

ETIOPIJA, ADIS ABEBA -JUNIJ/JULIJ 2018

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Neža Trebše, 5. letnik, nezatrebse73@gmail.com, 040 145 812

Čas izmenjave:

od 16. 6. do 15. 7. 2018

Kraj izmenjave

Izmenjava je, kljub različnim možnostim izbire na IFMSA strani, trenutno možna le v glavnem mestu Adis Abebi. Mesto leži na 2300m nadmorske višine in je posledično hladno in deževno. Ima okoli 9 milijonov prebivalcev. Je zelo kaotično, umazano in na žalost polno žeparjev. Po drugi strani pa je polno zelo prijaznih ljudi, ki ti bodo povsod pripravljene pomagati.

Viza

Za vstop v državo je potrebna viza. V njihovih priporočilih želijo, da pridobiš študentsko vizo, a za to potrebuješ invitation letter. Tega, kljub številnim mailom gostiteljem, jaz nisem prejela. Zadovoljila sem se s turistično vizo. Ta je povsem zadostna za potrebe izmenjave, je pa študentska nekoliko cenejša.

Sama sem vizo pridobila preko Char turistične agencije (<https://www.char-potovanje.com/sl/vizumi>). Etiopija nima veleposlaništva v Sloveniji in je potrebno urejati papirje na veleposlaništvu v Rimu.

Priporočala bi, da vizo urejaš vsaj 2 tedna prej, raje 3. Viza velja za 3 mesece, veljati začne ob datumu izdaje.

Po dogovoru z agencijo, jim pošlješ izpolnjen obrazec, ki ti ga predhodno posredujejo, dve sliki primerni za dokumente, svoj potni list ter invitation letter, če ga le imaš.

Cena: 114€

Zdravje

Pred odhodom sem se cepila za hepatitis A in rumeno mrzlico kljub temu, da ta ni nujno potrebna za Etiopijo. (Better safe than sorry :D). S seboj sem imela probiotike, ciprofloksacin in nekaj antipiretikov/analgetikov ter najpomembnejše: razkužilo za roke! (v Etiopiji se je z rokami). Po dogovoru s strokovnjakinjo za potovalno medicino, sem imela s sabo Malaron, v primeru da bi

potovala v predele z malarijo. V glavnem mestu je zaradi visoke nadmorske višine ni. Tudi antibiotiki niso nujno potrebni saj so tam zelo lahko dostopni.

Sama sem v času bivanja v Etiopiji zbolela za gripo. Priporočam, da ne zamudite zastoj cepjenja, ki ga ponuja naša fakulteta! Ne pozabite na zavarovanje.

Varnost

Etiopija je varna država. Žal pa to ne morem reči za glavno mesto. Večjega organiziranega kriminala ni, žeparjev je pa res izrazito veliko. Na udaru so tako turisti kot domačini. Na srečo niso zelo izkušeni in se jih hitro naučiš prepoznati. Potem postanejo samo še zelo nadležni. Študentje ki so bili odgovorni zame, so vztrajali, da me spremljajo na vsakem koraku zunaj kampusa, pa čeprav sem si želela samo v bližnjo trgovino. Izredno so se potrudili, da sem se res povsod počutila popolnoma varno. Pazite se tudi drugih trikov s katerimi pokušajo pretentati turiste (internet je poln opisov takih primerov). Nekajkrat sem se vseeno sama potepala naokoli in tudi takrat je bilo zelo prijetno. Večina ljudi je zelo prijaznih in si želijo, da bi ti Etiopija ostala v lepem spominu in ti pomagajo na pravi avtobus, povedo kje vstopiti in izstopiti...

Ponoči je pa druga zgodba. Res odsvetujem, da ponoči sami hodite naokoli. Tega vam ne bodo dovolili niti študentje, ki bodo skrbeli za vas. Varno je hoditi samo v večjih skupinah. Po mestu se potepajo tolpe, ki ne bodo samo poskušale seči v tvoj žep, ampak bodo jasno in glasno zahtevali ves tvoj denar (niso pa nasilni, samo poskušajo prestrašiti). Nekaj podobnega se je zgodilo tudi meni in potem tudi Francoski študentki, ki je prispela za mano.

*Upam, da z vsem napisanim nisem preveč prestrašila. Naj na koncu še enkrat poudarim, da je bila moja izmenjava **zelo prijetna**. Tako natančno sem opisala stanje glede varnosti samo zato, da boste lahko na to pripravljeni. S tem boste lahko preprečili, da bi se vam kaj neprijetnega pripetilo.*

Denar

V Etiopiji se kot denarna valuta uporablja Etiopijski Birr. Menjalni tečaj se zelo spreminja. Sama sem imela s seboj dolarje v gotovini, ki so zelo prišli prav. Ne bo problemov pa niti z evri. Bankomatov je povsod veliko, vseeno pa priporočam da imate s seboj nekaj gotovine. Lahko se zgodi, da bankomati po celi državi za nekaj dni nehajo delati (da, zgodilo se je meni in ni bilo prvič).

Prevoz

Velika sreča je, da v Etiopijo letijo Turkish airlines. Letela sem tako lahko iz Ljubljane s postankom v Istanbulu. Možni so tudi zelo ugodni leti iz Benetk ali Zagreba. Če letite z Ethiopian air boste imeli

popuste pri nakupu letalskih kart za notranje lete po državi. A tudi brez tega obstajajo agencije, kjer lahko dobite prav tako ugodne lete. Ena od takih je Ethio travel agency. Zelo jo priporočam!

Cena karte: 450€

Komunikacija pred izmenjavo

Komunikacija pred izmenjavo je bila slaba. Kontaktne osebe, ki sem jih dobila navedene na acceptance letter niso bile več vključene v program izmenjav in posledično niso odgovarjali na moje maile in vprašanja. Kontaktirali so me iz drugega naslova samo kakšen teden pred začetkom izmenjave, kar je bilo malo prepozno. Po tem je komunikacija potekala odlično. Izmenjavo je letos na novo prevzela nova skupina študentov. Jaz sem bila druga ki sem prispela, tako da so se še malo lovili z logistiko. Res si želijo, da bi se izboljšali. Mislim, da bo naslednje leto bolje.



Poslavljanje pred odhodom domov

Sprejem s strani tujih študentov

Sprejem študentov je bil izjemen. Kar koli sem potrebovala so mi bili pripravljeni pomagati. Samo vprašati sem morala. Prišli so me iskati na letališče, poskrbeli, da sem bila udobno nastanjena v moji študentskem stanovanju (me vsak dan vprašali, če mi je udobno), pomagali so mi pri urejanju SIM kartice in mobilnega interneta, razkazali so mi bolnico, pokazali kje dobim moj dnevni obrok hrane in dan pred tem celo odšli z mano, da sem si kupila posodico za hrano. Ugodili so vsem našim željam glede tega kaj si želimo delati preko vikenda ali popoldne. Poskrbeli so, da sem poskusila vso tradicionalno hrano in pijačo.... Uredili so tudi vse moje želje glede dela v bolnici.

Zelo so delavni in zelo prijazni in res se potrudijo, da bi na izmenjavi študentje uživali in se počutili varno in sproščeno. Res ni dovolj presežnikov, da bi jih lahko dovolj pohvalila.



Študentska soba

Nastanitev

Nastanitev je v skupni spalnici v študentskem domu z drugimi lokalnimi študentkami. Domovi so ločeni za ženske in moške. Za prihodnja leta obljublajo, da bodo rezervirali ločeno sobo samo za študente na izmenjavi. Študentski dom ni ravno pojem udobja. Vsaj za časa, ko sem bila jaz tam, večinoma ni bilo vode. Posledično se ni bilo mogoče tuširati. Tudi ko je voda, je ta ledena, v kopalnici pa se okna ne zapirajo in se tuširaš v 15 stopinjah. Vlažilni robčki pridejo še kako prav. Potrebuješ svoje rjuhe, jaz sem imela spalno vrečo. Ne pozabit, da je zelo mrzlo in nekaj toplega za se pokrit je nujno potrebno. Prav pridejo tudi čepki za ušesa. Iz meni neznanega razloga, spijo z vžganimi lučmi, tako da si prinesite tiste maske za čez oči iz letala. Wifi sicer je, ampak je meni deloval samo na računalniku vsak drugi dan. Imajo pa v sobi grelec za vodo in manjši kuhalnik. Internet je zelo dober v knjižnici, ki je prav tako v sklopu kampusa.

Prehrana

Hrana je zelo poceni. Zajtrke lahko ješ v "kafeteriji", ki je v sklopu kampusa tik ob študentskih domovih in je daleč najbolj poceni lokal s hrano. Zajtrke dobiš za okoli 30 centov, kosilo/večerjo pa za 60. Žal pa hrana tukaj ni najboljša, a pogosto drugam pravzaprav ni časa it. Dobila sem en obrok na dan, ki sem ga lahko prevzela pri kuharici v domovih za specializante. Tukaj je hrana lahko zelo v redu, ampak je odvisno od tega koliko je kuharica dobra. Zares dobro hrano boste lahko jedli samo v



Tradicionalna hrana

restavracijah zunaj kampusa. V te restavracije so me študentje peljali vedno med vikendom in zelo pogosto med tednom popoldne. Hrana je zelo začinjena in lahko pikantna. Vsak dan za vse obroke jedo tako imenovano Injero, s katero kombinirajo različne omake. Za Evropejce je tako hrana nekoliko enolična. Na vsakem koraku najdeš tudi pizzo in hamburger, s katero si lahko popestriš jedilnik. Meni je bila hrana, ko sem ugotovila kje jo moram naročiti, odlična!

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Poleg sprejema študentov je bilo delo v bolnišnici najboljša stvar izmenjave!

Prijavila sem se na ginekološki in porodniški oddelek. Vsako jutro sem s študenti odšla na predavanje. To se začne ob 8:00 in traja dobro uro. Niso obvezna so pa zelo zanimiva. Po predavanju sem lahko sama odločala na katerem oddelku preživeti dan. Večino časa sem bila na porodniškem oddelku.

Ekipo Specialistov s katerimi sem preživljala čas na oddelku



Najpogosteje sem delala do 14:00, potem pa prišla spet nazaj popoldne, ker je bilo takrat na oddelkih manj ljudi in več miru. Ko sem ostala v dežurstvu sem si naslednje jutro vzela prosto. Bila sem tudi na ginekološkem oddelku, včasih sem jutra preživela v ambulanti (obvezna izkušnja za vse!). Za en dan sem se preselila na urgenco. Kaj vse boš počel je odvisno predvsem od tvojih želja. Tako kot povsod drugje je to koliko boš lahko sam pomagal, odvisno od tega koliko si samoiniciativen. Jaz sem imela svoje pacientke, ki sem jih spremljala do poroda in tudi pri porodu sem veliko pomagala. Tudi tukaj so se zdravniki, predvsem specializanti in pripravniki, zelo izkazali z gostoljubnostjo! Pridobila sem ogromno koristnega praktičnega znanja.

Moja edina uradna naloga je bila, da naredim in napišem status in anamnezo ter diskusijo primera ene pacientke po lastni izberi.

Mentorstvo

Mentorstvo je ena od stvari, za katero morajo organizatorji izmenjave bolj poskrbeti. Uradnega mentorja nisem imela. Ko sem prišla na oddelek sem se preprosto predstavila specializantu, kjer se je največ dogajalo in prosila, če sem lahko zraven in če lahko kaj pomagam.

Socialni program

Socialni program ni bil v naprej organiziran, vendar smo se sproti dogovarjali kaj bi počeli. Da bi ti bilo dolgčas nikakor ni bilo mogoče! Seveda sem imela veliko srečo, da sem bila tam v času svetovnega prvenstva v nogometu. Za vikende so nas peljali po raznih znamenitostih mesta, zvečer pa na pivo, plesat ali pa v tradicionalno restavracijo. Splača se odpotovati tudi kam dlje, če ti denarnica le dopušča. Razdalje so v Etiopiji res ogromne, ceste pa zelo slabe in zelo nevarne zato je pametno letet. Sama sem skupaj s študentom iz Francije, odpotovala v Danakil puščavo, kjer je možno splezati na vulkan in videti aktivno jezero lave. Obisk je možen samo s turistično agencijo a ga vsem priporočam! Turistična agencija za katero sva se odločila je bila Ethio travel agency. Zadnji vikend sem z drugo francosko študentko odšla na izlet v Awasso, mesto 275km stran. Pravijo da je najlepše mesto v Etiopiji. Verjetno imajo prav! Mesto je za etiopijske razmere majhno, umirjeno, čisto in varno. Leži ob jezeru ob katerem si lahko naročiš mangov sok in se malo spočiješ od kaotičnega Adisa. Potovale sva z avtobusom, pot je trajala dobrih 5h. Tudi tam so nas zelo velikodušno sprejeli študentje, člani IFMSA Awassa, in nam razkazali mesto ter lokalne dobrote. Organizirali smo tudi manjši food exchange.

Splošna ocena izmenjave

Izmenjavo v Etiopiji bi priporočila vsakomur, ki si želi nepozabne izkušnje v odbiti Afriški državi in neomejeno količino novega praktičnega in teoretičnega znanja. Sama pred odhodom nisem vedela kaj pričakovati. Glede na slabo odzivnost moje kontaktne osebe, me je bilo malo strah, da bom prepuščena sama sebi. Na srečo se je izkazalo za vse prej kot to! Bili so izjemni gostitelji, ki so se ves čas trudili, da mi ne bi bilo dolgčas, da bi bila zdrava, sita in naspana. Vsake toliko sem celo dobila čokoladico od katerega izmed njih :D Pripravljen moraš biti, da tam deluje vse bolj počasi in zadnji trenutek. Tudi zamujanje jim ni tuje. Ne pričakujte, da boste dobili acceptance letter kaj prej kot pred zadnjim možnim datumom.

Pripravljeni bodite na drugačno medicino kot pri nas. Vsake toliko bi jih rad pozval naj storijo kaj drugače, jim pokazal kako se pravilno uporablja sterilne rokavice na primer. Počasi se tega navadiš in ugotoviš, da se lahko kljub vsemu res veliko naučiš. Etiopijski študentje morajo znati veliko več kakor mi in so izjemno delavni. Če si pripravljen na stvari pogledati s pozitivne strani in požreš tisto malo neudobja, je izmenjava v Etiopiji nekaj najboljšega kar se ti lahko zgodi! Zanj bi se zagotovo ponovno odločila, če bi morala ponovno izbirati.

Potrebnik

Obvezna so topla oblačila! Ne podcenjevat mrzlega vremena. Mrzlo začenja postajati konec junija in se potem do oktobra stopnjuje. Zelo pride prav tudi vetrovka in nepremočljivi čevlji. Naglavna svetilka



tudi ni odveč. Zgodi se, da ni elektrike medtem ko poskušaš plezati s pograda do stranišča. Ne pozabite na vlažilne robčke in razkužilo za roke. Morda bi meni prišlo prav če bi vzela s sabo žepni nožek in vilice, sicer pa lahko slednjo kupite tudi tam. Vtikač v elektriko je isti kot pri nas. Potrebujete tudi haljo, (belih hlač ne potrebujete). Če nameravate v operacijsko so potrebni lastni scrubs. Čevlje za v operacijsko je mogoče dobiti tudi tam. Če bi ponovno pakirala za izmenjavo bi vzela še nekaj tipične slovenske hrane in daril.

Približna razdelitev stroškov

Letalska karta: 450€

Cepljenje: okoli 90€

Viza: 114€

Stroški bivanja: 250€

Izlet v puščavo: 390€