

Za kakršna koli vprašanja me lahko kadarkoli kontakrite na taneksi.m@gmail.com.

19. NEMČIJA – RHEINISCH-WESTFÄLISCHE TECHNISCHE HOCHSCHULE AACHEN (Peter Zabret)

Za Aachen sem se odločil iz veliko različnih razlogov o katerih ne bom razpravljaj. No, samo mesto sigurno ni bilo eden od njih; izbira pa se je izkazala za enkratno, odlično in nezamenljivo :)

PRIHOD, NASTANITEV

V Aachen sem se odpravil konec meseca Avgusta; z namenom da si poiščem nastanitev in da se udeležim osvežitvenega tečaja nemškega jezika(poceni, se splača), ki je bil organiziran na univerzi. Iskanje stanovanja v Aachnu je zelo trd oreh ker je vse nabasano s študenti. Za študentski dom sem se prijavil že meseca Aprila pa ga do septembra še nisem dobil (zavrnil

sem le neko gnilo ponudbo za erasmus študente). Poskusil sem z oglasi na WG-gesucht, tudi tam brez sreče. Na koncu sem kontaktiral kar nekega couchsurferja pri katerem sem prenočeval leto prej in vprašal, če je v njihovi hiši kaj prostora. Sprejeli so me odprtih rok – hiša s 15-imi mladimi ljudmi, večinoma nemško govorečih, vseh možnih različnih profilov (od študentov do bluzačev do zaposlenih). Nekaj mesecev sem sicer prebival kar v dnevni na kavču, ko sem čakal na prosto sobo ampak ni bolelo. Hiša je postala moj dom in vsi njeni prebivalci moja familija – tam sem se naučil dobro nemško, vedno našel družbo, spoznal drugo plat mesta in se nikoli dolgočasil.

FAKULTETA

Vse stvari, povezane s študijem medicine potekajo na Universitätsklinikum RWTH – gromozanska futuristična zgradba navznoter bolj podobna vesoljski ladji kot bolnišnici. Najprej te malo boli glava, potem se navadiš. Sam sem pokombiniral predmete iz 6,7,8 in 9 semestra. Bilo je precej zapleteno ker ima RWTH takoimenovani Modelstudiengang – to pomeni da do konca tretjega letnika obdelujejo mešanico klinike in predklinike kot systemske bloke (koža, živčevje, ...), 7 in 10 semester sta namenjena bolj striktno kliničnim blokom (onkologija, sodna medicina, pediatrija ...) 8 in 9 semester sestavljajo blokpraktikumi iz skoraj vseh kliničnih specialnosti pri katerih od ponedeljka do četrтка delaš na oddelku (malenkostno kakšen seminar), v petek pa potekajo predavanja. Šesti letnik pa je enako kot drugod v Nemčiji Praktisches Jahr (trije terciali na različnih oddelkih). Sam sem izbral blok koža in blok onkologija – tu sem imel nekaj tednov predavanj vaj in seminarjev ter takoj po koncu bloka pisni izpit. Blokpraktikume pa sem opravljal na oddelkih: kardiologija/pnevmologija, gastroenterologija/endokrinologija, nevrologija, psihiatrija, kirurgija, dermatologija, urologija, hematologija/onkologija, travmatologija, ortopedija, anesteziologija. Kot sem že omenil, je bilo od ponedeljka do četrтка potrebno delati na oddelku, večinoma od 7:30/8:00 – 15:00/16:00 (včasih tudi več ...). Kot študent si precej aktivno vključen v delo (kot tujec moraš pokazati nekaj znanja in samozavesti): jemlješ kri, nastavljaš intravenske kanale, na internističnih oddelkih delaš sprejeme in odčituješ ekg-je, na kirurških oddelkih asistiraš pri operacijah, previjaš rane, pobiraš šive ... in še in še. Naj poudarim da veliko leži na samoiniciativi. Če kažeš zanimanje in voljo, postavljaš vprašanja, bodo vaje več kot odlične, z zdravniki se da dogovoriti marsikaj in videti marsikaj. Ob petkih so celodnevna predavanja iz vseh predmetov blokpraktikuma, ob koncu semestra tudi pisni izpit iz vseh teh predmetov

MESTO, ŽIVLJENJE

Aachen je za nemške razmere srednje veliko mesto, šteje 250.000 prebivalcev, od tega kar 60.000 študentov, večinoma tehniških usmeritev (slovi po baje najboljši nemški fakulteti za strojništvo), veliko je tudi število erasmus študentov. Leži na tromeji, Belgija-Nizozemska-Nemčija, meja je skorajda v samem mestu. Vse v mestu je vse dostopno s kolesom (če ti klanci niso preveč tuji), ima prav lepo mestno jedro, tudi na zelenih površinah si zelo hitro. Študentskih ugodnosti in aktivnosti ne manjka – nešteto športnih aktivnosti, ki so praktično zastoj, lokalov, izletov, ... No diskoteki sta mi bili všeč le 2 ampak ti dve dovolj – Musikbunker in Autonomes Zentrum. Cene, vključno z najemninami pa so večinoma študentu zelo prijazne.

Velika prednost je, da kot študent dobiš (plačaš) semestersko vozovnico, s katero se zastoj voziš z vsemi javnimi prevoznimi sredstvi v zvezni državi NRW – ta ima 18 milijonov ljudi, velika mesta kot so Köln, Düsseldorf, Bonn, Dortmund, Essen in temu primerno tudi

možnosti za vikend izlete in žuranja (Köln je samo 40min stran in zelo divji, sploh ob času karnevala). Tudi v drugih prestolnicah si hitro, Pariz 2,5h s hitrim vlakom, Bruselj ura, Amsterdam 2,5h z avtom ... Skratka, meni je zmanjkalo časa za vse stvari ki sem jih hotel za vikend početi. Lah bi tukaj še veliko nakladal pa me rajš najдите sami in vprašajte, če vas še kaj zanima.

ZAKLJUČEK

Bi se še odločil še enkrat za Aachen – da, bi ga zamenjal – ne,

+++++: dobre klinične vaje, dobri ljudje ki jih hitro spoznaš ker je mesto manjše, semesterska karta in žuri v NRW

-: težave pri iskanju stanovanja, ni ravno velemesto in še kake malenkosti.

20. NEMČIJA – HUMBOLDT UNIVERSITÄT ZU BERLIN / CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN (Sanja Zupanič)

"Berlin? Fantastično mesto, vsekakor pojdi tja! Edino s stanovanji je problem," je bil odgovor vseh študentov, ki so bili v zadnjem času v Berlinu, na moje poizvedovanje pred prijavi na Erasmus izmenjavo. Odgovor študentov medicine je poleg tega vseboval še hvalnice medicinski univerzi Charité - da lahko študentje na kliničnih vajah zelo aktivno sodelujejo, da so zelo organizirani, da so predmeti dobro zastavljeni, da nudijo mnogo izvenštudijskih dejavnosti. Ker sem se sama na izmenjavo odpravila v 6. letniku, ko ne obiskuješ predavanj, pač pa opravljaš le klinične vaje, mi je bila pomembna zlasti prva informacija. V Nemčiji pravzaprav 6. letnika medicine sploh ni, pač pa se imenuje praktično leto, kar je nekako primerljivo z našim pripravništvom, na koncu tega leta pa imaš še zadnji državni izpit in s tem postaneš zdravnik.

Ker sem bila v prvem semestru v ZDA, sem v Berlin lahko šla komaj v drugem semestru, ki se pri njih začne aprila. Naj opozorim, da nikakor ni izvedljivo, da bi začel z izmenjavo prej, razen seveda, če jo začneš oktobra s prvim semestrom. Krivi so birokratski razlogi, vendar so, preverjeno, nepremakljivi. Iz zgodovinskih razlogov spada Charité trenutno pod okrilje tako Humboldt Universität (nekoč v vzhodnem Berlinu) kot pod Freie Universität (zahodni Berlin). Naša fakulteta ima sporazum s Humboldt Universität, kar je za potek izmenjave povsem nepomembno, s to izjemo, da se iz tega razloga lahko študentje udeležimo enomesečnega tečaja nemščine, namenjenega študentom na izmenjavah, ki ga organizira Humboldt Universität vsako leto septembra in marca, torej v mesecu pred začetkom semestra. Gre za intenziven, 100-urni tečaj nemščine, kjer te glede na začetno testiranje uvrstijo v skupino, sama sem bila v skupini C1. Čeprav tečaj stane 400 evrov, ga zelo priporočam, saj na njem spoznaš študente različnih fakultet in narodnosti. V naši skupini (13 študentov) smo se zelo hitro povezali in to je bila moja glavna družba cel semester v Berlinu, pa še sedaj se zelo pogosto slišimo. Zaslugo za to povezanost nosi tudi naš učitelj, Maik Walter, ki pri poučevanju jezika ogromno uporablja metode iz improvizacijskega gledališča, tako da smo imeli zelo malo klasičnega pouka pred tablo, zato pa zelo veliko raznih iger, govornih vaj, na koncu meseca smo za vse študente drugih skupin celo pripravili 20-minutno gledališko predstavo. Ker smo vsi znali že v izhodišču precej dobro nemško, smo se ves čas pogovarjali samo v nemščini, študentje iz skupin s slabšim znanjem pa so med seboj pogosto govorili angleško. Prav tako ti da ta en mesec nekaj časa, da spoznaš mesto, si urediš stvari, kot je recimo iskanje stanovanja, nemški telefon, birokracija na univerzi, itd.

Ko smo že pri stanovanju - prvi stavek tega spisa je veljal tudi zame. Svoje zgodbe o stanovanjih ne bom opisovala, ker je predolga, naj samo povem, da sem se v petih mesecih petkrat preselila. Na začetku in na koncu sem bila v super stanovanju s krasnimi sostanovalci, vmes sem pa žal naletela na eno mino, kar me je stalo precej denarja, energije in časa, ter povzročilo dodatni dve selitvi v stanovanji, ki sem ju lahko najela le kratkoročno ("Zwischenmiete"), dokler nisem našla bolj dolgoročne variante, ki je bila na srečo dobra. Najemnine za sobo v stanovanju, kjer si še s kom deliš kuhinjo in kopalnico (torej "Wohngemeinschaft"), se gibljejo med 300 in 500 evri na mesec (govorim o "Warmmiete", kar pomeni, da so stroški že vključeni v ceno). Ker so bile včasih najemnine za stanovanja v Berlinu bistveno nižje, ima včasih kdo tudi srečo in dobi sobo še po "stari" ceni, ki je lahko tudi 250 evrov, a to je zelo redko. Odsvetujem študentske domove, saj se nahajajo zelo izven Berlina in potrebuješ do mesta eno uro, potem pa so še v samem mestu velike razdalje, ki pogosto vzamejo do 45 minut. Večina mojih prijateljev in znancev je živelo v zasebnih stanovanjih, in lahko rečem, da so imeli štirje od petih v zvezi s stanovanji večje ali manjše težave, ki so se pa po navadi na koncu vendarle uredile. Tisti študentje, ki so živeli v študentskem naselju Adlershof, pa so bili precej nesrečni, saj so tudi ugotovili, da se ne morejo izseliti iz doma, ko so enkrat sklenili pogodbo oz. bi morali v tem primeru vseeno plačati najemnino do konca semestra. Kot nasvet pri iskanju stanovanja bom zapisala še: facebook skupina Slovenci v Berlinu, facebook skupina WG-Zimmer und Wohnungen Berlin, spletna stran wg-gesucht. Ter veliko, veliko potrpežljivosti.

V Berlinu sem opravljala klinične vaje iz predmetov interna medicina in pediatrija. To obliko vaj imenujejo Nemci "Famulatur". Prvo famulaturu organizira študentska mednarodna pisarna, pri čemer upoštevajo tvojo željo. Pozor, vse nadaljne famulature si moraš organizirati sam! Kar zgleda tako, da dobiš seznam bolnišnic, ki sodelujejo s Charitéjem (v Berlinu in okolici je na desetine bolnišnic), potem pa brskaš po internetu, katere oddelke imajo, iščeš kontaktne podatke, ter pišeš oziroma kličeš tajnice predstojnikov. Pomagaš si lahko s spletnimi stranmi, kjer nemški študentje ocenjujejo, kako dobre vaje so imeli na posameznih oddelkih različnih bolnišnic. Tukaj si torej zelo prepuščen lastni iznajdljivosti, kar je marsikoga iz bolj zahodnoevropskih držav neskončno jezilo. Žal smo namreč to, da si moramo mesta za vaje zagotoviti sami, izvedeli komaj proti koncu marca in ko sem sama klicala na različne naslove, so mi na večini oddelkov, ki so bili na spletu ocenjeni s najboljšimi ocenami, odgovorili, da imajo prvi prost termin komaj čez šest ali celo devet mesecev. Vseeno sem na koncu našla oddelke, ki sem si jih želela, v skrajni sili pa verjamem, da bi mi pomagali tudi v mednarodni pisarni. Pri dogovarjanju za vaje je treba upoštevati, da bi naj na vsakem oddelku ostal minimalno dva tedna.

K Charité-ju spadajo tri bolnišnice: Benjamin Franklin, Mitte in Virchow. Prvih pet tednov vaj sem opravljala na oddelku za gastroenterologijo na Charité-Virchow. Oddelek se je ukvarjal zlasti z nevroendokrinimi tumorji in je imel certifikat enega vodilnih oddelkov na svetu iz tega področja. Hkrati z mano sta vaje tam opravljali še dve študentki in naš vsakdan je potekal nekako tako: ob 7.30 jutranji sestanek in pogovor o rezultatih prejšnji dan opravljene slikovne diagnostike, nato kaki dve do tri ure odvzemov krvi vsem hospitaliziranim pacientom. Opoldan kosilo skupaj z zdravniki iz oddelka (bolnišnična menza je grozna, a alternative ni, cene pa približno 4 evre za kosilo). Nato sprejemi novih pacientov, torej anamneza, status, nastavljanje IV-kanalov, poročanje o vsem tem specializantu, ki je na podlagi dokumentacije, ki si jo izpolnil, nato napisal sprejemni list. Če je bilo kaj dvomljivega, so še specializanti sami pogledali pacienta, v večini primerov pa je bil študent tisti, ki je pravzaprav uradno in dokončno sprejel pacienta na oddelek. Lahko si predstavljate, da je za

vso to komunikacijo potrebno zelo dobro znanje nemščine, zato recimo študentka iz Brazilije s slabšim znanjem nemščine ni samostojno sprejemala pacientov. Tekom dneva smo se pridružili tudi viziti, sicer pa smo bili zadolženi še za snemanje EKG-jev, izvedbo plinskih analiz, komunikacijo z družinskimi zdravniki oz. osebjem iz prejšnjih bolnišnic, kjer so bili naši bolniki, rokovali smo tudi s port-sistemi, saj je bilo veliko pacientov na našem oddelku hospitaliziranih zato, da so prejeli kemoterapijo. Na oddelku smo študentje ostali vedno do 16. ure, pogosto pa tudi do 17. ali celo 18. ure. Specializanti so delali po 12 ur na dan in so bili izjemno utrujeni. Te vaje so bile zelo tipične, če sem jih primerjala z izkušnjami študentov na drugih oddelkih. Glede na to, da sem začela s temi vajami, so mi bile všeč, saj mi je jemanje krvi in nastavljanje IV-kanalov postala rutina, vendar to že kmalu postane precej dolgočasno. Študentje iz držav z očitno odlično urejenim sistemom vaj (Finska, Norveška) so se zelo pritoževali, da to nikakor niso primerne vaje za študente 6. letnika, saj se na takih vajah ne naučiš dosti interne medicine. Vzrok je namreč to, da nemški študentje te vrste vaj (famulature) opravljajo v prvih štirih letih študija in torej v tem času dobro osvojijo ta tehnična znanja. Kot sem že zapisala, pa so njihovi študentje po petih letih vključeni v praktično leto in njihove naloge na oddelkih so precej bližje nalogam specializantov kot nalogam famulantov, torej se ob tem naučijo tudi več medicine. Iz birokratskih razlogov so Erasmus študentje 6. letnika na oddelke vključeni kot famulanti (že zato, ker moraš kot študent praktičnega leta na enem oddelku ostati tri do štiri mesece). Še enkrat - za študente, ki so v Sloveniji odvzeli kri v najboljšem primeru desetkrat, so tovrstne vaje odlični začetek.

Svoje naslednje vaje sem opravljala na oddelku za otroško in mladinsko psihiatrijo v bolnišnici Vivantes - Friedrichshain. Tukaj sem se srečala z velikim številom tragičnih zgodb, vendar tudi z upanjem in velikimi napredki otrok v kratkem času. Srečala sem se tudi z odličnim timom, ki so ga vodili psihiatri, sicer pa je vseboval še psihologe, pedagoge, socialne delavce, starše, vzgojitelje, medicinske sestre in tehnike, glasbeno in likovno terapevtko, predstavnike socialne službe in sodišča, pa še kdo bi se našel. Tukaj na moje veliko veselje ni bilo dnevne rutine odvzemov krvi in nastavljanja kanalov. Največ sem sodelovala z mlado psihiatrinjo iz Graza, ki je bila pri koncu specializacije iz otroške psihiatrije. Na našem oddelku so bili otroci, stari pet do trinajst let. Bila sem lahko zraven pri vseh terapijah in pogovorih, pouku, izobraževanjih specializantov, konzilijarnih obiskih na oddelku za pediatrijo, dva dni sem bila tudi na zaprtem oddelku za mladostnike. Samostojno delati nisem mogla prav dosti, sem se pa veliko igrala z otroki, se med tem z njimi seveda pogovarjala, lotili smo se ustvarjanja z maso za oblikovanje, peke piškotov, itd. Morda najbolj se mi je vtisnil v spomin 7-letni deček s hudo obliko ADHD, ki sem mu morala odvzeti kri. Dečka je bilo zelo strah in potrebno je bilo 20-minutno prigovarjanje, pogovarjanje, igra in zgodbice, da sem uspešno opravila nalogo in to brez sile ali joka. Za nagrado sem nato z njim odigrala igro namiznega tenisa. Nato si je želel, da bi z njim igrala še namizni nogomet, vendar sem mu povedala, da moram sedaj k drugim otrokom. Nato me je najbolj prisrčno, kar je mogoče, objel, rekel "tschüss" in stekel k drugim otrokom. Jaz sem pa ostala brez besed in s toplim občutkom pri srcu. Podobnih dogodkov je bilo še več in v tem mesecu sem spoznala, da je delati z otroki zelo, zelo lepo. Poleg dobrih odnosov v timu pa mi je bil tukaj tudi všeč normalen delavnik, na vajah sem bila 7-8 ur, zdravniki so delali 8 ur dnevno.

Moja naslednja postojanka je bila enota internistične prve pomoči v bolnišnici Charité-Benjamin Franklin. Po krasnih vajah na otroški psihiatriji si nikakor nisem predstavljala, da bi mi lahko bile vaje na urgenci všeč, vendar so se izkazale kot odlične. Prvi dan me je vodja enote, zelo prijazen zdravnik indijskih korenin, vprašal, kateri letnik sem doma. "Aha, šesti. Potem že vse znaš. Lahko delaš samostojno, če pri čemerkoli nisi sigurna, vprašaj zdravnike."

Tukaj sem torej imela enak status kot študentje, ki so opravljali praktično leto in naučila sem se ogromno! Odlično je bilo, da sem že obvladala tehnične stvari v zvezi z odvzemi krvi, kanali, snemanjem EKG-ja, plinskimi analizami, saj je bilo vse to tu samo obstranski del mojih nalog. Sicer pa sem bila zadolžena za pacienta od začetka do konca, se pravi za anamnezo, status, naročanje laboratorija, naročanje slikovnih preiskav, hematesta, na koncu postavitev diagnoze ali diferencialnih diagnoz ter odločitev o sprejemu ali drugem ukrepanju. Na vseh ključnih točkah sem se lahko posvetovala z zdravniki, ki so bili vsi mladi, delavni in prijazni. Na začetku sem seveda spraševala vse mogoče, a ko si sam odgovoren za stvari, se izjemno hitro učiš in že po enem tednu sem sama pisala odpustnice, ki so vsebovale celo moje EKG izvide. O vsakem pacientu sem poročala enemu zdravniku, ki si je na hitro tudi sam ogledal pacienta, ter se z njim pogovorila o ukrepih za posameznega pacienta, ob predaji izmene pa smo o pacientih poročali tudi "Chefarztu" ali njegovi namestnici. V enem dnevu sem se na ta način običajno ukvarjala s tremi bolniki. Zelo dober občutek je bil, ko sem videla, kako veliko pravzaprav po petih letih študija medicine znam, pa se tega niti nisem zavedala. Oziroma je vso to znanje odlična osnova za prakso, kjer se seveda moraš še ogromno, ogromno naučiti, ampak gre to učenje zelo hitro. Ugotovila sem tudi, da imajo odlično urejen sistem izmen, saj na vsake 4 ure pride nova izmena, izmena pa sicer traja 8 ur, tako da se med seboj prekrivajo, kar pripomore h gladkemu poteku dela in dobremu pretoku informacij. Ker je zdravnikov več kot pri nas, tudi nenujni bolniki ne čakajo več kot dve uri, zdravniki so bolj spočiti in posledično bolj prijazni med seboj in s pacienti.

Moje zadnje vaje so bile ponovno v bolnišnici Vivantes in sicer na oddelku za neonatologijo. Tukaj so se mi začeli zdeti zdravi donošeni novorojenčki prav ogromna bitja, saj smo se večino časa ukvarjali s 500- ali 800-gramskimi otročiči v inkubatorjih. Opravljali smo pa tudi redne preglede zdravih novorojenčkov in oskrbeli novorojenčke po carskem rezu. Zdravniki so se mi kot študentki zelo posvečali in precej sem se naučila, je pa jasno, da prav dosti praktičnih nalog nisem mogla izvajati, saj je že nastavitev kanala pri teh bitjcih skorajda mikrokirurški poseg. Dva tedna sta bila ravno prav, sem pa dokončno spoznala, da delo na oddelkih, kjer bolniki ne govorijo, ni zame.

Zelo zanimiva in nepričakovana reč, ki sem jo še doživela v Nemčiji, so bile številne stavke: tri stavke nemških železnic (takrat se je promet v Berlinu praktično ustavil in so se vsi pogovori vrteli samo o tem, kako priti od točke A do točke B), dolga stavka nemške pošte (pismo je v Slovenijo potovalo en mesec), dvakrat po en teden je stavkalo tudi osebje bolnišnice Charité (takrat nismo sprejemali novih pacientov, razen nujnih, in je dan postal znosen celo na tistem prvem oddelku za gastroenterologijo, kjer so sicer delali 12 ur dnevno). Spoznala sem, da zna nemško medicinsko osebje stavkati na dosti boljši način kot slovensko, saj izpostavijo argumente (varnost za bolnike, varnost za zaposlene, primerjave s tujino, itd.), s katerimi na svojo stran pridobijo bolnike in vso nemško javnost, ne pa tako kot naši, ki s svojimi argumenti (denar, denar, denar) pridobijo le nasprotovanje in sovraštvo medijev in slovenske javnosti. Čeprav je jasno, da gre tudi pri nemških stavkah v bistvu za denar.

Pisala bi lahko še o marsičem. Recimo o krasni skupini študentov Erasmix, ki so skrbeli za izlete, ogleda mesta, zabavo, mednarodne večerje in druge dogodke za študente medicine na izmenjavi. Lahko bi opisala, kako navdušeni so v berlinski študentski mednarodni pisarni nad našim profesorjem Maršem. Prepričana sem, da ti dobri odnosi prinesejo ogromno pozitivnega za naše študente. Pisala bi lahko o ljudeh, ki sem jih spoznala, o njihovih zgodbah, o razmišljanjih ob opazovanju nemškega zdravstvenega sistema, o svojih številnih najljubših kottičkih Berlina, o glasbenih dogodkih, ki sem jih obiskala, o fascinantni zgodovini Charitéja.

V veliko čast mi je bilo, da sem lahko del svojega izobraževanja opravila v ustanovi z večstoletno tradicijo, številnimi Nobelovimi nagrajenci in slovesom po celem svetu. Dobila sem občutek (ali mi je bilo tudi izrecno rečeno), da so mi vrata marsikam, kjer sem bila, odprta tudi v prihodnje. Kljub temu upam in želim, da bom lahko delala v Sloveniji.

Sicer pa zaključim, kot sem začela: Berlin je fantastično mesto in Charité odlična izbira za Erasmus izmenjavo!

21. NEMČIJA – HUMBOLDT UNIVERSITÄT ZU BERLIN / CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN (Vita Mesarič)

V študijskem letu 2014/2015 sem na Charité Universitätsmedizin Berlin (združena medicina Humboldt Universität zu Berlin in Freie Universität ter edina medicinska fakulteta v Berlinu) opravljala svoj 4. in deloma 5. letnik študija.

ŠTUDIJ

Ker sem se za izmenjavo odločila že v 4. letniku študija, sem imela precej maneverskega prostora pri izbiri predmetov, ki sem jih opravljala na izmenjavi. Dovoljeno je namreč, da se kombinirajo predmeti 4. in 5. letnika, potrebno pa je zbrati 46 ECTS za tekoči letnik, da se lahko vpišeš v naslednjega. Kljub pravočasnemu načrtovanju študijskega načrta pa sem imela kar nekaj težav, saj je v študijskem letu 2014/2015 Charité prešel na »Modellstudiengang« tudi pri Erasmus študentih – v prejšnjih letih so študentje na izmenjavi, kljub temu da je Modellstudiengang v Berlinu že nekaj let, bili vključeni v Regelstudiengang, ki je še potekal na fakulteti, od letos pa ga ni več. Tako sem od slovenskih študentov na žalost lahko dobila informacije le o Regelstudiengangu, o Modellstudiengangu za Erasmus študente pa se ni vedelo praktično nič – tudi nemška koordinatorica do začetka pouka ni točno vedela, kako in kaj. V mojem primeru sem si za 2 semestra lahko izbrala 4 module (pri meni so bili to Nevrologija, Psihijatrija, Bolezni toraksa in Bolezni abdomna), od katerih je bil vsak vreden 7 ECTS. Predmetnik modulov v celoti organizira Mednarodna pisarna. Pouk poteka na vseh 3 kampusih Chariteja (Mitte v Mitte, Virchow v Weddingu in Benjamin Franklin v Steglitzu), ki so med seboj dokaj oddaljeni, zato se včasih zgodi, da je v istem dnevu treba z ene strani mesta na drugo (na srečo pa ni zahtevana 100% prisotnost, tako da nič skrbet©). Preostale ECTS oziroma tedne pa sem »famulirala«. Vsak teden Famulature je bil vreden 1,5 ECTS. Gre za klinično rotacijo (v smislu naše interne in kirurgije), pri kateri izpita ni – izpite pri predmetih, pri katerih sem opravljala le Famulature sem po dogovoru z nosilci predmeta opravljala doma. Kar se tiče kvalitete študija izgledajo moduli približno enako kot sklopi pri nas – večinoma seminarji, predavanja, vaj ne toliko, so pa Famulature precej drugačne. Zahteva se, da si v bolnici približno 8 ur na dan in vsaka Famulatura naj bi trajala vsaj 3 tedne (odvisno od oddelka in od bolnišnice). Je precej naporno, vendar pa si ves čas na oddelku, kot študent imaš svoje mesto v ekipi ter zadolžitve, delo je zelo samostojno, naučiš pa ogromno, predvsem praktičnih stvari (jemanje venske in arterijske krvi, nastavljanje venskih kanil, ultrazvok, plevralne punkcije, punkcije kostnega mozga, likvorja, asistence pri operacijah, šivanje...). Večinoma študentov na oddelku ni veliko, jaz sem bila večkrat sama ali pa morda s kakšnim nemškim študentom.

Famulature opravljate v različnih bolnišnicah po celem Berlinu. Prvo ti organizira Mednarodna pisarna, preostale pa si moraš urediti sam, kar pa ni noben problem. Važno je, da dovolj hitro pišeš na oddelk izbrane bolnice, oni pa ti mesto potem (večinoma) potrdijo.

Svetujem, da si izberete bolnico blizu svojega doma, saj je Berlin zelo velik in se kljub dobro urejenem javnem prevozu hitro zgodi, da si na poti vsaj 45 minut. Tisti, ki se v Berlin odpravljate v 6. letniku opravljate le Famulature in se z moduli ni treba obremenjevati. Za vas bodo prav tako organizirali prvo Famulature, za morebitne naslednje pa boste morali poskrbeti sami.

PRED ZAČETKOM ŠTUDIJA

V Berlin sem prišla približno 3 tedne pred začetkom pouka (začne se okrog 15.10.) in sem večino časa porabila za iskanje stanovanja. V Berlinu ni navada stanovanje v študentskih domovih, še posebej težko pa je dobiti mesto kot Erasmus študent, saj do začetka študija nisi uradno vpisan na fakulteto. Izjemoma lahko zaprosiš za študentski dom, vendar so meni ponudili mesto v študentskem domu v Adlershofu ali Lichtenbergu, kar je precej daleč od bolnice/centra, skratka vsega, za ceno 430€, kar se mi je, sploh glede na lokacijo, zdelo pretirano. Stanovanje sem našla preko spletne strani WG-gesucht, vendar svetujem veliko potrpljenja pri čakanju na odgovore. Po mojem mnenju je najboljša opcija ta, da se v Berlin odpravite kakšne 3 tedne prej, si čimprej uredite SIM kartico in po vrsti kličete oglase, ki vas zanimajo ter ste na voljo za ogled. Cene so odvisne od Bezirka, v katerem se stanovanje nahaja, in pa seveda od velikosti sobe/stanja, v katerem je stanovanje. Realni mesečni stroški za stanovanje (Warmmiete, torej vključen internet, ogrevanje itd.) so med 350€ in 500€. Seveda se z veliko sreče in potrpežljivosti da dobiti tudi za manj kot 350€, vendar se ne zanašajte preveč na to.

Vsak semester stane približno 240€, vendar pa je v vpisnino vključena semestrna karta za javni prevoz, ki na mesec stane približno 60€ in brez katere ne morete, ker je Berlin preprosto prevelik, zato na prvi pogled visoka vpisnina ni pretirana. Obvestilo, da morate vpisnino plačati, dobite že v »sprejemnem« emailu enkrat avgusta, vendar pa je nikakor ne plačujte iz Slovenije! Potrdilo o plačilu je potrebno predložiti ob vpisu, kar je šele v začetku oktobra in veliko ceneje je, če vsoto plačate, ko ste že tam.

Pred začetkom študija je potrebno opraviti zdravniški pregled (je brezplačen), potrebno je predložiti cepilno knjižico. Informacije o terminih dobiš na Welcome Day-u, ki je kakšen teden pred začetkom. Tam lahko vprašaš tudi vse ostalo glede mesta, študija, ... Dodatno zdravstveno zavarovanje ni potrebno (dovolj je Evropska kartica zdravstvenega zavarovanja), vendar pa je priporočljivo.

SIM kartico se dobi na vsakem koraku pri več različnih operaterjih, to res ni nobena težava.

Bančnega računa ni potrebno odpirati, vendar pa je študentski račun pri večini bank zastonj, tako da v primeru, da bi med študijem želeli kaj delati, je priporočljivo, da ga imate.

Jaz jezikovnega tečaja nisem obiskovala, obstaja pa ogromna ponudba tečajev pred začetkom študijskega leta, tečajev med semestrom (mislim, da največ za najnižjo ceno dobiš, če obiskuješ tečaje preko Technische Universität, vendar pa iz prve roke teh podatkov nimam), organiziran je tudi vikend tečaj medicinske nemščine. Po mojih izkušnjah se tudi brez tečaja da – če si prisiljen govoriti v tujem jeziku, se ga zelo hitro naučiš, seveda pa je neko podlago potrebno imeti.

ŽIVLJENJE

Na splošno življenje v Berlinu ni drago – cene v trgovinah so približno takšne kot pri nas, določeni izdelki so celo cenejši. Študentskih bonov sicer ni, vendar je več menz (predvsem pri fakultetah in knjižnicah), ker za par evrov lahko dobiš dokaj dobro kosilo. Največji strošek so predstavljale vstopnine v klube (10-20€). Porabila sem približno 100€ na teden.

Erasmix je skupina nemških študentov, ki skrbi za druženje Erasmus študentov s Chariteja med letom. Vseh Erasmus študentov na Chariteju je približno 50 vsak semester – osamljeni ne boste. Erasmix organizira več dogodkov mesečno (National Food and Drinks party, Pub Crawl, ogled raznih znamenitosti itd. itd.). Super je predvsem zato, ker na faksu niste v skupini z Erasmus študenti in tudi če imate module, stalno menjavate skupine, zato je težko navezati stike z Nemci, ki znajo biti malce hladni, na Famulaturah ste pa tako ali tako večinoma sami oziroma v zelo malih »skupinah«. Prav tako skupina Erasmus Freunde, ki jo sestavljajo nekoliko starejši odrasli, skrbi za družabne dogodke – z njimi lahko obiščete različne kulturno-zgodovinske razstave, na katere se sami morda ne bi odpravili. Hitro se boste povezali z ostalimi, zato bodo tedni minevali ZELO hitro.

Berlin je neverjetno mesto, kjer vsak lahko najde nekaj zase – žurov in različnih klubov v enem letu niti slučajno ne zmanjka, ogromno je galerij, muzejev, kulturnih prireditev, kinotek, boljšakov, lokalov, trgovin, veliko je tudi krajev v okolici, ki se jih splača obiskati (Hamburg, Dresden, ...), tako da aktivnosti res ne zmanjka. Komur bi bilo

Poleg že omenjenih jezikovnih tečajev se lahko med letom udeležite tudi različnih športnih, plesnih tečajev po zelo ugodni ceni (20€/semester).

Med letom se da poleg študija tudi precej lepo zaslužiti. Obstaja mailing lista (podatke o tem dobite na Welcome Day-u, vse piše tudi v Study Guide-u, ki ga boste dobili tam), na katero vsakodnevno prihajajo ponudbe za službe. Sama sem od januarja naprej delala več različnih stvari (asistence operacij, klinične študije, med poletjem v diabetološki ambulanti) in poleg tega, da sem precej dobro zaslužila, sem zbrala tudi veliko izkušenj, za katere sem prepričana, da mi bodo koristile v življenju. S študijem in zabavo se pa tudi da skombinirati 😊.

Moje leto v Berlinu je minilo prehitro in na izmenjavi zelo uživala. Erasmus izmenjavo priporočam vsem, če boste izbrali Berlin pa vam zagotovo ne bo žal.

Za več informacij sem na voljo (vita.mesaric@gmail.com), z veseljem bom obujala spomine!!

22. NEMČIJA – HUMBOLDT UNIVERSITÄT ZU BERLIN / CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN (Peter Brumat, praksa)

Letos poleti sem dva meseca preživel v Berlinu na klinični praksi iz septične kirurgije in muskuloskeletalne infektologije. Gostoval sem na oddelku oz. v centru za Septično kirurgijo v okviru Centra za Muskuloskeletalno kirurgijo Campus Virchow Klinikum, Charite-University Medicine Berlin. Ta referenčni evropski multidisciplinarni center za zdravljenje periprostetičnih infekcij vodi mednarodno priznan strokovnjak infektolog PD Dr. med Andrej Trampuz.

Na prakso sem se odpravil takoj po zadnjem izpitu 5. letnika, tako da za pripravo na prakso nisem imel praktično nič časa. Prvi dan sem se sestal z mojim mentorjem Dr. Trampuzem, ki mi je predstavil način dela, razkazal oddelek in raziskovalne prostore ter me predstavil kirurškemu delu ekipe zdravnikov, s katerimi sem potem več ali manj preživel dva meseca moje prakse. Zdravniška ekipa in pacienti na oddelku so bili precej mednarodno obarvani, tako da si poleg nemščine dnevno slišal vsaj še en drug jezik.

Moj običajen delovni dan se je začel z raportom na oddelku ob 7.00, kateremu je sledil jutranji raport vseh oddelkov muskuloskeletalnega centra. Po raportu sem navadno odšel v operacijski blok, kjer sem asistiral večurnim septičnim revizijskim operacijam kolkov in kolen (90% vseh operacij je bilo tega tipa). Operativni dan je bil v ponedeljek in/ali sredo in/ali petek in je navadno trajal do poznega popoldneva, nič čudnega pa ni bilo, če se je vse skupaj zaveklo do večera. Četrtek je bil ambulantni dan, kjer sem videl najrazličnejše primere pacientov s perzistentnimi periprostetičnimi infekti, dolgotrajnimi težavami oz. bolečinami in obsežnimi kartotekami. Moje delo na oddelku je obsegalo vse od jemanja krvi in postavljanja perifernih iv kanalov do dnevnega previjanja ran, kakšnega punktiranja sklepa, vizit pacientov (tudi) na drugih oddelkih, sprejemanja novih pacientov, pisanja najrazličnejših nalogov za preiskave in osveževanja liste oddelčnih pacientov. Udeležil sem se tudi treh predavanj Dr. Trampuza na temo zdravljenja periprostetičnih infekcij. Na splošno je bilo delo na oddelku zelo dobro organizirano in dobro porazdeljeno med zdravnike. Ne glede, da sem gostoval v res ozko specializiranem centru, sem s prakso na splošno zelo zadovoljen. Videl sem res nekaj "eksotičnih" primerov, ki bi jih pri nas težko videl.

Življenje v Berlinu je bilo zelo zanimivo, Berlin je multikulturno vlemesto, kjer lahko vsakdo najde nekaj zase. Življenjski stroški v Berlinu so primerljivi s stroški življenja v Ljubljani. Prakso kjerkoli v Nemčiji bi priporočal vsakemu nadobudnemu študentu medicine, ki si želi izpopolniti predvsem ročnih spretnosti zdravniškega poklica (jemanje krvi, itd.), saj v Nemčiji veliko stvari zdravniki naredijo sami, ker imajo medicinske sestre drugačne zadolžitve. Pogoj pa je seveda predhodno dobro znanje nemščine.

23. NEMČIJA - KLINIKA BOGENHAUSEN, MUNCHEN (Ožbej Kunšič, praksa)

Da bi svojo študijsko izmenjavo izpred dveh let dopolnil z krajšo prakso v tujini, sem začel razmišljati že kmalu po prihodu domov iz Erasmus študijske izmenjave v Berlinu, dogovoril in organiziral zanjo pa sem se precej ad hoc v zadnjih mesecih pred le-to.

Praksa je bila sicer načrtovana za tri poletne mesece, sem jo zaradi okoliščin kasneje skrčil na dva, kar se je izkazalo za kar dobro odločitev, saj sem izkoristil še en mesec počitnic pred začetkom učenja za jesenske izpitne roke. Sicer priporočam raje vsaj tri mesece tujine, saj se mi zdi, da se navadno po enem mesecu navadiš na novo oklje, po dveh mesecih pridobiš trdnejši krog prijateljev tretji mesec pa si že bolj domačin kot ne. Sama organizacija prakse mi ni predstajala večjih težav, saj sem iz izkušenj erasmus izmenjave že vedel, kaj je pomembno pri urejanju dokumentov in kaj laho počaka. Edini problem je nastal, ker sem prvotno želel opravljati prakso na dveh različnih oddelkih v dveh različnih bolnišnicah, kar pa ni izvedljivo s strani pogojev za finančno pomoč, saj je praksa lahko deljena a mora vsak del trajati dva meseca in še to v isti državi. K sreči so mi na eni izmed bolnišnic odobrili podaljšanje iz enega na dva meseca tik pred rokom za oddajo prijave, t.j. en mesec pred pričetkom.

V maju sem torej uredil vse potrebno in srečno poiskal nastanitev v enem od študentskih domov v Monakovem, česar sem bil zelo vesel, saj je najti v kratkem času stanovanje res velik izziv, poleg tega pa še precejšen finančni zalogaj. Slednje je bil tudi eden izmed dejavnikov, da sem se kljub nekaj oviram odločil za prakso, saj je nastanitev poleg finančne pomoči predpogoj za opravljanje le te.

Prakso sem opravljal v juniju in juliju in sicer in sicer na oddelku za ortopedijo, travmatologijo in športno medicino v Staedisches klinikum Boggenhausen. Oddelek je najbolj usmerjen v težave z ramenskih sklepom, kar je bilo tudi glavno področje mojega dela poleg ortopedskih težav s kolki in kolena.

Prvi teden prakse se se pretežno seznanjal z organizacijo oddelka, z zaposlenimi in spoznaval svoje zadolžitve, ter si urejal logistične in tehnične zadeve, kot so uniforma, prehrana (kot praktikant sem dnevno dobil izdaten meni v bolnišnični menzi), dostop do garderobnih prostorov in omarice, kjuče za kirurški blok, itd. Vse to sem moral urediti sam, saj so domači pripravniki, s podobnim statusom kot jaz, vse to imeli urejeno v sklopu prijave na delovno mesto.

Moje zadolžitve na kliniki so bile pretežno v operacijskem bloku, tj. Pomoč in asistenca pri operacijah, enkrat tedensko sem sodeloval v specialistični ambulanti in nekaj časa pa sem preživel na oddelku in pomagal kolegom pri sprejemih ter prevezovanju ran ter ostalih oddelčnih dejavnostih.

Povprečen delavnik je trajal od 7:30 ure, ko smo pred jutranjim raportom s kolegi pripravniki vzeli vzorce krvi pacietov na oddelku, potem je sledil raport in po njem operacije oziroma delo v ambulanti, pa vse tja do 17:00 popoldne, ko je bilo konec operaciji ter popoldanskih pregledov programa za tekoči in naslednji dan. Včasih se je dan končal že prej, včasih pa se je zavlekel do kasnejših popoldanskih ur, pač glede na to, kako so tekle operacije. Vikende sem imel (k sreči) proste in sem jih porabil za odkrivanje mesta in druženje s prijatelji, poleg tega pa mi je pripadel še en dan na teden, ki sem ga lahko koristil za študij (t.i. Studenttag) in ki mi je ponavadi prišel kar prav, zlasti ob podaljšanih vikendih in za dodatno učenje jezika, kar je bilo, kjub kar dobremu znanju, še vedno dobrodošlo. Nakaj časa pa je ostalo še za počitek in pripravo na nov delovni teden.

Seveda sem se na praksi precej naučil precej praktičnih znanj s področja ortopedije, zlasti kliničnega pregleda lokomotornega aparata ter spoznal potek celotne obravnave pacienta z ortopedskimi težavami. Predvsem pa sem videl in sodeloval pri veliko operacijah, tako odprtih kot artroskopskih in se ob tem naučil tudi nekaj kirurške tehnike značilne predvsem za ortopedijo. Poleg vsega novega na strokovnem področju, s čimer sem dopolnil slabše pokrito praktično plat predmeta na medicinski fakulteti, sem se seznanil tudi z zdravstvenim sistemom v Nemčiji ter organizacijo oddelka ter načinom dela v tamkajšnjem timu in odnosom do dela. Kar vselahko primerjam z domačimi izkušnjami, in kar se mi zdi bogata izkušnja za nadaljnje delo.

Seveda je čar izmenjave vedno tudi preživetje v tujem mestu, spoznavanje novih ljudi ter širjenej obzorij ob novih izkušnjah daleč od doma, kar pa je v tem primeru že druga zgodba! Lahko rečem samo to, da Munchen kot kraj prakse priporočam vsem, ki si želijo nekaj časa preživeti v velikem, a hkrati še zelo obvladljivem ter prijetnem mestu, ki je dobro za delo a nekoliko manj za družabno življenje. Nekoliko dražje od Ljubljane, a vsekakor vredno svoje cene:)

24. NEMČIJA – RHEINISCH-WESTFALISCHE-TECHNISCHE HOCHSCHULE AACHEN (Kristina Petelin, praksa)

4 mesečno prakso sem opravljala v Aachnu na interni medicini in plastični kirurgiji. Oboje mi je bilo priznано kot del vaj za 6. letnik.

Interno medicino sem opravila v Marienhospital; dan se je začel z raportom ob 7.45, končal pa ponavadi ob 4, včasih malo prej, če je bilo veliko pacientov pa tudi kasneje. Večji del časa sem bila na IPP, kjer sem najprej sama sprejela pacienta, ga pregledala in izpolnila papirologijo, potem pa je to na hitro preverila specializantka. Enkrat so mi pustili sami punktirati ascites in nekajkrat sem poskušala sama izvesti UZ abdomna. Na IPP se je odčitavalo tudi izvide EKG, 24h EKG in krvnega pritiska in pljučne funkcije iz celotne bolnišnice, kar sem po nekem času tam tudi jaz delala, potem pa je to pregledala specializantka. Če na IPP ni bilo dela sem gledala gastroskopije in kolonoskopije, občasno je prišla kakšna plevralna punkcija. Ko sem bila na oddelku je delo več ali manj obsegalo jemanje krvi in vizito, potem pa sem začela kakšno lažjo odpustnico... V glavnem, na IPP mi je bilo precej bolj všeč, kot na oddelku, zato sem bila večino časa tam, veliko sem lahko sama delala, videla sem veliko pacientov, postala sem precej boljša pri branju EKGjev.

Plastično kirurgijo sem delala v Uniklinik; dan se je tam začel ob 7.30 z raportom, na koncu raporta je vsak dan eden od specializantov predstavil po en klinični primer. Domov sem šla ponavadi okoli 17.00. Študentje smo bili vsak dan točno dodeljeni, kje bomo tisti dan. Okvirno enkrat na teden je prišel na vrsto oddelek, drugače pa asistiranje v operacijski, včasih tudi poliklinika. Na plastiki sem se imela super! Ko sem bila v operacijski, sem bila v več kot 90% primerov pri mizi, tako da sem videla veliko operacij. Veliko je bilo operacij roke, ekscizij kožnih tumorjev, kritja velikih defektov z lokalnimi ali prostimi režnji, operacij opeklin,... Nisem videla veliko estetske kirurgije, ker so bili to privatni pacienti, nekaj pa le. Včasih sem lahko kaj zašila, kaj debridirala, naredila hemostazo... Na oddelku sem predvsem previjala rane in vzela kakšno kri. Plastiko res priporočam, ogromno sem videla in tudi vzdušje je bilo prijetno!

Poleg vaj sem enkrat tedensko obiskovala tudi tečaj nemščine. Začenjal se je že ob 12.15, tako da sem enkrat na teden zelo zgodaj končala v bolnišnici.

Živela sem v WG s še dvema nemcema, precej centralno na Kaiserplatzu. Imela sem ogromno sobo za 300 eurov na mesec vključno s stroški.

Za morebitna vprašanja sem na voljo! ✉ kristina.petelin@gmail.com

25. NEMČIJA - HEINRICH HEINE UNIVERSITÄT DÜSSELDORF (Anja Krek)

V obdobju od 6. oktobra 2014 do 24. januarja 2015 sem se udeležila Erasmus izmenjave na Heinrich Heine Universitaet v Duesseldorfu, Nemčiji. Tam sem opravljala tri mesece iz interne medicine – en mesec na oddelku endokrinologije, en mesec na oddelku diabetologije in mesec na oddelku kardiologije.

Največ dela je potekalo kar na oddelku, kjer vsak študent 6. letnika – PJ deluje kot del ekipe in je njegova naloga jemanje anamneze in statusa ter poročanje mentorju. Kar me je tu presenetilo je, da študenti jemljejo kri in vstavlajo intravenske kanale, kar sem do sedaj poznala le v teoriji in v zadnjih treh mesecih res dobro zvadila. Vsak torek in četrtek se odvijajo tudi seminarji o različnih temah iz interne medicine, na primer: mieloproliferativne

bolezni, nenadna srčna smrt, bolečina v trebuhu, urgentna stanja v kardiologiji, anemije ... Ob četrtkih se temu pridruži še predstavitev pacienta, vsak teden drug oddelek.

Poleg tega sem imela tudi tedenski tečaj nemščine. Na začetku leta smo pisali umestitveni test, ki nas je uvrstil v stopnje znanja in na podlagi le-tega smo si potem lahko izbrali določene tečaje. Tečaj je bil zanimiv in dokaj naporen, žal pa nisem pisala testa, ki ga sicer pišejo na koncu, saj sem že prej odšla domov. S tečajem je možno tudi pridobiti točke za izmenjavo.

Stanovala sem v študentskem domu, ne ravno na kampusu, kjer je sicer večina študentskih stanovanj, temveč 10 minut stran, v Werstnu, ki je predmestje, vendar z zelo dobrimi povezavami pa tudi trgovine z živili so v bližini. Sobe so enojne, dva pa si delita kuhinjski kot, kopalnico in pa hodnik. Jedilne mize ni bilo. Kar me je zelo presenetilo, je bilo popolna odsotnost enega samega kosa kuhinjskih pripomočkov ali lonca, da o blazinah in odejah ne govorim. Vse to študenti prinesejo sami – za tiste od nas, ki pa tega nismo vedeli, je 10 minut stran Ikea, kjer pa ne sprejemajo kreditnih kartic. Maestro vam v Nemčiji zadostuje, ker Mastercard ali Vize nimajo preveč radi in najraje poslušajo kar z gotovino. Stanovanje v študentskem domu sicer toplo priporočam, ker je najbolj ugodno in enostavno, tudi kar se tiče vseh priključkov in pa popravil. Imajo pa hišniki dokaj omejen delovni čas, ki se ga splača dobro zapomniti.

Kar velja posebej omeniti je urejanje dokumentov, kar zahteva kar nekaj časa in potrpljenja, kljub dokaj dobri organiziranosti. Svetujem, da ne odidete domov takoj po končni izmenjavi, saj dokumenti potrebujejo nekaj časa. Ob vpisu plačate vpisne stroške okoli 250 evrov za semester, kar pa krije tudi karto za ves lokalni prevoz.

Na kampusu najdete tudi tri menze, ki pa imajo dokaj omejene obratovalne čase. Hrana je pa dobra in raznolika. V menzah lahko plačujete z Mensacard, na katero naložite denar. To kartico potrebujete tudi za pralne stroje v študentskih domovih. Ti imajo sicer sušilnice in sušilne stroje, vendar je najlažje in najceneje kupiti obešalnik za v sobo.

Imajo tudi bogat kulturni program, različni odseki organizirajo različne dogodke, razstave, izlete in zabave. Žal se zaradi dokaj naporenega urnika veliko stvari nisem udeležila, sem bila pa navdušena nad tistimi, ki sem se jih.

Za tiste, ki jih izmenjava v Duesseldorfu zanima, me lahko kontaktirajo na e-mail: anja.krek@gmail.com

26. NEMČIJA - HEINRICH HEINE UNIVERSITÄT DÜSSELDORF (Blaž Burja)

V okviru Erasmus študijske izmenjave sem opravljal 5.letnik na univerzi Heinrich Heine v Düsseldorfu. Pred prihodom sem bil v kontaktu s tamkajšnjo mednarodno pisarno, ki je bila vedno zelo odzivna. V Nemčijo sem se odpravil konec septembra, dva tedna pred začetkom zimskega semestra, ki se prične sredi oktobra. V okviru univerze sem se udeležil dvotedenskega intenzivnega tečaja nemščine, za katerega sem prejel tudi ESCT točke. Pred začetkom semestra smo imeli študenti medicine uvodni sestanek, kjer smo dobili urnik za celoten semester in interna gesla za dostop do različnih medicinskih portalov univerze. Spoznali smo tudi tutorja za medicinske študente na izmenjavi, ki nam je bil na voljo skozi celotno leto za kakršna koli vprašanja. Sledilo je urejanje birokracije – ob vpisu na univerzo je potrebno plačati 230eur na semester, za kar sem pridobil *Semesterticket*, s katero smo imeli študenti zastonj javni prevoz za celotno NRW regijo. Študenti medicine morajo pred začetkom leta opraviti tudi zdravniški pregled, kjer preverijo vsa cepljenja. Uredil sem še

zavarovanje, stalno bivališče, internet, telefon ipd. Univerza ponuja veliko različnih študentskih domov, kar toplo priporočam vsem, saj so drugače stanovanja precej draga. Že pred prihodom sem imel zagotovljeno mesto v študentskem domu, ki je bil od fakultete oddaljen 10min. Univerza je tam urejena v obliki kampusa, kjer se nahajajo vse fakultete, med drugim tudi univerzitetni klinični center z vsemi klinikami in popolnoma novo medicinsko knjižnico.

Za Erasmus študente skrbi organizacija ESN Düsseldorf – vsak je dobil svojega mentorja, ki nam je pomagal predvsem v prvih dneh pri urejanju vseh stvari. V prvih tednih so organizirali različne spoznavne dogodke in nam razkazali mesto. Vsak ponedeljek smo imeli *Stammtisch* - druženja za vse mednarodne študente, tekom semestra so organizirali zabave, izlete, piknike, ipd.

Na izmenjavi sem želel opravljati predmete, ki jih imamo tukaj v 5.letniku. Program medicinske fakulteta je bil lani ravno prenovljen, zato sem imel sprva nekaj težav z usklajevanjem vseh predmetov, ki sem jih potem sproti reševal z mednarodno pisarno. V prvem semestru sem opravljal del predmeta iz ginekologije, urologijo, ORL in oftalmo. Pouk poteka v 4-tedenskih sklopih – po treh tednih predavanj in seminarjev sledijo izpiti iz posameznih predmetov določenega sklopa. Začel sem z sklopom Kopf, v okviru katerega sem opravil ORL in oftalmo. Nato sta sledila še sklopa Abdomen in Onkologie, kjer sem opravljal del iz ginekologije in urologijo. Zadnji mesec sem imel Praxisblock, kar pomeni da sem bil vsak teden na drugi kliniki in spoznaval delo zdravnika na tistem oddelku. Imel sem tudi svoje paciente, katere sem predstavljal zdravnikom in se z njimi pogovarjal o diagnozi, poteku zdravljenja in terapiji.

Med semestrskimi počitnicami sem v Ljubljani opravljal še nekaj izpitov in se potem aprila vrnil nazaj, kjer sem začel s poletnim semestrom v začetku aprila. Opravil sem sklop Thorax, ki sem ga zaključil z izpiti iz kardiologije, kirurgije, pulmologije in nefrologije. Preostali del semestra sem se individualno dogovoril za opravljanje vaj (*Famulatur*) na različnih klinikah. Sistem na HHU je bil zame v primerjavi s slovenskim nekoliko lažji, saj je obseg snovi manjši, poudarek je bolj na glavnih patologijah in na praktičnem delu, česar pa manjka pri nas.

Mesto Düsseldorf je prestolnica regije Nordrhein - Westphalije, ki je po velikosti približno dvakrat večja od Ljubljane. Gre za eno izmed najbogatejših mest v Nemčiji z visokim standardom življenja, ki je poznano predvsem po šopingu, arhitekturi in umetnosti. Ima odlično lokacijo za potovanja, predvsem obisk Kölna, Bruslja, Amsterdama, Pariza.

Z mojo izmenjavo sem zelo zadovoljen, saj sem pridobil veliko novih izkušenj in znanj. Definitivno priporočam vsakemu!

Za kakršna koli vprašanja sem na voljo na emailu: blaz.burja@gmail.com

27. NEMČIJA - ALBERT-LUDWIGS-UNIVERSITÄT FREIBURG IM BREISGAU (Jure Gruntar)

Pozdravljen, poln pričakovanja, sem prepričan, prebiraš ta poročila. No na kratko, Freiburg je super mesto za Erasmus+, fakulteta je zelo dobra in tudi dobro organizirana in tudi študenti so zelo odprti nasploh.

Na dolgo:

Kar se tiče nastanitve. Kot erasmus imate zagotovljeno prebivališče v študentskem domu. Če ti to zavrnejo imaš dve opciji. Se pritožiti na tamkajšnje podjetje za oddajo študentskih domov ali pa najti lastno stanovanje. Slednje je izjemno težko najti v času začetka študija, zato si to priskrbi čim prej!

Prometne povezave so izjemno dobre z vsemi okoliškimi državami, kot študent v Freiburgu pa lahko obiskuješ tudi sestrške univerze v drugih mestih. Vse to zveš na "welcome days".

V mojih izkušnjah je najlažje in najceneje potovati z avtobusom. Iz Ljubljane v Minhen in nato v Freiburg. 2015 je bila recimo povezava z Meinfernbus - om Minhen-Freiburg ob pravih urah odhoda 14EUR (direktna povezava) lahko pa se povzpne do 40EUR. V bližini je tudi Euroairport Basel, Mulhouse, Freiburg, tudi od tam odhajajo avtobusi v Freiburg.

Kot študent lahko kupiš semester ticket, ki prinaša zastonj tramvaje in nekatere vlake in avtobuse in cenejše vozovnice za ostale vlake, potovanj si lahko sigurno dovolj organiziraš.

Študij v Freiburgu nima kreditnih točk, točke se preračunajo kasneje v naši mednarodni pisarni.

Študij poteka po sklopih, kot pri nas. Poteka z malo več samostojnega dela kot pri nas in tudi od študenta pričakuje profesor večjo angažiranost kot sem je jaz osebno vaje pri nas. V veliki večini so profesorji izjemno profesionalni in zelo prijazni. Razrešijo vsako vprašanje in ni jim odveč odgovoriti tudi na malo bolj neumna vprašanja, zato nič skrbeti, razumejo tudi, da nemščina ni vaš materni jezik.

Na izpite se prijavljaš z elektronskim sistemom kot je VIS ali preko mednarodne pisarne in enako deluje tudi poizvedovanje po ocenah. Predmeti so sestavljeni v veliki večini iz dveh delov: Prvi je sestavljen iz predavanj in izpita, drugi pa vključuje obiske v bolnici z končnim ustnim izpitom, ki je v veliki večini praktičen. Za erasmus študente sta oba dela združena in se odvijata hkrati. Ves pouk poteka v nemškem jeziku, vsi pa razumejo tudi angleški jezik, a definitivno brez znanja nemščine izkušnja ne bo prijetna.

Imaš tudi dostop do veliko knjižnih zbirk tako elektronskega in tudi papirnatega gradiva in nikar ne skopari z obiski v UB ali v Lesesammlung, če bi potreboval knjige. Jaz osebno sem se učil po nemških, saj sem tako pridobil tudi nemško izrazoslovje, ki ni vedno enako kot angleško.

Veliko sreče ti želim in da ti olajšam malo delo, prilagam tudi predmetnik, ki pa je lahko zastarel. Svetujem ti še, da si malo bolj ogledaš skupino Slovenci v Freiburgu, ki sem jo naredil in me kontaktiraš za kako dodatno vprašanje.

28. NEMČIJA - ALBERT-LUDWIGS-UNIVERSITÄT FREIBURG IM BREISGAU (Matic Krašovec)

Začetek oktobra 2015 sem začel z Erasmus+ prakso v Freiburgu. Tu sem do sedaj opravil 5 tednov kliničnih vaj na pediatrični kliniki, sedaj pa že 3 tedne sodelujem pri vajah na Kirurški kliniki. V letošnjem letu me čaka še dokončanje kirurških vaj, 7 tednov vaj na Internističnih oddelkih, ter 6 tednov vaj družinske medicine (pozor te vaje si moraš organizirati sam, kar pomeni da si moraš napisati CV v nemščini in osebno kontaktirati držinske ambulante in se dogovoriti za mesto), ostale vaje pa uredi mednarodna pisarna.

S samimi vajami sem začel 1. oktobra na Kinderklinik – Universitätsklinikum Freiburg. Vse klinične vaje potekajo na tej kliniki, ki je malenkost večja od celotnega kompleksa Klinik v Ljubljani, vendar zelo pregledna in se hitro znajdeš.

Pred začetkom vaj se je seveda treba vpisati na fakulteto in urediti vso birokracijo, tu so zares poskrbeli za vse potrebne informacije že v mailih in pismih pred pričetkom, tako da če si vzameš nekaj minut in dobro prebereš navodila, vse poteka relativno hitro. Na medicini so tudi kar hitro poskrbeli za spoznavni večer, kjer so nam bili dodeljeni mentorji, ki z veseljem pomagajo z vsemi težavami. Tudi njihova mednarodna pisarna, oz študentka, ki je tam zaposlena, zelo hitro odgovarja na maile in ji nobeno vprašanje ni odveč.

Posebno bi poudaril, da se resnično splača pred prihodom pravočasno prijaviti za mesto v študentskem domu, tu spoznaš druge študente na katere se lahko obrneš s težavami in ki ti olajšajo spoznavanje novih ljudi. Poleg tega pa je potrebno omeniti, da je iskanje stanovanja, po izkušnjah drugih študentov, tako kot povsod v Nemčiji lahko pravi mali izziv, saj med drugim potebuješ garantna pisma staršev ipd.

Vaje sem začel na neonatološkem oddelku, kjer sem bil takoj vržen v delo zdravnikov in resnično lahko sodeloval pri oskrbi pacientov. Tako na pediatriji kot sedaj na kirurgiji si dodeljen ekipi, ki jo vodi Oberarzt, tebi pa konkretne naloge dodeljuje Asistentärzte. Trenutno se nahajam na ortopedski/travmatološki kirurgiji, natančneje v ekipi za operacije ramenskega obroča. Na začetku sem bil dodeljen na Splošno kirurgijo, a sem brez težav ob prijaznem pogovoru s tajnico zamenjal za smer, kime bol zanima. Na splošno so vsi do mene izredno prijazni, so pa pričakovanja glede tega koliko praktičnega znanja naj bi imel študent 6. letnika, kar velika. Tu so namreč 6. Letniki tako imenovani PJ (Praktisches Jahr), kar ustreza našemu pripravništvu in tako tudi obravnavajo mene. Moje delo na oddelku je vse od jemanja krvi, nastavljanja kanalov, občasnega vodenja svojih pacientov (pod nadzorstvom mentorja seveda), poročanja na oddelčnih vizitah, do pomoči pri pisanju odpustnic, izvidov, napotnic itd. sedaj na kirurgiji pa je veliko tudi asistiranja pri operacijah. Način dela na oddelku je podoben kot pri nas, razlika je pa v tem, da je jemanje krvi in nastavljanje IV kanalov naloga PJ. Torej predznanje na tem področju pride zelo prav, kot tudi pridejo prav vsaj osnove asistiranja pri operaciji in šivanja. Prav tako pa je znanje nemščine na nivoju vsaj C1 po mojem mnenju kar nujen predpogoj za študij v Freiburgu, saj vsi pogovori potekajo v nemščini. Za vse, ki se odpravljajo na prakso v nemčijo naj mogoče poudarim da si uradno vsak dan (torej 5 dni na teden) na oddelku 9 ur, od tega bi lahko zase rekel, da sem v povprečju tam sigurno 10+ ur, oziroma dokler ne zaključim svojega dela. Vsekakor je praksa tu kar zahtevna, vendar pa se veliko naučiš.

29. NEMČIJA – KATHOLISCHE KLINIKEN IN KREIS KLEVE (Nives Puh)

Izmenjavo sem opravljala v Nemčiji, v dveh bolnišnicah, ki sta del kompleksa štirih klinik, ki se imenuje *Katholische Karl-Leisner-Klinikum*. Izmenjavo sem opravljala v zimskem semestru, natančneje v obdobju med 6. 10. 2014 in 13. 2. 2015. Opravila sem 7 tednov vaj iz kirurgije in 12 tednov vaj iz interne medicine. Medicinska fakulteta ima z omenjeno kliniko sklenjen bilateralni sporazum, ki omogoča opravljanje kliničnih vaj. Organizacija same izmenjave je zato precej preprosta. Kontaktni osebi sem tako morala poslati svoj življenjepis, nato pa sem si izbrala oddelke na katerih bi opravljala vaje.

V Nemčijo sem prispela v petek, 3. 10. (3. 10. je sicer v Nemčiji državni praznik, tako da je vse zaprto). Na letališču Düsseldorf-Weeze me je čakal delavec bolnišnične prevozne službe, ki me je peljal do doma (Wohnheim), v katerem sem živela. Bivanje v omenjenem domu je brezplačno. V domu živijo večinoma zdravniki iz tujine, ki tu opravljajo nekajmesečno prakso oziroma čakajo da dobijo Approbation, da lahko potem začnejo s specializacijo. Imela sem svojo sobo, medtem ko sem si kuhinjo in kopalnico delila z ostalimi.

Vaje iz kirurgije: Vaje iz kirurgije sem opravljala v Kleveju na oddelku za nezgodno kirurgijo in v Gochu, kjer so visceralna, torakalna in splošna kirurgija. Zjutraj se je začelo okoli 7.30 z jutranjim raportom in ogledom RTG, CT oz MR slik. Nato so se zdravniki razdelili – operacijska, ambulanta, oddelek. Na oddelku lahko zjutraj vzameš kri pacientom, nato pa greš skupaj z zdravnikom na vizito, kjer pomagaš predvsem pri prevezovanju ran in odstraniš kakšen šiv, dren, vstaviš kakšen kanal. Tudi v ambulanti prevezuješ rane, jemlješ kri, lahko narediš tudi UZ trebuha, pregledaš kakšnega pacienta, napišeš status. V operacijski sem sama pomagala predvsem pri manjših operacijah – sinus pilonidalis, hemeroidi, abscesi,...ostale operacije sem večinoma opazovala – splenektomija, appendektomija, holecistektomija, gastrektomija, odstranjevanje pljučnih režnjev, operacije hernij, operacije pri zlomi vratu stegenice – totalna, delna proteza,... Koliko lahko delaš je predvsem odvisno od zdravnika s katerim si, nekateri dovolijo veliko, nekateri naredijo vse sami. Asistiranje oziroma držanje kljuk pri operacijah je odvisno predvsem od razpoložljivosti ostalega osebja. V času mojih vaj je to delo večinoma opravljal zdravnik iz Kitajske, ki je v tem času tam opravljal 6-mesečno prakso.

Vaje iz interne medicine: Vaje iz interne medicine sem opravljala v Kleveju na oddelku za interno medicino s poudarkom na nefrologiji in na oddelku za kardiologijo ter v Gochu na oddelkih za pulomologijo in gastroenterologijo. Zjutraj se je začevalo ob 8.00 z jutranjim raportom, na nekaterih oddelkih je nato sledil ogled RTG oz. CT in MR slik - Röntgenbesprechung, na drugih je omenjen Röntgenbesprechung potekal kasneje. Večinoma sem bila potem dodeljena enemu zdravniku na oddelku. Vsak dan si prisoten pri viziti, na oddelku jemlješ kri, vstavljaš kanale, lahko jemlješ anamneze in statuse pacientom, ki so prišli na preiskave oziroma kemoterapijo. V Nemčiji se veliko časa nameni tudi izpolnjevanju obrazcev – Aufklärungsbogen. Gre za to, da je potrebno pacientu pred vsako preiskavo razložiti potek preiskave in povedati mogoče zaplete. Če na oddelku ni nič za delati, greš lahko v sprejemno ambulanto, kjer lahko prav tako vstavljaš kanale, lahko delaš EKG, tudi pregledaš paciente. Lahko pa greš tudi gledat ultrazvoke – UZ srca, abdomen, ven (UZ lahko pogosto poskušaš narediti tudi sam), oziroma druge preiskave oz posege – gatroskopijo, koloskopijo, ERCP, endoskopski UZ, kateterizacijo srca, obremenitveno testirane, bronhoskopijo, plevralno punkcijo, punkcijo jeter,... Koliko si kot študent vključen v posamezne preiskave je odvisno predvsem od zdravnika, ki preiskavo opravlja oz. od časa, ki ga ima.

Kot sem že omenila sem med vajami živela v Wohnheimu. Dom se nahaja v Kleveju poleg bolnišnice. Sama sem del vaj opravljala tudi v bolnišnici v Gochu, kraju, ki je približno 30 minut vožnje oddaljen od Kleveja. Prevoz do bolnišnice in nazaj je organiziran in je brezplačen. Med izmenjavo poleg brezplačnega bivanja dobiš tudi povrnjene stroške kosila v menzi v Kleveju in dodatnih 100 evrov na mesec. Organiziran je tudi tečaj nemščine, ki poteka v ponedeljkih in sredah, eno uro in pol. Glede znanja nemščine: pri meni certifikata

niso zahtevali, če ste se učili v gimnaziji, znate verjetno dovolj, da se lahko sami sporazumevate s pacienti. Glede na to, da so skoraj vsi oddelčni zdravniki tujci, so tudi pacienti navajeni, da nemščina ni vedno popolna.

Izmenjavo bi ocenila kot uspešno, saj sem pridobila veliko praktičnih izkušenj in strokovnega znanja, osvežila oziroma izboljšala sem svoje znanje nemščine, izvedela sem veliko o Nemčiji – o njihovem sistemu zdravstvenega zavarovanja,... Ljudje v bolnišnici so bili večinoma zelo prijazni in vedno pripravljeni odgovoriti na vprašanja.

30. NEMČIJA – LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN (Jan Mark Leskovec)

Izmenjava v zimskem semestru 2014/15 se je uradno začela 6.10.2014, sam vpis na LMU pa 16.9.2014. Datum vpisa ni fleksibilen in vam ga vnaprej sporočijo. Istočasno se že zahteva bivališče v Münchnu (vsaj v dosegu S-bahna). Uraden konec semestra je nekje v začetku februarja, odvisno od izpitov, ki jih opravljate. V mojem primeru 6.2.2015, vendar pa toplo priporočam, da ostanete še za kakšen teden, ker je v tem času potrebno zbiranje podpisov za vsak posamezni predmet in zna biti časovno potratno. Vseh podpisov pa ne bo mogoče zbrati takoj, ker za objavo nekaterih ocen porabijo tudi do mesec dni. Zadevo sem sam rešil tako, da sem se s tajnicami posameznih predmetov dogovoril, da izpolnejo zahtevani "Notenspiegel" in ga posredujejo mednarodni koordinatoriki in ta oblikuje končni Transcript of Records. Za navedeni dokument si tudi zna vzeti čas...

Predmeti so razvrščeni v 5 modulov, vsak s svojo tematiko: modul 2&3 (sedaj skupaj – predmeti interne medicine), modul 4 (nevrosenzorični sistem), modul 5 (pediatrija in ginekologija) in t.i. L-kursa. Sam urnik je osnovan podobno blokovsko kot pri nas, se pravi vsak predmet obdelaš v celoti in pišeš, pri nekaterih tudi ustmeno odgovarjaš na izpit. Srede so prosti dan in se jih lahko odrečete s sodelovanjem pri predmetih L-kursa (primer: Sodna medicina). Opozarjam, da kljub temu da sta modul 2 in 3 skupaj, v enem samem semestru ne morate kombinirati posameznih predmetov iz obeh. Pouk poteka po istem vzorcu kot pri nas, le da imajo poleg predavanj, seminarjev in kliničnih vaj še t.i. tutoriale – skupina študentov razgrablja dobljeni textbook primer, njegovo zdravljenje ipd. Ker imajo predmeti modulov 4 in 5 pisni izpit na koncu semestra pazite na čas! V mesecu septembru poteka tudi jezikovni tečaj, katerega pa se nisem udeležil. Ker ima München dva bolnišnična centra (Innenstadt in Großhadern) je kdaj potrebno potovati med njima (cca. 20min z U6).

Na LMU sem začel s predmetom Obtočili, ki je trajal cel mesec in se končal s ustnim izpitom. Šele mesec kasneje je sledil pisni, ki se normalno piše skupaj z Gastroenterologijo. Opozarjam, da predvsem pri tem predmetu enačijo znanje interne medicine in kirurgije in vedno si vprašan kak žilno-kirurški ali kardio-kirurški poseg. Sledila je Oftalmologija, ki je trajala dva tedna in se končala z ustnim izpitom. Pisni izpit pride šele konec semestra. Za tem sem opravljal Ginekologijo in porodništvo (1 mesec +) pri katerem je bil ustni prav tako na koncu predmeta, pisni pa na koncu semestra. Semester sem končal z Endokrinologijo, ki vključuje tudi Diabetologijo. Izpita sta bila v istem tednu, ustni pa zahteva še zaigrani preoperativni obrazložitveni pogovor. Nekje vmes še sodna... Povzeto so vaje dokaj podobne našim, le da se pričakuje, da znate tudi kaj dodatnega, kot odvzeti vensko kri. Pacientov se ne vidi kaj dosti. Predavanja so pohvale vredna in neobvezna. Predmetnik LMU vam omogoča opravljanje

veliko paleto predmetov, za samo koordinacijo pa imate spletni urnik, ki je zelo dobro zasnovan.

Za konec bi rad izpostavil še, da je München veliko in tudi za nemške standarde drago mesto – predvsem, kar se tiče bivanja. Ker je mesto v zadnjih letih doživelo bum priseljevanja, je bivališča ZELO težavno najti. Idealno so seveda študentski domovi, katerih je kar precej, ampak prostih mest pogosto ni, predvsem, če greš na izmenjavo za samo en semester. Druge opcije so Wohngemeinschaft (WG) ali privatna stanovanja. V tem primeru boste zaradi enormne konkurence potrebovali veliko časa. Za študentske domove so cene okoli 300 evrov, v primeru WG/privat pa tudi krepko čez 500 evrov na mesec. Ker vse na univerzi poteka v nemščini priporočam nivo znanja nemškega jezika vsaj C1. Potencialni prevozi v Ljubljano se preprosti, ker imate skoraj vsak dan preko spletnih portalov kot prevozi.org in blablacar veliko prevoznikov.

31. NEMČIJA – LUDWIG-MAXIMILLIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN (Rok Amon)

V naslednjih odstavkih se bom potrudil povzeti zame ključne izkušnje iz celoletne Erasmus+ izmenjave, ki sem jo opravil v prestolnici Bavarske. Upam, da bom s tem poročilom študentom, ki razmišljajo ubrati enako pot, prihranil čim več negativnih presenečenj, ter jim omogočil kratek vpogled v preizkušnje, ki jih skrivata Minhnen in medicinska fakulteta LMU.

Nastanitev

Verjetno najbolj stresen del cele izmenjave me je pričakoval že kar na začetku. Novica, da je Minhnen drag, ni za bralca tega poročila verjetno nič novega, pa vendar se mi zdi pomembno še enkrat posebej izpostaviti to dejstvo. In ne le, da povprečen “WG ali Wohngemeinschaft”, z eno sobo in od enega do pet sostavovalcev, stane nekje med 400 in 800 evrov, za nameček je sobo tudi izredno težko dobiti. Sam sem se naivno začel z mislimi o nastanitvi ukvarjati dober mesec pred začetkom semestra in bil septembra trdo postavljen na realna tla. Kljub izredni ponudbi (več sto novih oglasov za oddajo sob, stanovanj in celo hiš vsak dan) je praktično nemogoče dobiti pogodbo. Po kakih petdesetih mailih in manj kot desetih odgovorih, sem končno dobil dve povabilni na ogled. Tam je nato kmalu postalo jasno, da bo poleg najemnine potrebno plačati tudi kavcijo (večinoma dva do trikratna cena mesečne najemnine), predvsem pa honorar za posrednika, ki je pravitako znašal dva do trikrat toliko, kot plačaš na mesec. Ugotovil sem, da lahko na uradne internetne strani pozabim. Ostale so mi še facebook skupine, kjer so študenti oddajali svoje sobe za krajša obdobja in študentski domovi oziroma, kot jim pravijo v Minhnu, Studentenwerk. Od slednjega sem prejel klic, ki mi je za nekaj čez tristo evrov ponujal sobo v predelu, za katerega so mi kolegi rekli, naj se ga izogibam, hkrati pa mi gospod na drugi strani ni znal povedati niti koliko kvadratnih metrov je soba velika, niti ali imam v njej sostanovalec... pravzaprav ničesar, razen tega, da če sobe ne vzamem, lahko pozabim pomoč Studentenwerka. V tistem trenutku sem se odločil, da je vse skupaj vendar nekoliko preveč tvegano in zavrnil ponudbo ter s tem priložnost bivanja v študentskem domu. Edino, kar mi je preostalo, so bile veze in poznanstva. Sreča je hotela, da sem v Minhnu imel prijatelja, ki se je odpravljal na daljše službeno potovanje in mi med tem prepustil svoje stanovanje. Tako sem imel dovolj časa, da sem v Minhnu spoznal dovolj ljudi in končno našel tudi sobo v (presenetljivo lepem) študentskem domu na obrobju mesta. Za prvo sobo sem plačeval prijateljsko ceno 500€, za študentsko pa nato 320€.

Birokracija

Tej se v Nemčiji seveda ne gre izogniti. Lahko bi jo razdelil kar v posamezna poglavja, a bo za

bralca verjetno lažje, če jo preprosto uredim kronološko. Skratka, najprej se je potrebno vpisati na univerzo, kar sem opravil v univerzitetni internacionalni pisarni (Geschwister-Scholl-Platz 1). O točnem datumu vpisa sem bil obveščen po elektronski pošti in datuma ni bilo možno spreminjati, čeprav se je semester pričel šele pol meseca kasneje. Dobra novice je, da razen tega niso komplicirali in prijazno uredili vso potrebno dokumentacijo. Treba jih je bilo spomniti le, da podpišejo listino vpisa (in po izpisu izpisa), ki je nujen dokument za ljubljansko univerzo (štipendija). Ostal je le še sprehod, do urada, kjer plačaš šolnino, nato pa sprehod nazaj do mednarodne pisarne, kjer sem prejel svojo (papirnato) študentsko izkaznico in uporabniško ime ter geslo za uporabo univerzitetnega medmrežja "Mecum". Potreboval sem seveda tudi naslov stalnega prebivališča v Minhnu. Tega sem moral prijaviti tudi na uradu "Kreisverwaltungsreferat" (Ruppertstraße 11). So weit so gut. Težji del me je čakal v mednarodni pisarni minhenske medicinske fakultete, kjer sem spoznal Frau Lechner. Ko sem od nje želel pridobiti informacije v povezavi z mojim urnikom, me je zelo hladno odslovila in obvestila, da ona ne ureja the zadev, ter naj se posvetujem z dekanatom medicinske fakultete (Bavariaring 19). Tam sem bil prijazno sprejet, vendar pa hkrati soočen z zelo neprijetno novico, in sicer, da moj unik, kot je bil zapisan v Learning Agreementu, ni izvedljiv. Presenečen sem razložil, da ga je Frau Lechner, kot kontakta oseba za tuje študente medicine v Minhnu, potrdila takšnega kot je, vendar so mi razložili, da bi prišlo do prekrivanja med posameznimi predmeti in da toliko predmetov preprosto ni mogoče opravljati v enem semestru. Razočaran sem tako črtal endokrinologijo s seznama in z ustrežljivo tajnico v dekanatu izdelal nov urnik. Kasneje sem se ponovno oglasil pri Frau Lechner, ki pa o vsem skupaj ni hotela slišati nič in menila, da je prišlo v učnem načrtu do sprememb o katerih ni bila obveščena, ter da "se take stvari pač dogajajo Erasmus študentom in naj se nekako znajdem". Tedaj sem razumel, da se na pomoč minhenske mednarodne pisarne med to izmenjavo ne bom mogel zanašati. A nazaj k splošni birokraciji. Nekaj malega papiroloških preizkušenj me je čakalo še pri vzpostavitvi nemške SIM kartice (priporočam Simyo) in odprtju nemškega bančnega računa. Vzpostavitev semesterske vozovnice pri MVG (minhenski različici LPP) je zelo enostavna in cena, ki vključuje vsa sredstva javnega prevoza, poštena. Poleg tega je potrebno dobro razumeti, kako deluje internetna stran LMU, saj so tam objavljena vsa relevantna obvestila in študijski material. Tukaj mi je izredno pomagal moj "Study Buddy" – študentski kontakt. Odkril sem tudi, da je pomembno čim prej obiskati katedre posameznih predmetov in se prijaviti na izpite – posamezni naslovi so objavljeni na pravkar omenjeni strani ("Mecum"). Z izjemo Frau Lechner so vsi zelo razumni do Erasmus študentov in storijo vse, da ti lahko ustrezajo.

Ker sem v Minhnu ostal dva semestra, je bilo za vpis v poletni semester potrebno zgornje postopke ponoviti, a v drugo gre že lažje. Ob koncu študija pa sem za tamkajšnjo mednarodno pisarno moral pridobiti potrdila o opravljenih posameznih predmetih – tako imenovani "Notenspiegel". Priporočam pošiljanje E-mailov na posamezne katedre, saj to prihrani veliko časa in "lovljenja" delovnih časov. Končni izziv je seveda kdo drug kot Frau Lechner. Ona izda najpomembnejši dokument - Transcript of records. Ker sem komplikacije sedaj že pričakoval, sem želel dokument prevzeti osebno, vendar je bil moj zadnji izpit 31. julija, za avgust pa nisem imel več najetega stanovanja in tako sem se odločil, da na rezultate ne bom čakal. S Frau Lechner sem se zmenil, da ji bo tajnica katedre poslala rezultate in potrdilo o mojem opravljenem izpitu v trenutku, ko bodo ti znani in jo prosil, da naj mi nato nemudoma pošlje podpisani Transcrit. Zagotovila mi je, da bo tako storila in rekla naj me ne skrbi. Rezultati so prišli teden za tem, E-maila od Frau Lechner pa seveda ni bilo. Na moj tretji

poskus vzpostavitev kontakta sem dobil odgovor, da je do septembra na počitnicah... Dober mesec in štiri Emaile (zadnji s strani ljubljanske mednarodne pisarne) kasneje sem končno dobil podpisan Transcript in s tem se je dokumentacija z nemške strani sklenila. Naslednike bi le še opomnil, naj ob odhodu iz Minhna ne pozabijo na to, da se morajo odjaviti na Kreisverwaltungsreferatu in izpisati iz univ. LMU, ter v podpis dati prej omenjeno listino za slovensko štipendijo.

Kurikulum

Glede na to, da so podatki na njihovih internetnih straneh pomankljivi in lahko na konstruktivne nasvete s strani minhenske mednarodne pisarne več ali manj pozabite, bom tukaj na kratko povzel še kako deluje študijski program, ekvivalenten našemu petemu letniku. Na LMU so predmeti razdeljeni v Module (za peti letnik relevantni so 2, 3, 4 in 5). Vsak modul traja en semester, vendar pa se (na našo srečo) deli v dva sklopa. To pomeni, da je v semestru možno izbrati dva različna modula, oziroma v celotnem letu vse štiri. V modulu 2 in 3, ki ju skupaj imenujejo modul 23 so vsi internistično-kirurški predmeti, sestavljena pa sta iz štirih posameznih sklopov. V modulu 4 sta za nas pomembna Okulistika in ORL, ki sta na srečo tudi v istem sklopu. V modulu 5 sta Pediatrija in Ginekologija, ki vsaka zase zasedata posamezen sklop. Ob sredah poteka tako imenovani L-Kurs, v katerega spada med drugim Sodna medicina, sicer so srede proste.

Moj predlog za opravljanje enega semestra bi bil sledeč: Na voljo je dovolj časa za štiri sklope. Za en sklop bi izbral Ginekologijo ter za drugega Okulistiko in ORL. V preostalih dveh sklopih bi izbral dva izmed skupno štirih sklopov modula 23, ki vsebujeta za študenta najbolj zanimive predmete (npr. sklop z Dihali in Sečili ter sklop z Endokrinologijo). Izbrati vse predmete našega petega letnika se je tudi v dveh semestrih zame izkazalo nemogoče, tako da bi študentom, ki bi izmenjavo opravljali v Minhnu, priporočil tam opravljati le en semester (poletni!). O samem poteku pouka, izpitih in literature več v naslednjem odstavku.

Življenje

Minhen je drago mesto. To se ne odraža le v vrtoglavih najemninah, temveč tudi pri hrani. Sam sem večinoma jedel v menzah, pri raznih "Kitajcih" in veliko kuhal tudi doma – v Lidlu ali Pennyu so sestavine načeloma podobnih cen kot v Sloveniji. Včasih pozabimo kako srečo imamo s študentskimi boni.

Pozimi se, razen božičnih trgov in kuhanega vina, ni veliko dogajalo. Zato definitivno bolj priporočam poletni semester. Tedaj tudi Nemci postanejo bolj družabni in nove prijatelje lahko človek spozna tudi ob grilu v parku in ne izključno na Erasmus zabavah. Poletje zaznamuje odprtje nešteti "Biergarten-ov" in mesto razkrije svoje številne kulinarčne dragulje. Nikakor ne gre pozabiti tradicionalnega skoka v "Eissbach" sredi Angleškega vrta in sončenja na travnikih s kolgi medicinci ter napol odprtimi učbeniki nekje blizu brisače. V primeru hudega domotožja pa tudi kratek obisk v Sloveniji ni težaven, saj Panturist (www.panturist.hr) avtoobusi za cca. 25€ dnevno trikrat vozijo v Ljubljano (4,5 ur vožnje). Pouk je kvaliteten in življenje na fakulteti (vsaj po mojem mnenju) manj naporno, kot v Ljubljani. Predvsem k temu pripomore ogromna izbira literature, napisane izključno za študente, kar prihrani ogromno časa in naredi markerje skoraj nepotrebne ("Basics" ali "Endspurt" sta le dve izmed mnogih serij učbenikov, namenjenih zgolj pripravi študentov medicine na posamezna izpite). Veliko relevantne snovi, se da odnesti tudi s predavanj, ki sicer niso obvezna, vendar jih pri večini predmetov toplo priporočam. Poleg teh obstajajo tam še tri oblike pouka: seminarji (večinoma interaktivna predavanja v manjših skupinah), "Bedside teaching" (pouk ob pacientu, ali - kot temu rečemo v Ljubljani – vaje) ter "Tutorials" (problemsko zastavljeno delo v manjših skupinah, ki je močno odvisno od mentorja, se pa

največkrat kaže v obliki kratkih referatov s strani študentov, na tematiko predhodno zastavljenih učnih ciljev). Vse tri oblike so obvezne in tolerirajo 10% odsotnost. Pisni izpiti se pišejo ob koncu posameznega sklopa, ustni izpiti pa so ponavadi že ob koncu predmeta. Po mojih izkušnjah je tekoče znanje nemščine ključno za uspeh, saj je pouk, kot tudi literatura v nemškem jeziku. Sam sem na začetku potreboval občuto več časa za učenje v Nemščini, saj sem bil soočen s strokovnim izrazoslovjem, ki predstavlja izziv tudi na nivoju C1, če ne celo C2.

Zaključek

Rad bi končal s podobnimi besedami, kot sem jih svoj čas tudi sam bral v številnih spisih starejših kolegov: "Erasmus spremeni tvoje življenje!", "Nepozabne izkušnje!", "Spoznal sem izjemne ljudi!", "Našel sem samega sebe!", ... Vse to drži. Vendar pa nič zares dobrega ne pride zlahka in pot do novega, boljšega jaza je tlakovana s številnimi preizkušnjami, stresom, izgubljenimi živci, soočenja z novimi, včasih zastrašujočimi situacijami in ljudmi ter ogromno odgovornosti. Je vse skupaj vredno teh naporov? Najboljše stvari v življenju vedno so.

32. NEMČIJA - JOHANNES GUTENBERG-UNIVERSITÄT MAINZ (Eva Cafuta Maček)

Izmenjavo sem opravljala v Mainzu, v Nemčiji, v poletnem semestru 2015. Začeli smo 2.4. z Infodays, zares pa so se predavanja začela šele 20.4.2015. Kar pomeni dva tedna urejanja papirjev (verjemite, potrebujete še veliko več kot dva tedna za vse papirje), navajanja na življenje v novi državi in pa seveda spoznavanja novih ljudi. Semester se konča konec julija oz. začetek avgusta. Zame je bilo to idealno, saj sem tako lahko opravila vse obveznosti za 5. letnik, samo pač malo manj poletja sem imela. Pa mi ni nič žal, ker je bila res najboljša izkušnja in bi šla takoj ponovno od začetka!

Grem lepo po vrsti in bom začela s faksom. Sistem je precej podoben kot pri nas, predavanja invaje (teh je mogoče malo manj, ker imajo v zadnjem letniku PJ - Praktisches Jahr), le da nimajo sklopov, temveč semestre. Torej vse izpite opravljaš na koncu. Večinoma so pisni izpiti, MCQ. Na začetku me je precej skrbelo kako bo z nemščino, vendar je res tako, kot pravijo; hitro "prideš not". V knjižnici si izposodiš knjige, iz katerih se učiš, imajo pa tudi super sistem na računalniku z zapiski in starimi vprašanji, za kar dobiš geslo. Všeč mi je bilo, da so tam nekako bolj sproščeni kot pri nas. Torej študenti so bolj navajeni sodelovati in postavljati vprašanja, profesorji pa ne težijo s takšnimi podrobnostmi kot pri nas. Na ta način se mi zdi, da več odneseš. Podrobnosti si tako ali tako ne zapomneš na dolgi rok, samo v večjem stresu si. Sama sem opravljala oftalmologijo, HNO in ginekologijo. Pri slednji opozarjam, da je težava, ker tam ni ustnega izpita, zato sem morala pri nas ponovno opravljati ta del izpita in pa dodatna dva tedna vaj. V mestu je kampus univerze, kjer so vsi faksi razen medicine, ki ima svoj kampus. Torej predel, kjer so vse bolnišnice na kupu. Res je lepo! Na univerzitetnem kampusu potekajo le nemški tečaji. In pa seveda žurke in podobno. Je pa oboje dosti blizu, saj ni veliko mesto, približno kot Ljubljana, mogoče malo manjše. Poleg faksa pa imajo dobro organiziran SkillsLab - kot pri nas delavnice šivanja, le da imajo tam veliko večjo ponudbo. Torej delavnice šivanja, UZ, bronhoskopije ... Priporočam!

Mesto je super. Oziroma odvisno komu. Osebnostno mi ne ustrezajo velika mesta, zato mi je Mainz idealen. Dovolj velik, hkrati pa dovolj majhen, da redno srečuješ ljudi na ulicah. Je zelo zeleno in urejeno. Najlažji transport je s kolesom, imajo pa tudi tram, avtobuse. Je zelo živo mesto, vedno so neki festivali ipd. Tudi nočno življenje je kar pestro, predvsem je nekaj glavnih klubov, v katere vsi hodijo, vendar najdeš vse zvrsti glasbe in stilov. Ima pa seveda

pomanjkljivost, značilno za celo Nemčijo - hrana. Nemci preprosto niso primerljivi z npr. Italijani. Vseeno najdeš spodobne restavracije in pa predvsem veliko kebaba. Na obeh kampusih je tudi menza, kjer dobiš kosilo za 2-4 evre. Cene stanovanj bi lahko rekli, da so visoke (za sobo okoli 300e), hrana in pijača v restavracijah mogoče 2-3e dražja kot pri nas, v trgovinah pa ne. Torej nasploh se mi življenje ni zdelo veliko dražje kot pri nas. Sploh kot študent, če ješ v menzi, si kaj skuhaš in hodiš v študentske lokale. Večinoma smo živeli v študentskih domovih, ki jih je nekaj po celem Mainzu, vendar kot rečeno, so vsi relativno blizu. Vreme je v redu, vendar malo hladneje kot pri nas. Ljudje so suuuper! Res se večinoma družiš z Erasmusovci in pa tistimi international študenti, ki tam študirajo in ostajajo dlje časa. Vendar so tudi Nemci zelo prijazni, še posebej, če znaš jezik toliko, da se lahko normalno pogovarjaš. Skratka družiš se z vsemi možnimi narodi, kar je precej zanimivo. Nasploh dobiš malo drugačen pogled na stvari. Prav vsakemu bi priporočala, da gre na izmenjavo in izkusi življenje v tuji državi. Najbolje seveda med študijem, ker je takrat tudi najbolj zabavno.

Erasmus program je zelo dobro organiziran. Že preden greš se lahko prijaviš za Tom buddy in ti določijo tutorja. Moja tutorica npr. me je pričakala na letališču in me peljala do mojega študentskega doma ter mi pomagala urediti vse osnovne stvari. Poskrbijo tudi za izposajo koles, pomagajo pri urejanju dokumentov, organizirajo nemške tečaje in vse mogoče evente ...

Edina res slaba stran izmenjave, ki marsikoga tudi odvrne od tega, je dokumentacija. Tudi z Mainzem sem imela problem preden sem šla, ker je bilo res težko ugotoviti, komu točno naj pišem maile, da bom dobila program predmetov. Znajti se moraš popolnoma sam, večino časa ti tako ali tako ni jasno, kaj vse moraš urediti, vsake toliko te reši kdo, ki je že bil na Erasmusu, na koncu pa garantirano pozabiš vsaj en dokument. Da ne omenjam, da potrebuješ npr. tri različne dokumente, ki bi jih zlahka spravili v enega. Skratka mislim, da bi bilo to lahko bolje organizirano. Tudi veliko profesorjev komplicira in hoče, da je program identičen. Preprosto ne gre. Na koncu si pa ti tisti, na katerega se jezijo. Pa samo poskušaj vse urediti in narediti tako, da bodo vsi zadovoljni. Vseeno je na koncu vredno vsega dela!

33. NORVEŠKA - UNIVERSITETET I BERGEN, BERGEN (Aljaž Šemrov)

Bergen je drugo največje mesto na Norveškem, stisnjeno med 7 hribov in Severno morje. Ponaša se z nazivom »študentsko mesto« in tudi dejansko velik del prebivalcev predstavljajo študenti. Stari del mesta, kjer je tudi večina fakultet, se nahaja ob пристanišču, bolnišnica in fakulteti za medicino ter stomatologijo pa sta nekoliko stran, približno 3km od centra. Večina študentov je nastanjenih v študentskih domovih - najbolj znan je Fantoft, ki je 6km oddaljen od centra, vendar se z odličnim javnim prevozom to pot opravi v dobrih 20 minutah. Prav toliko traja tudi pot do bolnišnice.

Mesto je obkroženo s čudovito naravo in sedmimi hribi, visokimi med 400 in 600 metrov, na katere ljudje zelo pogosto zahajajo, še posebno ob lepem vremenu. Lepo vreme pa žal ni ravno pogost pojav v Bergnu – deževna obdobja, ki trajajo tudi po 14 dni ali več (rekord je čez 100 zaporednih deževnih dni!), so nekaj povsem običajnega. Dežnikov ne uporablja skoraj nihče, bolj priročne so pelerine in dežne hlače. Ob sončnem vremenu pa mesto oživi, ljudje se odpravijo v naravo in izkoristijo vsako minuto lepega vremena, ki jim je na voljo.

Nastanitev v študentskih domovih ni bila nič posebnega. Vsak študent ima svojo sobo, lahko tudi svojo kopalnico in kuhinjo, ali pa si kuhinjo in kopalnico deli z več drugimi študenti. Cene najema so različne, vendar se gibljejo od 380 do 450€/mesec. Za študente medicine je dobra

izbira študentski dom Alrek, ki je od faksa oddaljen 3 minute, vendar v primerjavi s Fantoftom ponuja mnogo manj družabnega življenja. Fantoft nekoliko spominja na našo Rožno dolino, ima lasten klub in fitness center ter je odlično izhodišče za izete v naravo.

Karta za javni prevoz je skoraj nujen strošek – 50€/mesec za študente. Poleg tega je dobra izbira tudi karta za fitness in bazen – 120€/semester za študente. Stroški za hrano so se pri meni gibali okrog 250€/mesec. Predplačniške SIM kartice si nisem kupil in sem raje malo manj telefoniral. ☺

Predavanja iz ginekologije, porodničarstva in pediatrije so v porodnišnici in na pediatrični kliniki. Predavanja so bila vsa v angleščini, zelo kvalitetna, neobvezna in vedno 3 ure na dan ali manj, običajno po vajah. Žal so se termini predavanj prekrivali s tečajem norveščine, ki ga ponuja Univerza v Bergnu, tako da je učenje jezika možno le na kakšni drugi ustanovi v mestu, kjer pa ni brezplačno. Je pa znanje angleščine popolnoma dovolj, v štirih mesecih in pol skoraj nisem naletel na človeka, ki ne bi znal angleško.

Vaje smo imeli na pediatrični kliniki in v porodnišnici. Po uvodnih predavanjih je sledilo obdobje intenzivnih vaj, ki je trajalo skoraj dva meseca. Vaje so bile obvezne, kvaliteta pa zelo odvisna od zdravnika ali babice, ki se je ukvarjala z nami. Nismo imeli določenih mentorjev, večinoma smo šli na oddelke in se priključili tistim zdravnikom, ki so se nam zdeli zanimivi. Po vajah so včasih sledili seminarji, kjer pa nismo izdelovali Powerpoint predstavitev, kot je to v navadi pri nas, ampak smo debatirali o zanimivih primerih, ki smo jih videli čez dan na vajah.

Izpita iz ginekologije in pediatrije sta bila le 2 dni narazen, tako da se je potrebno učiti oboje hkrati. Za učenje imajo študenti na razpolago posebne prostore ob bolnici, kjer je na voljo res vse udobje – od tuša do kuhinje, kavča, prigrizkov, sadja ... Razpisan je le en izpitni rok in pričakuje se, da bodo izpite opravili vsi študenti. Izpiti so pisni, dolgi 4-5ur, večinoma v obliki »papirnatih pacientov«, kjer nato postavljaš diferencialne diagnoze, terapije, možne zaplete ... Na izpit lahko prineseš svoj računalnik in odgovore vnašaš v program, ki si ga prej namestiš.

Družabno življenje je seveda pomemben del izmenjave. V tem letniku medicine nas je bilo 60, od tega 12 študentov na izmenjavi. Vsak podaljšan vikend smo izkoristili za izlete po norveški – z vlakom do Osla, z avtobusom v Stavanger in na Preikestolen, izlet z najetim avtomobilom na Trolltunga in do Alesunda. Dobro je vedeti, da je kampiranje dovoljeno kjerkoli (razen na privatni lastnini), tako da so lahko z nekaj iznajdljivosti takšna potovanja prav poceni. Priporočljivo se je vpisati v kakšnega izmed društev in klubov v Bergnu. Sam sem si izbral BSI Friluft, ki je nekakšno planinsko društvo, ki organizira izlete in izposoja šotore ter ostalo kamp opremo.

Privoščili smo si tudi nekaj večernih izletov v center, vendar ne zelo pogosto, predvsem zaradi visokih cen. Cene vstopnin v klube so se gibale od 10 do 30€, za pivo ali vino v klubu smo plačali 6-8€.

Na koncu sem bil s svojo izmenjavo zelo zadovoljen, predvsem zaradi novih poznanstev in zelo kvalitetnega pouka. Bergen priporočam predvsem tistim, ki raje kot v klub zavijejo na izleti v naravo in imajo radi umirjeno, urejeno življenje. Vsekakor se na Norveško še vrnem.

Če imaš še kakšno vprašanje, mi lahko pišeš na: aljaz.semrov@gmail.com ali pa me najdeš na Facebooku.

Ko sem izvedela, da sem bila sprejeta na izmenjavo v Bergen oz. da me je fakulteta predlagala na Univerzo, sem bila presrečna, vedela sem, da me čaka nekaj novega, da bi od izmenjave lahko odnesla veliko. In tako se je potem tudi izkazalo. V Bergnu sem preživela 7 izjemnih tednov.

Na izmenjavo sem se prijavila zaradi več vzrokov, tako osebnih kot strokovnih. Vsako poletje si privoščim enomesečno potovanje po državah tretjega sveta, tokrat pa se mi je s tem razpisom NFM ponudila izjemna priložnost, da obiščem sever Evrope, Norveško, ki sem jo vedno želela obiskati in videti, kako ljudje živijo tam gori na severu. In kdo ne bi izkoristil edinstvene priložnosti, da ob tem vidi še bolnišnico in njihovo medicino, kdo ne bi hotel primerjati njihove in naše medicine in v živo videti, če po časih krize še držimo stik z najboljšo medicino. Ker pa živimo tudi v času, ko se ne ve, ali bomo po opravljeni fakulteti dobili specializacije, ali bomo potem dobili zaposlitev, sem se odločila, da je to priložnost zares potrebno zagrabiti, škodovati mi taka izkušnja zagotovo ne more.

Ko sem prispela v Bergen, me je na začetku čakalo nekaj presenečenj, ampak se je potem vse dobro rešilo. Prvo sem na letališču šla do taksista, povedala, kam bi rada šla, torej do študentskega doma, in vprašala za ceno. 500 NOK, kar je več kot 60E! (1E=8NOK). Saj sem bila pripravljena na visoke cene, ampak ne na tako visoke! No, potem sem izvedela, da v mesto vozi tudi letališki avtobus, flybussen, ter se za 71NOK (9E) odpeljala do centra mesta, od tam pa sem morala na mestni avtobus do bližine študentskega doma. Torej, prvi dan sem zapravila 13E samo za prevoz! No, potem drug šok je bil pa ta, da je bil moj študentski dom nekje v hribu. V Bergen sem letela direktno iz Brazilije, na evropska tla sem stopila le v Benetkah, kjer sem zamenjala letalo seveda, tako da sem morala imeti s seboj obleke za vroče in mrzlo vreme. In tako z mojo potovalko, ki je imela 23kg, nahrbtnikom s 13kg in še laptopom, v torbi katerega je bilo še par težkih zaved, res ni bilo enostavno prilesti pod vznožje Ulriken gore. Saj sem vedela, da je Bergen mesto, ki je obdano s 7 gorami, ampak nisem si mislila, da bom sama živela tik pod goro. No, potem se je izkazalo to za več kot najboljše mesto. Šokov s tem dnem pa še ni bilo konec. Priletela sem na nedeljo, vse trgovine so bile zaprte. Torej nič hrane za ta dan. Ker sem bila pred Norveško v Braziliji, kjer voda ni bila pitna, seveda ta dan nisem niti pila, ker mi ni kliknilo, da je voda iz pipe užitna. Pozneje sem tudi izvedela, da obstaja trgovina, ki je odprta tudi v nedeljo, ki je pa sicer malce dražja. Cene v trgovini - trikratnik naših. Tako da sem iz trgovine prvič prišla le z bananami, katerih cena je bila enaka našim. Sem si rekla, da bom pa od banan živela. Naprej, v sobi nisem imela interneta. Tako nisem mogla kontaktirati mojega mentorja. Na srečo je obstajal internet v skupni sobi. No, naslednji šok so bili pa Norvežani. Sicer sem pričakovala, da bodo hladnejši od Brazilcev, ne pa da bo prvi stik tako hladen. V študentskem domu sem se predstavila in komaj dobila kakšen odziv. V tem študentskem domu živijo skoraj le Norvežani, tako da oni so se pogovarjali mirno dalje kar v norveščini in se niso kaj prida zmenili za moj obstoj tam. No, glede na to, kako se je moja izmenjava v Bergnu začela, sem vesela, da se je kaj hitro vse spremenilo in je to postala ena najboljših izkušenj, ki si jo bom zapomnila za vse življenje.

Bergen je drugo največje norveško mesto s približno 275 000 prebivalci. Tako kot naša Ljubljana približno, le da deluje veliko manjše. Mesto je izhodišče za izlete v fjarde, prelepo tipično norveško mesto. Ljudje tam veljajo za ene najtoplejših na Norveškem. Mesto je prijazno, majhno, s tipičnimi hišami, značilnimi za Skandinavijo, hiške so "posejane" po okoliških vzpetinah, mesto nima visokih zgradb, kar se mi zdi super. Veliko hiš je kar iz lesa. Mesto obdaja 7 hribov, na katere prebivalci Bergna hodijo na popoldanski sprehod. Moram priznati, da sem šla na 5 od teh 7 gora, izpustila sem najnižja dva hribčka in se raje večkrat podala na najvišjo Ulriken (637m), ki je bila pred vhodom v moj študentski dom.

Prakso sem opravljala v bolnišnici Haukeland, ki je regionalna terciarna bolnišnica za Hordaland, regijo, v kateri se nahaja Bergen. To je kar precej velika bolnišnica, je kot naš UKC. Prakso sem opravljala iz endokrinologije, moj mentor je eden svetovno poznanih strokovnjakov na področju endokrinologije, vodja raziskovalcev na tam področju v Bergnu. Najbolj ga zanima raziskovanje na področju Addisonove bolezni in poliendokrinih sindromov. Poleg tega, da je vrhunski strokovnjak, pa je tudi izjemno topel človek, res človek na mestu. Prvi dan moje prakse me je predstavil vsem svojim sodelavcem na jutranjem sestanku oddelka, raport je zaradi mene potekal v angleščini. Prav tako je večkrat prosil ljudi, ki so imeli krajša predavanja, če lahko predavajo v angleščini, da bi tudi jaz razumela. Ker to za Norvežane ni večja težava, se je to dalo lepo zmeniti. V glavnem, mentor je bil izjemen. Sicer je bila na kliniki le dvakrat tedensko, ostale dni je bil v laboratoriju. Ampak s tem ni bilo težav, priključila sem se ostalim sodelavcem. Profesor mi je povedal tudi, kdaj imajo vaje njihovi študenti 3.letnika, vaje iz propedeutike, tako da sem se jim ob četrtkih priključila. Včasih so imeli razgovor v angleščini, včasih v norveščini, ampak medicinski jezik je povsod podoben, medicinski izrazi so mednarodni, tako da nisem imela težav z razumevanjem. Mentor torej ne bi mogel biti boljši.

Prvi teden sem bila na endokrinološkem oddelku, ki je bil zaradi pomanjkanja prostora bolj splošno internistični kot pa endokrinološki. Na oddelku sem preživela zares malo časa, ker zaradi neznanja norveščine nisem mogla storiti prav veliko, večino časa sem preživela po ambulantah, kjer so mi zdravniki lahko razložili, za kaj se gre. Me je pa na oddelku impresionirala organizacija oddelka in odnos zdravnik - medicinska sestra.

Tipičen dan: zjutraj smo imeli ob 8.00 endokrinološki sestanek, povedali so, če se je s kom kaj posebnega dogajalo ponoči oz če je bil kak nov sprejem na oddelek. Ob 8.15 so imeli vsi internisti 20 minutno osvežitveno predavanje z določenega področja, npr. jetrna ciroza, krvavitev iz prebavil, KOPB, miokardni infarkt in ukrepanje, diabetična ketoacidoza, itd. (bila so v norveščini, ampak sem večino razumela, saj je brati dosti lažje s pptjev kot pa poslušati le govorjeno besedo). Potem ob 9.00 so imeli radiološke sestanke, kjer so radiologi v več sobah podajali specialistom ostalih specialnosti, kaj se vidi na CTjih, RTG pc njihovih pacientov na oddelku, ki so ta slikanja opravili. Potem malo čez 9h pa se je začelo delo na oddelkih. Točno ob 9.00 pa tudi delo v ambulantah. Na oddelku so imeli najprej raport zdravniki med seboj, potem so si razdelili paciente, o katerih so se pogovorili posamezno z medicinsko sestro, ki skrbi za pacienta. Torej sta se o enem pacientu pogovarjala zdravnik in medicinska sestra, ki pacienta najboljše pozna in beseda katere veliko več šteje kot pri nas, zdravniki so jih spraševali po mnenju. Od 12-13h je čas za kosilo, takrat jejo vsi, takrat se delo ustavi tako za sestre kot administratorje kot zdravnike. Norvežani se namreč zavedajo zdravega načina življenja. Na endokrinološkem oddelku (pa tudi na infekcijskem, pulmološkem ter nefrološkem, tako da predvidevam, da je tako po celotni bolnišnici), smo imeli trikrat tedensko v tem času predavanje s področja endokrinologije, ki ga je pripravil eden od endokrinologov, enkrat tedensko pa tudi predavanje iz laboratorija oz predstavitev kakšne raziskave. Potem sledi popoldansko delo, ki se zaključi okoli 15h, 15.30, kolikor sem uspela zaslediti, saj sem bila večinoma v ambulantah, te pa so se končevale ob navedenem času.

Na oddelku vsak zdravnik dobi po 3,4 paciente, več ne. In torej skrbi za potek bolezni le pri njih. Delo je tako, kot pri nas, le da je pri nas zdravnik odgovoren za veliko več pacientov - npr. ko sem prišla na vaje na Golniku, je bila moja mentorica takoj prvi dan odgovorna za 19 pacientov. Razlika je očitna.

V ambulantni pa so pacienti naročeni na vsake pol ure, tako da je res dovolj časa, da se zdravnik na pacienta pripravi, se z njim kvalitetno pogovori, ga pregleda ter potem še spiše izvid. Povsem drugače kot pri nas, ko pacienti čakajo v vrstah, zdravnik pa pregoreva od števila primerov za tisti dan. Tu so imeli zdravniki maksimalno 5 pacientov dopoldan in (redko) še 5 pacientov popoldan. Večinoma so delali v ambulantni le dopoldan ali le popoldan. V petkih popoldan ambulantne ni bilo. Večino svojega časa sem preživela v različnih ambulantah. Ker sem opravljala izmenjavo na endokrinološkem oddelku, sem več kot polovico časa preživela na tem oddelku. Videla sem ogromno pacientov s sladkorno boleznijo tipa 1, ki so prihajali na kontrole, videla sem tudi hipoglikemijo, bila sem v ambulantni za gestacijski diabetes, ambulantni za diabetično stopalo, pa tudi na timski obravnavi diabetičnega stopala, ki me je povsem navdušila - celoten tim je šel od pacienta do pacienta in se pred njim pogovoril, kaj bi storili - endokrinolog s pomočjo medicinske sestre ga je predstavil, govorila sta angiolog in kirurg, ortoped, delovni terapevt je vzel mere za izdelavo obutve. Ker se sladkorni bolniki s tipom 2 večinoma zdravijo pri splošnih zdravnikih, sem videla le 2 primera zelo neurejene SB tipa 2, ki jih v takem primeru pošljejo k endokrinologom. Gospod je imel HbA1c kar 13,6%, kar pomeni, da se njegova povprečna vrednost sladkorja giblje v območju nad 20mmol/l. Ta primer mi bo ostal najbolj v spominu, saj se je zdravnici od te vrednosti kar zavrtelo. Od ostalih bolezni sem videla več Addisonovih bolezni, Cushingovo bolezen, več akromegalij, primarnih hiperaldosteronizmov, incidentalome nadledvičnic, panhipopituitarizme, hipo- in hipertirozo, osteoporozo, hipogonadizem, amenorejo, st po operaciji hiperparatiroidizma, MEN 1 in MEN2, poliendokrinopatijo tipa 1. Moram reči, da mi je profesor, moj mentor, skupaj z ostalimi sodelavci, zares pokazal, kako se obravnava endokrinološkega bolnika. Če ima eno avtoimuno bolezen (npr. SB1), ima lahko še več, zato ga moraš o tem povprašati.

Impresionirana sem bila tudi nad informacijskim sistemom bolnišnice. Zdravniki imajo dostop do vseh obravnav, ki jih je pacient imel v bolnišnici, to je tako kot pri nas. Všeč mi je bilo, da imajo e-recept in grejo v lekarno samo po zdravila, zdravnik to direktno naroči preko računalnika, nobene papirologije ni potrebno. Izvid diktirajo, diktafon prepozna glasove in računalniško sproti prevaja v zapis - tako da zdravnik govori v diktafon, istočasno oz z zamikom sekunde pa vidi pred seboj, kaj govori. Tega do sedaj pri nas še nisem zasledila nikjer in tako niti nisem vedela, da to obstaja. Najbolj me je pa impresioniralo to, da sta moj mentor in še njegov kolega endokrinolog s pomočjo informatika ustvarila program, posebej narejen za endokrinologe. Ko pacient pride na pregled, mora zdravnik samo izpolniti tabelo (s pacientovimi odgovori DA/NE na pacientova vprašanja), na koncu ima izvid, ki vsebuje vse podatke, v stavkih in to ne da bi jih napisal. Sam mora napisati oz zdiktirati le navodila za naprej. Ta program je bil narejen za sladkorno bolezen tipa 1 in 2, za Addisonovo bolezen, panhipopituitarizem, hiperaldosteronizem, poliendokrinopatije, akromegalijo, ščitnične težave ter verjetno še kakšno endokrino bolezen. V glavnem, vse je bilo spisano tako hitro, da je bilo pol ure na pacienta več kot dovolj. O pacientu lahko zdravnik izve precej več, pozna tudi kakšne zadeve iz njegovega zasebnega življenja, saj ga ima čas poslušati, če pacient načne to temo. Tako imajo tam pacienti zares občutek, da se jim je doktor posvetil. Pa tudi zdravniki so bolj sproščeni. Zanimivo mi je bilo to, da ko so zamujali po urniku za 5-10 minut, se jim je to že zdelo pomembno, saj jih je pacient čakal. V glavnem, drugačne razmere za delo, posledično mogoče zadovoljnejši pacienti in zdravniki. Za zdravnike tam bi res rekla, da niso pod stresom, vsaj jaz tega nisem zaznala nikjer, pa sem bila na več oddelkih - endokrinologija, intenziva infekcijske, infekcijski oddelek, pulmologija, nefrologija, bila pa sem tudi v hematološki ambulantni ter prej omenjenih ambulantah. Na vseh omenjenih

oddelkih in ambulantah so me zdravniki lepo sprejeli, razlagali v angleščini, nekateri so bili pripravljene s pacienti komunicirati tudi v angleščini, kar sem odklonila, ker se mi zdi prav, da pacienti govorijo v materinem jeziku, ko lahko zares povejo, kaj jih muči in vse dobro razumejo. Če pa je kak pacient želel govoriti angleško sam od sebe, sem bila pa tudi zadovoljna seveda. Sicer pa sem potem že razumela, če pa kaj ni šlo, pa sem vprašala ali pa so mi sami povedali. Zdi se mi, da sem videla zares veliko v teh 7 tednih.

Bolnišnica je modernejša od našega UKC. Ko sem prišla tja, sem si malo zatiskala oči in si rekla, da je naša medicina na najvišjem nivoju, da tudi če ima bolnišnica tekoče stopnice, vse deluje na avtomatiko (izposoja oblačil, odpiranje in zapiranje vrat izolacijskih sob, vhod v intenzivo npr), to na splošno ne pomeni nič več kot to, da ima država več denarja in da ga več nameni v zdravstvo. Potem pa so ravno v času, ko sem bila na izmenjavi, po slovenski televiziji vrteli posnetke iz našega kliničnega centra, ki nas niso predstavili v dobri luči, povedali so, da so naše naprave na radiološkem oddelku močno zastarele, na kardiologiji so bile naprave, ki so se kvarile, ultrazvok iz devetdesetih let... no, takrat pa sem si pač priznala, da imajo veliko boljše pogoje za delo in da naše zdravstvo še delno drži stik z najboljšimi, če ga sploh še, samo zaradi oseb, ki delajo predano v zdravstvu. Ampak enkrat pa tudi to ne bo več dovolj, če se kaj ne bo spremenilo. Pa tudi razmere za delo se bodo morale spremeniti.

Sicer pa je za študente Univerze odlično poskrbljeno. Kot študentka sem imela s študentsko kartico dostop do knjižnice, ugodnosti za muzeje, mestni avtobus, zastoj vstop v muzeje ob torkih. Sicer ima Univerza v Bergnu kampus kombi, ki vozi od bolnišnice do centra in nazaj 6krat na dan do 15.ure in imajo študenti prevoz zastoj. Voznik Arlid je pa prav tako vedno pripravljen na pogovor. Na začetku mi je razkazal celo mesto, ko si je med polurno pavzo vzel čas zame in me popeljal po mestu. Zares simpatičen gospod. S kartico lahko tudi zelo poceni fotokopiraš, kupiš kavo (za 250NOK jo lahko piješ v neomejenih količinah za cel semester, sicer pa kava stane na ulici kar 20NOK), zastoj se včlaniš v mestno knjižnico ter tudi bolnišnično knjižnico. S Haukeland kartico sem imela pa dostop do izposoje oblek ter nekaterih prostorov v bolnišnici. V glavnem, študentom tam ni hudega, zanje je odlično poskrbljeno.

Živela sem v študentskem domu neposredno zraven bolnišnice, do bolnišnice sem imela 5 minut, do centra mesta pol ure peš, z avtobusom pa 10 minut. V študentskem domu, za katerega sem plačala 700E za dva meseca, sem imela povsem svojo sobo, kuhinjo, kopalnico in wc pa sem si delila še z ostalimi 19 študenti na mojem hodniku. Res, da je to veliko, ampak nikoli ni bilo drepa nikjer. Pri kuhanju se pa tako ali tako paše malo podružiti. V sobah je večina imela internet, samo v parih sobah ni delal, tako da smo morali tisti srečnejši oz nesrečnejši (kot vzameš) internet uporabljati v skupni sobi, kjer je bil wifi. Kar pa je bilo super, saj sem tako morala iti v skupno sobo in sem tam spoznala veliko novih ljudi, s katerimi sem potem vse več časa preživljala v skupni sobi in pozneje po mestu, v hribih, s katerimi smo postali pravi prijatelji. Tako da kdaj je dobro, da tudi na Norveškem ne deluje vse, kot je treba. Sedaj so mi povedali, da internet dela povsod. Do mesta sem večinoma hodila peš, avtobus sem uporabila le trikrat, ko je deževalo in sem imela opravke tam.

Bergenčani so ponosni na svoje mesto, na Bryggen, stare barvne lesene hiške, ki so na Unescovem seznamu kulturne dediščine. Imajo ogromno muzejev, narodni muzej je bil na žalost v prenovi, lepra muzej pa že zaprt, saj obratuje le v dveh poletnih mesecih. Obiskala sem vse 4 KODE muzeje, to so muzeji slikarstva in umetnosti, razstavljene imajo slike znanih norveških slikarjev, najbolj poznan je Edvard Munch in njegova slika Krik, imajo pa tudi muzej sodobne umetnosti. V mestu je tudi trdnjava enega od njihovih kraljev iz 13.stoletja, ki sem

jo prav tako obiskala. Popeljala sem se s turistično ladjico, ki sicer vodi do akvarija, ki je tudi znamenitost mesta. Tega sem obiskala s prijateljico, ki me je v Bergnu obiskala. Sicer pa se v Bergnu vedno najde kaj, kar te impresionira, zelo všeč mi je bil sam center mesta in pa predel mesta, kjer so bila sicer stanovanjska naselja, ampak se je bilo zares lepo sprehoditi čez, saj imajo te hiše svoj čar. Sploh v dobri družbi, ki te popelje čez mesto. Oglledala sem si tudi koncert bergenskega filharmoničnega orkestra, ki je bil namenjen posebno študentom Univerze v Bergnu, bil je izjemen. Obiskala sem tudi bolnišnični koncert, kjer sta pela in igrala člana tega orkestra, bilo je prav tako zelo emocionalno - in to ne le za mene, ampak tudi za ledene Norvežane. Ko sem bila na izmenjavi, se je v mestu dogajalo kar precej, imeli so raziskovalne dni, kjer so razni raziskovalci predstavljali svoje raziskave na poljuden način, v bistvu bi lahko rekla, da bolj otrokom prijazno, ampak če si hotel izvedeti kaj več, so bili vedno pripravljeni razložiti. En petek je bil kulturni večer, kjer so vsi muzeji odprli svoja vrata zastonj, v mestu je potekalo ogromno uličnih predstav, ladjica je vozila zastonj, trdnjava je odprla vrata. Zanimivo je bilo. V mestu je bil konec septembra tudi BIFF festival. Obiskala sem tudi dva sejma v mestu, kjer so kmetje prodajali domače izdelke. Dva študenta medicine, ki sta bivala v mojem študentskem domu, sta me tudi povabila na razne občudnijske dejavnosti, nekaterih projektov sem se z njima tudi udeležila, sploh, če sta mi že vnaprej povedala, da bodo lahko govorili v angleščini. Proti koncu pa mi je bilo tudi, če so govorili v norveščini, že v redu, saj sem kontekst pogovorov razumela. S tema študentoma sem tudi izkoristila možnost, ki jo imajo njihovi študenti medicine. V bolnišnici imajo namreč dve sobi, ki sta namenjeni le študentom. V njih imajo vse potrebne pripomočke in modele, da študenti vadijo ginekološki pregled, porod, oftalmološki pregled (z različnimi očesnimi ozadji), otološki pregled, vadijo oživiljanje na odraslem in otroku, intubirajo, vstavljajo urinske katetre pri obeh spolih, delajo spinalne punkcije, se učijo šivanja - vse to na modelih. Eden drugemu lahko jemljejo vensko in arterijsko kri, vstavljajo periferne venske katetre, za vse imajo ves potreben material v teh sobah. Poleg tega pa imajo za študente v sobah tudi dva ultrazvoka - zares neverjetno. Pri nas se ultrazvoka še dotakniti ne smeš, tam se pa lahko učijo ultrazvočirati eden na drugem. Z obema študentoma sem se prav tako udeležila akcije zbiranja denarja za gradnjo nove porodnišnice v Sierra Leone pod okriljem študentske humanitarne organizacije MedHum v povezavi z MSF (Zdravniki brez meja). Akcija je bila uspešna, zbranih je bilo več kot 50 000 evrov.

Sicer pa sem si prosti čas krajšala tudi s hribolazenjem. Ulriken, Floyen, ter ostalih 5 hribov je idealnih za popoldanski počitek v naravi. Šla sem ali sama ali pa s prijatelji iz študentskega doma. Z njimi sem tudi preživljala popoldneve in pa večere ter občasno tudi noči. Zares velja za Norvežane to, da je težko priti v njihov krog, ampak ko prideš, si pa njihov. Prijazni, korektni, dobri ljudje, dobri prijatelji. Priredili smo tudi več hišnih zabav, saj se je vedno kdo poslavljajal, kar pri 80 ljudeh ni težko. Če smo ostajali vsi, pa smo jo priredili kar tako, za vikend. Imeli smo tudi večere igranja kart, gledanja romantičnih komedij (moški del nad tem ni bil niti malo navdušen), večere, ko je vsak nekaj skuhal in smo imeli skupno večerjo. V glavnem, v domu se je vedno nekaj dogajalo in prav nikoli ni bilo dolgčas. Kot vedno, sem težko zapustila ljudi in to mesto. Žal mi je le, da nisem videla več Norveške. Šla sem sicer na fjord trip, Sognefjord, ki je največji norveški fjord, ki je bil izjemen, ta narava in tišina zares blagodejno deluje na človeka. Prve vikende sem se odločila, da bom ostala v Bergnu, da ga spoznam, potem pa sem imela kar nesrečo z vremenom ravno za vikende, tako da sem ostala pri enem fjord izletu in me raziskovanje preostale Norveške še čaka. V Bergnu sem imela sicer izjemno srečo z vremenom. Mesto velja za enega najdeževnejših dni v Evropi. Vsaj v

prvi polovici izmenjave sem imela čisto suhe dneve, ki sem jih temu primerno tudi izkoristila. Deževnih dni je bilo prav malo, večinoma za vikende.

Spoznala sem veliko novih ljudi, z nekaterimi bom tudi ohranila stike. Zaradi vpliva okolja sem tudi precej spremenila življenjski stil, namreč tam vsi živijo tako zdravo, se zdravo prehranjujejo, ogromno športajo. Upam, da mi to ostane. Predvsem pa sem zadovoljna tudi z osebnega vidika, se mi zdi, da sem se odlično znašla v okolju, katerega jezika ne znam, kar je bilo novo zame (do sedaj sem vedno znala jezik države, v katero sem šla), zrasla sem osebno, postala samostojnejša. Pa tudi z medicinskega vidika sem pridobila ogromno.

Kar pa se tiče norveščine, je pa tako - preden sem šla na izmenjavo, sem naredila 60-urni tečaj iz tega jezika, čiste osnove sem torej imela. Naučila sem se tudi medicinske norveščine. To pa je bilo za 7 tednov povsem dovolj. Res je, da je jezik mešanica angleščine in nemščine, govorim oba, ampak govorjena norveščina je malo drugačna kot se piše, kar me je malo motilo v začetku, saj sem potrebovala čas, da sem se navadila. Brati in razumeti je namreč veliko lažje, kot pa razumeti govorjeno. Ampak s časom je tudi to steklo. V začetku so mi morali zdravniki v ambulanti razložiti, kaj so se pogovarjali s pacientom, pozneje so mi razložili samo pacientovo zgodovino, da sem lahko spremljala. Namreč potem sem ujela oz. razumela že precej, iz pacientove zgodovine pa sem potem lahko seveda sklepala in pričakovala, o čem se bodo pogovarjali. S pacienti pa sem se sama pogovarjala v angleščini seveda. Prav tako z vsemi ostalimi na Norveškem. Se mi zdi, da tam tudi vsi starejši znajo angleško, vsaj tak občutek sem dobila. Nekateri bolje, drugi slabše, na splošno pa vsi odlično govorijo angleško. Zdi pa se mi, da bi se jezika prav hitro lahko tudi naučila, če bi se ga hotela. Kot sem rekla, problem ni branje, od koder lahko razumeš precej, problem je izgovorjava in slušno razumevanje. Če bi šla še kdaj tja gor, bi se definitivno poskusila naučiti veliko več že pred odhodom.

Kar se stroškov tiče, je štipendija NFM pokrila praktično vse. Bila sem v "poceni" študentskem domu (glede na norveške razmere), za prevoz nisem imela stroškov, saj sem bila doma zraven bolnišnice, v mesto sem hodila peš. Edini dodatni strošek je bila hrana in če paziš, da ne kupuješ nepotrebnih in predragih stvari, kupuješ v akciji, potem se s to štipendijo lepo pride skozi.

Sicer pa se mi zdi Norveška izjemno organizirana država, saj zato pa tudi so, kjer so. Uporabljajo samo 4% denarja, ki ga imajo. Z denarjem država ne razmetava. Bili so kandidati za prireditve zimskih olimpijskih iger, ampak so od tega zaradi neprimernih zahtev MOK odstopili. Politiki so tam spoštovane osebe, s temu primerno izobrazbo. Celotna družba se mi zdi na višjem nivoju, to mi je bilo najbolj všeč. Imajo ogromno priseljencev, ki se dobro asimilirajo v družbo. Tam vsi plačajo vožnjo z avtobusom, pa čeprav voznik odpre vrata tako spredaj in zadaj. Ljudje ne gledajo, kako bodo nekoga izkoristili ali ogoljufali, držijo se pravil. Skrbijo za zdrav življenjski slog. Zares imam same pozitivne besede o Norvežanih in niti ene negativne. Tudi, ko sem se pogovarjala s priseljenci, so vsi izjemno zadovoljni, da so, kjer so. Nimajo občutka tujcev, saj se vsi korektno vedejo do njih. In tudi Norvežani ne vidijo tujcev kot vsiljive delovne sile, ki bi jim jemala delovna mesta, ampak menijo, da če so sposobni in pomagajo državi, so dobrodošli. In taka so bila vsa mnenja.

V glavnem, izkušnja je izjemna in nepozabna. Doma sem takoj na prvih vajah že postavila sum na akromegalijo, kot me je tega naučil profesor. Zares srčno upam, da se v to državo, ki me je tako navdušila in izpolnila moja visoka pričakovanja oz. jih preseгла, še kdaj vrnem.

Če bi kdo želel izvedeti še kaj več, mi lahko piše na petra.krt@gmail.com.

Petra Krt

35. NORVEŠKA - NORWEGIAN UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY (NTNU), TRONDHEIM (Andrej Čarni)

Izmenjavo sem opravljal na NTNU v Trondheimu na Norveškem, v jesenskem semestru šolskega leta 2014/15, s štipendijo štipendijskega sklada EGP NFM. Orientacijski teden se je začel 7. avgusta, pouk pa 15. avgusta, ter je trajal do 19. decembra.

Trondheim je tretje največje norveško mesto s približno 200.000 prebivalci, od tega je okoli 35.000 študentov.

Pred odhodom je predvsem pomembno, da bereš e-pošto v kateri dobiš vsa navodila in se pravočasno prijavljaš. Njihov sistem deluje in tako nisem imel na Norveškem nobenih težav. Koordinatorica na fakulteti Jannicke Gjølme Eriksen je zelo odzivna in pomaga v primeru težav. Za priznavanje predmetov Ginekologija in porodništvo, Sečila, Bolezni presnove, Pediatrija 1 in 2 sem vsem predstojnikom poslal e-pošto z dokumenti, ki obravnavajo vsebino predavanj ter vaj (t.i. Semesterhandbook <http://www.ntnu.no/dmf/studier/medisin>) in urnik za prejšnje leto (https://timeplan.medisin.ntnu.no/timetable_show.php?page=screen - obstaja možnost za izvoz v Excel datoteko) in se dogovoril za sestanek. Težav nisem imel pri nobenem predmetu, znale bi se v prihodnosti pojaviti zgolj pri priznavanju izpita iz Pediatrije 2.

Zaposleni v naši mednarodni pisarni so bili v veliko pomoč tako pri prijavi na razpis za štipendijo, kot tudi pri končni izmenjavi.

Študij. Univerzo sestavljajo trije večji kampusi, ter več manjših: Gløshaugen, največji kampus, predvsem za tehnične smeri (tu je tudi mednarodna pisarna), Dragvoll, za humanistične vede, ter Øya, kjer je medicinska fakulteta ter bolnišnica Sv. Olava.

Opravljal sem semester IID za tuje študente, ki v celoti poteka v angleščini. Domači študentje ga opravljajo v 4. letniku. Študij poteka v obliki predavanj, kliničnih vaj in problemsko naravnane pouka v majhnih skupinah (problem based learning). Prisotnost na vajah ter PBL je obvezna.

Znotraj semestra so predmeti integrirani horizontalno (slikovna diagnostika, kirurgija, infekcijske bolezni,..) ter vertikalno (patologija, genetika). Tako so na primer ob vsakem obravnavanem organskem sistemu na urniku vaje iz mikroskopske ter makroskopske patologije. Glavni predmeti semestra so: ginekologija, porodništvo, pediatrija, otroška psihiatrija, urologija, nefrologija in endokrinologija, v skupnem obsegu 30 ECTS kreditnih točk. Zaradi tesne medsebojne integracije fakulteta ne navaja ECTS kreditnih točk za posamezen predmet. Semester se lahko opravlja zgolj po principu vse ali nič in študent nima proste izbire posameznih enot. Drugih predmetov ali vaj v angleščini nisem mogel izbrati.

Predavanja, mikroskopiranje in seminarji potekajo tri dni v tednu ponavadi do približno treh popoldne, s pavzo za kosilo okoli dvanajstih. En dan popoldne se sestane PBL skupina za 3 ure. Dva dneva v tednu sta rezervirana za vaje, ki potekajo različno, so pa popoldnevi načeloma prosti.

V razredu je bilo 60 študentov, razdeljeni smo bili v skupine po 6, tako da je bilo v vsaki polovica norveških in polovica tujih študentov. V primeru da pacienti na oddelkih niso govorili angleško so nam norveški kolegi prevajali.

Priporočena literatura je objavljena v Semester handbook, sam sem imel natisnjene knjige s seboj. Njihova knjižnica je kar dobro založena. Za izpit so dovolj powerpoint predstavitev

predavanj, ki so objavljene v urniku. Izpiti iz prejšnjih let so objavljeni na spletni strani fakultete www.ntnu.no/dmf/studier/medisin/eksamensoppgaver. Čitalniških mest je veliko na vseh kampusih in so dostopni 24 ur na dan s študentsko izkaznico. Vsak študent dobi na semester 300 brezplačnih kopij/printov.

Opravljaj sem tudi začetni tečaj Norveškega jezika v vrednosti 7,5 ECTS kreditnih točk. Tečaj je trajal 10 tednov, enkrat na teden po 3 ure v dopoldanskih urah in zaradi tega sem moral izpustiti nekaj predavanj. Na koncu tečaja pridobiš kompetence A1 po CEFR.

Namestitev. Skoraj vsi mednarodni študenti živijo v največjem študentskem naselju Moholt Studentby. V stanovanju so 4 spalnice, vsak ima svojo, kuhinja/jedilnica in kopalnica so skupne. V spalnici so postelja, miza, stol, omara in pisarniška omarica pod mizo. Vse ostalo si kupiš sam. Rabljeno se lahko kupi od mnogih posameznikov, ki oglase objavljajo v Facebook skupini "Students' market Trondheim", konec avgusta je organiziran sejem rabljenih stvari, v mestu je tudi Ikea. Študentski dom stane okoli 4500 NOK na mesec. Zelo pomembna je pravočasna prijava, v nasprotnem primeru si moraš namestitev najti sam, kar je zelo težko.

Transport po mestu. Od študentskega naselja do glavnega kampusa je peš približno 30 minut, do centra 45 minut. Priporočam nakup rabljenega kolesa, če le popoldanska vožnja v hrib ne predstavlja prevelikega problema. Mestni avtobusi so točni in relativno hitri. Mesečne vozovnice so za študente na voljo po znižani ceni.

Hrana. Vsak kampus ima eno ali več študentskih menz in trgovin, ki so del SiT-a (Študentska organizacija v Trondheimu). V študentski menzi topel obrok stane okoli 70 NOK. Večina študentov si kosilo (ali sendvič) prinese s seboj, mikrovalovke so povsod tako da si kosilo brez težav pogreješ. Najcenejša trgovina je REMA 1000, popuste v vseh trgovinah se enostavno sledi z aplikacijo Mattilbud (<http://www.mattilbud.com/>). Mnogi za večje nakupe izkoristijo možnost brezplačnega avtobusa, ki pelje v najbližji nakupovalni center na Švedskem. Pot v eno smer traja približno 1,5h. Določena živila so na Švedskem tudi do dvakrat cenejša. Več informacij je na voljo na spletni strani <http://storlien.coopnord.se/>.

Prosti čas. Na univerzi je veliko možnosti za šport in prostovoljstvo. Študentje smo večinoma potovali z najetim avtomobilom in leteli z družbo Norwegian. Zabav smo se večinoma udeleževali v študentskem naselju, predvsem zato ker je pijača v barih zelo draga.

Izmenjava je razširila moja obzorja tako v akademskem kot tudi osebnem razvoju, sprememba okolja pa mi je dala ogromno vneme za nadaljnji študij. Domov sem odnesel neprecenljivo izkušnjo in tako izmenjavo na NTNU vsem zelo priporočam.

36. UNIVERSITETET I OSLO (Damjana Srednik)

Po končani izmenjavi sem nad Norveško (in še zlasti Oslom) še bolj navdušena, kot sem bila na samem začetku. Vse je popolno organizirano, mesto ni ne preveliko ne premajhno in ves čas se v njem kaj dogaja.

V bolnicah se vedno počutiš dobrodošel. Ko prideš skozi vhod in začneš pogledovati levo in desno, ker ti ni jasno, kam se moraš usmeriti, da prideš do dogovorjenega oddelka, te v roku ene minute že oblega mimoidoča zdravnica, sestra, ki je pritekla iz svojega zastekljenega

prostora, po možnosti še kakšen bolnik in te vsi sprašujejo, kako ti lahko pomagajo in kam te lahko usmerijo. Odvisno koliko se sam želiš aktivirati, imaš v univerzitetni bolnici tudi možnost rezervacije različnih simulacijskih centrov (vedno se najde prostor, večje težave so zgolj med časi izpitov). To pomeni, da lahko praktično vadiš vstavljanje venske kanile, ginekološki pregled, pregled novorojenčka, itd. Pred končnim izpitom boste morali opraviti še dva praktično-teoretična kolokvija iz anatomije, histologije in patologije (prepoznavali boste živce in žile na preparatih). Izpit iz sklopa *ginekologija in porodništvo in pediatrija* je prirejen OSCE izpit. Sestavljen je iz 2 ur reševanja izpita na računalniku, kjer je nekaj kliničnih primerov iz obeh področij, ki jih moraš pripeljati od začetne obravnave do končne diagnostike in terapije, ter iz OSCE izpita s postajami. Vsaka postaja traja 7 minut, so pa zelo raznolike, zanimive, nekatere kar precej stresne – postaje z igralci, z videi, s slikami, s simulacijo dojenčka npr. v »acute heart failure«... Skratka izpit je zelo praktičen. V Oslu sem dobila občutek, da smo mi, tujci/Slovenci, teoretično bolj podkovani, a nas v praktičnem delu Oslovčani precej prekašajo. Stvar je v tem, da pri njih predvsem bazirajo na praksi in pričakujejo, da bodo ob zaključku študija že lahko delali kot splošni zdravniki. Po tem semestru (*pediatrija, ginekologija, porodništvo*) pravzaprav dobijo začasno licenco kot zdravniki in se lahko zaposlijo. Zanimivo je, da tu kot Erasmus študent nisi nič kaj drugačen od normalnega norveškega študenta. Vaje, predavanja, celo izpit – pri vsem si pomešan med norveške študente in te zavezujejo natanko iste obveznosti in dolžnosti. Rada bi še poudarila, da je pouk odličen in k temu pripomore tudi način učenja – učenje v majhnih skupinah, ki temelji na kliničnih primerih, stimulaturna predavanja in vaje, ki jih vodijo svetovno znani predavatelji (moj mentor je bil »the one« pediater, ki je označil uporabo 100% kisika pri novorojenčkih kot »največji škandal v zgodovini medicine«). Skratka – priložnost za izobrazbo je neverjetna!

Družabno življenje kljub mrazu, temi in visokim cenam ne šepa. Konec decembra in začetek januarja sem se sicer sama zalotila kuhati večerjo ob 15. uri popoldne zaradi popolne teme, a poleg -15°C je to »najhujša« stvar. Čudovite snežne površine in ne »plundra«, v katero se v Ljubljani spremeni sneg v enem dnevu, te obkrožajo vsepovsod. Kar je najbolj moteče, je to, da je na tleh povsod prisoten tudi led in množičnih padcev ne manjka. Mraz in sneg pa ti omogočata poskusiti norveško »edino pravo smučanje«, kot ga oni imenujejo (»cross-country skiing«), ali se sprehoditi po površini enega izmed jezer, ki se nahaja praktično na vašem dvorišču. Vsekakor pa se ni problem v večernih urah zateči v eno izmed študentskih kuhinj in si organizirati pravo mednarodno večerjo ali obiskati študentski bar, klub z živo glasbo ali kakšno drugo zabavo. Redno je organiziran tudi študentski »open mic« in če vas zanima glasba, se v študentskem domu nahaja tudi glasbena soba z veliko pianini in klavinovami.

Po prenovljenem pravilniku o izmenjavah potrebujete za prehod v šesti letnik (peti letnik je namreč edina možnost za obisk Osla) kar 54 kreditnih točk. Zame je bil problem pridobiti že 46, zato bodite pripravljeni tudi na možnost ponavljanja letnika. Izmenjave v Oslu ne morete podaljšati. Smiselno je tudi vedeti, da je Oslo edino izmed mest na Norveškem, kamor odhajajo Erasmus študenti (ti so se odpravili še v Bergen in Trondheim), kjer vam opravljenega izpita iz *pediatrije 2* ne bodo priznali.

Kljub vsem problemom vam izkušnje ne bo žal – veliko papirologije po vrnitvi v Slovenijo, t. i. »post Erasmus sindrom«, prehod v preobremenjen sistem študija v Ljubljani v primerjavi z učinkovitim, veliko manj stresnim in bolj praktičnim študijem na Norveškem (brez obveznih predavanj) vas bo kvečjemu spodbudil k temu, da se boste spet in spet vračali v to

neverjetno državo naravnih lepot, kulturne raznolikosti in prijaznih ljudi. Moj nasvet – pojdite v Oslo! ☺

37. PORTUGALSKA – UNIVERSIDADE DE COIMBRA (Alja Vičič)

V tem poročilu vam bom na kratko opisala svoje izkušnje z izmenjave v Coimbri, ki sem jo opravljala v drugem semestru, od 7.2.2015 do 3.7.2015. Opravljala sem Pediatrijo 2 in Primarno zdravstveno varstvo ter dodatni predmet – jezikovni tečaj Portugalščina 2.

Prijavni postopek je predvsem s strani gostiteljske univerze zapleten, saj je že uskladitev learning agreementa cel podvig (moj primer: dokler prof. dr. Marš ni osebno urgiral pri gostiteljskih koordinatorjih, mi ti niso želeli omogočiti kliničnih vaj povsem brez razlage, kljub podpisani bilateralni pogodbi). Prijava poteka prek interneta, prek spletnega orodja (Inforestudante), podobnega našemu VISu. Tam se dobi vse potrebne obrazce za podpis in tja se jih po podpisih naloži. Prek tega orodja potekajo tudi vse prijave na izpite, reševanje vprašalnikov itd. Koordinatorica na gostiteljski univerzi je sicer zelo prijazna, vendar daje vtis, da ne ve, kaj dela. Študentom daje nasprotujoča si navodila, urejanje dokumentov v roku je brez stalnega pošiljanja mailov in osebnih obiskov v pisarni nemogoče. Ne zadostuje le prihod v mednarodno pisarno medicinske fakultete, potrebno se je prijavit tudi v glavni univerzitetni mednarodni pisarni na drugem koncu mesta, za kar je potrebna rezervacija termina. Tega nam ni ob prihodu nihče sporočil, ne po mailu, ne kakorkoli drugače, zato smo prvič odšli iz pisarne praznih rok. Uslužbenka v glavni pisarni je neprijazna in ji ni pod častjo vpiti na tuje študente, ki ne poznajo postopka.

Kar se tiče študija, se je potrebno res angažirati, najprej z iskanjem mentorjev. Imen mentorjev ali številke skupine namreč ne sporočijo, v mednarodni pisarni fakultete pa zanje pogosto ne vedo, zato je treba osebno na katedre predmetov, ki jih opravljate. Naslednja razlika je kvaliteta študija: ves pouk je samo v portugalski, mnogo profesorjev in zdravnikov angleško ne govori, zato se pred odhodom dobro pripravite. Predavanja so sicer kvalitetna, v povsem novih predavalnicah, vsa predavanja so še pred poukom na voljo v njihovi spletni učilnici.

Pri pediatriji sta obvezni 80% prisotnosti na predavanjih in vajah. Na predavanjih po predavalnici krožijo listi za podpis, na vajah te obkljuka mentor. Vaje potekajo v velikih skupinah (20 oseb) na enega pacienta na pediatrični kliniki, ki je oddaljena iz centra mesta. Študentje skupinsko vzamejo anamnezo, status opravi mentor, ki včasih razloži, kaj in kako. Skupina se nato vrne v predavalnico, kjer skupaj sestavi anamnezo in nato sledi diskusija o diagnozi in diferencialnih diagnozah, pregled bolnikovih izvidov in ostalih rezultatov preiskav. V sklopu vaj je potrebno izven rednega urnika opraviti 3 ure vaj na pediatrični urgenci, kjer je potrebno najprej poiskati zdravnika, ki bi te bil pripravljen vzeti s seboj. Izpit je pisni, ustni in praktični. Na z mentorjem dogovorjeni datum skupina 6 vnaprej določenih študentov vzame anamnezo in status, jo skupaj sestavi in predebatira. Nato mentor v predavalnico pokliče posameznega študenta in z njim pregleda anamnezo ter postavi vprašanja, vezana na bolnika. Pisni izpit je sestavljen iz izbirnih vprašanj, brez negativnih točk.

Pri družinski medicini je prav tako potrebna prisotnost 80%, predmet je razdeljen na

teoretični del (5. letnik) in praktični del (6. letnik). Sama sem zaradi zahtev naše fakultete opravljala oboje. Študenti petega letnika imajo enkrat tedensko predavanja v zdravstvenem domu izven centra mesta, vmes se dobivajo po 3 z določenim tutorjem in sledijo izbrani družini, o čemer napišejo končno seminarsko nalogo. Izpit je samo pisni, s 14 izbirnimi in 2 pisnima vprašanjsoma, brez negativnih točk. Študentje 6. letnika opravljajo 2 meseca vaj z mentorjem v določenem zdravstvenem domu, ki je lahko do 30 minut vožnje oddaljen od mesta Coimbra. Vaje potekajo od 9 zjutraj do približno 1 popoldne, ko ima mentor odmor za kosilo. Študent spremlja mentorja v ambulantni in domačih obiskih in opravlja preproste posege (avskultacija srca in pljuč, merjenje tlaka,...). Glavna razlika je, da družinski zdravnik na Portugalskem gleda tudi vse lažje pediatrične primere in opravlja redne ginekološke preglede ter preglede nosečnic. Izpita v 6. letniku ni.

Če želite zastopni jezikovni tečaj, vam svetujem, da izberete enega izmed predmetov Portugalski jezik. Izvaja se na stopnjah od 1 (jezikovni nivo A1 – popolni začetniki) do 4 (jezikovni nivo B2 – zelo dobro znanje). Tečaj poteka dvakrat tedensko po 2 uri v skupinah po 20 študentov. Vpiše se v learning agreement kot redni predmet in ima vrednost 6 ECTS, zato je potrebna obvezna prisotnost vsaj 75%. Vsa gradiva za tečaj objavlja profesor na spletni strani ali jih prinese k pouku. Končna ocena je sestavljena iz prisotnosti (10%), domačih nalog (20%) in dveh testov (35% vsak).

Kar se tiče dodeljevanja ECTS na gostujoči univerzi: kreditne točke dobite vpisane v Transcript of records samo, če tam opravljate tudi izpit. Če ga ne, vam kreditov koordinatorica ne bo dodelila, napisala pa vam bo deklaracijo o opravljenih študijskih obveznostih, v kateri bo za vsak predmet posebej navedeno, koliko ur predavanj, vaj, seminarjev,... ste imeli ter vsebina predmeta. Na podlagi te deklaracije vam naša mednarodna pisarna izda potrdilo za Univerzo v Ljubljani, kjer so vpisane tudi te kreditne točke glede na ECTS vrednost predmeta pri nas.

Na splošno je glavna razlika odnos do študenta: mentorjem so tako domači kot tuji študentje več kot očitno v breme, saj večinoma ni nobene razlage in nobenega pedagoškega procesa. Študent mora mentorja vsako jutro poiskati sam, še posebej na pediatrični kliniki, kar lahko traja tudi po več kot 1 uro. Če se želite karkoli naučiti, morate zelo aktivno spraševati, saj vam ne bo nihče povedal ničesar. Zdravila imajo drugačna imena, zato priporočam, da se obrnete na portugalski spletni register zdravil Infarmed (<http://www.infarmed.pt/genericos/pesquisamg/pesquisaMG.php>). Študentje imajo za razliko od naših tu povsem pasivno vlogo, saj mentorji storijo pred njimi praktično vse. Sistem študentskih erasmus tutorjev ne deluje dobro, saj ga po celi državi izvajajo šele nekaj let. Jaz in mnogo mojih kolegov je dobilo tutorje, ki nas niso niti enkrat kontaktirali, ko pa smo jim pisali sami, so bili večinoma odsotni iz mesta. Priporočam, da pred prihodom že poznate koga v Coimbri, ki vam bo lahko pomagal.

Glede na izkušnje ostalih študentov vam svetujem, da se ne odločite za bivanje v študentskem domu, saj so ti ponavadi v slabem stanju in dragi, veliko jih je ločenih po spolih (samo moški ali samo ženski dom, prepovedani obiski nasprotnega spola, določena ura vstopa v dom zvečer). Najemite si sobo v stanovanju, cene so zelo ugodne (med 150 in 300 evri na mesec z vsemi stroški in čiščenjem vključenimi). Svetujem, da si stanovanje poiščete pred prihodom v mesto, saj je mesto polno študentov in lahko se zgodi, da ni več ugodnih

sob. Obstaja mnogo spletnih strani za iskanje sob in stanovanj v Coimbri, tudi na Facebooku. Sama sem sobo našla prek prijateljice, ki je v Coimbro odšla v prvem semestru. Najboljša lokacija je za večino v bližini trga Praça da Republica. Od tu je do glavne univerzitetne bolnice in medicinskega kampusa približno 15-20 minut hoje, iz trga pa peljejo tudi skoraj vsi mestni avtobusi.

Dobre strani so cena bivanja (vse razen kozmetike je ceneje kot v Sloveniji, v povprečju stane kava 80 centov, pivo 1,8 evra in prigrizki 1,2 evra) ter prilagoditev mesta študentom. Praktično po celem mestu so študentske kantine, ki ponujajo celoten obrok (juha, glavna jed, solata, sladica, pijača) za 2,4€ in imajo 3 menije dnevno. Strežejo kosilo in večerjo. Mnogo je restavracij, diskotek, barov, kavarn in slaščičarn. Prebivalci celotne države so zelo prijazni in radi pomagajo. Javni prevoz po mestu sestavljajo avtobusi in trolejbusi, vožnjo se lahko plača z vozovnico, podobno naši Urbani ali direktno pri vozniku, vendar je tako dražje. Vsako vožnjo se plača posebej, ni določenega časa za prestop. Coimbra se nahaja v centru države, zato je odlično izhodišče za potovanja po celi državi. V mestu so številni dogodki, veliko je možnosti za rekreacijo (Parque verde ob reki, olimpijski bazenski kompleks, stadion, številni fitnes centri s študentskimi popusti, plesne šole). Mnogo je tudi muzejev in zgodovinskih spomenikov, po celi državi imajo študentje in mlajši od 25 let 50% popust na vstopnice v muzeje ter 25% popust na avtobusne in železniške vozovnice. Iz mesta enkrat na 45 minut vsak dan peljejo avtobusi v Lizbono in Porto, vlaki vozijo tja vsako uro. Vlaki so cenejši in hitrejši, zato vam priporočam, da potujete z njimi. Vsi medkrajevni avtobusi družbe Rede Expressos in vlaki Alfa Pendular in Intercity imajo brezplačni wifi. Vozovnice imate lahko v elektronski obliki na svojih telefonih ali tablicah.

Izmenjavo v Coimbri priporočam, če se želite po napornih študijskih obveznostih doma malo sprostiti, ne pa, če želite odnesti resno znanje. Sama sem pred odhodom slišala za to, vendar nisem verjela in mi je za to z nekega vidika žal.

Za vsa vaša vprašanja in dodatne informacije sem dosegljiva na elektronski naslov alja.vicic@gmail.com.

38. PORTUGALSKA – UNIVERSIDADE DE LISBOA (Jana Hernavs)

Sem Jana Hernavs, v študijskem letu 2014/15 sem bila na izmenjavi na Portugalskem v Lizboni. Na Faculdade de medicina da Universidade de Lisboa sem opravljala klinične vaje 6. letnika in sicer v prvem semestru iz interne medicine in kirurgije, v drugem pa pediatrije 2 in primarnega zdravstvenega varstva.

Pred odhodom v Lizbono sem opravila 2 jezikovna tečaja iz portugalskega in 2 tedna kliničnih vaj iz interne medicine.

Iskanje stanovanja v Lizboni je bilo kar pestro. Ponudbe je sicer dosti, vendar je pomembno, da si sobo prideš osebno pogledat in da se srečas z lastnikom. Treba je biti pozoren predvsem na lokacijo, saj je promet in povezave v Lizboni dokaj kaotično in ob (precej pogostih) stankah metroja, mesto praktično obstane.

Sprejem in check-in na fakulteti je bil sicer prijazen, vendar rahlo neorganiziran, zato si za vsako stvar vzemite čas, ker zna trajati v nedogled. Mene so nato peljali na ogled bolnišnice, vendar je trajalo dober teden, da sem dojela logiko in ureditev ustanove, ki je precej velika.

Takoj po check-inu sem šla na Faculdade das Letras (nekaj podobnega kot naš »filofax«) in se prijavila na tečaj portugalsščine (zelo priporočam, ker so kvalitetni in se res veliko naučiš, vsak opravljen izpit pa je ovrednoten s 4 KT).

Od medicinske opreme vzamite s sabo vse razen halje. Kupiti boste morali njihovo haljo, naše bojda niso dobre ali pa sem morda samo jaz nabasala na mentorico, ki je zvesto sledila njihovemu stilu in modi.

INTERNA MEDICINA

Najprej se zglesiš na katedri, tam te tajnica registrira in te pelje na oddelek, kamor si bil dodeljen, te predstavi mentorju, on pa celotni ekipi, del katere boš naslednji mesec ali dva. Ponavadi je mentor izkušen (starejši) zdravnik, pod sabo ima še enega ali dva specializanta interne medicine, pa še kakšnega študenta 6. letnika. Delo se prične med 8.30 – 9.00. V moji ekipi nas je bilo 5 – 2 specializanta in 2 študenta 6. letnika. Vsak je bil odgovoren za svoje paciente, ki smo jim zjutraj odvzeli kri, naredili celoten status, pregledali načrt zdravljenja in terapije ter po potrebi naročali dodatne preiskave. Sproti ali pa ob koncu dneva (nekje med 13 in 14 uro) smo o stanju bolnikov poročali mentorici, ki je tudi pregledala naša sprejemna in odpustna pisma (res je pomembno, da znate jezik, ker se zahteva popolna samostojnost). Ob sredah in ob petkih smo morali obvezno po 1 uro na dan iti na predstavitve kliničnih primerov.

KIRURGIJA

Najprej je treba na katedro, tam si izbereš koliko časa bi bil na katerem oddelku. Tvojo odločitev sporočijo mentorju, te napotijo do njega, potem pa je od sreče in iznajdljivosti odvisno ali ga najdeš ali ne ☺. Prve tri tedne sem bila na splošni kirurgiji, naslednje štiri v mali operacijski. V obeh primerih sem trpela, saj je bilo preveč študentov in pripravnikov, zdravnika pa skoraj nobenega, tako da je bilo zelo malo ali skoraj nič priložnosti za učenje. Upam, da sem samo jaz imela slabo izkušnjo in da so drugi oddelki bolje organizirani in angažirani.

PEDIATRIJA

Vsak teden sem bila na drugem oddelku. Začela sem pri novorojenčkih, naslednji teden na splošni pediatriji (predvsem žrtve nasilja in zlorabe), potem pulmo oddelek in nazadnje infekcije. Zaradi zelo omejenega časa mi večinoma niso pustili vključiti se v delo oddelka, sem pa videla veliko različnih bolnikov. Vsak teden smo tudi imeli predavanja na določeno temo.

PZV

Dodelili so me v zdravstveni dom kar precej daleč iz centra, tako se je treba malo znajti kako priti do tja. Imela sem super mentorico, s katero sem delala v njeni ambulanti in hodila z njo na obiske na domu. Delovnik je bil prilagojen njenemu, v povprečju pa sem bila tam 8h/dan, vmes sem imela 1 uro časa za kosilo. Naučila me je kako delati z njihovim sistemom, imela sem precejšnjo samostojnost pri delu z bolniki, kadar je ni bilo je prosila katerega od kolegov, če se lahko tisti dan pridružim njegovi ambulanti.

Splošni vtis o izmenjavi je izvrsten, saj sem doživela in izkusila veliko različnih stvari, imela sem možnost opazovati kako deluje zdravstveni sistem, dobre in slabe strani, predvsem pa drugačnost.

Navdušena sem bila nad narodom in njegovo kulturo, Lizbone sem se hitro navadila, predvsem njenega umirjenega utripa in lahkotnosti.

Največ so mi pomenili izzivi, s katerimi sem se srečevala in reševala nastale situacije. Sicer ni bilo lahko, je pa zrasel moj ponos in samozaupanje, znebila sem se strahu in neodločnosti. Svet je postal še večji kot je bil prej, možnosti in idej je tudi čedalje več, tako da komaj čakam na naslednjo priložnost, da grem spoznavat še kakšno drugo državo.

39. PORTUGALSKA – UNIVERSIDADE DE LISBOA (Kristina Hočevár)

V študijskem letu 2014/15 sem kot študentka 6. letnika medicine EMŠ opravila celoletno izmenjavo v Lizboni na Portugalskem. V poročilu bom opisala potrebne opravke pred, med in po izmenjavi.

Prijava na izmenjavo poteka v okviru Mednarodne pisarne MF, kjer sem pridobila vse potrebne informacije za kandidacijo, opravila razgovor in bila izbrana na prosto mesto za izmenjavo. Do tu je šlo vse gladko. Po izbiri se kandidatura in papirji pošljejo na zeleno fakulteto, s katere te potem obvestijo, da so dokumente prejeli in pošljejo nadaljno birokracijo, potrebno za prijavo. Sama sem na prejem dokumentov čakala vse do zadnjega tedna pred rokom za oddajo zahtevanih dokumentov, saj so mojo in kolegičino prijavo preprosto pozabili in če ne bi poklicali v Mednarodno pisarno v Lizboni, bi najbrž ostali brez izmenjave. Ko sem prispela v Lizbono in odgovorno osebo spoznala (ga. Maria Helena Baiao), sem ugotovila, zakaj so naju s kolegico kar pozabili – gospa na trenutke deluje malo zmedena, tako da karkoli se prosi/potrebuje, je potrebno prositi večkrat, mail največkrat ne zadošča, bolje se je oglasiti osebno. Kakorkoli, dokumenti so na koncu prispeli pravočasno in sledila je dokončna odobritev izmenjave in okvirni urnik za klinične vaje 6. letnika – interna medicina, kirurgija, pediatrija in družinska medicina.

Še ena zelo pomembna stvar, ki jo je treba opraviti pred izmenjavo – portugalščina. Raven, ki jo načeloma zahtevajo, je A2, vendar se le redki študenti na izmenjavi ozirajo na to. Jaz močno svetujem, da se jeziku posvetite, saj predstavlja pomemben del integracije v bolnišnično okolje. Zavod ŠOLT ponuja ugodne začetne tečaje portugalščine, priporočam nadaljevanje v Lizboni – Faculdade de Letras UL (Filozofska fakulteta) izvaja intenzivni tritedenski tečaj v septembru in potem vsak semester 2x po 2 uri tedensko, 75 € za tečaj (cena za Erasmus študente).

Sama naj bi z vajami začela 20. oktobra, vendar sem se v Lizbono odpravila že sredi septembra. Najprej sem bila nastanjena v hostlu, potem pa sem začela iskati stanovanje (tudi v tem primeru pomaga znanje portugalščine). Na voljo je veliko spletnih strani z oglasi zasebnikov, obstajajo tudi oglasi v angleščini posebej za Erasmus študente (na spletnih straneh organizacij, ki skrbijo za Erasmusovce), vendar so sobe praviloma dražje (ok. 300, 350 € na mesec s stroški), medtem ko so "navadne sobe" v povprečju 200-250 € na mesec, skupaj s stroški. Načeloma obstaja možnost bivanja v študentskem domu, vendar nisem spoznala nikogar, ki bi to možnost izkoristil.

Ob prihodu se je prav tako potrebno zgledati v mednarodni pisarni v času uradnih ur z vsemi dokumenti, dobiš mapo, kamor shranjuješ podpise in ocene profesorjev. Pred začetkom posameznih vaj se je potrebno v pisarni pozanimati, kje se je potrebno javiti prvi dan (običajno v tajništvu posamezne katedre), od tam pa te napotijo na tvoj oddelek. Vaje sem opravljala v Hospital Santa Maria na severu Lizbone in v Zdravstvenem domu Amadora v predmestju Lizbone.

Prve vaje, ki sem jih opravljala, so bile vaje iz interne medicine. Devet tednov sem preživela na oddelku Medicina IIB, skupaj s še eno portugalsko študentko, pripravnikom, 2 specializantkama in specialistom. Na oddelku so bile 4 take ekipe in v povprečju je vsaka ekipa zadolžena za okrog 7 pacientov. Vsak je bil tako odgovoren za 1-2 pacienta in njegovo obravnavo. Delovni dan se je začel s pregledom dogodkov prejšnjega dne, pregledom pacienta, naročanjem preiskav in izpolnjevanjem pacientove dokumentacije. Preko dneva sem lahko opravljala odvzeme venske krvi, plinske analize, EKG in spremljala paciente na preiskave. Za svoje paciente sem morala napisati sprejemno dokumentacijo in odpustnice, naročiti preiskave itd. Okrog 14h smo imeli skupno vizito s celo ekipo, poročali smo o dogodkih tega dne in kaj bomo naredili v nadaljevanju. Tukaj smo tudi študentje lahko izrazili svoje mnenje in sooblikovali potek zdravljenja posameznega pacienta. Enkrat tedensko smo imeli tudi Journal Club, kjer so študenti in zdravniki predstavljali izbrane tematike.

Naslednje vaje, ki sem jih opravljala, so bile štiritedenske vaje iz pediatrije. Vsak teden sem bila na drugem oddelku – neonatologija, infekcije, splošna pediatrija in alergologija. Opravljala sem preglede novorojenčkov in mamic, alergološke vaje so potekale v ambulanti, infekcije in splošna pediatrija na oddelku. Izbirni del vaj je tudi pediatrična urgencia (popoldne in ponoči). Na koncu vaj sem opravila tudi izpit iz pediatrije, ki je zajemal anamnezo in pregled v alergološki ambulanti, poročanje profesorici in nato še nekaj ustnih vprašanj s področja pediatrije.

Sledile so vaje iz kirurgije. Štiri tedne sem opravila na oddelku splošne kirurgije, tri pa v mali operacijski dvorani. Na oddelku je bilo delo podobno kot na vajah iz interne medicine – sprejemna dokumentacija, naročanje osnovnih preiskav pred operacijo, dnevno spremljanje in odpustnice. Na vajah v mali operacijski dvorani sem imela nekajkrat priložnost šivati rane, drugače pa sem opazovala delo in pripravljala potreben material za posege. Če se je mogoče dogovoriti, predlagam opravljanje tega dela vaj popoldne, saj je veliko več pacientov in manj študentov, tako da je več priložnosti za delo.

Zadnje vaje sem opravljala v zdravstvenem domu na Amadori v predmestju Lizbone (dostop je možen z metrojem ali suburbanimi vlaki). Tu so mi dodelili mentorico in z njo sem bila vsak dan v ambulanti od 8h zjutraj do 18h popoldne. Družinska medicina je na Portugalskem malo bolj obsežna in zajema tudi pediatrijo (osnovno spremljanje od rojstva naprej), osnovno ginekologijo in načrtovanje družine (kontracepcija), spremljanje nezapletene nosečnosti, vodenje sladkornih bolnikov, tako da je bilo delo zelo zanimivo – od sistematskih pregledov otrok, jemanja PAP brisov itd. Če je bilo potrebno pregledati veliko pacientov, sem imela priložnost delati sama v ambulanti, na koncu je mentorica samo pregledala zapisnik in potrdila recept/zdravilo.

Na splošno sem bila z opravljenimi vajami zelo zadovoljna, predvsem zaradi avtonomije, ki mi je bila zaupana. Veliko bolj mi je bilo všeč delo v ambulanti. Na oddelkih sem velikokrat imela občutek, da je skoraj več zdravnikov kot pacientov. Opazno je tudi pomanjkljivo sodelovanje med medicinskimi sestrami in zdravniki.

Lizbona je zelo lepo mesto z bogato arhitekturo. Ima dobro urejen javni prevoz – z mesečno karto (prib. 36 eur) lahko uporabljaš metro, avtobuse, tramvaj in suburbane vlake (postaje znotraj Lizbone). Prav tako ima zelo dobre povezave z drugimi deli Portugalske. Plaža je dostopna s suburbanimi vlaki. Za ljubitelje nočnega življenja je obvezen Bairro Alto v centru Lizbone. Cene v trgovinah so primerljive z našimi, dražje so sladkarije, kozmetika in izdelki za osebno higieno. Hrana v restavracijah je malenkost cenejša kot v Sloveniji, kava ekspreso 60 centov, bela kava 1 eur.

40. PORTUGALSKA - FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DO PORTO (Marija Pia Tacar)

V Porto sem odšla na 9-mesečno izmenjavo, ki se je začela sredi septembra in končala sredi julija. Na prvi pogled traja šesti letnik dlje kot pri nas, vendar je to zaradi dveh dodatnih predmetov, psihiatrije 2 in pediatrije 2, ki ju imajo v šestem letniku. Mi, ki smo ta dva predmeta že opravili, imamo v tem času tro- in štiritedenske počitnice. Četrty in peti letnik se začeta s tretjim tednom septembra in končata konec junija. Poleg bonus počitnic pa so tu še redne počitnice: dva tedna za novo leto, en teden za Veliko noč, en teden pa še v začetku maja, ko imajo Queima das Fitas, to je teden za študente, neke vrste brucovanje in proslavljanje študentov, ki zaključujejo s študijem. V tem tednu se v mestu odvijajo razne prireditve, žuri in parada študentov iz vseh fakultet, ki okrasijo tovarnjake in se oblečejo v njihove tradicionalne («harry potterske») uniforme.

Šesti letnik pri njih je razen omenjenih dveh dodatnih predmetov enak našemu, torej enako število tednov pri vsakem predmetu. Meni so na MF priznali vse vaje, izpite pa sem oz. jih še moram opraviti pri nas. Le pri družinski medicini sem morala pri nas opraviti še dva tedna vaj. Edina stvar, na katero bi opozorila kar se tiče fakultete FMUP, je ta, da mi ni omogočila opraviti nobenega izbirnega predmeta (za drugo medicinsko fakulteto v Portu, ICBAS, ne vem, kako je glede tega). Pri vseh predmetih so bile samo vaje, nobenih predavanj, razen pri interni medicini so bili organizirani seminarji, po podobnem sistemu kot pri nas, z neobvezno udeležbo. Vaje so potekale večinoma v Portugalščini. Pred odhodom na Portugalsko svetujem resno učenje portugalščine, zlasti če želite imeti zanimive vaje in se kaj naučiti, predvsem pa zato, da se vključite v tako zdravniški kot študentski tim. Sama sem imela kar nekaj predznanja jezika, vendar mi je bilo kljub temu na začetku težko, saj govorijo hitro in krajšajo besede.

Družinsko medicino sem opravljala 6 tednov v ambulanti odlične družinske zdravnice Marie João Esteves. Poleg medicinskega znanja sem se od nje naučila odličnih veščin komunikacije. Na Portugalskem so pred nekaj leti »ukinili« pediatre, tako da mora splošni zdravnik obravnavati vse starosti, od novorojenčka do starostnika. Pediatri seveda so, vendar k njim pride otrok le prek napotnice in v primeru urgence. Med vajami sem napisala 20 SOAP poročil in enkrat sem obiskala družino za poročilo o družini, ki sta ga zahtevala naš sistem na MF. Za pridobitev ocene na FMUP sem morala napisati eno poročilo o medicinski temi, ki sem si jo lahko sama izbrala. To poročilo se mi je potem štelo tudi na MF namesto seminarja. Nekajkrat sem imela priložnost iti z zdravnico na hišni obisk, potem pa sem tudi sama odšla k bolnici, ki sva jo že obiskali skupaj. Večkrat sem šla po domovih s patronažno sestro in tako sem spoznala še drugi svet Portugalske, ki ga turisti ne vidijo. V tem svetu so stari ljudje, ki težko skrbijo zase, svojci pa so jih zapustili ali pa jih nimajo. Velikokrat živijo v težkih razmerah – v starih, vlažnih in plesnivih hišah, z malo denarja.

Interno medicino sem opravljala 9 tednov pri zdravniku Antoniu Vieira Lopes aka dr. House. Pogovori so na žalost potekali skoraj izključno v portugalščini, zato je šlo veliko stvari mimo mene. Tu so mi kolegi iz tima veliko pomagali s prevodi in vključevanjem v delo. Po nekaj mesecih na portugalskem je bilo moje znanje portugalščine že boljše, tako da sem se lahko pogovarjala s pacienti in jih pregledala. Naučila sem se jemati arterijsko kri in z analizatorjem priti do podatkov, kar sem potem lahko samostojno izvajala. Sicer so vaje potekale še kar zanimivo, seveda pa je bilo potrebno veliko samoiniciative. Za pridobitev ocene predmeta sem morala predstaviti bolnika in diskutirati o njegovi diagnozi.

Vaje iz pediatrije so potekale 5 tednov in so bile odlično organizirane. Zjutraj smo šli z mentorjem do pacientov, jih pregledali, mentor pa nam je razložil njihovo patologijo in potek zdravljenja. Naučili smo se tudi veččin pregleda novorojenčka in otroka. Enkrat na teden smo imeli možnost biti na pediatrični urgenci, en študent na enega mentorja, kar je res super, saj vidiš veliko različnih patologij, mentor pa ti ob vsaki še kaj razloži. Na pediatriji so bili na splošno vsi zdravniki super, še posebej bi omenila zdravnika dr. Nuno Farinha in dr. Margarida Tavares. Z dr. Margarido sem bila nekajkrat v njeni ambulanti za infekcijske bolezni, predvsem za HIV – veliko je bilo otrok, ki so bili ogroženi zaradi vertikalnega prenosa. Na Portugalskem je več ljudi okuženih s HIV-om, predvsem je veliko mater, ki pridejo iz Angole, bivše portugalske kolonije, ker se poročijo s Portugalcem. Pri pediatriji sem izpolnila njihov delovni zvezek – nekaj poročil o bolnikih in predstavila enega pacienta.

Vaje iz kirurgije so potekale 8 tednov, 4 tedne na splošni kirurgiji in 4 tedne na različnih specialnostih (torakalna, plastična, pediatrična in KVS kirurgija). Z mentorji sem imela veliko srečo. Na splošni kirurgiji je bil moj mentor prof. dr. Marinho de Almeida, ki me je vedno poslal tja, kamor sem želela. Tako sem nekaj časa preživela na oddelku in v operacijski, večinoma pa sem bila v urgentni ambulanti, kjer je bilo vedno razgibano in sem lahko tudi šivala. Pri kirurgiji je bilo kar nekaj dela z izpolnjevanjem njihovega delovnega zvezka oz. pisanjem anamnez in statusov (za pet pacientov), pa tudi kratkih poročil (za 24 pacientov). Enkrat tekom vaj smo se morali udeležiti posebnih vaj, kjer smo se naučili veliko različnih šivov in vadili na modelih.

Z urejanjem papirjev nisem imela nobenih težav, vse informacije sem dobila pri Erasmus koordinatoriki. Kadarkoli sem potrebovala dodatne informacije, sem jih od nje dobila v najkrajšem času.

Življenje v Portu je super, ljudje so topli in prijazni, mesto je resnično čarobno, študentsko življenje je pestro. Včlanitev v ESN skupino za 10 € ponuja veliko popustov pri različnih aktivnostih in potovanjih. Cene so nekoliko nižje kot pri nas, predvsem sadja in zelenjave, ki se jih splača kupovati v trgovinicah, kjer prodajajo samo to in ne v navadnih trgovinah. Hrana v menzah je poceni, zelo dobra menza je v glavni bolnici São João, kjer za 3,40 € dobiš celo kosilo (juha, glavna jed, solata). V restavracijah so cene podobne našim, vstopnine v klube pa so velikokrat zastoj z ESN kartico, sicer pa okrog 5 €, v kar je vključena ena pijača. Alkohol je veliko cenejši kot pri nas. Nočno življenje je zelo pestro, predvsem odkar se je Porto v zadnji letih razvilo v študentsko in tudi erasmus mesto. Živela sem v centru, v hiši s še štirimi erasmus študenti, v svoji sobi, s skupno kuhinjo in dvema kopalnicama, za 240 € na mesec. Sicer sem dobila možnost bivanja v študentskem domu, ki pa jo odsvetujem, saj je precej draga – za dvoposteljno sobo, brez kuhinje (niti skupne ni) in oddaljeno pol ure peš iz centra. Javni prevoz je odličen, mesto ima šest metro linij, poleg tega pa še dobre avtobusne povezave. Mesečna karta za metro in avtobuse za dve coni je 24 €. Kolo je v Portu skoraj redkost, ker je mesto na precej razgibanem reliefu. Vseeno pa je kolo odlična izbira za vožnjo do obale. V tem primeru se dobi poceni kolo na spletni strani OLX, pa tudi na facebook erasmus strani se včasih dobi kaj zanimivega. V mestu je pestra ponudba fitnessov, priporočam Fitness Hut Trindade, kjer imajo mesečno karto za okoli 24 €. Vreme je poleti zelo vroče, pozimi pa zelo mrzlo, vendar ne zaradi nizkih temperatur ampak zaradi visoke vlažnosti in vetra, ki sta skoraj stalnica. Po treh minutah na dežju si kljub dežniku premočen do ramen. Kdor ne mara Ljubljane pozimi, naj gre raje v Lizbono ☺.

Izmenjavo v Portu zelo priporočam vsem, ki že znajo nekaj portugalsčine in jim je všeč sproščen način življenja. Zame je bila ta izmenjava odlična izkušnja. Bolj sem začela izražati svoje želje, česa se želim naučiti in videti, s prijaznim in spoštljivim odnosom in pa brez

strahu. Tako sem pridobila veliko večšin in znanja, tudi specifičnega glede na okoliščine na Portugalskem, ki ga pri nas mogoče ne bi. Kogar zanima še kaj, mi lahko piše na pia.tacar@gmail.com.

41. SLOVAŠKA – COMENIUS UNIVERSITY, BRATISLAVA (Tina Prosen)

Prvi semester 6. letnika sem opravljala na Slovaškem, Bratislava. Opravljala sem vaje iz kirurgije in interne medicine. Tja sem prišla le dan pred začetkom vaj iz kirurgije, ker je prišlo do malce nepredvidenega hitrejšega začetka študijskega leta (začela naj bi sredi septembra in sem se zato odločila, da opravim 2 tedna obveznih vaj iz interne medicine še v drugi polovici avgusta). Po prihodu v Bratislavo sem se najprej oglasila v mednarodni pisarni, kjer sem dobila vse potrebne informacije za pričetek vaj. Tu so res zelo prijazni in zelo pomagajo pri urejanju vsega. Potem sem začela z vajami in iskanjem stanovanja. Slednje ni bilo ravno lahko, saj sem se na začetku poskušala meniti v angleščini, pa nisem naletela na dober odziv. Na koncu mi je v drugem tednu le uspelo dobiti stanovanje, ki je bilo res super.

V tretjem tednu septembra sem začela z jezikovnim tečajem, ki je potekal 1krat tedensko po 2 uri. Udeležila sem se nadaljevalnega tečaja, saj je bil začetni že poln, poleg tega pa so osnove podobne in nisem imela težav.

Zame zelo zanimiva novost je bil njihov mednarodni program medicine. Tu je $\frac{1}{4}$ študentov iz tujih držav. Največ iz Grčije. Zdravnikom, sestram...torej ni nič novega, da se po oddelkih sprehajaja veliko tujih študentov. In do tujcev niso negativno nastrojeni. Sama sem imela občutek, da se za nas včasih še bolj potrudijo.

In moje vaje?

Vaje na kirurgiji so prva dva tedna potekale v res starodobni bolnišnici. Nismo videli veliko pacientov, vendar sem imela več časa za urejanje obštudijskih obveznosti. Po teh dveh tednih smo imeli vaje na različnih oddelkih na treh drugih bolnišnicah v Bratislavi. Nekje smo imeli bolj teoretično zasnovane, drugje pa smo sodelovali pri operacijah. Moram poudariti, da je tu veliko na tem, koliko se sam želiš udejstvovati in kakšne mentorje dobiš. Veliko možnosti imaš za delo, brez problema pa lahko vaje zaključiš prej.

Po zaključku kirurgije sem imela 3 tedne prosto, ko sem si malce ogledovala Slovaško in po tem sem začela z interno. Tu se je vse skupaj začelo kar zgodaj, saj smo morali biti ob 7ih že na oddelku in pregledati naše paciente. Določeni smo bili namreč za sobe. Po tem jutranjem pregledu smo imeli sestanek in po sestanku smo predstavljali paciente. Enkrat tedensko predstojniku oddelka, sicer pa svojemu oddelčnemu zdravniku. Jaz sem bila prve 3 tedne oproščena predstavljanja 😊. Zelo so bili veseli, če smo predstavljali v slovaščini, kar zame ni bilo preveč težko, saj je kar nekaj podobnosti v jeziku. Tekom vaj smo bili po en teden v ambulantni, en teden v intenzivi, en teden na onkologiji in en teden na hematologiji. Tu je spet odvisno, na kateri bolnici si. Najstarejša bolnica se nahaja v centru in sprejema predvsem starejše ljudi in brezdomce. Prav tako nimajo zelo sodobne opreme. Na drugih bolnicah pa lahko dobiš različne bolnike. In nekateri oddelki so res sodobno urejeni, drugi pa spet malo manj. Na oddelku sem bila skupaj z nekaterimi tujimi študenti, tako da smo si med seboj pomagali.

Obštudijsko življenje v Bratislavi je lahko zelo pestro, lahko pa je bolj medicinsko obarvano (za knjigami). Pestrost spoznaš predvsem, če živiš v študentskem domu. Veliko se dogaja predvsem v decembru, ko marsikdaj na glavnem trgu slišiš gručo Slovencev 😊.

Ker sem v teh stvareh še bolj na začetku, se nisem oglasila na slovenski ambasadi. Oni namreč organizirajo kar nekaj prireditev in so aktivni, tako da bi se splačalo. V Bratislavi je kar nekaj Slovencev, ki se srečujejo na raznih dogodkih.

In še ena stvar je pri Bratislavi dobra in je bila meni zelo koristna. Ni tako daleč od doma in sem se lahko vračala skoraj 2krat na mesec za vikend domov, saj sem imela nastope.

Torej... Izmenjava v Bratislavi je bila zame zelo zanimiva izkušnja. Prvič živeti po svoje, skrbeti zase. Fakulteta je pripravljena na tujce in nisi nekdo, ki si jim samo v napoto. Jezik pa je zelo podoben, tako da brez predznanja v 5ih mesecih napreduješ do te mere, da se lahko zмениš vse in brez večjih problemov jemlješ anamneze.

42. ŠPANIJA - UNIVERSITAT DE BARCELONA (Julija Dimnik)

Na Universitat de Barcelona(UB) sem opravila 10-mesečno izmenjavo, kjer sem opravila celoten 4. letnik po programu Medicinske fakultete v Ljubljani.

V Barcelono sem odšla 2 tedna pred začetkom študijskega leta, ki se tam prične že sredi septembra.

Stanovanje sem si našla že pred prihodom preko interneta, čeprav ni nobene težave najti stanovanje tudi, ko že prideš v Barcelono, saj je ponudbe veliko. Najlažje ga je poiskati preko spletnih strani in pa Erasmus skupin na Facebooku. V povprečju so cene sob med 300 in 400 Eur skupaj s stroški. Vsekakor se splača živeti v bližini fakultete, ki se nahaja v predelu Eixampla, vendar pa je mesto dobro povezano z metrojem, avtobusi in pa kolesi Bicing, tako da ni nobene težave, če želiš živeti v morda bolj živahnih predelih kot sta El Born in Barrio Gótico (sta malo bolj oddaljena).

Glede na to, da izmenjava traja 10 mesecev, boste potrebovali NIE (Número de Identidad de Extranjero). Kako ga pridobiti, si lahko preberete na spletni strani Universitat de Barcelona. Ker so čakalne dobe za pridobitev tudi do 2-3 tedne, se je za sestanek na uradu najbolje prijaviti čimprej. Predvsem je NIE koristen za uporabo sistema Bicing, ki je podoben ljubljanskemu Biciklju, in zelo uporaben pri premikanju po mestu.

Sama pri usklajevanju predmetnika nisem imela težav, saj so predmeti vsebinsko podobni kot pri nas, tako da priznavanje predmetov ne bi smelo biti težavno. Erasmus pisarna v Barceloni ti načeloma tako organizira urnik, da se ti vaje ne prekrivajo, predavanja pa velikokrat se, tako da se ne da obiskovati vseh. Le pozoren moraš biti na datume izpitov že na začetku študijskega leta, ki so tam neprestavljivi, in če imaš predmete iz različnih letnikov, se ti lahko kdaj prekrivajo. Izpiti so pisni, predstavljajo pa le del končne ocene, saj se ponavadi prišteje h končni oceni še ocena iz vaj in seminarja. Literatura za izpite so tako imenovane "comisiones" - zelo dobro urejeni zapiski, ki jih študentje pripravijo po predavanjih in seminarjih in je potem to tudi snov za izpit. Vendar pa so ti velikokrat v katalonščini, tako da je zelo priporočljivo, da poskušate čim prej katalonščino razumeti oz. obiskati kakšen tečaj katalonščine, ki jih organizira UB. Na izpitu pa ti vedno ponudijo možnost, če želiš opravljati izpit v španščini ali v katalonščini, z angleščino pa si žal tam ne boste mogli ravno veliko pomagati.

Ponavadi je vaj zelo veliko, npr. vaje iz nevrologije in prebavil sem tam opravljala 4 tedne vsak dan. Ponavadi trajajo od 8.30 pa do 14.00, nato sledijo predavanja, ki niso obvezna, in pa seminarji, ki so obvezni. Glavna univerzitetna bolnica je zraven medicinske fakultete, vendar pa lahko vaje opravljáš tudi v drugih bolnicah, ki so lahko kar precej oddaljene od Barcelone (npr. Terrassa je oddaljena 40 min z vlakom od Plaza Cataluña), lahko pa so na

drugih lokacijah v samem mestu. Sicer je malo neugodno zaradi prevoza, so pa to manjše bolnice, kjer ponavadi veliko odneseš od vaj in vzdušje je velikokrat bolj sproščeno.

Vse bodoče študente pa bi rada opozorila, da večina stvari na Universitat de Barcelona poteka v katalonščini. Če začneš govoriti po špansko, ti seveda odgovarjajo v španščini, vendar pa v ambulantah zdravniki s pacienti velikokrat govorijo v katalonščini, prav tako na predavanjih in seminarjih. Drugače so zdravniki zelo prijazni in vedno pripravljeni odgovoriti na kakršnakoli vprašanja.

Samo mesto je čudovito, vedno se najde kaj za početi. Vreme je skozi celo leto zelo lepo in sončno, tudi vzdušje v mestu je sproščeno. Gre za edinstveno izkušnjo, spoznaš zelo veliko novih ljudi iz raznih držav, ki prav tako pridejo na izmenjavo, izpopolniš znanje tujega jezika in se navadiš na malo drugačen način življenja.

43. ŠPANIJA - UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA, TENERIFE (Neli Šemrl)

V študijskem letu 2014/2015 sem v Španiji na Univerzi La Laguna opravila 4. letnik medicine in na otoku bivala od septembra 2014 do julija 2015.

Sprva sem se na izmenjavo prijavila za 6 mesecev, vendar me je koordinatorka gostujoče fakultete takoj obvestila, da je izmenjava na ULL možna le za celo šolsko leto, pravilo velja za vse letnike študija. Pri dogovarjanju o opravljanju izpitov me je opozorila še, da študent lahko opravlja le izpite iz predmetnika dveh letnikov, predmeti 4. letnika v Ljubljani pa so na ULL predmeti 3., 4. in tudi 5. letnika. Zato sem na koncu izbrala predmete 4. in 5. letnika, za ostale predmete pa sem se dogovorila, da bom obveznosti opravila doma. Takoj na začetku leta na ULL izide razpored vaj in seminarjev za oba semestra, koordinatorki predmetov pa lahko termin študentu z opravičljivim razlogom tudi spremenijo. Zato svetujem, da si že na začetku pogledate termine in si jih po potrebi predstavite, ter organizirate proste dni v primeru, da bi morali oditi domov in opraviti kakšen izpit. Na koncu sem izbrala za opravljanje v tujini predmete: Živčevje, Gibala, Rak in bolezni krvi, Prebavila, Ginekologija in porodništvo (ni predmet 4. letnika v Sloveniji), Infekcije in izbirni predmet Tropska medicina. Predmeta Živčevje in Gibala bom ponovno opravljala še v Ljubljani.

Naj omenim še, da je pogoj za vpis znanje španščine B1, saj vse vaje in izpiti potekajo v španščini in Erasmusci niso opravičeni ustnih izpitov.

Na otok sem priletela teden dni pred začetkom vaj (12.9.) in sem bila ena redkih Erasmus študentov, ki sem imela stanovanje rezervirano vnaprej. Vsekakor najti stanovanja v La Laguni ni težko, tudi če se vnaprej ne dogovorite. V centru mesta in okolici so lepa in zelo ugodna študentska stanovanja s povprečno mesečno najemnino 150 evrov. V mestu je blizu tramvaj, ki vozi do fakultete in je hkrati center študentskega dogajanja, zato vsekakor svetujem najem stanovanja in ne sobe v študentskem domu. Nekaj dni pred začetkom semestra se začne Erasmus welcome week in priporočam, da se ga udeležite. Tam lahko navežete prve stike z ostalimi Erasmus študenti, koordinatorki organizirajo izlete po otoku, na voljo je brezplačen tečaj španščine, predstavljena so hitra in preprosta navodila kako začeti izmenjavo, pa tudi ponudba aktivnosti tekom leta ... Tudi vpis na sami fakulteti je bil zelo preprost, nova Erasmus koordinatorka, Marta Garcia Bustinduy, je zares odlična in vedno na voljo študentom.

Vaje potekajo vsak dan približno od 8.00-12.00. Medicinska fakulteta je nekoliko bolj oddaljena od La Lagune (15 minut s tramvajem) kot večina ostalih fakultet, zraven fakultete je HUC, Hospital Universitaria de Canarias, še 3 postaje naprej pa je HUNSC,

Hospital de Candelaria. Kvaliteta vaj je seveda odvisna od mentorja, vendar lahko rečem, da sem imela v splošnem zelo dobre izkušnje, pozitivno me je presenetilo, koliko so nas, tuje študente, vključevali v samo delo. Edino razočaranje zame so bile vaje iz infekcij, kjer sem se kot Erasmus študent počutila odveč in od vaj nisem odnesla preveč znanja. Kot povsod pa šteje samoiniciativa in vsekakor so zdravniki veseli, če izraziš zanimanje za kakšno specifično področje in s svojo špansko sproščenostjo dovolijo prosto kroženje po oddelkih in ogled stvari, ki te zanimajo. V splošnem so vaje potekale tako, da smo prvo uro vaj bili prisotni na seminarjih ali oddelčnih raportih, nato pa 3 ure spremljali mentorje. Ponavadi se na koncu vaj odda dnevnik vaj z vsemi anamnezami. Popoldan potekajo (neobvezna) predavanja, vsak dan dva študenta natipkata celotno predvanje, ki je nato dostopno na mailing listi.

Življenje na otoku, kjer temperatura skoraj nikoli ne pade pod 20, s pogledom na najvišji vrh Španije na eni, in oceanom na drugi strani strani in vodnimi športi med novoletnimi počitnicami je vsekakor nekaj posebnega,

Mešanica španske in južnoameriške kulture daje vsakdanjemu življenju poseben utrip, v enem letu pa imaš čas, da raziščeš tudi ostale dele otočja.

Tu lahko omenim še, da si ob prijavi začasnega prebivališča na občini uredite še certifikat za potovanja, ki vam prinaša 50% popust na vse lete (in ladje) do ostalih otokov in celinske Španije. Po mojem mnenju je Erasmus (v Španiji ali katerikoli drugi državi) vsekakor prava odločitev zate:)

44. ŠPANIJA - UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA, TENERIFE (Maja Zabel)

Na Kanarskih otokih sem opravljala celoletno izmenjavo (10 mesecev) v času 5. letnika. Za izmenjavo sem se odločila predvsem zaradi lokacije in kurikuluma, saj so se - med španskimi fakultetami - predmeti 5. letnika najboljše pokrivali ravno z ULL.

Tam sem opravljala skoraj vse predmete 5. letnika. Potrebne je bilo kar precej dogovarjanja, a sem na koncu v Sloveniji morala opravljati le izpit iz sodne medicine in imunskih bolezni (oba sem opravila po vrnitvi iz Španije) ter vaje in izpit iz maksilofacialne kirurgije (ki ga lahko opravljaš tudi npr. v času novoletnih praznikov). Tam sem opravila tudi pediatrijo, ki pa ni bila deljena na dva dela kot pri nas - tako so mi v Ljubljani priznali vaje za pediatrijo 1 in 2. Kljub temu, da nekaterih izpitov v Ljubljani ne priznajo (pediatrija 2, sodna medicina), sem jih v Španiji vseeno morala opravljati - na ULL namreč pravijo, da ni mogoče opravljati zgolj vaj ampak je potrebno opravljati vaje in izpit skupaj. Tako ne potrdijo opravljenih vaj, če ni pri njih opravljen tudi izpit. (Izpit iz pediatrije in sodne medicine bom tako opravljala dvakrat.) Pri sestavljanju predmetnika bodite pozorni tudi na to, da ne izberete manj kot 48 ali več kot 60 kreditov, ter predmetov več kot dveh različnih letnikov njihove fakultete (kombinacija predmetov 3.,4. in 5. letnika ni možna, s čimer v 5. letniku ni težav, za 4. letnik pa je organizacija težja).

Z lanskim letom je tamkajšnja medicinska fakulteta dobila tudi novo koordinatorko mednarodnih izmenjav, ki je zelo prijazna. Pri dogovarjanju nisem imela nobenih težav.

Pouk je na fakulteti organiziran tako, da imaš v dopoldanskem času vaje (običajno 5x/teden), v popoldanskem času pa 2 uri predavanj (ki se ti lahko med različni letniki prekrivajo). Vaje izgledajo podobno kot pri nas. Opravljaš jih običajno na oddelku, v ambulanti spremljaš zdravnika ali pa si v operacijski. Kvaliteta vaj je odvisna od mentorjev, po večini pa nisem imela slabih izkušenj. Predavanja sicer niso obvezna, a jez sem jih večinoma obiskovala, saj so se mi zdela precej kvalitetna. Vsak predmet predava le nekaj profesorjev (okrog trije za en

predmet), tako da so predavanja zelo konsistentna, izpiti pa vezani točno na predavano snov. Med vsakim predavanjem en par študentov dela zapiske, ki si jih potem med seboj razpošljejo. Zapiski služijo kot glavna študijska literatura.

Kar se tiče izvenštudijskega življenja pa na otoku ni dolgčas. Večina študentov živi v La Laguni, ki ji zaradi vremena radi pravijo kar "London Kanarskih otokov" (megla, dež in mraz). Tako je ob prostih dnevih dobrodošel pobeg na morje ali v hribe.

Z jezikom nisem imela večjih težav. Kljub temu, da sem se ga začela učiti le nekaj mesecev prej in sem ob prihodu znala le grobe osnove, sem se hitro privadila. Največ sem se začetka naučila na predavanjih, več pa sem se družila tudi s španci in se na splošno izogibala uporabi angleščine. Vredno se mi zdi še omeniti, da na univerzi zahtevajo nivo znanja španščine B1, kar je potrebno upoštevati pri izpolnjevanju prijavnih listov (a uradnega potrdila o znanju jezika ne rabiš predložiti).

V celoti sem z izmenjavo zelo zadovoljna. Spoznala sem drug sistem izobraževanja in zdravstva, pridobila znanje novega tujega jezika in izkušnjo življenja v tujini. Seveda pa mi pomenijo veliko tudi prijateljstva in poznanstva, ki so ostala.

45. ŠPANIJA - UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MADRID (Jože Dernovšek)

Študij: 5. letnik medicine

Obdobje trajanje izmenjave: 1.9.2014 – 15.2.2015

V Madridu sem na izmenjavi preživel približno pol leta. Tja sem prispel že en teden pred začetkom študijskih obveznosti. Prve dni sem si prenočišče poiskal v hostlu in čas posvetil urejanju dokumentacije ob prihodu na Universidad Autonoma de Madrid, ob tem pa aktivno iskal sobo, kjer sem bil nato nastanjen nadaljnje pol leta. Že pred prihodom v Madrid so mi iz gostujoče fakultete sporočili, da sem za opravljanje kliničnih vaj dodeljen bolnišnici Puerta de Hierro Majadahonda, ki je od centra Madrida oddaljena dobro uro. Sicer sem jim prej pošiljal prošnje, naj me locirajo v eno izmed 4 drugih bolnic, ki so bližje centru, a so bile želje neuslišane. Za iskanje sobe sem se vseeno odločil za center Madrida, saj se mi je v tem nenazadnje zdel čar izmenjave – živeti v stiku s kulturo in dogajanjem, ki ga ponuja mesto, in ne bivati v neki oddaljenem spalni četrti. Na internetu obstaja ogromno portalov s ponudniki sob in večina najemodajalcev (tako kot večina Špancev) uporablja aplikacijo Whatsapp, preko katere so hitro odzivni in se zlahka zмениš za ogled sobe. Dobil sem kar sem hotel, sobo v deljenem stanovanju v La Latini, prelepem, barvitem ter z ljudmi in glasbo napolnjenem predelu v praktično čistem centru (5 minut od Plaze Mayor), hkrati pa tudi nosil »posledice« bivanja v precej veliki oddaljenosti od bolnice, kjer so potekale vse oblike mojega pouka (predavanja, vaje, seminarji) in bile v veliki meri v celoti obvezne. Pouk v bolnici je potekal po ustaljenem režimu – predavanja so se začela ob 8h zjutraj, od 9h do 13h so bile na sporedu klinične vaje na oddelkih s pacienti, nato pa so sledila še popoldanska predavanja ali seminarji, ki so trajali do 15h. Za prevoz do bolnice sem uporabljal javni transport in sicer v vsako smer 2 metroja in avtobus, zato je bila zame obvezna mesečna vozovnica (da si jo narediš moraš preko interneta zaprositi za sestanek na eni od postaj metroja in v začetku septembra so vrste zelo dolge, tako da se splača to narediti čimprej), v nasprotnem primeru sem za prevoz na dan odštél skoraj 10 eurov. Pouk v bolnici je potekal resneje kot sem pričakoval in je bil v splošnem kvaliteten. Predavanja in seminarji so potekali v relativno majhnih skupinah cca 20 ljudi, vaje na oddelku pa v povprečju z 2 študentoma na mentorja. Za nas erazmovce ni bilo nobenih posebnih skupin ali pogojev, tako pri opravljanju

pouka, kot kasneje pri izpitih. Odnos zdravnikov in zdravstvenega kadra je bil dober, večinoma so bili prijazni in pripravljeni pomagati študentom na izmenjavi, ki nas je bilo sicer zelo malo, je pa res, da sem bil vseeno nemalokrat izgubljen v diskusijah med zdravniki, kjer je pomembno razumevanje najmanjših detajlov in fines, in se niso samostojno zavzeli zame in mi stvari poskušali dodatno razložiti. Angleško v bolnici niso govorili. Vaje v bolnici so bile pretežno sestavljene iz opazovanja in diskusije, redko smo študenti participirali kot aktivni udeleženci, pa naj bo v ambulantni, kjer je bilo to pogosteje (npr. pregled pacienta in anamneza), ali na operacijah. Mentorji so sicer zahtevali veliko sprotne dela in za opraviti je bilo veliko poročil o pacientih ter seminarjev. Izven študijskih dejavnosti v Madridu praktično ni stvari, ki je ne bi mogel početi. Kot velemesto ima ogromno ponudbo vsega – od kulture, delavnic, izobraževanj in koncertov do različnih športov, v parkih (mesto ima 2 velika čudovita parka) ali zato namenjenih kompleksih, in po pouku mi nikoli ni bilo dolgčas. Med vikendi sem si lahko privoščil tudi izlete v bolj oddaljene kraje kot so Toledo, Segovia, Salamanca in Sierra del Norte de Madrid. Sicer sem se družil bolj z domačimi, z ostalimi erazmovci nisem imel veliko kontaktov. Madrid me je v splošnem navdušil in bi se tja definitivno spet vrnil ter ga priporočil vsakemu, ki si želi socialnega mestnega življenja in doživetja kastilske Španije, ki je kulturno, zgodovinsko in naravno prelepa.

46. ŠPANIJA – MARBELLA Hospital Costa del Sol, Marbella (Maša Kitner, praksa)

Maša Kitner, absolventka splošne medicine

Trajanje izmenjave: september – december 2014 (4 meseci).

Opravljene obveznosti: vaje iz interne medicine.

PRED IZMENJAVO: Ker se mi zdi Málaga eno najatraktivnejših španskih mest, sem se odločila, da opravi kar se da velik del vaj iz interne medicine v eni od mestnih bolnic. Kaj kmalu so me informirali, da to v nobeni od bolnic v samem mestu ni mogoče (menda zaradi nekakšnih Erasmus akreditacij), da pa lahko prepošljejo mojo prošnjo v bolnico v Marbelli (manjše mesto, ali kot pravijo tam »praktično vas«, katerega večinsko prebivalstvo sestavljajo precej premožni severnoevropski turisti/priseljenci), kjer so me toplo pozdravili in mi brez kakršnih koli problemov v izjemno hitrem času uredili vso potrebno dokumentacijo. Nekoliko več težav sem imela z urejanjem same dokumentacije v Ljubljani, na Medicinski fakulteti, vendar smo se uspeli domeniti, da lahko opravi skorajda vse vaje, razen obveznih dveh tednov, ki sem ju morala opraviti v UKC Ljubljana.

Nasvet: Vse se je mogoče zmeniti, samo dovolj dolgo morate vztrajati in pokazati veliko mero samoiniciative.

KARTA: Karte do Málaga navadno niso ravno poceni, razen če si eden tistih srečnežev, ki jim slučajno uspe najti poceni let, poleg tega sem se sama odločila za kombiniran let iz Ljubljane s prestopom v Bruslju, saj sem imela precej prtljage, zato zame nizkocenovni prevozniki niso prišli v poštev.

NASTANITEV: Ker sem se v Málaga odpravila skoraj tri tedne preden sem začela prakso (začela sem jo s 01.09.), sem imela veliko časa, da si poiščem nastanitev. Ker sem mesto (Málaga) že poznala, sem si želela živeti tam, čeprav sem opravljala prakso v bolnici v Marbelli, ki je, če imate avto oddaljena pol ure, z avtobusom pa se vozite skorajda celo uro. Kljub temu vedenju nisem spremenila svoje namere, kar se je izkazalo za izjemno dobro

odločitev, saj Marbella pozimi postane precej zaspano malo mesto, medtem ko ti v Málaga nikoli ni dolgčas!

Preko spletne strani *Fotocasa*, ki mi jo je priporočil španski prijatelj, sem našla stanovanje zelo blizu centra s še tremi gospodičnami. Vse tri so bile študentke, dve Maročanki in ena Poljakinja. Stanovanje je bilo ogromno (dve terasi, dve kopalnici,...), cena nizka – 150 evrov na mesec/osebo. Med seboj smo govorile špansko.

PREVOZ: Povezava med mestoma je tako slaba, da sem imela zelo malo opcij (vlaka ni, primestni avtobusi so počasni in dragi). Večino časa sem hodila z avtobusom za zaposlene, katerega slaba stran je, da če ga zamudiš zjutraj, nimaš prevoza in če prej končaš z delom, ne moreš oditi vse do tretje ure, ko odpelje avtobus. Poleg tega stane karta 200 evrov/mesec. Kar nekajkrat pa sem se peljala s kakšnim od specializantov, ki so prav tako živeli v Málaga.

PRAKSA: V *Hospital Costa del Sol* so mi že prvi dan predstavili praktično vse ljudi na oddelku za interno medicino, ki je bil moj matični oddelek. Posebno pohvalo moram nameniti zaposlenim v tajništvu bolnice, saj so mi priskočili na pomoč kadar koli sem to potrebovala, predvsem v prvem mesecu, ko sem delovala nekoliko izgubljeno. Verjetno je potrebno omeniti, da kljub temu, da je bolnišnica oblegana s tujci, večina zaposlenih (zdravnikov, sester) ne govori pretirano dobro angleško (z izjemo mladih specializantov), zato je relativno visoko znanje španskega jezika preden nastopite prakso na jugu Španije izjemnega pomena, saj olajša delo tako vam, kot tudi ostalim s katerimi sodelujete.

Prva dva tedna sem preživela z mentorjem, ki se ukvarja z infekcijskimi boleznimi (ki v tej bolnišnici spadajo pod interno medicino). Ko so ugotovili, da je moje znanje španščine dobro, so me praktično povsod jemali s seboj in me intenzivno vključevali v vsakršno delo. Predstavili so mi njihov lastni sistem za nadzor in preprečevanje pretirane rabe širokospektralnih antibiotikov, bila sem v posvetovalnici in ambulanti za HIV, poleg tega sem videla nekaj zanimivih primerov infekcijskih bolezni.

Nadalje sem bila dva meseca na matičnem oddelku za interno medicino. Ker je bolnica majhna, hematološki in onkološki oddelek vodita le zdravljenje in spremljanje pacientov po zaključku zdravljenja, odkrivanje bolezni in vsi diagnostični postopki pa se izpeljejo na oddelku za interno medicino. Prav tako se na oddelku za interno medicino znajdejo vsi nevrološki pacienti, tako da je bila patologija, ki sem jo vsakodnevno srečevala, pestra. Moja mentorica je bila mlajša zdravnica, s katero sva se odlično ujeli. Večino časa sem delala z njo, v primeru, da je imel kakšen zdravnik zanimivega pacienta, ali da je moja mentorica manjkala, pa sem sodelovala s kom drugim. Pisala sem anamneze, statuse, napotnice za diagnostične postopke, spremljala zdravnike, kadar so informirali paciente.

Teden dni sem preživela na oddelku za endoskopske preiskave, za UZ srca (ki sem se ga končno naučila), en teden na urgenci, kjer sem opravila tudi celonočno dežurstvo. Na lastno željo sem dva tedna spremljala zdravnice s hematološkega oddelka, saj me hematologija zelo zanima. Povsod so me lepo sprejeli in me vključili v delovni proces.

Naučila sem se kopice novih zadev, utrdila že osvojena znanja, poleg tega pa so me spodbujali, da sem si ogledala in tudi sama opravila marsikateri poseg. Zjutraj smo imeli vsakodnevni uvod s predavanjem ali poročanjem o eksotičnih kliničnih primerih (občasno celo medbolnišnične seje po videoklicih), nadalje smo skupinsko odšli na zajtrk v kavarno za osebje.

Bila sem edina študentka, kar je verjetno igralo meni v prid, saj so bili vsi navdušeni, da se lahko ukvarjajo z mano.

SOCIALNO ŽIVLJENJE: Kljub temu, da sem bila neverjetno utrujena od vsakodnevne poti do bolnice in nazaj, je bilo vredno živeti v centru Málaga. Praktično vsak večer sem se lahko

udeležila kakšnega socialnega dogodka ali zabave, spoznala sem veliko ljudi. Mogoče jug Španije ni najboljša izbira, če ste precej resna in zadržana oseba, saj sta to dva pridevnika s katerima ne bi opisala tamkajšnjih prebivalcev (tudi delujočih v bolnišnici ne!).

Ja, praksa v tujini zahteva veliko energije in zna biti (predvsem njena organizacija) tako stresna, da bi večkrat najraje odnehal. Ampak nova vedenja, prijateljstva in spoznanja o sebi in svetu, ki jih po koncu prineseš domov, odtehtajo prav vsako slabost.

Uživajte v vsaki minuti svoje izmenjave, ker se bo le-ta še prekmalu končala.

47. ŠPANIJA – UNIVERSIDAD DE SALAMANCA, SALAMANCA (Ana Petek)

Svojo izmenjavo v Salamanci sem začela 19.3., ker imajo (vsaj zadnji trije) letniki v Salamanci trimesre, ne semestrov. Jaz sem izmenjavo opravljala v zadnjem trimestru, če ste vztrajni pa se da zmeniti tudi da pridete sredi semestra. Trimester vaj (opravljala sem samo vaje) ima 4 tritedenske sklope, torej se na vsake tri tedne zamenja oddelek, tako da o koločini vaj razmišljajte v večkratnikih števila 3, tukaj ni bilo druge opcije. Vse kontaktne osebe (mednarodna pisarna itd.) so zelo prijazne, čeprav včasih potrebujejo nekaj opominjanja da vam odgovorijo oz. uredijo stvari. Brez sramu jih nadlegujte dokler ne pridete do zaključka.

Ne glede na izbrani semester se morate na univerzo prijaviti neke julija, točen datum je na njihovi strani. Potem uredite papirje v Sloveniji in se z mednarodno pisarno medicinske fakultete v Salamanci dogovorite za urnik. Learning agreementa in ostalih papirjev jim ne rabite pošiljati vnaprej ampak jih prinesete s sabo. Ko enkrat pridete tja se oglasite v tajništvu da vas vpišejo, potem pa si priskrbite urnik, najlažje preko ostalih študentov (vsak dobi t.i. godmother oz. godfather-ja izmed študentov, ki je neke vrste tutor), lahko pa poskusite svojo srečo tudi s kontaktiranjem kordinatorja rotatorijev, ki se menjujejo, elektronski naslov aktualnega dobite od njihove mednarodne pisarne.

Ko ste se uspešno spopadli s papirologijo se začnejo vaje. Jaz sem opravljala 4 tritedeske sklope in sicer iz družinske medicine, kirurgije, pediatrije in interne medicine. Vaje iz družinske medicine so bile v ambulanti družinskega zdravnika, ki je imel približno za 4-5 ur pacientov v ambulanti, potem pa vsak dan še kakšno uro ultrazvočnih pregledov. Jaz sem delala predvsem fizične statuse in pa ultrazvočne preglede, kjer sem lahko kar precej sodelovala. Moj mentor je bil zelo prijazen, mi je precej razlagal in imel potrpljenje kadar se mi je zataknilo s španščino. Vaje iz kirurgije sem opravljala na odelku za digestivno kirurgijo. Vključevale so predvsem veliko postavaja po operacijskih dvoranah in prerivanja za tisti en kot iz katerega se dejansko kaj vidi ter občasno vizito na odelku. Vaje iz pediatrije sem opravljala v ambulanti, nekateri študenti pa so jih imeli tudi v bolnici. Spet sem dobila izredno prijaznega mentorja in sem naredila precej statusov, pa tudi mentor si je vzel precej časa zame. Vaje iz interne medicine sem opravljala na geriatriji v lokani verziji Golnika, ki mislim da je edina bolnica do katere morate vzeti avtobus, sicer je vse dosegljivo peš. Je pa bilo moje prevažanje nagrajeno, saj so se precej ukvarjali z nami, vsak dan smo imeli seminarje (rentgen, ekg...), šli na vizito in opravili kakšen samostojen pregled pacienta. Mislim, da sem se od vseh vaj na teh največ naučila, je pa vse zelo odvisno od dodeljenega oddelka.

Še ena stvar ki jo morate vedeti o Španiji: dejansko je španščina nujna, tako na faksu kot v prostem času, saj nihče, od profesorjev do sošolcev in mednarodne pisarne ne govori angleško. So pa vsi izredno prijazni če vaša španščina ni perfektna in česa ne razumete in

vedno pripravljene razložiti, samo vprašajte.

Še nekaj so samem mestu: Salamanca je izredno prijetno in varno mesto. Znana je kot študentsko mesto, tako zaradi števila ljudi ki tukaj redno študirajo (ima eno najstarejših univerz v Evropi) kot tudi zaradi števila ljudi ki sem prihajajo na jezikovne tečaje (prebivalci Castille naj bi govorili najčistejšo španščino, kar vam bodo tudi ponosno povedali). Kot pravo študentsko mesto se v Salamanci vedno nekaj dogaja, od koncertov do plesnih tečajev, jezikovnih izmenjav, filmskih večerov... Za vsakega se kaj najde, samo pridružite se njihovim (mnogim) FB stranem in spremljajte dogajanje. Sicer je mesto majhno, tako da lahko pridete peš praktično kamorkoli, tudi stanovanje v neposredni bližini bolnice in centra mesta (5-10 minut peš) dobite za dobro ceno (jaz sem za svojega plačevala približno 220 evrov skupaj s stroški). Stanovanj je precej in ga ne rabite iskati pred prihodom v Salamanca, saj ga lahko brez problema najdete v nekaj dneh.

Če koga zanima še karkoli v zvezi z izmenjavo sem dosegljiva na mail:

ana.petek13@gmail.com.

48. ŠPANIJA – UNIVERSIDAD DE SALAMANCA, SALAMANCA (Anže Jerman)

Salamanca je majhno špansko univerzitetno mesto, oddaljena dobri 2 uri vožnje z avtobusom iz Madrida. Univerza v Salamanci je 3 najstarejša univerza na svetu. V Salamanca sem prispel 6. januarja. Z Erasmus+ izmenjavo sem pričel en dan kasneje. Najprej sem uredil vse papirje na fakulteti in potem prevzel še študentsko izkaznico na univerzi. Pred samim začetkom izmenjave sem se dogovoril, da bom opravljal samo vaje iz kirurgije in interne medicine. Bil sem zelo razočaran, ko so me razporedili na oddelke, ki niso ravno internistični ali kirurški npr: dermatologija, geriatrija, psihiatrija, nevrologija. Ko sem jih prosil za spremembo, so mi razložili, da na njihovi fakulteti sodijo ti predmeti bodisi pod internistične, bodisi pod kirurške in naj se ne obremenjujem preveč. Vaje v bolnišnici so bile precej odvisne od mentorja, vendar so se v splošnem vsi mentorji držali načela, da je študent samo opazovalec. Od oddelkov, kjer sem opravljal vaje so se mi najbolj vtisnili v spomin nevrologija, hematologija in endokrina kirurgija. Na obeh oddelkih so bile vaje zelo dobre, z zelo veliko različnimi pacienti in tudi mentorji so me lepo vključili v svoje delo na oddelku. Odnos španskih zdravnikov v do pacientov je bil precej drugačen od odnosa slovenskih zdravnikov, je dosti bolj oseben. V Salamanci so zdravniki med pregledi pogosto sedeli ob pacientu na njegovi postelji, s pacienti so se tikali (enkrat so mi razložili, da kadar zdravnik vika pacienta, naj bi pokazal svojo vzvišenost nad njem), v bolnišnici so bili zelo pogosto ob pacientu tudi njegovi sorodniki.

Razlogov, zakaj sem izbral Salamanca je več, eden izmed glavnih je, ker je dialekt, ki ga govorijo v tem delu Španije, najbolj podoben uradni španščini (Castellano).

Kar se tiče izmenjave, odsvetujem, da se udeležite tečaja španščine, ki ga ponuja Univerza v Salamanci. Sam sem se udeležil tečaja in bil zelo razočaran, saj smo bili v skupini študenti od nivoja A1 do B2, poleg tega pa je bila tudi skupina zelo velika, kar je še dodatno oteževalo optimalno poučevanje. V Salamanci je precej majhnih jezikovnih šol, ki za bistveno nižjo ceno ponujajo boljše tečaje.

V splošnem sem bil z izmenjavo, kljub povprečnim vajah, zelo zadovoljen. Salamanca je majhno, a zelo živo študentsko mesto. Stari del mesta s katedralo in univerzo zelo spominja na Oxford. Kot se za staro univerzitetno mesto spodobi, imajo zelo veliko tradicij in običajev. Meni osebno najbolj zanimiv »praznik«, ki je celo na pol dela prost dan – delo

poteka samo do 12 ure in potem je dela prost dan, je »Lunes de Aguas«. Začetek Lunes de Aguas sega v 16. stoletje, ko je študiral na univerzi v Salamanci približno 8.000 študentov – sami moški. V tistem času je Španiji vladal zelo verni kralj Filip II., ki je s posebnim odlokom zaukazal vsem prostitutkam da en teden pred veliko nočjo zapustijo center mesta in se smejo vrniti šele teden dni po veliki noči. Vrnitev prostitutk v mesto označuje »Lunes de Aguas«, ko se študentje zberejo ob starem mostu ob reki in se zabavajo.

49. ŠVEDSKA - SAHLGRENSKA AKADEMIN, GÖTEBORGS UNIVERSITET, GOTHENBURG, ŠVEDSKA (Nina Aberšek)

Izmenjavo sem opravljala na Univerzi v Gotenburgu na Švedskem v pomladanskem semestru. Semester se je začel v sredini januarja, z njim pa tudi uvodni teden. Gothenburg leži na zahodni obali Švedske in je njeno drugo največje mesto.

Pred odhodom po e-mailu dobiš vse podatke, ki jih potrebuješ. Pošljejo ti tudi geslo za spletno učinico, na kateri so vse podrobnosti v zvezi s poukom (urnik, literatura, razdelitev v skupine, lokacija). Študij poteka v obliki predavanj, vaj in seminarjev. Vaje in seminarji so obvezni. Jaz sem opravljala ginekologijo in porodništvo, oftalmologijo ter ORL. Njihovi koordinatoriki Evelina Nyström in Linn Gabrielsson sta zelo odzivni in rade volje pomagata ob kakršnih koli težavah.

Pri predmetih, ki sem jih opravljala jaz sodelujejo tri bolnišnice: Mölndals sjukhus, Östra sjukhus in Sahlgrenska. Vse tri spadajo pod Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Med njimi obstajajo povezave s tramvajem in avtobusom.

V posameznem semestru je približno 60 študentov, ki so nato razdeljeni v manjše skupine (4-8). Pouk poteka v švedščini in to je verjetno tudi razlog, da sem bila jaz edini Erasmus študent. Pouk je bolj praktično orientiran kot pri nas in ker so skupine manjše se lahko profesorji bolj posvetijo vsakemu posameznemu študentu.

Opravljala sem tudi nadaljevalni tečaj švedščine, ki je obsegal 30 ur. Potekal je v popoldanskem času. Obstajajo 4 različni nivoji, na katere se prijaviš po svoji lastni presoji, seveda pa se lahko posvetuješ tudi z vodjo programa, ki je vedno na voljo.

V Gothenburgu obstaja ogromno različnih kampusov, na katerih bivajo tako domači kot tuji študentje. Največ Erasmus študentov biva v Olofshöjdu, ki leži zelo centralno in je tako najbolj priljubljena destinacija za študente, ki v mestu ne bodo bivali zelo dolgo.

Za transport po mestu se uporablja tramvaj in avtobus. Mestni promet je zelo točen. Priljubljena so tudi kolesa, ki se jih lahko kupi na sejmih, od posameznikov ter v trgovinah z rabljenimi kolesi. Na voljo so tudi mesna kolesa, ki delujejo na podoben princip kot BicikeLJ. Hrana je na Švedskem nekoliko dražja in večina študentov si kosila in malice prinese s seboj. Na vseh fakultetah in v bolnišnicah obstajajo sobe za študente z mikrovalovkami in majhnimi kuhinjami, kjer si hrano lahko pogreješ in dokončno pripraviš.

V mestu je organiziranih veliko priložnosti, za katere skrbi študentska organizacija Intet. Švedska je, kot vse skandinavske države, zelo športno naravnana in v skladu s tem se odvija tudi veliko športnih aktivnosti in tekmovanj.

Osebnostno izmenjavo izredno zadovoljna in jo priporočam vsem, ki jih mika spoznati nove kulture in razširiti svoja obzorja. Za kakršne koli dodatne informacije sem vedno dosegljiva na mailu: abersek.nina@gmail.com

50. ŠVICA – UNIVERZITETNA BOLNICA V ŽENEVI (Nina Sojar Košorok, praksa)

Med februarjem in aprilom 2015 sem se odpravila na izmenjavo v Švico. Pri Erasmus+ praksi mi je bilo najbolj všeč to, da si lahko sam poiščeš mentorja in prakso opravljaš na področju, ki te zanima. Tako po eni strani dobiš priložnost za dodatno izobraževanje, po drugi pa tudi dodatne kompetence, ki pridejo prav, ko se npr. prijavljaš na specializacijo. Sama sem izbrala področje kolorektalne kirurgije.

Iskanje mentorja zna biti nekoliko dolgotrajno, zato je bolje stopiti v stik z več ljudmi. Po mojih izkušnjah je tudi najbolj pametno, da kar študent predlaga okvirni program prakse, saj so mentorji običajno precej zaposleni z drugimi stvarmi in jim je papirologija nekoliko odveč. In ne zagrenite si življenja – glede na to, da ne veste točno v kaj se podajate, je po moje bolje, da je program nekoliko bolj ohlapen in potem na praksi niste preveč v stresu, če ne izpolnite vsake alineje, ampak izkoristite priložnosti, ki se pojavijo. Presenečena sem bila, da papirjev pri pripravi prakse pravzaprav sploh ni tako zelo veliko (navdušen je bil tudi mentor). Če bi to vedela že na začetku, bi se izpolnjevanja papirjev lotila že prej in ne šele tik pred zdajci.

Malce bolj zakomplicirana je spletna prijava za štipendijo, pa tudi ta ni prehuda. Zdi se mi super, da je sedaj v izmenjavo vključen tudi jezikovni spletni tečaj. Meni se je zdel sicer nekoliko okoren, ampak sem ga vseeno z veseljem uporabljala. (Precej bolj me je navdušila in potegnila (brezplačna) aplikacija Duolingo.) Spletna prijava je potekala brez težav, zato pa se je malce zataknilo pri iskanju sobe. Življenje v Švici je obupno drago. Sobe (!) se začnejo nekako med 500 in 600 evri (v študentskih domovih je sicer malo ceneje, vendar se mi zdi, da se ni možno prijaviti za tako kratek čas), cena za sobo pa se lahko povzpne vse do 1000 evrov, odvisno od lokacije. Jaz sem na koncu zaradi obmejne lokacije Ženeve najela sobo čez mejo, v Franciji, kjer so cene malenkost bolj znosne pa tudi hrana je občutno cenejša. Z avtobusom in tramvajem sem tako potrebovala slabo uro do bolnice (okrog 12 km). Ključno je torej z iskanjem sobe začeti čim prej, saj so dobre sobe zelo hitro zasedene, poleg tega pa marsikateri lastnik odgovori šele čez čas in se zato ves proces podaljša. Meni so bile v pomoč spletne strani Airbnb, Chez l'habitant in Roomlala.

Prvi teden je moj mentor prof. Roche organiziral pregledni tečaj proktologije, ki so se ga udeležili zdravniki z vsega sveta (Rusija, Abu Dabi, Dubaj, Avstralija, različni konci Evrope). Zelo je bilo zanimivo, priložnosti za navezovanje stikov precej, poleg tega pa je bil to super uvod v mojo prakso. Večino časa sem preživela v Univerzitetni bolnici – deloma v ambulanti na polikliniki in deloma v operacijski dvorani. V tednih, ki so sledili, se je mentor zelo potrudil in mi omogočil tudi delo z drugimi zdravniki po drugih bolnišnicah. Nekajkrat sem lahko šla z njim tudi v druge bolnice po Švici, kjer operira, običajno sva se odpravila kar z vlakom. (Železniški promet je v Švici zares dobro urejen, so pa tudi cene, tako kot za vse ostalo, močno švicarske – sploh ker je ravno tisti mesec švicarski frank zrasel v višave.) V tednu, ko je bil mentor na dopustu, sem se dogovorila z dvema fizioterapevtkama, ki sem ju spoznala na tečaju prvi teden, in preživela nekaj časa z njima. Tako sem imela možnost spoznavati fizioterapijo medeničnega dna, ki je v Franciji in Švici zelo razvita in močno presega zgolj Keglove vaje.

Na sredini prakse me je zelo neprijetno presenetilo obvestilo z Univerze, da mi kljub podpisani pogodbi ne bodo izplačali štipendije, ker da so pogodbo podpisali po pomoti. Švica namreč od letos ni več vključena v program Erasmus, je pa vseeno država partnerica, tako da so izmenjave še vedno mogoče, za štipendijo pa se je potrebno prijaviti na švicarski sklad. Obvestilo z Univerze sem prejela le nekaj dni za rokom, ko bi se še lahko prijavila na Švicarski sklad in sem tako ostala brez štipendije, kar me je spravilo v precej slabo voljo. Očitno je prišlo do napake in je bila v spletni prijavi še vedno na voljo Švica, zato je vsa prijava potekala brez težav, med postopkom pa me tudi ni nihče opozoril na to »malenkost«. Ker v Švici nisem imela stika z Univerzo, ampak sem program usklajevala samo z mentorjem, je šlo vse skupaj skozi. Menda nas je bilo kar nekaj takih, ki so nas o tem obvestili že med prakso, nekaterim so celo že izplačali štipendijo in so jo morali nato vračati. Ostati v Švici brez štipendije je kar malo boleče... Nauk zgodbe: še vedno se lahko gre na izmenjavo v Švico, samo za štipendijo se je potrebno prijaviti na švicarski sklad. Pa berite maile od Urške Ravnik – sicer jih je milijon, ampak trik je v tem, da vmes ne spregledate pomembnih izpred pol leta. No, zdaj so Švico izbrisali iz spletne prijave, tako da najbrž ne bo več kolobocij.

Dva meseca sta minila bliskovito in zelo sem vesela, da sem se odločila za prakso. Mislim, da je napredovalo tako moje medicinsko znanje, kot znanje francoščine (nemščine pa niti ne – švicarska nemščina je za moje uho čisto svoj jezik, ki me še najbolj spominja na nizozemščino). Veselim se tudi že možnosti, da se odpravim na še eno prakso po diplomi, ko bom čakala na pripravništvo.

51. TURČIJA - YEDITEPE UNIVERSITY, ISTANBUL, TURČIJA (Andrej Čarni)

Izmenjavo sem opravljal na Univerzi Yeditepe v Istanbulu v Turčiji v drugem semestru šolskega leta 2014/15. S poukom sem začel 19. januarja, drugi semester se je uradno začel dva tedna kasneje in končal v začetku junija. Koordinatorica za medicino je dr. Özlem Tanrıover (otanrioover@yeditepe.edu.tr), in pomaga v primeru težav, univerzitetna mednarodna pisarna pa je skoraj popolnoma neodzivna in nezanesljiva.

Večina študijev in prvi trije letniki medicine se izvajajo na glavnem kampusu v okolišu Kayışdağı, zadnji trije letniki pa v bolnišnici Yeditepe Universitesi Hastanesi. Nekatera predavanja kliničnih predmetov so zaradi pomanjkanja prostora potekala na kampusu, npr. kardiologija in sodna medicina. Oftalmologija se izvaja v okulističnem centru Yeditepe Göz Hastanesi na evropski strani mesta. Vaje za internistične predmete potekajo v javnih bolnišnicah, a sem jih sam opravljal v bolnišnici Yeditepe.

Možnosti za nastanitev je precej, za mednarodne študente je najboljše območje Kadıkoy, kjer se koncentrira dogajanje na anatolijski strani, oziroma kjerkoli ob postajah linije M4 podzemne železnice, saj je bolnišnica v neposredni bližini postaje Bostancı. V Kadıkoyu je povprečna cena študentske sobe 800TL z vključenimi stroški, drugje so cene nekoliko nižje. S koordinatorko za medicino se da dogovoriti za brezplačno bivanje na kampusu za prvih 14 dni kar ponuja dovolj časa za iskanje stanovanja. Ponudba je velika in pred prihodom stanovanja ni potrebno iskati. Največ oglasov je na spletni strani istanbul.en.craigslist.com.

Transport po mestu poteka s podzemno železnico, avtobusom, metrobusom, ladjo in dolmušom. Vse razen zadnjega se plačuje z enotno mestno vozovnico Istanbulkart. Študentska organizacija organizira nakup študentske vozovnice s katero so vse vožnje polovico cenejše. Dobro integracijo vseh tipov prevozov s prihodi v realnem času ponuja mobilna aplikacija Trafi Türkiye (trafi.com).

Hrana. Restavracije so povsod in glavna jed stane okoli 10TL. V bolnišnici sta restavracija in brezplačna menza, v katero smejo poleg zaposlenih tudi tuji študenti.

Pouk na fakulteti poteka v modulih, tako da je sestaviti urnik razmeroma enostavno. Opravil sem predmete ORL, oftalmologijo, kardiologijo, kardiovaskularno kirurgijo, sodno medicino ter anesteziologijo kot izbirni predmet. Sredi leta sem izvedel da je mogoče tudi individualno opravljati določene predmete. Tako sem opravil obveznosti za imunologijo z revmatologijo in dihala po predhodnem dogovoru s prof. Košnikom. Na fakulteti se da s koordinatorko in profesorji zmeniti praktično karkoli.

Predmeti potekajo v 2- ali 3-tedenskih ciklih, zadnji petek je izpit. Prisotnost je obvezna v 80%. Pouk poteka vsak dan 7 ali 8 ur, kar vestno preverjajo. Ponavadi sta v programu eno ali dve predavanji na dan. Ostalih čas si s profesorjem v ambulanti ali pa gledaš operacije. Uradno je jezik pouka na univerzi angleški. V resnici poteka na medicini vse v turščini. Tako sem pred vsakim predavanjem šel do profesorja in prosil, če bi lahko bilo predavanje v angleščini. Predavanja so bila večinoma vseeno v turščini s powerpoint predstavitevami v angleščini. Izpiti so bili v angleščini, pisni ali ustni, večinoma enostavni.

Socialno življenje. Organizacija ESN v sodelovanju z univerzo organizira mnoge družabne dogodke in izlete. Na medicini sta bila zgolj dva druga Erasmus študenta, a smo opravljali različne predmete in nismo vedeli drug za drugega. Turški študenti so bili prijazni in gostoljubni, a zaradi menjavanja skupin ob vsakem predmetu in slabega znanja angleščine pogoji niso bili najbolj ugodni za ustvarjanje prijateljskih vezi.

Semester v Istanbulu je bil velik izziv, predvsem zato ker Turki ne govorijo tujih jezikov. Močno priporočam najmanj osnovni tečaj turščine pred odhodom. Kvaliteta življenja ni najvišja, mesto namreč nima omembe vrednih parkov ali dreves, zastoji na cestah so v vsakem delu dneva, prav tako gneča na avtobusih. Na fakulteti preživiš zelo veliko časa, ampak večinoma brez programa in učinkovitosti, tako da se večino stvari naučiš sam v dneh pred izpitom.

52. VELIKA BRITANIJA - Imperial College London, (Ina Sibli, praksa)

Za izmenjavo na Imperial College London sem se odločila na podlagi starih poročil Erasmus študentov. Hotela sem se naučiti več o raziskovalnem delu in spoznati angleški zdravstveni sistem in delo družinskih zdravnikov (GP-jev). Na Global eHealth Unit (GHU), Department for Primary Care and Public Health sem bila tri mesece - od začetka marca in do konca maja 2015.

Glede prijave ni bilo nobenih komplikacij in čakanja. Prošnjo za prakso sem poslala dr. Josipu Caru, Slovincu, ki je tudi "head of the department", in zelo kmalu prejela odgovor s strani

Žive Cotič, ki je ključna oseba na GHU, ki ureja vso potrebno dokumentacijo in pomaga tudi pri vseh drugih nejasnostih glede izmenjave. Živa Cotič je bila uradno tudi moja neposredna mentorica na praksi.

Urejanje nastanitve v Londonu je kar podvig. Pred izmenjavo sem redno sicer spremljala spletno stran Imperiala, če bi se ponudilo kakšno prosto mesto v katerem od študentskih Campusov – mesta so sicer bila, vendar so bila bodisi precej draga bodisi si je bilo treba deliti sobo z drugo osebo in se zato raje nisem odločila za to možnost. Na srečo sem prve 4 tedne lahko bivala pri prijateljih, ker jih v tem času ni bilo v Londonu in so imeli prazno stanovanje. Kasneje pa sem iskala sobo preko Spareroom strani. Če si pripravljen plačati malo več (okoli 600 funtov na mesec), dobiš lepo sobo-v dobrem stanju in na dobri lokaciji. V nasprotnem primeru je potrebno malo sreče ali pa več potrpljenja in ogledov. Imela sem srečo in dobila sobo za 500 funtov na mesec, 30min vožnje+hoje do departmenta.

Nasploh je v Londonu vse zelo drago; od prevozov do hrane in stanovanja. Sicer se v stavbi, kjer delamo, da kupiti kosilo po subvencionirani ceni za okoli 4 funte in tudi mesečne vozovnice za podzemno in avtobus so cenejše za študente. Vseeno pa mesečno porabim okoli 1000-1500 funtov. London seveda ponuja ogromno vsega. Od raznih dogodkov-zabavnih in izobraževalne narave, umetniških in kulinaričnih podvigov in še marsikaj edinstvenega – vse za svojo ceno seveda. Ampak se spleča.

Samo delo na GHU je zelo zanimiva izkušnja. Prvi dan te takoj seznanijo s safety instructions, kar pomeni da v desetih minutah izveš kje so gasilni aparati in podobne stvari, nato pa s pridobljenim potrdilom lahko greš iskat svoj student identity card na Imperial College v South Kensingtonu. Na departmentu so zelo različni ljudje, iz zelo različnih strok, ki prihajajo iz najrazličnejših koncev sveta. Enkrat na teden pa prihajajo sem tudi GPji, ki so se odločili, da del svoj kariere namenijo javnemu zdravju ter izobraževalnemu ali raziskovalnemu delu. Ob teh dneh so navadno tudi seminarji o različnih temah iz področja javnega zdravja in primarne oskrbe, ki se jih seveda lahko udeležimo tudi mi. Seminarji so precej drugačni kot naša predavanja, saj se ponavadi razvije debata. Sicer na departamentu nekaj dni na teden delajo tudi nekateri specializanti družinske medicine, ki prav tako pišejo svoje raziskovalne naloge, občasno pa imajo tudi organizirane razne delavnice. Eno od teh sva se s kolegom tudi udeležila. Sicer sva s kolegom delala pod okriljem mentorja Dr José Marcano-Belisario, ki na GHU opravlja svoje doktorsko delo. Občasno sva pomagala tudi Živi Cotič pri njenem doktorskem delu iz področja eLearninga. Vključena sva bila v dva projekta, vendar žal eden od teh za časa najinega bivanja v Londonu še ni popolnoma zaživel. Drugi projekt pa je vključeval raziskovanje "mobile data collection systems" – to so mobilni sistemi ali pripomočki, ki jih lahko raziskovalci pri svojem delu uporabijo za pridobivanje podatkov (npr. izpolnjevanje vprašalnikov ipd.) s strani preiskovancev. Sprva je bilo to zame zelo neznano in težko razumljivo področje, vendar sem se s časoma navadila na izrazoslovje in potek raziskovalnega dela. Vsekakor sva s kolegom imela zelo proste roke glede tega v katero smer bo najina raziskava tekla, kar pa prinese s sabo tudi potrebno samoiniciativo in odgovornost. Žal narava projekta ni ustrezala temu, da bi napisali in objavili systematic review, kljub temu pa sva se kolegom podrobneje seznanila s tematiko in na koncu izmenjave napisala poročilo. Večina dosedanjih Erasmus študentov je namreč sodelovala pri pisanju Cochrane systematic review, zato sva se se kolegom udeležila tudi delavnice na temo ustvarjanja systematic review, ki je bila zelo uporabna. Tekom raziskave sva imela redne sestanke z mentorjem, ki naju je usmerjal in svetoval pri problemih, na katere sva naletela. Vse je potekalo v dobrem timske duhu, mentor je bil vedno pripravljen pomagati. Nasploh je delovno okolje tu zelo prijazno in odprto. V kolikor bi hotela, bi se lahko s katerim od GPjev tudi dogovorila za obisk

njegove prakse, vendar sama nisem imela te potrebe, saj sem obiskala Imperial College po diplomi in opravljenem pripravništvu.

Delo na GHU načeloma poteka od 9h-17h, vendar se dopušča dosti maneverskega prostora. Zunaj departmenta je ogromno možnosti za izobraževanje. Veliko je odprtih predavanj in dogodkov, udeležila sem se tudi več predavanj na Royal Society of Medicine in drugod. Preko Imperiala se lahko udeležiš po bolj dostopni ceni raznih družabnih dogodkov in enodnevnih izletov. Sama sem obiskala Cambridge in obalno mesto Brighton. Sicer pa London ponuja toliko, da imam občutek, da v treh mesecih še vedno nisem videla vsega, kar bi hotela. Najbolj me je veselilo obiskovanje muzejev in galerij (večina teh je zastonj), šla sem v veliko parkov in si pogledala predele Londona kot so Richmond, Wimbledon, Greenwich, Hampstead Heath... v večerih pa tudi na kakšno gledališko predstavo ali v pub. Žal pa nisem izpopolnila mojega znanja angleščine tako kot sem si želela, saj sem največ časa preživela kar s Slovenci. Vseeno sem se seznanila z angleško kulturo, njihovo mentaliteto in načinom dela. Lahko rečem, da je bila praksa zelo pozitivna izkušnja, ki mi je razširila obzorja in jo zato priporočam tudi drugim študentom.

53. VELIKA BRITANIJA - Imperial College London, (Boštjan Pirš, praksa)

bostjan.pirs@gmail.com , 041385124

Erasmus prakso sem opravljal med 23. februarjem 2015 in 12. junijem 2015, na Imperial College London. Natančneje, delal sem na enoti za globalno e-zdravje (Global eHealth Unit) oddelka za javno zdravje in primarno zdravstvo šole za javno zdravje (Department of public health and primary care, School of Public Health). Sama enota šteje nekaj več kot 20 ljudi, njen direktor je prof. dr. Josip Car, kateremu se imamo slovenski študentje za zahvaliti za možnost prakse tam. Na oddelku dela doktorat tudi slovenka Živa Cotič, ki je v mojem primeru prijazno in zavzeto pomagala z urejanjem vseh formalnosti glede prijave in erasmus papirjev (z.cotic@imperial.ac.uk).

Enota za e-zdravje se ukvarja z vpeljavo in raziskovanjem informacijskih tehnologij v zdravstvu. Tako naprimer raziskujejo učinkovitost in druge lastnosti sistemov za elektronske kartone bolnikov v bolnišnicah in zdravstvenih domovih. V zadnjem času se veliko ukvarjajo s t.i. mobilnim zdravjem (mHealth), ki stremi k zbiranju podatkov in interagiranju s pacienti preko mobilnih naprav. Tako so izvedli nekaj študij v Afriki in na Kitajskem o učinkovitosti komuniciranja s pacienti preko sms-ov, predvsem v okoljih, ki so zdravstveno podhranjena. Ukvarjajo se tudi z metodami kako elektronsko zbirati podatke v kliničnih in javnozdravstvenih raziskavah. V zadnjem času se ukvarjajo tudi z e-učenjem (eLearning), kjer gre za novejši pristopi pri poučevanju medicine na dodiplomskem kot podiplomskem nivoju – naprimer interaktivne delavnice, multimedijske vsebine, računalniški programi za simulacijo itd. Veliko raziskav, ki jo izvede enota ni klasičnega tipa (npr. intervencijska raziskava) ampak sistematični pregled literature, izveden na poseben način. Gre za t.i. sistematične pregledne članke (angl. systematic review), kjer raziskovalci določijo temo raziskovanja, ter objektivno poiščejo vso možno literaturo na to temo, jo objektivno ovrednotijo in na koncu poskušajo narediti objektivno sintezo vsega znanja. Sistematični pregledni članki so danes eden od stebrov medicine podprte z dokazi (ang. EBM), saj so ponavadi podlaga za smernice v medicini.

Ko sem prišel na delovno mesto sem spoznal svojega mentorja – Jose Marcanno Bellisario, ki je zdravnik iz Venezuele, z diplomom iz psihologije in magisterijem iz javnega zdravja, ki sedaj dela doktorat v enoti za e-zdravje. Predstavil mi je oba projekta, na katerih naj bi delal. Prvi

projekt je klinična raziskava pri nosečnicah, ki bi jih presejali za prenatalno anksioznost in postnatalno depresijo z dvema validiranimi psihološkima vprašalnikoma. Cilj študije je bila primerjava med zanesljivostjo in priročnostjo uporabe papirnatih vprašalnikov in vprašalnikov, ki bi jih pacientke izpolnjevale na tabličnem računalniku. Za potrebo dela na tem projektu sem se udeležil izobraževanja o dobri klinični praksi (ang. good clinical practice – GCP) in ravnanju z občutljivimi podatki (ang. information governance –IG). Omenjena znanja mi bodo verjetno koristila, če bom v prihodnosti vključen v kakšno klinično raziskavo, še posebej če bo ta mednarodna. Kot se je izkazalo, je izvedba klinične raziskave v Angliji predvsem administrativno velik zalogaj, saj je potrebno ogromno odobritev s strani različnih odborov (etična komisija je samo en od njih) preden se raziskava sploh lahko prične. Tako se žal do konca moje prakse v Londonu ta klinična raziskava še ni pričela. Drug projekt pa je poskusil rešiti enega od problemov na katere je Jose naletel med pripravo raziskave, vendar bi bili izsledki projekta uporabni tudi drugje. In sicer, katero programsko opremo izbrati za izpolnjevanje vprašalnikov na mobilnih napravah. Projekt smo zastavili malo širše, saj smo hoteli objaviti članek, ki bi bil precej uporaben za vse raziskovalce na področju zdravstva. Z omenjenim projektom je bilo kar precej dela, saj smo našli ogromno uporabnih programov, ki smo jih morali preizkusiti in objektivno oceniti njihove lastnosti. Znanje o zbiranju podatkov v zdravstvu mi bo najverjetneje spet koristilo, če bom v prihodnosti sodeloval v kakšni klinični raziskavi. Dobro načrtovan sistem zbiranja podatkov namreč znatno izboljša kvaliteto in zanesljivost zbranih podatkov ter tako pozitivno vpliva na kvaliteto izsledov raziskave. Proti koncu prakse sem se vključil v še en projekt, ki ga je vodila Živa Cotič. Živa je pripravljala sistematični pregledni članek o e-učenju v medicini na podiplomskem nivoju. Hotela je narediti t.i. kvalitativno sintezo izsledkov, ki v primerjavi z kvantitativno v medicini še ni uveljavljena, vendar se to v zadnjem času močno spreminja. Kot pravnica mi je predstavila številne zanimive koncepte iz medicinskega prava in etika, kar je študirala. Na splošno lahko o delu na oddelku povem, da je zanimivo, vendar je po mojem mnenju potrebno imeti že poprej malo zanimanja o tematikah opisanih zgoraj. Na oddelku cenijo samoiniciativo, in tudi pričakujejo neko mero samostojnosti od tebe, vendar imaš po drugi strani veliko bolj proste roke pri tem kako se projekt razvija, kar vsekakor pripomore pri zorenju posameznika v samostojnega strokovnjaka. Delo na oddelku poteka načeloma od 9.00 do 17.00, vendar ni narobe, če prideš kasneje in ostaneš dlje. Nasplošno so odnosi na oddelku, tudi s starejšimi in profesorji zelo sproščeni in neformalni. S sodelavci sem se odlično razumel, marsikdaj smo se po delu družili v bližnjih pubih.

Poleg omenjenih projektov sem uspel tudi kontaktirati nekaj zdravnikov, ki delajo na oddelku poleg dela v ambulantah splošne medicine in se tako zmenil za obiske njihovih ambulant. Tako sem preživel nekaj dni v njihovih ambulantah. Kolikor sem opazil omenjeni zdravniki časovno delajo manj (imajo naprimer le 3-4 ambulante po 8 ur na teden), vendar je intenziteta dela precejšnja, z velikim številom pacientov. Poleg tega delujejo tudi kot primarni ginekologi in primarni pediatri.

V prostem času sem se udeleževal raznih predavanj in dogodkov, ki jih je v Londonu seveda ogromno. Tako sem se udeležil dveh predavanj iz ortopedije (o kolenu ter roki), namenjenih splošnim zdravnikom, ki jih je organizirala privatna bolnišnica Wellington. Dejstvo, da sem delal prakso na Imperial College vsekakor pripomore k temu, da se lahko udeležiš takšnih predavanj, čeprav nisi npr. splošni zdravnik. Udeležil sem se tudi nekaj poljudnoznanstvenih predavanj na zdravniški zbornici (RSM – Royal Society of Medicine), nad predavanjem profesorja iz Oxforda o cirkadianih ritmih sem bil resnično navdušen, saj je bilo dodelano do zadnjega detajla. V Londonu je zanimivo iti vsaj enkrat v gledališče, sam sem šel gledat

predstavo Golem, ki me je resnično navdušila. Od ostalih turističnih aktivnosti lahko povem, da se vsekakor splača iti v muzeje, v katere vstop je zastonj in v parke, ki so zelo urejeni, nekateri pa tudi tako veliki, da pozabiš da se nahajaš v velemestu (npr. Richmond park). Izmenjave na Imperial College bi se zagotovo udeležil še enkrat. Spoznal sem mnogo zanimivih in izjemnih ljudi, postal bolj samostojen, spoznal stvari, o katerih prej nisem veliko vedel in okusil življenje v velemestu. Izmenjavo v Londonu bi tudi priporočal vsakemu, ki ga poleg medicine in javnega zdravja zanimajo tudi nove tehnologije, računalništvo, ali pa si samo želi malce drugačno izmenjavo kot je tista klasična na kliniki.

Praktični napotki

Prijava

Glede prijave kontaktiraj Živo Cotič (z.cotic@imperial.ac.uk), ona te bo usmerila na prave naslove. V vsakem primeru moraš biti prijavljen na erasmus prakso ali študijsko izmenjavo.

Bivanje

Bivanje v Londonu je zelo drago, za sobo z eno posteljo lahko pričakuješ da boš odštela 550-700 evrov na mesec. Sam sem plačeval 435 funtov na mesec + 20-40 funtov stroškov kar znese med 620 in 650 evri.

V Angliji se cene sob navajajo ponavadi na teden (pw – per week), redko tudi na mesec (pcm – per calendar month). Treba je upoštevati, da cena na mesec ustreza 4,3* cena na teden. Nekateri cene imajo že vključene stroške, nekatere ne – treba je preveriti. Znatni del stroškov povzroči t.i. council tax, ki je močno odvisen od točne lokacije stanovanja – London je namreč razdeljen na številne okraje (Councils), ki imajo vsak svoj council tax. Poleg tega je odvisen tudi od velikosti in vrednosti nepremičnine. Če v stanovanju prebivajo samo študentje potem je stanovanje oproščeno plačila council tax, nasprotno če je samo en ne-študent se plača 75% council tax. Če si vpisan ali delaš izmenjavo na univerzi v Veliki Britaniji, bi moral od nje dobiti t.i. »council tax letter«, na katerem mora pisati, da si full time študent, to pošlješ councilu, ko dobiš nalog za plačilo tax. Če si full-time študent v evropski uniji moraš dobiti od svojega faksa potrdilo v angleščini, da si full time študent. Načeloma bi te v tem primeru council moral oprostiti plačila tax, vendar je to lahko odvisno od posameznega councila (kako si tolmačijo veljavno zakonodajo, zato preveri tako da jih pokličeš). Več informacij: <http://www.imperial.ac.uk/study/campus-life/accommodation/private-accommodation/council-tax/>

Bivaš lahko v študentskem domu od fakultete, na spletni strani <http://www.imperial.ac.uk/study/campus-life/accommodation/current-residents/vacancies/> lahko pogledaš trenutno prosta mesta. Druga opcija so privatni študentski domovi, seznam: <http://www.imperial.ac.uk/study/campus-life/accommodation/private-accommodation/private-halls/>. Bivanje v študentskih domovih je ponavadi dražje od najema sobe privatno, tako stane postelja v dvoposteljni sobi od 100 do 140 funtov pw, cela soba pa od 130 do 250 pw. Bivanje v privatnih domovih zna biti še dražje, še posebej na dobrih lokacijah.

Za iskanje prenočišča pri privatnikih lahko uporabiš spletno stran <https://www.imperialhomesolutions.co.uk/Accommodation>, kjer privatniki (najemodajalci - landlordi in agencije) obavljajo celotna stanovanja v najem ali pa posamezne sobe. V primerih posameznih sob gre po mojih izkušnjah za t.i. lodging – ti bivaš v eni sobi, v stanovanju kjer živijo tudi lastniki stanovanja – npr. družine.

Za iskanje posameznih sob v stanovanjih, kjer že bivajo študentje ali mladi zaposleni (mladi zaposleni, tudi vezani in poročeni v Londonu pogosto živijo v deljenih stanovanjih z drugimi) priporočam spletno stran <http://www.spareroom.co.uk/>. Spletna stran ima izvrsten iskalnik, kjer lahko iščeš po lokaciji tudi tako da navedeš da naj ti išče samo lokacije, ki so od tvojega delovnega mesta/fakultete oddaljene določeno število minut z busom ali tube-om (podzemno). Za preverbo časovne oddaljenosti stanovanja do delovnega mesta priporočam aplikaciji CityMapper ali Google Maps za pametne telefone.

Če se odločiš za študentski dom, ga lahko rezerviraš še preden odpotuješ v London. V primeru da se odločiš za privatna stanovanja pa je verjetno boljše priti v London ter kakšen teden živeti v hostlu in iskati sobo, saj je sobe in sostanovalce dobro videti preden jo najameš, poleg tega pa ponavadi tudi bodoči sostanovalci in najemodajalec hočejo videti tebe preden ti oddajo sobo. Težava je tudi z nakazovanjem denarja iz evrope v UK, saj v UK uporabljajo drugačne številke bančnih računov in ponavadi ne vejo svoje številke bančnega računa v mednarodnem formatu IBAN. Če imaš UK bančni račun to ni problem, vendar odpiranje le-tega verjetno ni mogoče brez osebnega obiska banke.

Priporočam, da si pogledaš vredno sobe, kontaktiraš ljudi, ki oddajajo (najbolje po telefonu), potem pa si greš sobo še osebno pogledat, kar je precej pomembno tudi za to, da vidiš ostale ljudi, ki živijo tam.

Preden se vseliš v sobo, boš moral plačati t.i. depozit, ki ponavadi znaša 2-6 tedenske najemnine, kar je kar veliko. Če boš sobo potreboval za manj časa lahko najemodajalcu predlagaš da mu plačaš vse v naprej v zameno pa boš tako plačal manj depozita (jaz sem naprimer namesto 540 funtov depozita plačal le 100 funtov), poleg tega ti pa utegne tudi znižati najemnino. V obeh primerih mora landlord depozit naložiti na poseben račun - »tenancy deposit scheme«, kar ti mora zagotoviti - v roku 1 meseca moraš dobiti pismo od »tenancy deposit scheme«, da je landlord v tvojem imenu naložil denar tja. Ko se izseliš ti mora landlord depozit vrniti, če je vse ok. Če ti hoče del depozita zadržati zase potem te zadeve rešuješ preko te tenancy deposit scheme. Bajje obstajajo tudi agencije, pri katerih lahko zavaruješ depozit.

Poleg depozita moraš podpisati tudi pogodbo. V pogodbi naj napiše koliko depozita si plačal, in ali si plačal kaj najemnine v naprej ter seveda koliko sploh je najemnina. Če si sumničav in je pogodba napisana nejasno jo lahko neseš na faks - <http://www3.imperial.ac.uk/studenthub/>, da jo pregledajo.

Če landlord ne zahteva depozita in plačila najemnine vnaprej lahko skleneš kupčijo tudi brez pogodbe, vendar se utegne zgoditi da ti reče da moraš ven in potem moraš spet iskati sobo.

Če landlord zahteva depozit in/ali plačilo najemnine vnaprej brez podpisa pogodbe - teci stran, najverjetneje gre za prevaro!

Nekateri landlordini zahtevajo kontaktne podatke referenčne osebe – to naj bi bila oseba, ki jamči za tebe da si vredna, in mislim da je po zakonu dolžna poravnati najemnino če jo ti nehaš plačevati pred iztekom pogodbe – tukaj napišeš ponavadi kakšnega starša ali pa prijatelja. Če se hočeš izseliti pred iztekom pogodbe moraš ponavadi najti novo osebo ki se bo vselila namesto tebe, kar v Londonu ni problem, ker je trg zelo živahen. Ponavadi se pogodbe podpisujejo za 1 leto, včasih pa se lahko zмениš tudi za manj – toliko kot ti ustreza glede na trajanje bivanja v Londonu.

Za kratkoročni najem – do pol leta je tako najboljše, da skleneš pogodbo za točen čas trajanja bivanja ter poravnaš najemnino vnaprej, če se ob tem seveda zмениš za znižanje depozita. Druga opcija je najem brez pogodbe (t.i. subletting – ko obstoječi najemnik tebi odda

naprej), vendar v tem primeru ni priporočljivo plačati rente v naprej ter prav tako ne depozita.

Več informacij na:

<http://www.imperial.ac.uk/study/campus-life/accommodation/>

Facebook skupina »Slovenci v Londonu«

<http://www.firststepsinuk.eu/sl/>

Telefon

Za telefonsko številko priporočam operaterja three.co.uk (<http://www.three.co.uk/>), sim kartice lahko kupiš v katerikoli trgovini, račun pa lahko napolniš le z voucherjem, ki ga prav tako lahko kupiš v katerikoli trgovini. Na račun naložiš denar, ki ti ga potem odšteva, 1 MB podatkov je 1p, klic 2p/min, sms 3p. Ostali operaterji te prisilijo da vsak mesec kupiš paketek, v katerem dobiš določeno število minut, SMS-ov in MB podatkov, kar se mi je zdelo premalo fleksibilno.

Prevoz

V Londonu za prevoz naokoli lahko uporabljaš tube (podzemna), avtobus, kolo (če si pogumen). Za tube in bus potrebuješ t.i. oyster card, ki je kartica za brezkontaktno plačevanje. Na njo lahko naložiš denar, ki se ti potem odšteva - prevoz s podzemno iz cone 2 v cono 1 je 2.30 funta, voznja z busom je 1.50 funta. Lahko pa kupiš mesečno ali tedensko karto, ki vključuje tube (cena je odvisna od cone) in tudi bus. Če boš v Londonu 3 mesece ali več se lahko prijaviš za študentski oyster, na katerega lahko naložiš mesečno ali tedensko karto s popustom.

Več informacij:

<https://www.tfl.gov.uk/>

54. VELIKA BRITANIJA - Imperial College London, (Nadja Kobold, praksa)

Erazmus+ prakso sem opravljala na Department of Primary Care and Public Health na Imperial College London med 6.10.2014 in 27.3.2015. Svetujem, da pred prijaviteljem na Imperial College stopite v stik z Živo Cotič, raziskovalko na oddelku, ki je zadolžena, da poskrbi za Slovenske študente. Pomagala vam bo pri nastajanju Training agreementa in vas usmerila, kako se prijaviti na Imperial College. Pri meni je bil ta del zelo enostaven, prijavila sem se preko sheme UROP (Undergraduate Research Opportunities Programme), ki zahteva le izpolnitev ene A4 strani. Pri urejanju birokracije so mi bili poleg Žive v veliko pomoč tudi starejši kolegi, ki so bili pred mano na praksi na tem oddelku.

Nastanitev v Londonu sem si poiskala sama pri zasebniku. Ponudbe v Londonu je ogromno, sobo se da najti v nekaj dneh. Je pa London zelo drago mesto, najemnina za sobo znaša okoli £120 na teden. Univerza sicer ponuja tudi nastanitev v njihovih študentskih domovih, ki so cenovno primerljive z zasebno ponudbo, potrebno jih kontaktirati nekaj mesecev vnaprej, za več informacij si pogledajte njihovo spletno stran (<http://www3.imperial.ac.uk/accommodation>). Priporočam tudi, da v času prakse uporabljate angleško telefonsko številko. Priporočam ponudnika giffgaff, kjer si na njihovi spletni strani na svoj naslov (v UK) naročite SIM in jo dobite zastonj v nekaj dneh. Če imate status študenta več kot 14 tednov, ste upravičeni do študentskega popusta na mesečno

voznico za podzemno in avtobuse. To si lahko uredite še preden imate študentsko izkaznico, saj rabite le svojo vpisno številko in čas prakse (več na: <http://www.tfl.gov.uk/fares-and-payments/adult-discounts-and-concessions/18-student?intcmp=1768>). Študentsko izkaznico dobite po tem, ko na oddelku opravite Fire and Safety induction, izdajo pa vam jo v glavnem kampusu, ki se nahaja v South Kensingtonu. Sedaj pa malo več o praksi. Na oddelku delamo študentje iz Slovenije v okviru Global eHealth Unit (GeHU), ki se večinoma ukvarja z eLearning in mHealth. Na oddelku je zelo popularno pisanje sistematičnih preglednih člankov in velika verjetnost je, da bo vaše delo sodelovanje pri nastanju enega izmed sistematičnih preglednih člankov. Moja zadolžitev je bila nekoliko drugačna, vendar v veliki meri zaradi tega, ker sem se odločila za polletno prakso in ne le za tri mesece, kot traja običajno. Dobila sem neke vrste lasten projekt in sem morala z uporabo metodologije iz pisanja sistematičnih preglednih člankov identificirati in ovrednoti aplikacije za pametne telefone, ki so uporabne pri zmanjševanju vnosa soli s hrano. Čeprav morda ne boste dobili ravno svojega projekta, pa boste imeli vseeno veliko svobode pri tem, kaj boste delali, vaše ideje bodo dobrodošle in dobro sprejete. Ker je na oddelku veliko dela z računalniki in ogromnimi količinami podatkov, lahko s svojim morebitnim računalniškim znanjem prispevate tudi izven svoje primarne zadolžitve. Poleg dela na svojem projektu sem se redno udeleževala tedenskih sestankov GeHU, kjer so ostali sodelavci natančneje predstavili svoje delo, in tedenskih seminarjev oddelka, ki so bili večinoma s področja Primary Care (družinska medicina).

Delo na oddelku uradno poteka od 9.00 do 17.00, vendar je delovni čas zelo fleksibilen. Da se delati tudi od doma ali si vzeti kakšen dan ali popoldne prosto, važno je le, da je delo opravljeno. Sodelovci so bili zelo prijazni in so mi bili pripravljene veliko pomagati. Poleg druženja na oddelku smo vsake toliko odšli na kakšno pijačo po koncu delovnega dne, kjer se pogovor ni vrtel le okoli dela. Vsekakor zelo prijetno in koristno.

Ta praksa je bila zame zelo pozitivna izkušnja. Bila sem del priznane univerze, zaradi česar sem imela priložnost poslušati predavanja znanih ljudi z različnih področij, spoznala sem veliko zelo zanimivih ljudi s celega sveta in dobila sem bolj jasno predstavo o tem, kaj pomeni raziskovanje. Klinična praksa načeloma ni predvidena, se pa da z zdravniki, ki so del oddelka, dogovoriti in kakšen dan preživeti v njihovi ambulanti. Na splošno se da zelo veliko dogovoriti in doseči, le vprašati je treba in pokazati zanimanje.

Za dodatne informacije in napotke, me lahko kontaktirate na: nadja.kobold@gmail.com.

55. VELIKA BRITANIJA - SHEFFIELD'S CHILDREN'S HOSPITAL, SHEFFIELD, VELIKA BRITANIJA (Katarina Esih, praksa)

Sheffield je prijetno mesto v Yorkshirskem predelu Anglije, oddaljeno približno eno ure vožnje s tramom iz Manchestra, od Londona pa je z avtobusom dosegljivo v času 5-6 ur. Zaradi svoje lege dobi precej manj dežja kot bi morda pričakovali za podnebne razmere Velike Britanije. Zelo pogoste vetrovne razmere povzročijo, da velikokrat na nebu ni vidnega niti oblaka, megle pa pravzaprav v središču mesta sploh ni. To izredno gostoljubno mesto leži na prijetnem hribčku, s katerega lahko vidiš ves pokrajinski čar mestnega obrobja. V mestu sta dve univerzi: University of Sheffield in Hallam University. V neposredni bližini University of Sheffield je pediatrična klinika- Sheffield's Children's Hospital, na kateri sem 3 mesece opravljala klinično prakso iz pediatrične endokrinologije.

Pediatrična klinika daje vtis srednjeveškega gradu in je bila v času moje nastanitve delno v prenovi tako da bo v tem letu zraven že povsem nov del klinike. Moj mentor, s katerim sem se za prakso dogovarjala preko e-maila in katerega naslov sem izbrskala na internetu, je bil pediatrični endokrinolog in profesor na Univerzi v Sheffieldu. Za sprejem na prakso sem morala opraviti TOEFL test z določenim številom točk. Tega sedaj Angleži ne sprejemajo več, tako da po novem velja samo njihov Cambridge IELTS angleški test. Noben izmed teh testov pa seveda ni mačji kašelj in tudi cena je kar precej visoka.

V Sheffield sem prispela teden dni pred začetkom prakse, da sem si uredila nastanitev in si ogledala mesto. Potovala sem Ljubljana-Bruselj-Manchester. Ko sem v prvem tednu uredila vse potrebne dokumente, sem začela delo na kliniki, ki je sprva obsegalo opazovanje v endokrinološki ambulanti ter delo na oddelku Acutes and Emergency (A&E). Z mentorjem sva se vedno pogovorila o pacientovih izvidih, razložil mi je prav vse, kar me je v zvezi s kliničnim stanjem zanimalo. Zanimivo in predvsem drugače se mi je zdelo to, da zdravniki ne nosijo belih uniform (niti bele halje), ampak velja 'dress code smart casual'. Jeans ni bil dovoljen, prav tako noben od zdravnikov ni nosil ročne ure. Velja tudi 'bare below the elbow' policy, kar pomeni, da je potrebno imeti rokave srajce ali bluže zavihane do komolcev.

V endokrinoloških ambulantah je bilo izjemno zanimivo. Mentor me je predstavil tudi drugim endokrinologom, tako da sem se nato udeleževala večjega števila ambulant. Posebej imajo tudi ambulanti Diabetes in Bone Clinic in v sklopu le te še dodatno ambulanto za osteogenesis imperfecto ob četrtkih. Tukaj sem tudi spoznala odgovornega zdravnika za dodiplomski študij medicine, ki me je, sicer prijazno, opozoril, da ne smem opazovati preostalih vej pediatrije, saj s tem jemljem mesto angleškemu študentu. Po začetnem razočaranju nad omejitvijo moje prakse, se je izkazalo, da na kliniki študentov ni prav veliko, in če je bila tudi kakšna izmed drugih ambulant prosta, sem se jo lahko brez problema udeležila, saj so bili vsi zdravniki zelo odprti in so mi z veseljem dovolili, da opazujem klinično delo.

Oddelek za sladkorno bolezen je bil na kliniki zelo cenjen in razvit. Skupaj s timom za diabetes sem se v prvem tednu udeležila tudi kongresa v Leedsu, sodelovala sem z nutricionisti pri svetovanju prehrane otrokom s sladkorno boleznijo, bila sem tudi na oddelku za cistično fibrozo, kjer so otrokom še posebej razlagali aplikacijo inzulina in naravo sladkorne bolezni.

Življenje v Sheffieldu je nekoliko cenejše kot v Londonu, vendar so cene kljub temu zelo visoke. Glavna težava, če nisi v študentskem naselju, je pridobitev WiFi za obdobje krajše kot eno leto. Tako za WiFi kot za televizijo je potrebno podpisati pogodbo dolgo najmanj eno leto. Tako sem bila ves čas brez interneta v stanovanju, vendar pa je bila na srečo knjižnica Information Commons (IC) odprta 24 ur na dan, tudi ob praznikih. Tam sem preživela ogromno časa in prav tako tudi večina preostalih študentov. Sheffield je namreč odlično mesto za študente. Poleg knjižnice, ki je ves čas na voljo, stoji še stavba študentske organizacije - Student Union (SU), kjer so na voljo restavracije, računalniki in prostori za druženje.

V mestu se najde tudi ogromno trgovin, ki so odprte pozno v noč, veliko jih je odprtih tudi 24 ur na dan. To je res izjemna prednost, česar se zelo hitro razvadiš. Hrano sem si večinoma pripravljala sama, kupovala sem večinoma v trgovini Tesco, ki jo najdeš praktično na vsakem koraku. Nekoliko višji cenovni razred ima Sainsbury's, še višjega Waitrose. Nižje cenovna pa sta Aldi (v Sloveniji Hofer) in Asda, ki pa nista tako razširjena kot sta na primer Tesco in Sainsbury. Cene hrane so večinoma veliko višje kot v Sloveniji.

Glede možnosti športne rekreacije v mestu, so povsod po mestu parki, v bližini pa je tudi veliko fitness centrov. Jaz sem obiskovala Fitness Unlimited, kjer pa je praktično nemogoče dobiti karto za obdobje krajše od 3 mesecev. Fitness je bil izjemno dobro opremljen in urejen, prav tako kot celotno mestno središče.

Sheffield je zelo varno mesto. Marsikateri prebivalec vam bo omenil tudi, kako ceni prostranost zelenih površin v mestu. Sheffield je namreč znano kot mesto z največ zelenimi površinami v Angliji. Odlikuje ga tudi izjemna nacionalna pestrost, saj je preplavljeno s študenti vseh narodnosti, največ pa jih je Azijskega porekla. To mi je v času bivanja dajalo občutek sprejetosti in vtis, da sem v skupnosti, ki prav nič ne obsoja drugačnosti. Prebivalci tega severnega angleškega mesteca so izjemno prijazni in odprti. Prav nihče od prodajalcev te nikoli ne pogleda 'grdo'. Kaj šele osebje na univerzi! Njihova zavzetost in pripravljenost pomagati drugim je zares nekaj neprecenljivega.

Na tem mestu moram pohvaliti tudi delo v medicinskih timih. Vsi zdravniki in kolegi so bili zavzeti, dobri in zelo profesionalni. Delo je bilo namenjeno izključno pogovorom o težavah bolnikov. Zdravniki so bili do sodelavcev in mlajših kolegov in seveda tudi do mene izredno prijazni in zelo pedagoški.

Vsekakor bi zaključila, da je bila praksa v Sheffieldu ena najlepših izkušenj v mojem življenju, ki mi je dala možnost spoznati novo kulturo, nov pristop k delu v medicini, nov način življenja in tudi novo možnost zaposlitve po končanem študiju. Naenkrat spremeniti življenje in živeti v povsem novem okolju je težko, vendar izredno vznemirljivo. Ne samo, da se naučiš, kako si sam organizirati namestitev in potovanje, kako se znajti v okolju z drugačno kulturo, navadami in tujim jezikom, ampak s tem tudi okrepiš svojo samopodobo in se naučiš dobro prilagajati vsem novim okoliščinam. Prakso v tujini bi zelo priporočila prav vsakomur, saj ti da neponovljivo izkušnjo, ki jo ceni in razume le tisti, ki jo je izkusil na lastni koži.

56. VELIKA BRITANIJA - ADDENBROKE'S HOSPITAL, CAMBRIDGE (Marko Nabergoj, praksa)

Od konca marca do konca maja leta 2015 sem opravljal Erasmus + prakso v bolnici Addenbroke's.

Bolnica Addenbroke's, ena izmed Univerzitetnih bolnic Cambridga, je locirana v Kambriškem Biomedicinskem kampusu približno 5 km stran iz središča Cambridga. Je glavni travma center v Angliji, ki je bil med drugim tudi upodobljen v BBC seriji "Life savers" leta 2013. Rezultati raziskav so pokazali, da imajo multitravmatološki pacienti v Angliji največjo možnost preživetja ravno v tej bolnici. Novembra 2014 so uvedli računalniški program Epic – s papirologijo so skoraj da zaključili. Tako so prva in trenutno še edina bolnica v Angliji, ki ne hrani več podatkov v papirnatih arhivih.

Baziran sem bil na oddelku iz Ortopedije in Travmatologije. Asistirал sem pri različnih operacijah rekonstrukcije spodnjih okončin ter opazoval delo v ambulanti. Udeležil sem se tudi kadavrske artroskopske delavnice, kjer smo se na kadavrskem kolenu učili različnih artroskopskih veščin: diagnostičnega artroskopskega pregleda, iskanja prostih teles v sklepu, šivanja meniskusov in pridobivanja »semitendinoznega grafta« in »patelarnegra grafta« za rekonstrukcijo sprednje križne vezi. Sodeloval sem tudi pri pisanju case reportov. Za zanimivost naj omenim, da je v Angliji kirurgu dovoljeno imeti poročni prstan v operacijski dvorani.

V Angliji je pot do naziva specialista (consultant) daljša kot v Sloveniji. Npr., da postaneš ortoped consultant rabiš vsaj 10 let po specializaciji – prvo opraviš »foundation year 1&2«, ki traja 2 leti (enakovredno našemu pripravništvu). Nato 2 leti »core surgical training«, po katerem se lahko prijavljaš na specializacijo. Specializacija ortopedije traja 6 let. Če narediš še kakšno leto »researcha« ali »fellowshipa« se številka hitro povzpne na 11-12 let. Specializanti opravijo okrog 2500 poseg samostojno tekom specializacije, to je približno 400 na leto. Consultanti jih opravijo okrog 200-300 na leto in večinoma opravljajo težje primere, ostale lažje primere prepustijo specializantom.

Svoj prosti čas, ki ga je bilo malo, sem seveda izkoristil za raziskovanje Cambrida, ki je svetovno znan zaradi svoje Univerze. Na mojo srečo sem spoznal tudi Kambriške študente, s katerimi sem se imel priložnost družiti in tako pobližje spoznati življenje v Cambridgu. Naj omenim, da sem se tudi sprehodil mimo hiše Stephena Hawkinga, verjetno najbolj znanega fizika današnjega časa, ki leži le nekaj minut peš iz centra.

Sama praksa mi je veliko dala. Ne samo z medicinske plati, ampak tudi zaradi sklepanja prijateljstev, ki upam, da bodo še dolgo trajala.

57. VELIKA BRITANIJA - SHEFFIELD'S CHILDREN'S HOSPITAL, SHEFFIELD (Katarina Esih, praksa)

September – December 2014

Sheffield je prijetno mesto v Yorkshirskem predelu Anglije, oddaljeno približno eno ure vožnje s tramom iz Manchestra, od Londona pa je z avtobusom dosegljivo v času 5-6 ur. Zaradi svoje lege dobi precej manj dežja kot bi morda pričakovali za podnebne razmere Velike Britanije. Zelo pogoste vetrovne razmere povzročijo, da velikokrat na nebu ni vidnega niti oblaka, megle pa pravzaprav v središču mesta sploh ni. To izredno gostoljubno mesto leži na prijetnem hribčku, s katerega lahko vidiš ves pokrajinski čar mestnega obrobja. V mestu sta dve univerzi: University of Sheffield in Hallam University. V neposredni bližini University of Sheffield je pediatrična klinika- Sheffield's Children's Hospital, na kateri sem 3 mesece opravljala klinično prakso iz pediatrične endokrinologije.

Pediatrična klinika daje vtis srednjeveškega gradu in je bila v času moje nastanitve delno v prenovi tako da bo v tem letu zraven že povsem nov del klinike. Moj mentor, s katerim sem se za prakso dogovarjala preko e-maila in katerega naslov sem izbrskala na internetu, je bil pediatrični endokrinolog in profesor na Univerzi v Sheffieldu. Za sprejem na prakso sem morala opraviti TOEFL test z določenim številom točk. Tega sedaj Angleži ne sprejemajo več, tako da po novem velja samo njihov Cambridge IELTS angleški test. Noben izmed teh testov pa seveda ni mačji kašelj in tudi cena je kar precej visoka.

V Sheffield sem prispela teden dni pred začetkom prakse, da sem si uredila nastanitev in si ogledala mesto. Potovala sem Ljubljana-Bruselj-Manchester. Ko sem v prvem tednu uredila vse potrebne dokumente, sem začela delo na kliniki, ki je sprva obsegalo opazovanje v endokrinološki ambulanti ter delo na oddelku Acutes and Emergency (A&E). Z mentorjem sva se vedno pogovorila o pacientovih izvidih, razložil mi je prav vse, kar me je v zvezi s kliničnim stanjem zanimalo. Zanimivo in predvsem drugače se mi je zdelo to, da zdravniki ne nosijo belih uniform (niti bele halje), ampak velja 'dress code smart casual'. Jeans ni bil dovoljen, prav tako noben od zdravnikov ni nosil ročne ure. Velja tudi 'bare below the elbow' policy, kar pomeni, da je potrebno imeti rokave srajce ali bluže zavihane do komolcev.

V endokrinoloških ambulantah je bilo izjemno zanimivo. Mentor me je predstavil tudi drugim endokrinologom, tako da sem se nato udeleževala večjega števila ambulant. Posebej imajo tudi ambulanti Diabetes in Bone Clinic in v sklopu le te še dodatno ambulanto za osteogenesis imperfecto ob četrtkih. Tukaj sem tudi spoznala odgovornega zdravnika za dodiplomski študij medicine, ki me je, sicer prijazno, opozoril, da ne smem opazovati preostalih vej pediatrije, saj s tem jemljem mesto angleškemu študentu. Po začetnem razočaranju nad omejitvijo moje prakse, se je izkazalo, da na kliniki študentov ni prav veliko, in če je bila tudi kakšna izmed drugih ambulant prosta, sem se jo lahko brez problema udeležila, saj so bili vsi zdravniki zelo odprti in so mi z veseljem dovolili, da opazujem klinično delo.

Oddelek za sladkorno bolezen je bil na kliniki zelo cenjen in razvit. Skupaj s timom za diabetes sem se v prvem tednu udeležila tudi kongresa v Leedsu, sodelovala sem z nutricionisti pri svetovanju prehrane otrokom s sladkorno boleznijo, bila sem tudi na oddelku za cistično fibrozo, kjer so otrokom še posebej razlagali aplikacijo inzulina in naravo sladkorne bolezni.

Življenje v Sheffieldu je nekoliko cenejše kot v Londonu, vendar so cene kljub temu zelo visoke. Glavna težava, če nisi v študentskem naselju, je pridobitev WiFi za obdobje krajše kot eno leto. Tako za WiFi kot za televizijo je potrebno podpisati pogodbo dolgo najmanj eno leto. Tako sem bila ves čas brez interneta v stanovanju, vendar pa je bila na srečo knjižnica Information Commons (IC) odprta 24 ur na dan, tudi ob praznikih. Tam sem preživela ogromno časa in prav tako tudi večina preostalih študentov. Sheffield je namreč odlično mesto za študente. Poleg knjižnice, ki je ves čas na voljo, stoji še stavba študentske organizacije - Student Union (SU), kjer so na voljo restavracije, računalniki in prostori za druženje.

V mestu se najde tudi ogromno trgovin, ki so odprte pozno v noč, veliko jih je odprtih tudi 24 ur na dan. To je res izjemna prednost, česar se zelo hitro razvadiš. Hrano sem si večinoma pripravljala sama, kupovala sem večinoma v trgovini Tesco, ki jo najdeš praktično na vsakem koraku. Nekoliko višji cenovni razred ima Sainsbury's, še višjega Waitrose. Nižje cenovna pa sta Aldi (v Sloveniji Hofer) in Asda, ki pa nista tako razširjena kot sta na primer Tesco in Sainsbury. Cene hrane so večinoma veliko višje kot v Sloveniji.

Glede možnosti športne rekreacije v mestu, so povsod po mestu parki, v bližini pa je tudi veliko fitness centrov. Jaz sem obiskovala Fitness Unlimited, kjer pa je praktično nemogoče dobiti karto za obdobje krajše od 3 mesecev. Fitness je bil izjemno dobro opremljen in urejen, prav tako kot celotno mestno središče.

Sheffield je zelo varno mesto. Marsikateri prebivalec vam bo omenil tudi, kako ceni prostranost zelenih površin v mestu. Sheffield je namreč znano kot mesto z največ zelenimi površinami v Angliji. Odlikuje ga tudi izjemna nacionalna pestrost, saj je preplavljeno s študenti vseh narodnosti, največ pa jih je Azijskega porekla. To mi je v času bivanja dajalo občutek sprejetosti in vtis, da sem v skupnosti, ki prav nič ne obsoja drugačnosti. Prebivalci tega severnega angleškega mesteca so izjemno prijazni in odprti. Prav nihče od prodajalcev te nikoli ne pogleda 'grdo'. Kaj šele osebe na univerzi! Njihova zavzetost in pripravljenost pomagati drugim je zares nekaj neprecenljivega.

Na tem mestu moram pohvaliti tudi delo v medicinskih timih. Vsi zdravniki in kolegi so bili zavzeti, dobri in zelo profesionalni. Delo je bilo namenjeno izključno pogovorom o težavah bolnikov. Zdravniki so bili do sodelavcev in mlajših kolegov in seveda tudi do mene izredno prijazni in zelo pedagoški.

Vsekakor bi zaključila, da je bila praksa v Sheffieldu ena najlepših izkušenj v mojem življenju, ki mi je dala možnost spoznati novo kulturo, nov pristop k delu v medicini, nov način življenja in tudi novo možnost zaposlitve po končanem študiju. Naenkrat spremeniti življenje in živeti v povsem novem okolju je težko, vendar izredno vznemirljivo. Ne samo, da se naučiš, kako si sam organizirati namestitve in potovanje, kako se znajti v okolju z drugačno kulturo, navadami in tujim jezikom, ampak s tem tudi okrepiš svojo samopodobo in se naučiš dobro prilagajati vsem novim okoliščinam. Prakso v tujini bi zelo priporočila prav vsakomur, saj ti da neponovljivo izkušnjo, ki jo ceni in razume le tisti, ki jo je izkusil na lastni koži.

58. VELIKA BRITANIJA - ST GEORGE'S UNIVERSITY HOSPITAL V LONDONU (Tjaša Divjak, praksa 2015/16)

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

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

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

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

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

Nastanjena sem bila v neposredni bližini bolnišnice v Pelical London Hotel and Residence. Obstaja tudi možnost bivanja v študentskem domu, ki pa mi jo fakulteta na žalost ni ponudila. Mesečna najemnina je znašala 650 funtov (študentski dom 450) in je vključevala

vse stroške. Na okoli sem se prevažam s kolesom, kar morda ni najbolj varna izbira, uporabljala pa sem tudi javni promet.

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

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

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