

Španija/Katlonija, Girona – julij 2016

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA RAZISKOVALNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Jan Salmič, 3. letnik

Čas izmenjave:

2.7. – 29.7.2016

Kraj izmenjave

Girona, Španija/Katlonija. Cca. 150.000 ljudi, univerzitetno mesto → v juliju vlada v mestu popoln mir, saj gredo vsi študenti domov, to pomeni da praktično ni nobenega nočnega življenja in Girona ni primerna za zabave. Mesto samo stoji ob reki Ter, cca. 30 km od obale, ki nosi ime Costa Brava (divja obala), na obali so številna večja in manjša mesteca, največje je Lloret de Mar. Girona je idilična, zelo urejena, čista in tako majhna, da lahko do praktično vsake stvari pridete peš. Nad mestnim jedrom se dviga gotska katedrala, navdušence nad Game of thrones bo razveselilo, da so tu snemali večino 4. in 5. sezone. Lepota Girone ni v znamenitostih, ki bi ti vzele dah, ampak v tem, da brez ciljno hodiš po mestnem jedru, po obzidju in parkih ter uživaš v trenutkih in lepoti, ki jo ustvari preplet starega mesta z naravo. Je tudi odlično izhodišče za izlete na Costa Brava, v Barcelono, v Francijo.

Viza

Ne, mesto je v EU.

Zdravje

Nobenih nevarnosti, zaščita pred soncem.

Varnost

Popolnoma varna: nobenih poskusov kraje, niti beračenja na ulicah ni. Vsak drugi dan sem hodil tečt ponoči, nobenih varnostnih zadržkov, vir so lastne izkušnje in spraševanje domačinov/kontaktiranih oseb.

Denar

Euro. Nekaj denarja v vsakem primeru imeti s seboj v gotovini (kavcija v študentskem domu, 100 Eur). Lahko sprotno dvigovanje iz bankomata, priporočam večje zneske zaradi provizije.

Prevoz

Ljubljana → Treviso (Benetke): GoOpti 18 Eur (vključno z DŠMS popustom)

Treviso → El Prat (Barcelona): 80 Eur + 25 Eur 15 kg prtljaga, Ryanair

El Prat → Girona: vlak Renfe (prestop v Barceloni na podzemni postaji, ostal sem na istem peronu in počakal na vlak do Girone, za oba vlaka je ena karta): 20 Eur

Karto za letalo sem kupil aprila, prevoz z GoOpti maja.

Za nazaj sem uporabljal iste načine prevoza, samo letel sem z Vuelingom, cena za karto je bila 110 Eur, vključena je prtljaga 23 kg. Let je imel 2 h zamude, sledilo je dogovarjanje z GoOpti, kar je bilo neprijetno in je podaljšalo potovanje na 14 h.

Girona ima lastno letališče, ampak leti do tja so bili bistveno dražji, jaz pa sem imel dovolj časa ☺

Komunikacija pred izmenjavo

Moja prva kontaktna oseba ni vedela, da je moja kontaktna oseba. Sama je našla zamenjavo, vse je bilo brezhibno. Vešči angleščine.

Sprejem s strani tujih študentov

Pričakali na železniški, prevoz z avtom do študentskega doma, urejanje birokracije ob vselitvi, prvi dan prevoz do fakultete. Vse super.

Nastanitev

Študentski dom Residencia Universitaria Campus de Montilivi. Enoposteljna soba, lastna kopalnica, kuhinjo sem delil še z enim študentom. Dober WiFi. V skupnih prostorih na voljo pečica in mikrovalovka. Manjši fitnes, vstop prost. Biljard, ping pong brezplačno. Pralni stroj 2 Eur, sušilnik 2 Eur. Recepcija 24/7.

Prehrana

Namesto obroka 70 Eur. Ne zadošča za en topel obrok na delovni dan.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Sodeloval sem pri študiji žilja suralnega živca. Gre za kadavrsko študijo, ki bo obsegala med 6 in 15 primerkov goleni darovalcev in je v teku, jaz sem delal na prvih treh primerkih. Namen študije je analiza žilja n. suralis, ki je senzorični živec za posteriorni del goleni in del stopala. Poudarek je bil na žilju spodnje tretjine živca v goleni, kjer živec poteka povrhnje glede na globoko fascijo goleni in ga

prehranjujejo perforirajoče veje, glede na podatke iz literature večinoma iz a. fibularis. Podatki iz literature so za spodnjo tretjino goleni skopi, zato je bil namen študije, da jih dopolni. Uporabljene metode so bile vaskularna injekcija lateksa, makro- in mikrodisekcija po plasteh, fotografiranje in analiza žilja n. suralis. Pomen študije je v tem, da v primeru poškodb drugih živcev suralni živec predstavlja lahko dostopen živec, ki se ga lahko uporabi za živčni presadek. Z živčnim presadkom lahko povežemo proksimalni in distalni krn prekinjenega živca v primeru obstoja vrzeli, ali pa vzpostavimo ponovno oživčenje področja, v katerem je distalni krn ohranjen, tako da namesto proksimalnega krna uporabimo drug motorični živec. Obenem je pomembno, da živčni presadek vsebuje tudi funkcionalno žilje, ki omogoča njegovo preživetje, zato je v primeru n. suralis potrebno dobro poznati njegovo arterijsko preskrbo, prav to pa je bil namen študije, v kateri sem sodeloval.

Pri delu sem bil v cca. 85 % samostojen, profesorja sta preverjala napredovanje disekcije in tehnike injiciranja, fotografirali smo skupaj. Rezultate sem jima posredoval na koncu, sproti smo jih prediskutirali. Laboratoriji je bil odprt od 8.30 do 18.00, urnik sem si lahko zastavil sam in ga poljubno sproti prilagajal, pomemben jima je bil rezultat, ne prisotnost.

Mentorstvo

Mentorja: prof. dr. Francisco Reina, MD in prof. dr. Anna Carrera, MD. Sproščen topel odnos. Klicanje po imenih, povabila sta me domov na večerjo, spoznal sem njune otroke (profesorja sta par). Edino, kar me je motilo, je bilo to, da nista bila celoten čas na voljo za pregled dela.

Socialni program

Slabo, večino smo si organizirali kar sami. Prvi večer skupna večerja, nato orientacijske igre po Gironi in dva izleta, v zadnjem tednu dve skupni večerji.

Splošna ocena izmenjave

Natančno taka izmenjava, kot sem jo potreboval po izpitu iz patologije in pafija: mirna, delovno nezahtevna, veliko izletov in sproščanja na plažah. Morda sem kdaj pogrešal nočno življenje, ampak to tako nadomestiš z izleti in druženje z kolegi iz tujine. Zelo zadovoljen.

Potrebnik

Nič posebnega, sam sem pakiral okrog desetih zvečer pred jutranjim odhodom. Aktivirajte si pakete za izkoriščanje podatkov v tujini in ste 100 % pripravljeni na izmenjavo! Naredite si Whatsapp.

Približna razdelitev stroškov

Prevoz: cca. 280 Eur

Hrana: še cca. 200 Eur + 70 Eur iz nadomestila

Izleti: 250 Eur, v to všteta Barcelona 3 noči (Airbnb, 25 Eur/noč)

Iz Girone je potrebno delati izlete, kar znese nekje 15 Eur za povratne bus karte do Costa Brava mestec.

Cenejša alternativa je lahko BlaBlaCar, ki je podobno kot Prevozi.si, ampak morate znati špansko.

Girona je, kar se tiče hrane, dražja kot Bracelona, te vtise sta tudi potrdila profesorja.



Pogled na katedralo v Gironi iz okoliških vrtov: čar mesta je v majhnosti in spokojnosti. Kot je rekla moja kontaktna oseba: "I'm in love with this city!", v mestu se moraš izgubiti in odlopiti, da doživiš njegov duh.



Delo v laboratoriju: mikrodisekcija s kirurškim mikroskopom, ki je v bistvu povečevalno steklo.



Skupinski selfie na plažah v okolici Lloret de Mara, Costa Brava: ob mestih so večinoma peščene plaže, namenjene najbolj komercialnemu turizmu, če pa se podaš na razsikovanje obale vidiš pravo lepoto,

turkizno morje in ostre, visoke skale. Žal je ljudi povsod dosti. Ne pozabite sončne kreme in jopice, če ostanete do sončnega zahoda, zaradi stalnega vetra se po njem hitro hladite in lahko celo zazebe.



Slika z mentorjema in kolegico iz Rusije: iz leve: prof. dr. Anna Carrera, jaz, Guzel Gafiyatullina iz Kazana v Rusiji, sodelovala sva na raziskavi, prof. dr. Francisco Reina. Slikano pred vhodom v secirnico, v vitrinah eksponati, ki so rezultat različnih ohranitvenih tehnik.