

KATALONIJA, BARCELONA – julij 2017

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA RAZISKOVALNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Marija Batkoska, 4.letnik

marijabatkoska@yahoo.com

Čas izmenjave:

od 1. 7. do 31. 7. 2017

Kraj izmenjave

Barcelona! Drugo največje in seveda najlepše mesto v Španiji, glavno mesto Katalonije. Vedno živahno in polno turistov, hkrati pa popolnoma mirno, če le veš kam greš ;) Barca je mesto Gaudija, vizionarnega arhitekta, ki je bogatim meščanom v 19. stoletju projektiral lepe in nenavadne hiše ter umrl preden je dočakal izgradnjo svojega najbolj znanega otroka –Sagrada familia, bazilika, ki bo dokončno zgrajena predvidoma leta 2026, na stoti obletnici smrti Antoni Gaudija.

Barca je v 20. stoletju bila dom dveh ekcentrikov – Picassa in Dalija. Poleg Picasso muzeja, ljudi lahko obiščejo tudi Els Quatre Gats, cafe v katerem je umetnik preživel svoje mlade boemske noči.

Pestri separatisti, meščani so iskreno zaljubljeni in zelo ponosni na svoje mesto in svojo Katalonijo. Na skoraj vsakem balkonu je izložena katalonska zastava, zato edina trgovina adidasa, ki prodaja športno opremo Real Madrida zgleda zelo žalostno in nezaželeno.

Zdi se mi neustrezno pisati o lepoti, zgodovini in duši mesta, to je nekaj, kar se mora doživeti, besede ne morejo dovolj natančno in podrobno opisati vse kar se vidi in čuti. K magiji precej prispevajo domačini, izjemno topli in prijetni ljudje, vedno razpoloženi in nasmejani.

Barcelona je mesto za vsakega – dovolj veliko, da vsak najde tisto, kar mu je všeč, dovolj majhno, da lahko obišče vse. Barcelona je mesto za uživanje, mesto kjer vsak postane srečen.

Viza

Španija je v Schengen Coni, torej pasoš je dovolj.

Zdravje

Ob prijavi sem morala poslati skenirano cepilno knjižico, potrdilo o zdravstvenem zavarovanju v tujini ter potrdilo o zavarovanju odgovornosti (liability insurance). Triglav Zavarovanje ima zavarovanje na

potovanjih v tujini, ki vključuje zdravstveno in zavarovanje odgovornosti. Najbolj se splača vzeti zavarovanje za 1 leto, stane okrog 50€. Nobenih dokumentov ni treba prevajati.

Drugi teden izmenjave sem dobila pasovec, Valaciklovir je stal 48€, ampak ker sem imela zavarovanje sem plačala samo 5€.

Dodatna cepljenja pred odhodom niso potrebna.

Varnost

Katalonija je zelo varna, sama Barcelona tudi, razen ko se sprehajaš po La Rambla in Pl. Catalunya ali uporabljaš metro – veliko ljudi in veliko žeparjev, sicer pa letos nobenemu niso nič ukradli.

Barcelona je mesto, ki nikoli ne spi, kar pomeni da se tudi ponoči dosti dogaja. Brez premislekov lahko hodiš zvečer naokrog, nihče te ne bo napadel, lahko pa dobiš ponudbo da se priključiš kakšni zabavi na odprtem.

Res je, da je avgusta 2017 bil teroristični napad s kombijem na La Rambla, ampak tamo se vedno sprehaja ogromno ljudi in nastane taka gužva, da realno v vsakem trenutku lahko pričakuješ da se ti kaj zgodi, če recimo kolesar pade s kolesa, s sabo povleše še vsaj 5-6 ljudi okrog.

Denar

Nacionalna valuta je evro. Svetujem, da s seboj imaš dovolj keša ali pa plačuješ s kartico, sicer pa tudi dvig na bankomatih ni najslabša opcija, enkrat sem dvignila 50€ iz CaixaBank s svojo NLB kartico, provizija je bila samo 0,55€.

Prevoz

Na letališču El Prat sem prispela z Wizzair iz Skopja (imela sem opravke v Makedoniji, drugače pa Treviso je seveda najbližja opcija), na poti nazaj sem letela z Ryanair do Trevisa. Povratna karta je okrog 200€, rezervacijo sem naredila na začetku maja. Moj nasvet je, da karto rezerviraš takoj ko zveš, da greš v Katalonijo, tudi v primeru, da izmenjavo ne opravljaš v Barcelono ker skoraj vsako večje mesto ima svoje letališče, ampak karte so bistveno dražje.

Na letališču me je čakala kontaktna oseba in me je pripeljala do študentske vile, ki je sicer izven mesta. Če si brez kontaktne osebe je precej naporno priti do vile, najprej moras iti na bus do mesta (Aerobus, 10€ za povratno karto) ter potem greš na hitri vlak do vile (FGC, 1 karta stane 2,5€, gres do postaje Bellaterra. Sicer pa nastanitev ni vsako leto na istem mestu, v vsakem primeru je lepo imeti kontaktno osebo, ki ima avto.

Komunikacija pred izmenjavo

Ime kontaktne osebe sem dobila po mailu z ostalimi podatki o izmenjavi okrog 10. maja (vse ostale države pošljejo dosti prej, ampak Španci so pač leni in zamujajo) in moram povedati, da sem res imela srečo, da sem sploh dobila kontaktno osebo! Večina ljudi na izmenjavi ni imela ker se je pač prijavilo premalo receptorjev. V tem primeru komot teži svojemu LORE, on je dolžen poskrbeti zate.

Iskreno povedano, Katalonski tim za izmenjave sucks, oni so bili edina stvar, ki ni bila perfektna na izmenjavi. Deloma so nesposobni, deloma se jim ne da, ampak na koncu se je vse lepo uredilo, vsi smo pravočasno dobili pocket money in potrdila. Za razliko od njih, vse kontaktne osebe so top, organizirajo izlete za vse in skrbijo za svojega študenta.

Sprejem s strani tujih študentov

Kot sem omenila zgoraj, moja kontaktna oseba je bila super, prišla me je iskati na letališče, pripeljala do študentske vile, pokazala mi je pot od vile do postaje, prišla z mano prvi dan v bolnici in pomagala glede registracije in srečanjem z mentorjem. Ves čas je bila dosegljiva na fb in vedno je odgovarjala na moja včasih butasta vprašanja. Zadnji dan me je tudi peljala iz vile do letališča kar sploh ni njena obveznost.

Nastanitev

Živela sem v študentski vili (Vila Universitaria UAB), kjer so leta 1992 živeli športniki, ki so tekmovali na XXV. Olimpijskih iger, zdaj je med letom dom okrog 2000 študentom, poleti pa turistom. Vila je ene vrste mini mesta, ima trgovin, restavracij, pralnice, avtošole, kopirnice itn.

Živela sem skupaj z 2 cimri v ogromnem apartmaju z veliko, opremljeno kuhinjo, dnevno sobo in kopalnico. V apartmaju sem prišla prva in sem izbrala sobo, v kateri je bila 1 postelja. Vsi ostali apartmaji so bili za 4 osebe, vsi (tudi naš) so bili iste velikosti. Za čistočo smo skrbele same, kar res ni bilo težko, glede na to da smo si delo razdelile enakomerno.

Življenje v vili je bilo precej mirno, razen ob ponedeljkih, ko so v kavarni imeli karaoke do pozno v noči. Lahko rečem, da sem z nastanitvijo imela veliko sreče ker moja bolnica je bila dosti blizu vile (5min peš do postaje, 10min z vlakom pa še 10min peš). Velika večina ljudi je potrebovala več kot 1h priti do bolnice, tisti, ki so delali v bolnici Can Ruti v Badaloni so potrebovali 1h 40min v eno smer in so se peljali z vlakom, metrom in busom, kar je res naporno.

Prehrana

Namesto topele obroka vsak dan, na koncu izmenjave smo dobili 70€ žepnine. Kosilo v kantini bolnice, do katere smo imeli pristopa samo zaposleni je bilo 4€ kar je res poceni, hrana pa je bila vrhunska! V

kosilu je bilo vključeno: solata/ predjed (za Špance predjed je paella, lasanja, pica... – torej en cel slovenski obrok), glavne jedi (meso, riba, vegi) in sladico/sadje. Vsak dan so imeli pestro ponudbo, tudi najbolj zbirčni bi najdlji nekaj, kar jim bo všeč.

Podobno kosilo v mestu stanje okrog 10€, cena tapasov je okrog 3€, seveda pa je odvisno od lokacije. Ni res, da je Barcelona drago mesto, res je da se ljudi usedejo v prvo restavracijo v centru in se potem pritožujejo da so cene visoke. Mi smo večkrat šli freestyle (kar pomeni brez da bi iskali restavracije na Tripadvisor) in smo lepo jedli in pili za manj kot 8€ na osebo. Proporočam, da res uživaš in raziskuješ Barcelono, najboljše stvari ne najdeš na internetu, ampak pred seboj.

Če si on a budget ali pač enostavno rada kuhaš si lahko sam pripravljas hrano, kuhinja je tip top opremljena. Svetujem nakupovanje v Mercadoni, cene so podobne kot v Hoferju, izbira je pa veliko večja.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Razvrščena sem bila v bolnišnici Parc Tauli v Sabadellu, mesto v bližini Barcelone (10min z avtom, 30min s hitrim vlakom). Bolnica je nova, moderno opremljena in prijetnega vzdušja, brez velikih čakalnih vrst in nereda. Je velikosti UKC-ja, torej mala za španske standarde. To, da ni narejena za milijon ljudi je velika prednost ker se vsi med seboj poznajo in družijo. Delala sem na Oddelku za pulmologijo, ki je razdeljen na 4 dele: dnevna bolnišnica, interventna pulmologija, ambulante in bolnišnične sobe. V sklopu oddelka je tudi enota za testiranje spanca.

Prvi dan sem imela samo srečanje z mentorjem, ki je bil tudi vodja oddelka, zelo prijazen gospod, ki je bil navdušen nad tem, da govorim špansko in da sem že končala 4. letnik pa se je hitro odločil, da bom veliko bolj uživala če delam na oddelku namesto v laboratoriju. Tako je moja raziskovalna izmenjava postala klinična, čemu sem se veliko veselila. Zmenila sva se, da vsak teden grem na drugem delu oddelka, tako bi se največ naučila in najmanj dolgčasila.

Prvi teden sem bila na oddelku z bolnišničnimi sobami, ta teden moja mentorica je bila najboljša zdravnica, ki sem jo kdaj srečala v življenju! Zelo komunikativna, zabavna, pametna, zaupljiva. Začenjali sva nekaj čez 9h (uradne ure se začnejo ob 8:30h, ampak Špancem se nikamor ne mudi) s kavo in pogovorom, potem bi obiskali vse njene paciente na oddelku. Prvi dan pred vizito mi je tudi temeljito razložila stanje pacientov. Skupaj jih je bilo 6, vsak je imel različno patologijo: KOPB, pljučni rak z zasevki v kosteh lobanje, kolonizacija nosu z MRSA po preboleli pljučnici, Cushingov sindrom zaradi dolgoletnega zdravljenja astme s steroidi, totalna resekcija L pljučnega krila zaradi adenokarcinoma in fibroza D krila. Bilo je precej zanimivo srečati vse te ljudi ter slediti potek bolezni. Lahko sem jih pregledovala in spraševala, po viziti je mentorica odgovarjala na moja dodatna

vpšanja, tudi sama mi je povedala številne zanimivosti. Po viziti, ki je trajala vsaj 2-3h (spet, Španci vzamejo časa za svoje paciente in se jim dejansko posvetijo)in po še eni kavi bi jaz končala in odšla (okrog 13:30-14h) ker bi ona ostala vpisovati podatke iz vizite v računalniku. Proti koncu tedna sem hodila okrog s sestro in sama jemala arterijsko kri.

Drugi teden sem bila na delu za interventno pulmologijo, kjer sem opazovala številne bronkoskopije, biopsije, BAL in torakocenteze. Imela sem nove mentorje, ki so mi podrobno razlagali vsako stopnjo posega.

Tretji teden sem obiskovala ambulante: alergološko, ambulanto za paciente, ki imajo spalno apnejo, ambulanto za intersticijske bolezni (1x na teden pulmolog in revmatolog imata mini konzilij za bolnike, ki imajo avtoimune bolezni z dominantno prizadetostjo pljuč – srečala sem bolnike z lupusom, dermatomiozitisom, sarkoidozo, sklerodermijo...) ter ambulanto za hitre konzultacije (pravzaprav prvi obisk zdravnika po opravljenih preiskavah, pacient prvič zve diagnozo). Videla sem veliko patologij, naučila sem se veliko. Popoln status sem delala sama in potem raportirala zdravnici.

Zadnji teden sem delala v dnevni bolnici. Pacienti so prihajali vsak dan zaradi poslabšanj kroničnih bolezni. Bilo je zelo zanimivo, imela sem tudi veliko odgovornost – sama sem se pogovarjala in pregledovala paciente, potem bi zdravniki ukrepali glede na moje ugotovitve.

Zanimivo mi je bilo to, da so vsak dan izpred oddelka čakali številni farmacevtski zastopniki, ki so praktično 'lovili' zdravnike. Torej domov sem pripeljala veliko propagandnega materiala – zvezke, kulije, lučke... 😊

Vsak študent dobi tudi identifikacijsko kartico, s katero lahko uporablja kantino, avtomate,prehode, ki so prepovedane za nezaposlene itn. Uredi se v tajništvo.



Slika 1: zadnji dan izpred bolnice Parc Tauli

Mentorstvo

Kot sem že povedala, vodja oddelka je bil moj glavni mentor (klicali smo ga 'El jefe' ☺) in veliko občasnih mentorjev. Vsi so bili zelo povezani med seboj, že takoj so tudi mene sprejeli v njihovo družino. Počutila sem se del tima, prosili so me da jih tikam, bili so izjemno prijazni, naučili so me veliko. Že prvi dan mi je ena izmed mentoric začela pokazovati slike njene družine in ludih žurov na katerih so hodili vsi kolegi. Da povzamem: pridobila sem številne kolege in prijatelje.

Sestre so bile tudi zelo prijazne in sposobne, kar po mojem mnenju je stvar, ki najbolj vpliva na usklajeno in prijetno delo na oddelku.



Slika 2: BAL v poteku

Socialni program

Domačini so organizirali zelo dober socialni program, skoraj vsak dan smo hodili na izlete, ogleda Barcelone in sprehode, sicer sami smo tudi veliko hodili okrog. Konec 2.tedna smo organizirali tudi NFDP.

Splošna ocena izmenjave

Ta julij je bil najboljši mesec v mojem življenju! Mogoče zato, ker sem že bila zaljubljena v Barcelono, ampak tudi ker sem delala v izjemnih pogojih v bolnici, jedla izvrstno hrano in imela super ljudi okrog sebe. V bolnici sem hodila vsak dan ker sem res uživala, potem sem hodila v mesto in raziskovala vse koticke. En vikend s cimro sva šli v Valencijo, ki je tudi zelo lepo mesto, ampak že v soboto zvečer sva

začeli pogešati Barcelono, kar veliko pove. Katalonci so zelo topli in dragi ljudi, ki znajo uživati v življenju, če bi imela priložnost bi takoj šla nazaj.

Must try: orxata (ali horchata po špansko, tradicionalni mlečni napitek), paella, churros, pršut, sangria, mečarica...

Must visit: Sagrada famlia, bolnica-muzej San Pau, Monjuic, Pl. Espana, olimpijska vas, muzej Picassa, muzej zgodovine Barcelone, gotska četrt, četrt Gracia, Parc Guell, Casa Mila, Casa Batllo, muzej erotike, La Boqueria, Bunkers del Carmel, plaža Barceloneta, Parc de la Cuitadella, Arc de Triomf, CampNou <3 ...



Slika 3: izpred Arc de Triomf



Slika 4: v muzeju Hospital San Pau

Potrebnik

Pasoš, denar, telefon z veliko memorije – standard ☺ Ne potrebuješ veliko oblačil ker pralnica dela vsak dan, en stroj stane 4€, opere v roku 30min, stvari so pa res čiste in lepo oprane. Cel mesec je bilo zelo toplo, jakna, dolge hlace ipd. so samo odvečne stvari, ki jih ne potrebuješ. Nam so povedali, da moramo vzeti posteljine in brisače, ko smo prišli smo vidli da je vse že zagotovljeno. Torej če boš stanoval v Univerzitetni vili NE potrebuješ svojo posteljino in brisače, ne splača se imeti še en kufer, ki dodatno zakomplicira potovanje.

Zdravniki v bolnišnicah nosijo samo haljo, torej če nimaš posebno željo biti v belem od glave do pete ne moraš vzeti bele hlače, majice in posebno obutev.

Nujno vzami študentsko izkaznico – Picasso muzej je za študentje popolnoma brezplačen!

Približna razdelitev stroškov

Okrog 200€ za povratno letalsko karto, 35€ za GoOpti, 100€ za vikend v Valencijo, 4€ za kosilo v bolnici, 6-12€ za kosilo v mestu, 3-10€ za pijačo v mestu, 0.45€ za 1,5l vode v bolnici, okrog 1€ za kavo, 70€ za mesečno karto.

Nisem štela koliko denarja sem porabila, stroški so tudi odvisni od osebe do osebe, ampak rekla bi da je 500-600€ dovolj za vse stroške (vključno s prevozom).

Eni so hodili skoraj vsak dan na plažo in niso veliko porabili, eni smo hodili okrog mesta na ogled, kar seveda stane, ampak zame osebno je to bolj investicija kot zapravljanje denarja ker se res splača! Večina muzejev ima brezplačen vstop vsako nedeljo popoldne, grupni obiski so bolj poceni. Cene pijač v klubih so kot v Ljubljani, zato se lepo napij preden greš žurat ;) Cel julij so nori popusti v vseh trgovinah, splača se pripeljati čim manj stvari iz Slovenije.