

PORTUGALSKA, LIZBONA, avgust 2015 (AEFCML)

Poročilo enomesečne IFMSA klinične izmenjave

Natalija Fink

Čas izmenjave: 3.8.-30.8.2015

Kraj izmenjave: Lizbona, bolnišnica Curry Cabral (CHLC), oddelek za infekcijske bolezni

Komunikacija pred izmenjavo: NEO s strani AEFCML se je zelo potrudila, saj smo že v aprilu dobili povabilo v FB skupino, kjer je že zelo zgodaj objavila dokumente v zvezi z nastanitvijo, prevozom in turističnimi napotki. Ažurno je tudi odgovarjala na morebitna vprašanja. Velika težava s strani AEFCML pa je bila, da smo vsi potrditveni oddelki dobili komaj vikend pred samim pričetkom izmenjave, nekateri niso dobili niti ene od želja. Bilo je tudi ogromno zmede z mentorji – zame npr. na oddelku za infekcijske bolezni sploh niso vedeli, da prihajam k njim za en mesec.

Sprejem s strani tujih študentov: Kontaktna oseba nas je pričakala na letališču in nas pospremila do študentskega doma, kjer smo bili nastanjeni. Prav tako smo imeli spremstvo prvi dan do svoje bolnišnice, ker smo svojo prakso opravljali v različnih bolnišnicah v mestu. Pridružili so se nam tudi kdaj na kakšni večerji, zabavi, ob raziskovanju mesta, vendar bi lahko organizirali več zadev.

Nastanitev in prehrana: Nastanjeni smo bili v študentskem domu, kjer smo si sobo delili z še enim študentom iz IFMSA izmenjave. Vsaka soba je imela svojo kopalnico, kuhinjo pa smo delili s celim nadstropjem. Priporočam, če bo študentski dom ostal enak, da vzameš s seboj svoj pribor, skodelice, krpe ipd, ker je oprema resnično pomanjkljiva. Je pa kuhinja opremljena s hladilnikom, zamrzovalnikom, mikrovalovno in navadno pečico, toasterjem. Dom je oddaljen dobrih 5 min hoje do metro postaje Sao Sebastio, ki je ugodna postaja, saj ima dve od štirih linij metroja – do centra mesta si porabil max 25min. Velik minus študenta je bila bližina letališča in zato priporočam, da vzameš čepke za ušesa. Za kosilo smo dobili »pocket money«-82 eur, kar je zadoščalo za 20 kosil v kantini bolnice, kjer si za 4,1 eur dobil juho, glavno jed (vsak dan 5 različnih menijev), solato, sladico/sadje. Seveda, pa si lahko jedel kosilo kjer koli.

Delo v bolnišnici in mentorstvo: Svojo prakso sem opravljala na oddelku za infekcijske bolezni, kjer sem bila pravzaprav prva študentka, ki je sploh kdaj prišla tja na izmenjavo. Moram pohvaliti mentorico in njene dve specializantki, saj so se zelo potrudile, da sem od izmenjave odnesla, kar se da veliko. Videla sem nekaj zanimivih in redkih primerov, ki jih ne bi v Sloveniji, si ogledala poseben del bolnišnice z izolacijskimi sobami za tuberkulozne paciente, prisostvovala v ambulanti, kjer zdravijo in spremljajo paciente s HIV in hepatitisom, predvsem pa je bilo na oddelku veliko internističnih pacientov. Veliko pacientov ni govorilo angleško, tako da so mi anamnezo prevedle, pri vsakem pacientu sem opravila status, če je

bilo potrebno vzela arterijsko kri. Imela sem par priložnosti vadenja jemanja venske krvi. Pridružila sem se zdravnici tudi na urgenci, ki jo je opravljala enkrat tedensko zvečer. Sicer pa v avgustu nimajo toliko pacientov kot druge mesece, saj so vsi na počitnicah ☺, tako pacienti kot zdravniki. Če bi govorila portugalsko ali vsaj špansko, bi od same prakse odnesla še več, saj bi lahko prisostvovala še na jutranjem raportu, kjer so prediskutirali vsakega pacienta.

Socialni program: Organizirana smo imeli dva vikenda, udeležila sem se le prvega v Portu, ki ga tudi priporočam. V 90eur smo imeli vključeno bivanje, dve večerji, vožnjo z ladjico po Portu, ogled glavnih znamenitosti, obisk vinske kleti z degustacijo porta, voden ogled parka. Drugi vikend je potekal v Lizboni (Belem, Sintra, večerja) in za 60 eur ni vreden, predvsem če si ogledaš Lizbono že prej. Sicer pa so sem pa tja naše kontaktne osebe predlagale posamezne izlete ali skupne večere (izlet v Cascais, Carcavelos, pokušnja polžev, raziskovanje nočnega življenja itd.) Imeli smo seveda tudi mednarodno večerjo in pa tečaj surfanja.

Prevoz: Najti ugodno letalsko karto za Portugalsko je kar izziv, sama sem letela s TAP iz Zagreba in sem karto kupila 4 mesece prej. Po Lizboni smo se v večini vozili z metrojem, karta, ki jo imaš, pa je seveda veljavna tudi za avtobuse in trame, vključno tudi z slavnim tramom 28 in dvigalom Santa Justa. Mesečna karta (izdelava kartice in dobroimetje za en mesec) je bila 47 eur. Odpravila sem se samo v bližnja mesteca, kjer je prevoz dokaj ugoden. Za razdalje cca 30 km plačaš bus/vlak v višini 4 eur. Priporočam ogled Cascais, Cabo de Roca, Sintra, Obidos, Costa da Caparica.

Splošna ocena izmenjave: Z izmenjavo sem bila zelo zadovoljna. Delo v bolnišnici je seveda odvisno od oddelka, zato infekcijske bolezni toplo priporočam! Bivanje je bilo z izjemo kuhinje in konstantnega ropota letal ok, glede same organizacije, pa bi se našlo kar nekaj minusov.

Približna razdelitev stroškov: prevoz (letalo+metro): 230eur, prehrana: 180 eur, družabni program: Porto 90eur.

Za več info: finkova.natalija@gmail.com



Skupaj z mentorico



Vedno je pravi čas za espresso in pasteis de nata 😊



Skupinska na izletu v Porto



In seveda ena panoramska iz ene od
»miradouras de lisboa« 😊