

ŠVICA, BERN – julij 2017

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Klara Mihelič, 5. Letnik (klara.mihelic93@gmail.com)

Čas izmenjave:

od 1.7. do 31.7.2017

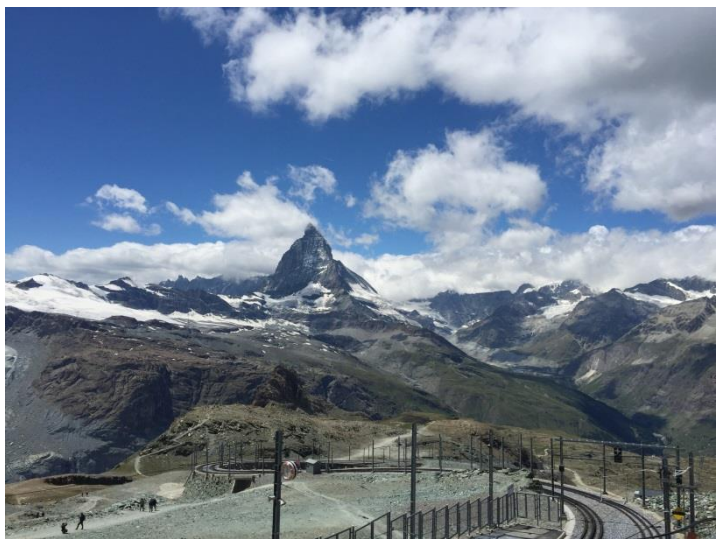
Kraj izmenjave

Bern, glavno mesto Švice, je veliko za pol Ljubljane in zato dobro obvladljivo tudi peš. Skozi mesto teče reka Aare, v kateri se domačini v poletnih mesecih radi osvežijo – Aareschwimmen – do reke je prost dostop pri Marzilli Bad ali Lorraine Bad. Še ena znamenitost mesta je Bärengraben, kjer domujejo trije medvedi, ki so zaščitni znak mesta, saj so nenazadnje tudi v grbu kantona Bern. Nad mestom se dviga hrib po imenu



Slika 1 Kopaljšče Marzilli s pogledom na parlament

Gurten, od koder je v lepem vremenu fantastičen razgled na mesto in Alpe. V Bernu je ena univerzitetna bolnišnica (Inselspital) in več privatnih (Lindenhof Spital). Kot povsod po Švici so tudi iz Berna odlične železniške povezave do praktično katerega koli kraja v državi. Tako si lahko v slabi uri že ob vznožju najvišjih gora (Jungfrau Region) ali pa pri jezeru Thun in Brienz.



Slika 2 Matterhorn - največkrat ovekovečena gora v Švici

Viza

Vize ne potrebuješ. Za prestop meje je dovolj osebna izkaznica.

Zdravje

Na IFMSA strani je navedeno, da je potrebno prinesiti cepilno knjižico in izvid tuberkulinskega testa. Meni v bolnici teh papirjev sploh pogledali niso.

Varnost

Verjetno ni treba posebno poudarjati, da je Švica ena izmed najbolj varnih držav na svetu. Brez problema lahko v Bernu pozno zvečer sam hodiš naokrog.

Denar

V Švici uporabljajo valuto švicarski frank, ponekod je možno plačati tudi z evri. Dobro je imeti kreditno kartico pri roki, saj je Švica draga država, na kar se je dobro pripraviti že pred odhodom.

Prevoz

S Flixbusom preko Nemčije. Karta v eno smer okoli 50€.

Komunikacija pred izmenjavo

Moja kontaktna oseba me je kontaktirala v začetku januarja. Dogovorili sva se za oddelek opravljanja prakse, na vsa moja vprašanja sem dobila hiter odgovor. En mesec pred začetkom prakse sem dobila email z navodili tudi od tajnice oddelka kjer sem opravljala prakso. Tako da lahko rečem, da sem se pred odhodom počutila odlično pripravljeno.

Sprejem s strani tujih študentov

Kkontaktna oseba me je prišla iskat na avtobusno postajo in me odpeljala do stanovanja. Prvi večer smo se dobili še z drugim kolegom, ki je bil na izmenjavi, kjer sem dobila par informacij o poteku same prakse, takrat sem dobila tudi žepnino za kosilo (300CHF). Že prej mi je pokazala, kje je bolnica, tako da sem potem prvi delovni dan v bolnico odšla sama in tam našla oddelek. Tekom celega meseca sem potem mojo kontaktno osebo videla še dvakrat. Sicer pa je bil zadnji vikend s strani Swimse organiziran edini socialni program (opisano pod socialnim programom).

Nastanitev

Živela sem v stanovanju, ki je bilo od bolnice oddaljeno 5 minut hoje. Tam je sicer živela še ena Švicarka, ki pa sem jo med celim mesecem bolj malo videla, tako da sem mela praktično celo

stanovanje zase. Imela sem svojo sobo z veliko posteljo in pisalno mizo. Kuhinja je bila dobro opremljena, 300 metrov stran pa najbližji supermarket.

Prehrana

Dobila sem žepnino v višini 300 CHF. V bolnici je menza, cena obroka je okoli 10CHF. V operacijskem traktu imajo večino dneva na zastonj malico (juha, kruh in namazi). Zajtrk in večerjo sem jedla doma, kosilo pa sem si velikokrat prinesla tudi s seboj v bolnico. Hrano sem kupovala v dveh najbolj razširjenih švicarskih supermarketih – Coop in Mirgos.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Prakso sem opravljala na oddelku abdominalne kirurgije v Lindenhof Spittal. To je privatna bolnišnica, ki pa sprejema tudi bolnike z osnovnim zavarovanjem. Ker je Inselspittal večja bolnica oni prevzamejo večino urgentnih primerov, tako da se v Lindenhof opravljajo bolj elektivne operacije. Moj delavnik se je pričel ob 8h, končevala sem ob 18h, kdaj tudi kasneje. Švicarji delajo vsaj 50 ur na teden, tako da se tudi od študentov pričakuje, da delajo 10h na dan. Ob ponedeljkih in sredah je bil čas ambulate (Sprechstunde), kjer sem opazovala delo mentorja, včasih sem naredila kakšen status. Ob torkih, četrtek in petkih so bile na programu operacije. Pri vseh operacijah, ki smo jih imeli, sem lahko asistirala, med operacijo mi je mentor postavljala veliko anatomske vprašanja. Delali smo veliko bariatričnih operacij, resekcije debelega črevesa, apendektomije, holecistektomije, ileo-stome... Kot IFMSA študent tam opravljaš isto delo kot švicarski študentje v njihovem 6. Letniku (*Wahljahrstudent*), zato se od tebe pričakuje in zahteva, da tam res delaš in ne samo opazuješ!



Slika 3 Lindenhofspittal s pogledom na Bern

Mentorstvo

Na oddelku sta bila dva zdravnika in oba sta bila moja mentorja. V operacijski smo zmeraj operirali skupaj, v ambulanti pa sem bila enkrat pri enem, drugič pri drugem.

Socialni program

Socialni program je bil organiziran zadnjo soboto v mesecu. Odšli smo do bližnjega jezera, se odpeljali z gondolo na vrh hriba ob jezeru, potem pa na poti navzdol naredili piknik, ter se drugi del poti navzdol peljali s trottinetti. Sledila je še vožnja z ladjico po jezeru. Na izletu sta se nam pridružila še dva študenta z Basla in en študent iz Ženeve.

Drugega socialnega programa tekom meseca ni bilo, zato sva se s kolegom na izmenjavi kdaj sama dobila na pijači. Med vikendi pa sem sama odšla na izlete po Švici.



Slika 4 Organiziran sobotni izlet na Niederhorn

Splošna ocena izmenjave

Z izmenjavo v Švici sem v splošnem zadovoljna, saj sem se veliko naučila. Prihodnje generacije bi rada opozorila, naj se na prakso prijavijo čim prej, saj Švicarji dokaj težko najdejo prosto mesto za IFMSA študente. Jaz sem imela srečo in sem dobila mesto v Lindenhof Spital, kolega pa se je moral vsak dan voziti do bolnišnice v Riggisbergu in je za vožnjo sem in tja vsak dan porabil dve uri. Malo sem pogrešala tudi več angažiranja s strani Švicarjev glede socialnega programa.

Potrebnik

Na izmenjavo je potrebno vzeti belo haljo ter morebitne ostale stvari, ki bi jih potreboval v bolnici. Pred odhodom je potrebno v Sloveniji skleniti turistično zavarovanje in zavarovanje odgovornosti (pri Triglavu ponujajo v paketu). V Švici uporabljajo drugačne vtičnice, zato je potrebno imeti adapter.

Približna razdelitev stroškov

Prevoz (Flixbus): 100€

Hrana: 300 CHF

Swiss travel pass za 8 dni potovanja: 360 CHF

Random: za orientacijo 0,5L najcenejšega piva v trgovini stane 1,7 CHF, mala porcija sladoleda 3,5-4,5 CHF, vstopnina v klub 20 CHF.