

BEJRUT, LIBANON- avgust 2018

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Veronika Slemenšek, 5. letnik, v.slemensek@gmail.com

Čas izmenjave:

od 1. 8. do 31. 8. 2018

SPLOŠNO:

Država in kraj izmenjave

Makassed General Hospital, Bejrut, Libanon

Libanon je majhna obmorska država na Bližnjem vzhodu, ki meji na Sredozemsko morje, Sirijo in Izral. Je država mnogih kultur, mešanice verstev in jezikov. Najbolj mešanico jezikov opiše stavek: »Hi, Keefak, Ca va?«. Namreč uradni jezik je arabščina, vendar pa se veliko uporablja tudi angleški in francoski jezik. Ljudje so neizmerno prijazni in ustrežljivi, vedno priskočijo na pomoč, so pa tudi izjemno dobri prodajalci.

Viza

Vizo sem dobila na letališču v Bejrutu brezplačno (na strani Ministrstva za zunanje zadeve sicer piše, da naj bi ženske do 30. leta vizo pridobile prej na veleposlaništvu Libanona na Dunaju. Vendar sem sama vizo brez težav in predvsem zastonj uredila kar na letališču ob prihodu v Libanon). Potrebno je izpolniti le krajši obrazec, ki ga lahko dobite že na letalu ali pa takoj na letališču.

Zdravje

Za obisk Libanona in opravljanje prakse ni potrebno nobeno dodatno cepljenje. Osebnost nisem imela nobenih zdravstvenih težav, obstaja pa velika možnost za kakšen gastroenteritis.

Varnost

V Libanonu sem se skozi celoten mesec počutila povsem varno. Sicer je povsod veliko vojakov, vendar so zelo prijazni, pozdravljajo in ne vzbujajo strahu. Na cestah so občasni "check points", kjer ustaviš, vojak pogleda v avto in te potem spusti naprej. Res nismo imele nobenih težav, tudi zvečer sem pogosto sama šla po mestu, s taksijem ali Uberjem, pa se nikoli nisem počutila ogrožene. Sicer je veliko mest odsvetovanih za obisk, pa smo nekatera vseeno obiskali organizirano, kot del družabnega programa, pa ni bilo prav tako nobenih težav.

Denar

Denarna enota je libanonski funt (1000 libanonskih funtov je približno 0.50 evra), sicer se uporabljajo tudi ameriški dolarji. Bolj se splača plačevati z njihovimi funti. Bankomati zaračunajo standardno 2,5%

provizijo za dvig.

Prevoz

Za povratno letalsko karto (Brnik-Istanbul-Bejrut in nazaj po isti poti) s Turkish Airlines sem odštela 430€. Kupila sem jo približno 2 meseca pred odhodom, nekateri so jih dobili tudi ceneje.

Po Bejrutu se potuje s taksijem, oziroma servisom (taksi, ki po poti pobira še druge ljudi in je cenejši, stane natančno 2000LBP, nič manj in nič več, tukaj se ne pogajajte), možnost je tudi Uber. Po državi se potuje z različnimi manjšimi in večjimi kombiji, cene so različne, dejansko pa lahko samostojno potuješ v večino bolj turističnih krajev.

IZMENJAVA:

Komunikacija pred izmenjavo

Kontaktno osebo, ki mi je bila dodeljena sem kontaktirala več kot mesec pred prihodom. Odgovarjal mi je zelo ažurno, nanj sem se lahko pred izmenjavo obrnila z vsemi vprašanji. Res so bili zelo odzivni pred samo izmenjavo, kot tudi med njo.

Sprejem s strani tujih študentov

V Libanon sem prišla sredi noči, vendar je moja kontaktna oseba vseeno prišla po mene na letališče, kar je bilo zelo prijazno. Odpelal me je do našega stanovanja in mi na hitro razložil, kako deluje vse v stanovanju. Prvi dan mi je tudi pokazal pot do bolnišnice in me predstavil mentorju. Žal je potem skozi mesec imel res veliko obveznosti, tako da se nisva več videla, mi je pa ves čas še vedno svetoval in mi na koncu tudi uredil prevoz na letališče. Vendar pa so ostali študenti iz Beirut Arab University poskrbeli, da sem res uživala skozi celoten mesec. Velikokrat so nas vzeli s sabo na druženja med tednom, nas vozili na izlete, nam pokazali najboljše restavracije in res ogromno svojega prostega časa preživeli z nami.

Nastanitev

Prakso v Makassed bolnišnici nas je opravljalo 6 študentk in za nas so najeli posebno stanovanje. Bolnišnica se sicer nahaja v konzervativno muslimanskem predelu Bejruta in mnogi domačini so bili začudeni nad lokacijo našega stanovanja (npr taksisti in vozniki Uberja). Ta del mesta je poln dotrajanih blokov, vendar pa je bilo naše stanovanje odlično, po dve sva si delili sobo, imele smo 3 kopalnice, kuhinjo, veliko dnevno sobo in še večji balkon. Balkon je bil še posebej super zvečer, ker tudi ponoči temperatura ne pade pod 30°C. V stanovanju je tudi klima.

Največji problem smo imele z elektriko, kajti v Bejrutu prihaja do izpadov elektrike, ki pa jih naj v tem stanovanju ne bi bilo, ker ima generator. Žal pa je večkrat prišlo do nesporazumov in smo pustile preveč prižganih klim ali grelec za vodo, potem pa nam je elektrika kar nagajala. Vendar se potem

samo pokliče hišnika, ki vklopi nazaj napajanje. Včasih se nam je pokvarila kakšna hrana v hladilniku, če nas ni bilo doma, sicer pa smo se tudi izpadov elektrike hitro navadile. V stanovanju je wifi. Voda iz pipe ni pitna, sicer pa ni pomanjkanja, tudi ustekleničena voda je zelo poceni. Stanovanje je sicer 15 minut hoje od bolnišnice, okrog pa je veliko trgovin, restavracij in tudi ena izmed glavnih avtobusnih postaj, kar je zelo priročno za vse izlete.

Prehrana

V Makassed bolnišnici nam je pripadal en obrok na dan, zajtrk ali kosilo. Kosilo je bilo vedno ena pripravljena jed ali pa potem razni sendviči, solate... težava je bila, da nihče v menzi ni govoril angleško, tako da je trajalo kar dolgo, da se dogovoriš kaj bi jedel. Največ težav sem imela sama, ker ne jem mesa, tista ena jed za kosilo, pa je vedno vsebovala meat ali chicken (oni to smešno ločijo, torej vegetarijanci pozor, no meat še ne pomeni, da jed mogoče ne vsebuje piščanca haha). Je pa ta obrok zastoj in sendviči so bili res odlični.



Slika 1 Libanonske meze

Sicer pa je libanonska kuhinja odlična. Polna začimb, zanimivih in tujih okusov. Tudi sladkarije imajo odlične. Je pa hrana v Libanonu precej draga, vsaj mene so presenetile cene npr. mlečnih izdelkov (liter mleka tudi 3€). Nekatere stvari so cenejše, npr. zelenjava in sadje, sploh če ves mesec kupuješ pri enem prodajalcu, se potem kar naberejo ti popusti haha. Sem pa za hrano porabila res največ denarja, vsaj po 40€ na teden, včasih še več. V restavracijah so cene podobne našim, najbolj se splača jesti meze (več manjših predjed, značilnih za Libanon, ki jih potem ljudje delijo med sabo, ena stane približno

2,5€). Alkohola se ne da kupiti v vseh trgovinah, le v večjih in specializiranih, je pa prav tako precej drag.

Družabni program

Lokalni študenti organizirajo socialni program, ki je po mojem mnenju odličen! Večino izletov je popolnoma brezplačnih, skozi ta program pa smo videli večino, če ne vseh turističnih znamenitosti Libanona. Vedno je v sam izlet spadala tudi njihova tradicionalna hrana, tako smo se vedno ustavili ali za zajtrk ali kosilo. Zadnji vikend programa so nas peljali kampirat, za kar smo sicer morali plačati,

ampak mislim da je bilo to le okrog 10€. Na socialnem programu smo spoznali še druge študente iz tujine, ki so prakse opravljali v drugih bolnišnicah in se z njimi najbolj povezali na kampiranju, kjer smo imeli tudi NFDP in kasneje manjšo zabavo ob kresu.

Socialni program je potekal torej med vikendi, sicer pa smo tudi med tednom velikokrat šli kam na izlet. Najprej bolj s študenti iz Libanona, potem ko smo bili že bolj samostojni, pa smo v različno velikih skupinah šli na izlete tudi sami. Tako smo res videli od super plaž, do antičnih ruševin, šli na pohod, se kopali v gorski reki, raziskali Bejrut po dolgem in počez in res intenzivno doživeli Libanon.

STROKOVNI DEL:

Opis zdravstva v državi:

V Libanonu imalo le malo ljudi urejeno zdravstveno zavarovanje in to je tudi največja z zdravstvom povezana razlika, ki sem jo opazila. Gre za to, da po začetnem pregledu in jemanju anamneze, zdravnik na poseben list napiše, katere preiskave pacient potrebuje, potem pa ta s tem listkom stopi do posebnega okenca zavarovalnice, kjer izračunajo, koliko bodo te preiskave stale. Ker prebivalstvo ni premožno, včasih sledijo dolga prerekanja med družino pacienta in zdravnikom, kaj o predlaganih stvari je res nujno in čemu bi se lahko izognili, da bi račun bil nižji. Seveda je to zelo drugače kot pri nas, vendar pa se vsaj po mojih opažanjih zdravniki zato večkrat bolj zanašajo na res izčrpno jemanje anamneze in pa konkreten status, ter poskušajo na podlagi svojih opažanj priti do bolj natančnih diferencialnih diagnoz. Sicer je njihovo zdravstvo primerljivo našemu, prav tako imajo zelo napredne naprave in postopke. Sicer so bolezni podobne našim in ljudje prihajajo na urgenco zaradi podobnih



težav kot v Sloveniji. Bi pa tako na prvi pogled rekla, da je več poškodb iz prometa, predvsem lažjih, kjer pride do poškodbe voznikov motorjev, ki jih je v Libanonu res veliko in le redko uporabljajo čelado.

Študij je odvisen od fakultete, nekatere so podobne našemu sistemu (6 let, tudi Beirut Arab University npr.), nekatere delujejo po ameriškem sistemu, kjer imajo najprej tri leta predklinike in potem samo klinične predmete.

Slika 2: Urgenca v Makassed General Hospital

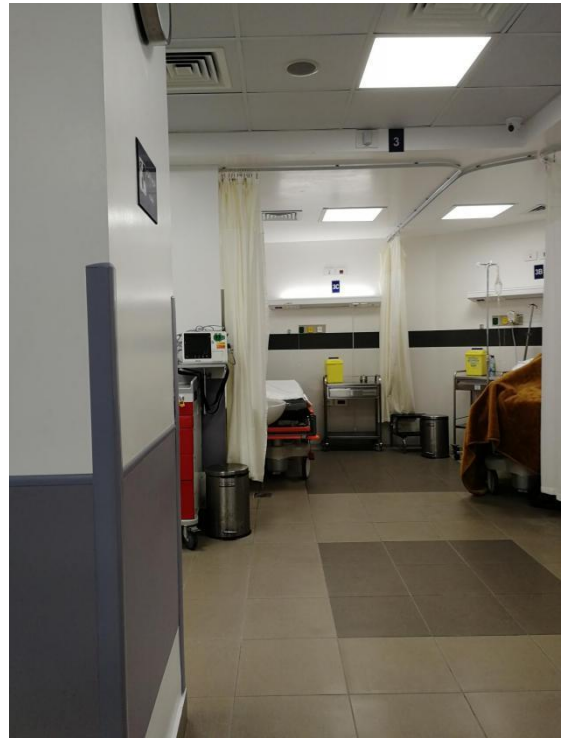
Delo v bolnišnici

Prakso sem opravljala na urgenci in sicer v Makassed General Hospital, ki sicer spada med revnejše bolnišnice v glavnem mestu.

Najpogostejši so bili razni primeri gastroenteritsov, veliko je bilo poškod iz prometa, pogoste so kronične rane in kronične bolezni.

Slika 3: Prostor za obravnavo pacientov na urgenci

Vsak dan sem bila na urgenci od 8.00 do približno 14.00 ure, včasih sem ostala dlje, odvisno kakšen dan je bil. Včasih so bili dnevi res dolgočasni, ko ni bilo več kot pet pacientov v celem dopoldnevu, včasih pa se je res dogajalo. Sicer sem se vsakodnevno udeleževala tudi predavanj internističnih strok, ki so jih pripravljali mlajši zdravniki in so bila res kvalitetna, ter odlična za osvežitev znanja o različnih boleznih. Prav tako sem nekajkrat poslušala tudi predstavitve različnih zanimivih primerov, ki so bili predstavljeni na raportu enkrat tedensko. Kadar je bil na urgenci "počasen" dan, sem včasih šla z zdravniki v outpatient ambulante, kamor pride res najrevnejše prebivalstvo, tam smo predvsem oskrbovali kronične rane, diabetična stopala po amputacijah prstov, pobirali šive iz ran in podobno. Vedno sem lahko odšla opazovati tudi delo na radiološki oddelek, nekajkrat pa sem bila tudi v operacijski dvorani.



Dejstvo je, da smo študentje tam kot observers- torej dovoljeno mi je bilo le opazovati njihovo delo, žal dejanskih praktičnih izkušenj nisem mogla pridobiti. Sem pa bila vedno vključena v celoten potek obravnave pacienta, mlajši zdravniki in študenti medicine so se trudili, da so mi večino stvari prevedli iz arabščine že kar med samim pogovorom. Anamnezo pišejo v angleščini, tako da sem lahko prebrala vse kartoteke pacientov, ki so bili takrat na urgenci in tako sledila samemu poteku obravnave.

Mentorstvo:

Cel mesec sem torej prakso opravljala na Urgenci, kjer me je prvi dan sprejel glavni zdravnik dr. Tabbara in mi je bil tudi potem skozi mesec vedno na voljo za vsa vprašanja in pomoč. Ostali zdravniki se na urgenci seveda menjajo, veliko je mlajših (Residents, Post-graduate year one and two), ki delajo samostojno, imajo pa seveda ves čas možnost se posvetovati s starejšimi specialisti. Vsi od zdravnikov, do medicinskih sester in tehnikov so me res vključili v svoje delo.

Pridobljeno znanje in izkušnje:

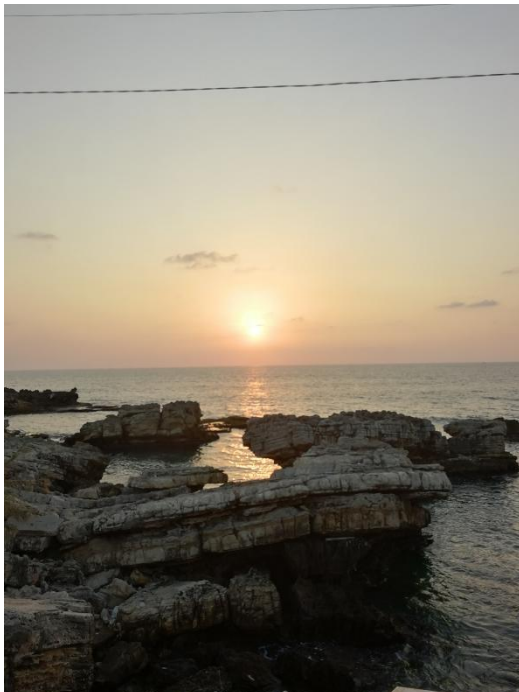
Žal na tej klinični izmenjavi nisem pridobila veliko tehničnih in praktičnih znanj, česar sem se najbolj veselila. Vendar pa sem gotovo obnovila svoje teoretično znanje, prav tako pa obravnavo aktutno

prizadetega pacienta. Gotovo sem dobila nov pogled na organizacijo zdravstva v Sloveniji in njihov sistem je bil dobra izkušnja za naprej. Imam občutek, da sedaj ne jemljem naših storitev tako samoumevno, ko sem videla, koliko stanejo tudi najbolj banalne laboratorijske preiskave krvi npr. Prav tako sem prvič imela priložnost sodelovati v iskanju diferencialnih diagnoz in debatiranju o možnih vzrokih za neko klinično sliko in nadaljni obravnavi. Prav tako sem lahko zelo od blizu opazovala zelo zanimive manjše in večje operacije in nasploh različne postopke. Prvič sem tudi res dobila občutek kako poteka delo na urgenci in kako zelo pomembno je timsko delo.

ZAKLJUČEK:

Splošna ocena izmenjave

Enomesečna praksa v Libanonu je bila ena izmed najboljših stvari, ki sem jo doživela v življenju. Prav vsakemu, ki ga zanima še drugačen svet, drugačen način življenja, priporočam da razmisli o Libanonu. Naša predstava o življenju tam je čisto drugačna od realnosti, jaz sem se celoten mesec počutila čisto varno, predvsem pa dobrodošlo in sprejeto. Ljudje so neizmerno ustrežljivi in prijazni, sama država pa neizmerno lepa. En mesec je dovolj, da si ogledaš večino države, še vedno pa je na koncu vsaj pri meni ostal občutek, da se gotovo še vrnem.



Slika 4: Libanonske plaže so res lepe

Komu bi izmenjavo v tvojem mestu/državi priporočal?

Predvsem vsem, ki si želite videti še drugačen svet od našega. Življenje v Libanonu te nauči ponižnosti

in hvaležnosti za stvari doma, ki so za nas tako samoumevne (npr. Neomejena električna). Prav tako je z vidika medicine zelo zanimivo delo, kjer sredstva niso neomejena in kjer so pacienti in njihove družine zelo hvaležni, za vse kar počne zdravstveno osebje.

Potrebnik

Za punce nujno daljše hlače ali krilo, za izlete v bolj konzervativne dele države in obiske mošej. Tudi ruta za čez lase pride še kako prav.

Potrebujete tudi hrano in pijačo za NFD, za v bolnišnico pa haljo.

Zelo zelo priporočam vsem nakup SIM kartice v prvih dneh, ker vas sicer internet drago stane (iz izkušenj povem, na žalost). Sim kartica stane 3USD, potem pa si izbereš različne pakete, vendar vse skupaj ni dražje od 25USD. Vsa komunikacija s kontaktnimi osebami sicer poteka preko WhatsAppa in Facebooka.

Približna razdelitev stroškov

Letalska karta 430€

Bivanje je bilo zastonj.

Sim kartica in internet skupaj 15€.

Hrana 200€

Izleti: kot sem že napisala, je bil socialni program praktično brezplačen, sem pa porabila veliko denarja za samostojne izlete (po Bejrutu servis 1€, kombiji v bolj oddaljene predele po 3€). Ogleдали smo si tudi nekaj plačljivih muzejev, izposodili smo si surf in res uživali prosti čas. Izleti in malenkosti 300€

Skupaj okoli 1000€, brez stroškov, ki jih moramo plačati za izmenjavo (200€).