

## **BOLIVIJA, Cochabamba – julij 2016**

### POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

**Iva Kukovica, 5. Letnik, iva.kukovica@gmail.com:**

**Čas izmenjave:**

*od 11. 7. do 8. 8. 2016*

#### **Kraj izmenjave**

*Cochabamba je tretje največje mesto Bolivije, ki se nahaja v centralnem delu države. Bolivijci ga imenujejo tudi mesto večne pomladi, saj so večino leta dnevi sončni in zelo topli, noči pa hladnejše. Ni toliko znano po turizmu, ampak bolj po univerzah (predvsem njihovem številu).*

#### **Viza**

*Vize se ne potrebuje.*

#### **Zdravje**

*Med dokumenti ob prijavi je bilo obvezno potrdilo o titru protiteles proti HBV.*

#### **Varnost**

*Varnost v Cochabambi je podobna kot v ostalih bolivijskih mestih – ponoči baje ni pametno hoditi sam, saj pogosto prihaja do oboroženih ropov. Prav tako je varnost tudi zelo odvisna od dela mesta, v katerem se nahajate. Sama nisem imela nobene slabe izkušnje.*

#### **Denar**

*V Boliviji uporabljajo Bolivianote, povsod pa imajo radi ameriške dolarje. Valuta je približno 1€ = 8 Boliviano. Gotovino je možno dvigovati na bankomatih, bolj široko dostopni so za kartice Visa in Mastercard, ponekod je težje najti za Maestro. Po državi je tudi ogromno menjalnic s precej različnimi menjalnimi težaji. Tudi tukaj so bolj popularni ameriški dolarji (tudi tečaj za dolarje je boljši), zato je modra pametno s seboj za zlato rezervo vzeti nekaj dolarjev. Ob taki menjavi je pametno preveriti, ali so bankovni originalni, saj skušajo nevednim turistom pogosto primakniti lažne.*

#### **Prevoz**

*Sama nisem letela direktno v Cochabambo, ampak sem najprej pristala v Cuzcu, v Peruju, vračala pa sem se iz glavnega mesta Bolivije, La Paza. V državi je precej velika mreža letalskih prevoznikov, veliko mest imajo svoje letališče, letalske karte pa so znotraj države relativno poceni. Bolj ugodna varianta je potovanje z avtobusom. Na večih relacijah obstajajo nočni, spalni avtobusi, ki zelo udobni in se je na njih res možno naspiti. 11 urna vožnja stane približno 12-13€. Vozovnico Benetke – Cuzco, La Paz – Benetke sem kupila preko STA.*

### **Komunikacija pred izmenjavo**

*Pred izmenjavo sem komunicirala z eno kontaktno osebo, ki je večinoma odgovorila na moja vprašanja. Po mojem prihodu je komunikacija zamrla, svoji kontaktni osebi sem videla le še enkrat.*

### **Sprejem s strani tujih študentov**

*Moja gostiteljica me je prišla iskat na letališče in me odpeljala na kosilo, kjer sem spoznala druge izmenjavčke. Na splošno je bil prvi vtis dober, še isti dan so pripravili national food and drink party, kjer sem spoznala vse študente, ki so bili to poletje aktivni v ekipi za izmenjave.*

### **Nastanitev**

*Med mojih obiskom Cochabambe sem se enkrat preselila. Obakrat sem bila nastanjena na domu študentke medicine, prav tako so pri njih živeli drugi izmenjavčki (naenkrat nas je bilo največ 4). Moja prva nastanitev je bila v bolj »sumljivem« delu mesta, do centra sem imela dobrih 5 km.*



**Slika 1 Popoldne ob kipu Christa**

*Druga nastanitev je bila v boljšem delu mesta, z boljšimi povezavami »trufijev«*

*(kombi, ki ga lahko ustaviš kjer koli (če je le prostor), en prevoz pa stane cca 25 centov). Moja bolnišnica se je nahajala v predmestju, do tja sem imela dobrih 10km, za prevoz pa sem uporabljala trufije (in se prve dneve tudi večkrat izgubila :D). Je pa v Cochabambi ogromno bolnišnic, vse so manjše, in izmenjavčki smo bili razporejeni po različnih.*

*Sama nastanitev je bila ok, vedno sem imela svojo sobo. Higiena pa ustreza bolivijskim standardom in jih ni toliko pomembna. V prvi nastanitvi je bila slabost to, da velikokrat ni bilo tekoče vode, njeni*

*izpadi pa zelo nepredvidljivi. To je bila posledica sušne dobe in včasih so oskrbo vode odrezali v bolj revnih delih mesta. Pač smo se tuširali, ko je bila voda 😊.*

### **Prehrana**

*Prehrana je potekala v lastni režiji, žepnine nismo dobili. Sicer je na CA-ju pisalo, da nam pripadata dva obroka na dan v bolnišnici, vendar to ni bilo res. To ni bil večji problem, saj je hrana v Cochabambi res poceni. Če nisi zbirčen in ti ni problem jesti na ulici, se da sestavljen obrok (juha, glavna jed, sladica) dobiti že za 1 – 2 €. V restavracijah pa glavna jed stane 4 - 5€. Cochabamba je znana po kulinariki in imajo ogromno tipičnih jedi, večina je zelo okusnih. Imajo pa zelo radi ogljikove hidrate, saj poleg zrezka na krožniku dobiš še riž, eno ali dve vrsti krompirja, za vsak slučaj pa še kruh.*

### **Delo v bolnišnici oz. inštitutu**

*Prijavila sem se na oddelek za ginekologijo in porodništvo. Večina mojih dni je potekala v ambulanti za vodenje nosečnic, kjer je delala moja mentorica. V ambulanti je bilo poleg mene še nekaj študentov. Sami smo opravljali telesne preglede (porodniški in ginekološki pregled) in potem status (v španščini) poročali mentorici. Dvakrat na teden sem delala v ambulanti za ginekološke urgence, na oddelku ter operacijski in porodni sobi. Pri carskih rezih sem le opazovala, v porodni sobi pa sem lahko pomagala pri vodenju poroda in na koncu zašila epiziotomijske rane (koliko mi je bilo dovoljeno, je bilo odvisno od zdravnika, ki je vodil porod). Na urgenci in oddelku sem bila z drugimi študenti medicine, z njihovim mentorjem smo tudi veliko govorili o teoriji za patologijami, ki smo jih videli.*

### **Mentorstvo**

*Mentorica je bila super. Zнала je govoriti tudi angleško, kar je bilo zelo dobrodošlo, saj se včasih nisem mogla dobro izraziti v španščini.*



Slika 2 National food and drink party

### **Socialni program**

*Razen national food and drink partyja socialni program ni bil organiziran in smo bili prepuščeni samim sebi, kljub temu da so še kakšnih 14 dni pred mojo izmenjavo kontaktne osebe obljubljale organizacijo 3 dnevne izleta.*

### Splošna ocena izmenjave

*Z organizacijskega vidika lokalnih študentov mi izmenjava ni bila všeč. V bolnišnici sem imela srečo z mentorico in tem, da me je pošiljala še v druge oddelke bolnišnice. Preostali študentje (kirurgija in interna medicina) so imeli veliko bolj monoton vsakdan in skoraj nič možnosti za praktično delo. Se pa splača v Bolivijo iti že samo zaradi potovanja, imajo res prelepo naravo.*



Slika 3 Dvodnevni izlet v nacionalni park Toro Toro

### Potrebnik

*Bele hlače, bele čevlje, veliko belih majic, belo haljo. Treba je tudi vedeti, da se boste v ta oblačila oblekli že doma in v njih šli do bolnišnice. Od zdravil ničesar ne potrebujete s sabo, saj je vse, vključno z antibiotiki, možno kupiti v lekarnah, cene so pa nizke.*

*Skoraj ključno je vsaj osnovno znanje španščine (kljub temu da v terms and conditions piše, da je ob predhodnem obvestilu dovolj tudi samo angleščina), tako v bolnišnici, kot v vsakdanjem življenju. Zelo malo študentov medicine zna govoriti angleško.*

### Približna razdelitev stroškov

*Letalska karta 1000€ (dražja, ker je bila kombinirana), hrana 150€, turistični ogledi med izmenjavo, izleti 100€, socialni program 100€, prevozi 50€, voda (treba je kupovati ustekleničeno) 30€.*