

Mehika, Monterrey – julij 2017

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Špela Lipovšek, 5. Letnik, spela.lipovsek1@gmail.com

Čas izmenjave:

od 3.7. do 28.7.2017

Kraj izmenjave

Monterrey leži na severovzhodu Mehike in ima 2 milijona prebivalcev, skupaj s širšo okolico pa kar 4 milijone. Iz hriba sredi mesta imenovanega Obispado, ki ga krasi ogromna mehiška zastava, ti razgled na celotno mesto zapre sapo. Najprej se namreč gibaš od kraja bivanja do bolnice in mogoče do kakšne »taquerie«, nato pa se ti pogled odpre na to ogromno mesto. Mesto ima kar nekaj muzejev in tudi ogromen park Fundidora, ki je povezano s starim mestnim jedrom z umetno reko po kateri se lahko zapelješ z ladjico. Svoj čar ima tudi to mestno jedro, imenovano »Barrio antiguo«, ki se ob nedeljah spremeni v umetniško tržnico, vsako noč pa vrata odprejo številni lokali na tem mestu. Za vsakim ovinkom lahko najdeš »taquerio«, restavracijo ali pa samo prikolico, kjer prodajajo takose in podobne mehiške jedi. Niti približno takšne, ki jih mi jemo v naših mehiških restavracijah.

Viza

Za Mehiko ne potrebuješ vize.

Zdravje

Pred odhodom nisem opravila nobenega testa, prav tako nisem opravila nobenega cepljenja. S seboj sem vzela le kakšne pastile za grlo in Nalgesin, ker je za vse ostalo, kar se ti pripeti tam, boljše vzeti njihova zdravila. V vsakem primeru si pa na praksi v bolnici, tako da ti tudi antibiotike lahko predpišejo tamkajšnji infektologi, če je to seveda potrebno.

Varnost

Država je po dnevi varna, ponoči pa ti vsi domačini svetujejo vožnjo z Uberjem in res vztrajajo pri tem, da se ponoči ne sprehajaš po ulicah. V Monterreyu naj ne bi bilo nevarno (v primerjavi z severnejšimi mesteci ob meji z Ameriko), ampak je vseeno prav poslušati domačine.

Denar

V Mehiki uporabljajo Mehiški peso. Menjalni tečaj je približno 20 pesotov za 1 euro. Lahko dviguješ na bankomatih, ampak nekateri poberejo kar nekaj evrov za dvig gotovine (mislim, da sem največ plačala 5€), na menjalnici v najbližjem H.E.B.-ju naj bi bil najboljši menjalni tečaj, zato morda bolj priporočam, da greste tja z evri ali pa z dolarji. Kreditna kartica vam kdaj pride prav, zato priporočam, da jo imate s seboj, ves socialni program pa se plača z bankovci, zato nujno potrebujete tudi le te.

Prevoz

Rezervirala sem lete preko Alitalije, nato letela delno z Alitalijo in delno z Delto, kar je malce zakompliciralo izdajo kart, ampak sem vseeno prišla na vsa letala pravočasno. Imela sem sprintane letalske karte in pa tudi na telefonu aplikacijo Tripcase, kjer so bili zabeleženi vsi leti in so na koncu uredili zadeve kar preko tega. Za let iz Benetk preko Rima in Atlante v Monterrey sem plačala 790,76€, nazaj sem letela le preko Atlante. Najboljše je takoj, ko izveste državo, kupiti karto do glavnega mesta, nato pa, ko prejmete CA (kar je 2 meseca pred samo izmenjavo), kupite še notranji let. Od letališča do hotela je najboljšo poklicati Uber, jaz sem za eno vožnjo plačala 280 pesotov (=14€). Lahko pogledate, če ima še kdo, ki prihaja na izmenjavo let ob podobni uri, kot vi in si lahko potem delite stroške prevoza.

Uber se uporablja tudi ves čas izmenjave, za prevoze kamorkoli, še sploh pa ponoči, do nočnih klubov ali bolnice. 😊

Komunikacija pred izmenjavo

En mesec pred izmenjavo smo vsi julijski študentje prejeli email z informacijami kaj potrebujemo s seboj, kje bomo nastanjeni, telefonskimi številkami naših kontaktnih oseb in ostalimi pomembnimi informacijami. Poleg tega so tudi ustanovili Facebook skupino in WhatsApp pogovor za komunikacijo pred in med samo izmenjavo.

Sprejem s strani tujih študentov

Niso me prišli iskat na letališče, kar je bilo zapisano že v emailu, ki smo ga prejeli. Počakali so nas v hotelu, kjer smo tisti mesec stanovali in nam tam pojasnili osnove glede nastavitve. V ponedeljek pa so nas vse skupaj odpeljali peš do bolnice, da smo izvedeli kje je in nam predstavili naše mentorje. Tekom meseca je vsaj eden prišel vsakič, ko smo imeli socialni program, kar je bilo na začetku skoraj vsak dan v tednu, kasneje pa manj pogosto.

Nastanitev

Od letos naprej so vsi incomingsi nastanjeni v Four Points Hotel Galerias, ki je hotel z lastnim bazenom in fitnessom. Nahaja se čez cesto od enega izmed velikih nakupovalnih središč, kjer lahko kupiš skoraj vse in greš tudi v kino. Živila pa kupiš v H.E.B.-u 5 minut stran od hotela. Okoli hotela je tudi kar nekaj restavracij, kamor greš lahko zvečer jest. Bolnica je dobrih 10 minut oddaljena od hotela, odvisno s kom hodiš do tja. ☺ V sobah smo bili po štiri punce ali štirje fantje na dveh velikih zakonskih posteljah. Kot se spodobi v hotelu so vsak dan zamenjali brisače in preoblekli posteljo. Da pa to še ni vse, smo imeli zjutraj v hotelu zajtrk.

Prehrana

V Monterreyu ti hrane ne manjka. Poleg zajtrka v hotelu ti v bolnišnični menzi pripadajo kar trije obroki na dan. Hrana je bila meni zelo všeč, lahko izbiraš med več različnimi jedi ter vsakič zraven glavne jedi dobiš še sadje ali sladico.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Izmenjavo sem opravljala na oddelku Ginekologija in porodništvo. Ker v bolnišnici Hospital Universitario Dr. Jose Eleuterio Gonzalez na oddelku Ginekologije obravnavajo predvsem splave in hospitalizirane bolnice, so se odločili, da mene in dve kolegici, ki sta bili z mano na izmenjavi za cel mesec pošljejo na oddelek Porodništva. Tam nam je bila določena mentorica Dra. Med. Ivette Reina Gaona, specializantka 2. letnika. V Mehiki specializacijo iz Ginekologije in porodništva opravljajo 4 leta. Prvi dan se je začel obetavno, mentorica nam je v angleščini predstavila oddelek, kaj se vse dela tam in ena izmed nas je lahko asistirala pri naslednjem carskem rezu. Ostale dni smo jo videle bolj malo ali samo mimo grede, ker je vedno imela delo, zato smo hodile do drugih specializantov ali študentov, ki so delali izmene na oddelku. Specialistov ali profesorjev na oddelku skoraj ni, vsak dan smo videle enega, ki je prišel preverit stanje na oddelku, morda prevzel carski rez pomembne pacientke in nato odšel.

Zelo priporočeno je znanje španščine, saj je veliko pogovorov potekalo v španščini. Kolegici sta obe govorili špansko, sama sem razumela, govorila pa sem samo angleško, zato sta samo onidve lahko komunicirali z vsemi, ki niso želeli govoriti angleško.

Celoten mesec je bil poln zanimivih primerov, naučile smo se nekaj praktičnih veščin in pomagale študentom pri njihovem delu na oddelku. Porodništvo je razdeljeno na tri predelke, mentorica nam je rekla, da lahko gremo kamor želimo. Prvi je triaža, kjer sprejemajo nosečnice s težavami ali začetkom poroda. Tam študentje vzamejo anamnezo ter pregledajo pacientko, specializant pa pacientko

pregleda še ginekološko. Lahko smo pomagale pri anamnezi in pregledu, ampak smo redko dobile svojo pacientko, saj je bilo študentov na triaži dovolj. Drugi del je bil porodni del, kamor so sprejeli pacientke, ki so bile v aktivni fazi poroda in je tesno vezan s tremi operacijskimi in tremi sobami za porod. Tam smo preživele največ časa, opazovale porode in carske reze ali pa pomagale študentom pri nastavljanju CTG-ja, merjenju popadkov ali pripravi pacientke na carski rez. V vmesnem delu so ležale visoko rizične nosečnice, to so pacientke s pridruženimi boleznimi, niti ni nujno, da so v fazi poroda, morda so tam samo za opazovanje. Konec vsakega tedna se nam je mentorica podpisala v Logbook in s tem potrdila, da smo opravile dovolj ur.

Nekajkrat v mesecu pa smo namesto dnevne izmene s kolegico naredile nočno izmeno, kjer so tudi delali študentje, ampak je bilo manj osebja kot čez dan, zato smo lahko več pomagale.

Na koncu meseca me je mentorica ocenila in do konca izpolnila Logbook. Pogovorili sva se o opravljenih ciljih v tem mesecu dni. Na certifikatu ni podpisana ona, ampak predstojnik oddelka Dr. Med. Donato Saldivar Rodriguez.

Mentorstvo

Z mentorico smo se srečale prvi dan, kadar nam je predstavile oddelek, nato pa smo se vsak dan le pozdravile, ni nas pa naučila ali pošiljala naokoli, s kolegicami smo lahko počele, kar smo želele. Če nas ni nihče nikjer sprejel, je to lahko pomenilo tudi nič.

Socialni program

V prostem času smo se družili z ljudmi na izmenjavi, letos nas je bilo kar 42. Velikokrat v tednu so bili organizirani kakšni izleti po mestu, npr. izlet v muzeje ali v park Fundidora. Med vikendi pa so se odvijale razne zabave, vse od mehiškega žura, NFDPja in pool partyja ter izleti. Najboljši del socialnega programa pa je izlet v Matacanes zaradi katerega se splača plačati 1200 pesotov (60€). Gre za celodnevno soteskanje po prečudovitem okolju reke Matacanes, kjer skačeš iz različnih višin, dvakrat se spustiš navzdol po vrvi in greš skozi dve jami. V ceno je vključen prevoz, trije obroki, oprema, zavarovanje in fotografije iz izleta.

Splošna ocena izmenjave

Sem bila že lani in bi šla še enkrat. Ljudje so res neverjetni, v bolnici se lahko naučiš zelo veliko, ostali slovenski študentje so veliko pomagali na urgenci, hotel je pač hotel, hrane imaš tudi na pretek, tako da ti res nič ne manjka.

Potrebnik

Letos mi še kava ni manjkala ☺ S sabo potrebujete belo haljo, scrubse pa si lahko kupite kar tam.

Približna razdelitev stroškov

791€ - povratna letalska karta iz Benetk

14€ - Uber do letališča

Poleg 170€, ki smo jih plačali doma za klinično izmenjavo, prenočišče in hrano sem za vse ostalo zapravila 600€.



Slika 1: Eden izmed mnogih trenutkov, kjer smo preizkušali mehiško hrano. Na fotografiji sem z dvema domačinoma in punco iz izmenjave



Slika 2: Fotografija iz uradnega mehiškega žura z vsemi potrebnimi pripomočki :)



Slika 3: Tudi na pool partyju smo morali Slovenci pokazati, kdo je glavni. Borovničke so očarale vse.



Slika 4: Uradna fotografija celotne julijske skupine skupaj s kontaktnimi osebami