

Brazilija, Rio de Janeiro – julij 2018

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Kevin Pelicon, 5. letnik

Za kakršnakoli vprašanja: kevin.pelicon@gmail.com

Čas izmenjave:

od 2. 7. do 29. 7. 2018

SPLOŠNO:

Država in kraj izmenjave

Brazilija je največja južnoameriška država, znana po svojih peščenih plažah, karnevalu, živahnem nočnem življenju, deževnem gozdu itd.

Veselo branje tudi na: <https://en.wikipedia.org/wiki/Brazil>

Viza

Državljeni Slovenije za vstop v Brazilijo ne potrebujemo vize, ob prihodu je treba oddati samo izpolnjen obrazec, ki ga dobiš na letalu.

Zdravje

Zahtevali so opravljen test za TBC (zastoj na infekcijski kliniki) in potrdilo o cepljenju proti rumeni mrzlici (35 evrov v ambulanti za cepljenje in potovalno medicino – najbližja na Zaloški 29).

Južni / jugovzhodni del države in tamkajšnja populacijska središča (Rio, São Paulo, Curitiba ...) so načeloma izven območja malarije, zato profilaksa tam ni potrebna. Vkolikor načrtuješ po izmenjavi potovati proti severu, se pozanimaj tudi o tem.

Potovalna lekarna: običajno, morda kakšen dodaten Linex.

Varnost

Vsekakor obstajajo pomisleki glede varnosti. Živel sem v razmeroma varnem delu mesta, kjer je tudi zvečer na ulicah veliko domačinov in turistov, zato sem se večino časa počutil varno. Sicer je zvečer sprehajanje po mestu (sploh po plažah) nepriporočljivo. Enako velja za favele, ki se pojavljajo povsod

po mestu in so, kljub temu da so nekatere v procesu »pacifikacije« s strani policije, off-limits tudi podnevi. Kot primer – zna se zgoditi, da niti Uber ne želi zapeljati v favelo. Sicer je nevarnost v varnejših (turističnih) delih mesta precej manjša, a se vseeno pazi žeparjev in vredne stvari vedno pospravljaj v nahrbtnik ter ne izstopaj z oblačili. V nevarnejših delih mesta svetujejo tudi, da za uporabo telefona zaviješ v kako od trgovin, tam opraviš svoje, telefon pospraviš in se vrneš na ulico. Ne škodi, če imaš v primeru kraje s seboj nadomestni telefon.

Če te zanima Brazilija, se mi zdi IFMSA izmenjava sicer eden boljših načinov za obisk, imaš namreč ogromno stika z domačini, ki znajo glede varnosti najboljše svetovati.

Denar

Valuta je Real. $1\text{€} \approx 4,5\text{ R\$}$. Svetujem plačevanje s kartico, deluje namreč praktično povsod (edina izjema je bil nakup vozovnice za podzemno železnico). Dvigovanje na bankomatih se ne spleča.

Zelo priporočam kartico Revolut (aplikacijo za telefon, po pošti prejmeš fizično kartico), saj omogoča enostaven vpogled v lastne finance in dober exchange rate. Kartico lahko blokiraš, vključiš location-based security itd., vse na telefonu.

Prevoz

Letalski karti sem kupil začetek maja.

Enosmerna letalska karta Benetke – Rio de Janerio pri TAP Portugal za 350 €.

Fun fact: TAP Portugal ponuja možnost nekajdnevnega stop-overja v Lizboni ali Portu, pri čem so vozovnice lahko celo cenejše. Splača se poklikat. V mojem primeru je bila cena karte nižja za 130 € + dobil sem dva dni v Lizboni. Win-win.

Enosmerna karta Santiago de Chile – Benetke pri Alitalii za 370 €.

Do Benetk in nazaj GoOpti.

IZMENJAVA:

Komunikacija pred izmenjavo

Po navadi sem najprej pisal jaz. Ker sem dolgo čakal na Card of Acceptance, sem pisal kar Facebook skupini svoje izmenjave (česar načeloma ne bi smel), po prejemu potrditve pa sem komuniciral predvsem s kontaktno osebo, ki je hitro odgovarjala. Kontaktne podatke gostitelja, pri katerem sem spal, sem prejel šele en teden pred odhodom v Brazilijo. Skratka ne skrbi, če kakšna stvar traja malo dlje.

Sprejem s strani tujih študentov

Na letališče me je prišel iskat eden od študentov, ki me je zapeljal tudi do nastanitve. Do oddelka in mentorja me je ob začetku pospremil gostitelj, pred tem pa mi je pokazal tudi okolico stanovanja, kako uporabljati podzemno železnico itd. Praktično vsak dan sem imel stik s tamkajšnjimi študenti.

Nastanitev

Živel sem v Botafogu v študentskem stanovanju z gostiteljem in še dvema študentoma medicine (enega sicer skoraj nikoli ni bilo oz. je nekje na dva tedna prišel jest sushi, tako da sem lahko spal v njegovi sobi). Stanje higiene je bilo ... študentsko? Glede na to, da sem bil tam samo en mesec, me ni posebej motilo.

»Watch out, Matheus. There's an ant!«

»Uhhhh ... yeah. They're everywhere.«

Pot do bolnice je trajala približno 35 minut z direktno linijo na podzemni.

Prehrana

Vsak dan sem prejel topel obrok. Vmes gostitelja nekaj dni ni bilo, zato sem prejel žepnino (20 R\$ na dan). V bolnici je bila na voljo gostilna, ki je ponujala dobro hrano za približno 2,5€ na obrok.

Sicer brazilska hrana ne ponuja kulinaričnih doživetij – veliko je riža in fižola. Priporočam açaí v vseh oblikah. Tudi, če ti ga na plaži pol odmrznjenega »postrežejo« iz razpadajoče kartonaste škatle – go for it.

Družabni program

Organiziranega družabnega programa ni bilo, zato nisem spoznal ostalih prihajajočih študentov na izmenjavi. Sem pa imel dovolj časa za odkrivanje mesta z gostiteljem in ostalimi.

Med izmenjavo je potekal nacionalni družabni program v Vitórii, ki se ga nisem udeležil.

STROKOVNI DEL:

Opis zdravstva v državi:

Zdravstveno varstvo v Braziliji je organizirano preko nacionalnega zdravstvenega sistema (Sistema Único de Saúde – SUS), ki je neplačljiv za državljani in za tujce. Sicer je na ta način državljanom ponujena večina zdravstvenih storitev, a so čakalne vrste zelo dolge tudi za osnovne zdravstvene posege in v nujnih primerih, premožnejši se zato raje zdravijo v zasebnih bolnišnicah.

Študij medicine tako kot v Sloveniji traja 6 let, vendar je naravnano bolj pratično. Študenti so že v nižjih letnikih aktivno vključeni v klinično delo, proti koncu študija pa večino organiziranih oblik pouka predstavljajo vaje. V zadnjih dveh letnikih študija študent nimajo poletnih počitnic, saj tudi med poletjem delajo v bolnišnici.

Delo v bolnišnici (samo za klinične izmenjave)

Izmenjavo sem opravljal na Hospital Universitario Gafrée e Guinle, kjer sem delal na oddelku za splošno interno medicino. Poleg internističnih obolenj je imelo veliko pacientov HIV in »tropske« infekcijske bolezni, katerih pojavnost je v Sloveniji zelo nizka.

Delovni dan se je po navadi začel okrog 9:00 in trajal do kosila, ki je bilo ob 14:00. Po kosilu se je za študente delo na oddelku končalo, lahko pa smo po dogovoru delali v popoldanskih ambulantah (nevrolška, infekcijska). Na začetku izmenjave sem anamnezo in status jemal vpricho mentorja, kasneje pa skupaj z enim od študentov, ki mi je pomagal s prevajanjem. Ugotovitve sva nato poročala na raportu, kjer je vsak dan potekal pogovor o vseh pacientih na oddelku. Proti koncu prakse sem pod nadzorom mentorja opravljal tudi nekatere posege (npr. jemanje arterijske krvi). Na mojem oddelku so sicer vsi vsaj malo govorili angleško, vendar bi mi portugalsčina prišla zelo prav. Koristno je tudi znanje katerega od drugih romanskih jezikov (sploh španščina), saj si lahko z njimi vsak v majhni meri pomagaš. Sicer lahko brez težav preživiš tudi z Duolingo znanjem portugalsčine na nivoju »muito bom« in »a vaca está na fazenda.«

Standardi na oddelku so vsekakor drugačni kot v Sloveniji. Na celem oddelku na primer ni bilo razkužila za roke. Poleg tega na mojem oddelku ni bilo računalnikov, zato je delo potekalo bolj »analogno«. »Let's record a CT,« je v praksi pomenilo, da je eden od študentov odšel na oddelek za slikovno diagnostiko, tam s telefonom snemal ekran, na katerem je scrollal po CT posnetku in posnetek nato poslal v skupni WhatsApp pogovor.

Mentorstvo

Uradno je bil moj mentor prof. Rogerio Neves Motta, ki pa sem ga videl le povprečno enkrat na dan (sva pa šla po delu na pijačo). Več časa preživel pod mentorstvom ene od zdravnic na oddelku (dr. Veronica Melo Maia), ki sem ji sledil po vsakodnevni opravi na oddelku. Študenti na oddelku so z zdravniki zelo tesno sodelovali in imeli skora enakovreden odnos, v čem se moja izkušnja v Braziliji precej razlikuje od slovenske.

Pridobljeno znanje in izkušnje

Moja naloga je bila predvsem pregled pacientov na oddelku in spremljanje njihovega zdravstvenega stanja iz dneva v dan, zato sem izkušnje nabiral predvsem na tem področju. Uporabne so bile tudi popoldanske ambulante, kjer sem lahko samostojno pregledoval nevrološke bolnike. Pomembna izkušnja je tudi delovanje v novem, neznanem zdravstvenem sistemu, ki je v Sloveniji seveda ne bi mogel pridobiti.

ZAKLJUČEK:

Splošna ocena izmenjave

Z izmenjavo sem zelo zadovoljen. Želel bi si sicer še več kliničnega dela, a so me zdravniki na oddelku karseda dobro vključevali v svoje delo. Nad Riom nasploh sem kljub težavam z varnostjo popolnoma navdušen in bi ga obiskal še kdaj.

Komu bi izmenjavo v tvojem mestu/državi priporočal?

*Vsem, ki jih zanima Brazilija in bi jo radi spoznali (dooh). Ostalih večjih brazilskih mest z izjemo São Paula nisem obiskal, zato pri izbiri drugih mest težko svetujem. Če pa se odločaš med Riom in SP, vsekakor priporočam prvega. Svetujem v tamkajšnjih zimskih mesecih, saj so temperature še vedno prijetne (nad 20 stopinj), ni preveč soparno in **ni komarjev**. Kar se tiče izbire oddelka, so verjetno kirurški oddelki bolj priporočljivi, če ne govoriš portugalsko.*

Potrebnik

Rezervni telefon in kakršnakoli hrana evropskega porekla, če brez nje ne moreš. Lindt, Nutella in ostali uvoženi izdelki so v Braziliji zelo dragi – cena je lahko tudi 4x višja. Sicer vse dobiš tudi tam.

Približna razdelitev stroškov

720 € letalske karte

50 € prevoz Ljubljana-Benetke in nazaj

250 € hrana

40 € podzemna od doma do bolnice in nazaj 20x

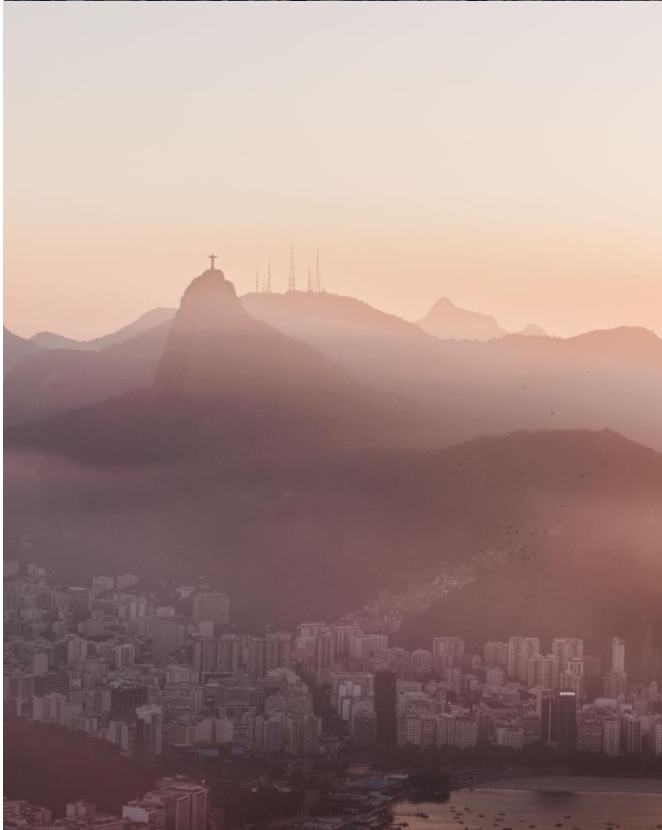
150 € ostali stroški (vstopnine, Uber, brazilska SIM kartica itd.)

Skupaj: 1210 €

Sledi nekaj heavily editanih fotografij Ria in njegove okolice. ENJOY!



Pogled na Sugarloaf Mountain (Pão de Açúcar) ter Botafogo in njegov zaliv.



Pogled na mesto s Sugarloaf Mountaina, v ozadju Cristo Redentor.



Ipanema je najljubša plaža domačinov in po njihovih besedah bistveno lepša od Copacabane. V ozadju desno najbogatejši del mesta (Leblon), ki je direktno nasproti faveli Vidigal (zadaj levo).



Joatinga beach – eno vožnjo s podzemno in Uber stran od centra.