

POLJSKA, VARŠAVA – Julij 2017

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Nataša Aleksovskaja, 6.letnik

Čas izmenjave:

od 5. 7. do 2. 8. 2017

Kraj izmenjave

Varšava je glavno mesto Poljske in hkrati tudi največje mesto v državi. Mesto je moderno in eno izmed najhitreje razvijajočih se prestolnic Evrope. Popolnoma uničena po 2. svetovni vojni, Varšava se lahko pohvali z mešanico novih in starih arhitekturnih stilov. Ponuja pestro izbiro restavracij, muzejev, galerij, barov in ne razočara tudi s svojim živahnim nočnim življenjem.

Viza

Poljska je država, ki je članica Evropske unije, zato viza ni potrebna.

Zdravje

Ob sami prijavi v Card of documents sem morala oddati Immunization record o cepljenjih oziroma prisotnosti protiteles, potrjenih s strani zdravnika. Zahtevali so potrdila glede cepljenja proti davici, tetanusu, oslovskemu kašlju, otroški paralizi, rdečke, mumps, ošpice, kot tudi serologijo za vodene koze. Opraviti sem morala tudi teste za TBC, titer protiteles proti hepatitisu B, bris nazofarinksa za MRSA in preiskave za salmonelo in šigelo. Priporočam, da s preiskavami začnete čimprej ko izveste, da ste dobili Poljsko, za pomoč so pa prijazni profesorji in asistenti na Infekcijski kliniki vedno dosegljivi. Ker je to EU, posebnih priporočil glede cepljenja pred odhodom ni, prav tako pa je tudi s potovalno lekarno. Osnovna zdravila se da dobiti v lekarni in so relativno poceni.

Varnost

Poljska je načeloma varna država, tudi v Varšavi sem se počutila dosti varno. Vsekakor je na obljudenih predelih, še posebej v predelu mesta imenovano Praga, na drugi strani reke Visle, pametno biti previden za svoje stvari in se držati skupine. Uporaba javnih prevoznih sredstev je povsem varna.

Denar

Poljaki uporabljajo poljske zlote - menjalni tečaj: 1 EUR = 4,2 PLN. Denar se plača dvigovati na bankomatih, kajti lahko izbereš možnost brez zaračunavanja dodatni stroškov menjave. Poleg tega priporočam tudi plačevanje s kartico, kjer lahko izbereš plačilo v njihovi valuti in tako nimaš stroškov menjave. Kreditno kartico vsekakor priporočam, kajti zna se zgoditi, da se rezervira oziroma kupi/ plača kaj preko interneta, kjer nakupa brez kreditne kartice ne moreš opraviti – tako kot v Sloveniji.

Prevoz

V Varšavo sem prišla z letalom, ki sem ga rezervirala dva meseca pred odhodom preko Adria Airways, zato je bila cena nekoliko višja, kot bi lahko bila. Cena povratne karte iz Ljubljane je bila 240€.

Komunikacija pred izmenjavo

Kontaktne osebi sem pisala, takoj ko sem izvedela, da sem dobila prakso v Varšavi. Je bila zelo odzivna na mail-u kot tudi na facebooku in je učinkovito odgovarjal na vsa moja vprašanja. Prav tako so nas organizatorji povabili v facebook skupino, kjer so objavljali najpomembnejše stvari in odgovarjali na vsa vprašanja. Lahko rečem, da sem pred odhodom bila odlično pripravljena.

Sprejem s strani tujih študentov

Kontaktna oseba me je prišla iskati na letališče, prav tako sem pri njej prvo noč prenočila, saj sem prišla en dan pred začetkom prakse. Naslednji dan me je odpeljala do študentskega doma, prav tako me je potem odpeljala do bolnišnice in mi je pomagala pri registraciji pri administratorkah. Z njene strani sem na splošno bila zelo zadovoljna.

Nastanitev

Nastanjeni smo bili v študentskem domu, oddaljen cca. 20 minut od centra s tramvajem, od bolnišnice pa okoli 30 minut. Spali smo v dvoposteljnih sobah, v vsaki sobi je bila kopalnica in majhna kuhinja s hladilnikom. Kopalnica je bila lepo urejena, vendar, precej majhna. Kuhinja je bila skupna za celotno nadstropje. Bila je velika, s skupno jedilnico. Imeli smo le manjši problem s kuhinjsko posodo in priborom, kajti vse bi si morali prinesli sami, prav tako bi ostali prebivalci doma pomijeno posodo vzeli in dali v svoje sobe. Zato smo kuhinjsko posodo, ki smo jo kupili, začeli hraniti v naših sobah.

Prehrana

V drugem tednu izmenjave smo dobili 450 zlotov (104 eur) žepnine za prehrano. Večinoma smo si sami kuhali v domu, ker se v trgovini da dobiti zelo poceni hrano.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Prakso sem opravila na kliničnem oddelku za splošno kirurgijo in transplantacijo jeter v Public Teaching Hospital. Bolnišnica je največja v mestu in predstavlja glavna izobraževalna bolnišnica Varšavske Medicinske Univerze. Oddelek je imel okoli 80 postelj, sobo za intenzivno terapijo kot tudi sobo za postoperativno nego. Vsako jutro ob 7.15 smo najprej opravljali vizito pacientov, potem je sledil raport, nato pa operacije oz. delo na oddelku. Prvi dan prakse sem se predstavila osebju klinike in sem bila dodeljena timu prof. Zieniewicz, ki je tudi vodja oddelka. V prvih dveh tednih je tim, kateremu sem se priključila opravljal pretežno resekcije jeter, operacije pri katerih sem parkrat asistirala. Naslednja dva tedna smo začeli s transplantacijami jeter, ki sem jih zaradi kompleksnosti le opazovala.

Mentorstvo

Mentor se je prvi teden ukvarjal z mano in mi razložil potek dela na oddelku, kasneje pa ga skoraj nisem več videla. Včasih bi mi samo povedal v kateri operacijski dvorani bo določena operacija. Zadnji teden je odšel na dopust, ostali zdravniki pa sploh niso vedeli, da sem študentka na izmenjavi. Prav tako večina njih ni govorila angleško, tako da sem za pomoč iskala specializante. Na splošno se pa niso kaj dosti želeli ukvarjati z mano.

Socialni program

Poljski študenti so se res potrudili, da nam ni dolgočasno. Takorekoč je vsak dan bil organiziran kakšen izlet ali pa obisk muzeja, skoraj vsak večer smo tudi šli na pijačo. Organizirali so tudi ekskurzije v Krakowu, Wroclawu in Gdansk, na kar so na splošno bili zelo dobro pripravljene. Prijava za te ekskurzije je bila en mesec pred izmenjavo.

Splošna ocena izmenjave

Mesec na izmenjavi je bil zame mesec intenzivnega druženja, velikih novih prijateljstev, spoznavanja različnih kultur, osebnosti, prilagajanja. Težko je ubesediti vsa ta občutja in prelepe spomine, zato priporočam, da se odpravite na izmenjavo in sami doživite nepozaben mesec.

Potrebnik

Za Varšavo priporočam, da si vzamete dežnik in toplo obleko, saj je poleti veliko padavin.

Približna razdelitev stroškov

Letalska karta – 240 eur

Obvezno zavarovanje – 21 eur

Mesečna karta za javni prevoz – 15 eur

Prehrana – okoli 100 eur

Vikendi Wroclaw, Gdansk, Krakow – cca 200 eur

Obisk Auschwitza – 19 eur

Ostalo – cca 100 eur



Varšava



Na oddelku



Obisk Gdanska



Obisk Wroclawa



ZVEZA ŠTUDENTOV
MEDICINE SLOVENIJE

Društvo študentov
medicine Maribor

