

PORTUGALSKA, BRAGA – julij 2018

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Dominika Jurca, 6. letnik (dominika.jurca@gmail.com)

Čas izmenjave:

od 1.7. do 31.7.2018

SPLOŠNO:

Država in kraj izmenjave

Portugalska je manjša država na Iberskem polotoku, leži zraven Španije. Jezik je delno podoben španščini, kljub temu pa prebivalci nekoliko zamerijo enačenje njihovega jezika s španščino (nekoliko napeti odnosi med državama). Braga leži zelo severno in je tretje največje mesto na Portugalskem. Naslednje bližnje veliko mesto je



Slika 1: "Braga" - v centru Brage

Porto, ki je 1h vožnje z vlakom južno. Zaradi severne lokacije je okolica Brage zelo zelena, proti jugu pa postaja država čedalje bolj sušna. Sicer mesto samo nima večjih znamenitosti, ima pa nek poseben značaj.

Viza

Ne, za Portugalsko ni potrebna viza.

Zdravje

Glede na spletno stran so testi za otroške bolezni, Tbc, HIV in hepatitis sicer obvezni, opravila sem jih že pred izmenjavo lansko leto in naj bi bili letos še veljavni. Papirje sem imela s sabo, jih pa po prihodu nihče ni niti preveril. Torej verjetno je teste priporočljivo opraviti, ni pa rečeno, da bodo zares potrebni. Opravila pa sem jih na infekcijski kliniki v Ljubljani, z napotnico osebnega zdravnika.



Slika 2: Za Portugalsko so značilne fasade iz poslikanih ploščic imenovane "azulejo"



Slika 3: Stopnišče do cerkve Bom Jesus (Dobri Jezus) v Bragi. V centru slike so drugi študenti na izmenjavi.

Varnost

Portugalska je glede na podatke ena izmed najbolj varnih držav. Braga naj bi bila tudi varno mesto, ima pa 4 nevarnejše soseske. Žal so študentski domovi v eni izmed teh, zato ni priporočljivo, da bi bili zvečer v okolici študentskih domov sami. Center mesta pa je varen. Javni prevoz je prav tako varen, vendar pa ni zanesljiv kar se tiče točnosti.

Denar

Uporabljana valuta je evro. Pomembna opomba je, da na veliko mestih ne jemljejo kartic, zato je priporočljivo imeti s seboj vsaj nekaj gotovine. Včasih pa je tudi problem najti bankomate, zato je bolje biti pripravljen.

Prevoz

Na Portugalsko sem letela, odšla sem iz Brnika, s povezavo pa pristala v Portu. Letalska karta je stala 400€, po prihodu pa sem doplačala še 8€ za avtobus, ki povezuje letališče v Portu z avtobusno postajo v Bragi. Letalske karte sem rezervirala prek strani www.mytrip.com/, karte za avtobus pa prek www.getbus.eu/en/. V Bragi smo uporabljali mestni prevoz, za mesečno karto za katerega pa smo odšteli še 20€. Za navigacijo po njihovem javnem prevozu pa res priporočam uporabo Google Maps.



Slika 4: Ne, nismo se v bolnišnico vozili z ladjami! V ozadju je pogled na stari, slikoviti del Porta.

IZMENJAVA:

Komunikacija pred izmenjavo

Komunikacija z organizatorjema je bila enostavna, potekala je prek Facebooka. Kontaktirala sem jih jaz, na moja vprašanja pa sta običajno odgovorila skoraj nemudoma.



SCOPE
Professional Exchange



SCORE
Research Exchange



Slika 5: Tradicionalna študentska uniforma univerze v Coimbri. Pravijo, da naj bi ta uniforma navdihnila J. K. Rowling za plašče čarovnikov v knjigah Harry Potter.

Sprejem s strani tujih študentov

Kot že omenjeno, sem do Brage prišla sama, na avtobusno postajo v Bragi pa sta me prišli iskat 2 dekleti, ki sta bili skozi mesec tudi eni izmed redkih kontaktnih oseb, ki so se trudile z nami. Letos so namreč pri organizaciji imeli manjše probleme, saj so kot kontaktne osebe sodelovali le mlajši študenti, ki izkušenj niso imeli. Tako je pri razporejanju v bolnišnici kljub njihovemu trudu prišlo do velikih zamud, saj kontaktni osebi, ki sta nas poskušali razporediti po bolnišnici, bolnišnice sploh nista poznali, zato je iskanje vseh oddelkov precej trajalo. Končni vtis je, da so se sicer trudili, je pa bilo prisotne veliko zmede.

Nastanitev

Vsi na izmenjavi smo živeli v študentskem domu. Sobe so bile manjše, a povsem primerne za 2 osebi. Študentski dom je bil od bolnišnice oddaljen cca. 30 min vožnje z avtobusom. Glavni problem v študentskem domu je bil, da ni obstajala skupna kuhinjska posoda, oz. je bila ta zelo omejena, tako da je bilo redno kuhanje skoraj nemogoče. Smo pa imeli na voljo mikrovalovne pečice v vsakem nadstropju, kar je omogočalo vsaj osnovno pripravo hitrih jedi, čaja ali instant kave. Je pa bilo potrebno kupiti ali prinesiti s sabo vsaj skodelico.

Prehrana

Med tednom smo v menzi lahko jedli tople obroke; dobili smo 20 kupončkov, ki smo si jih lahko časovno razdelili sami. Na voljo vsak dan je bila tudi večerja, katero se je dalo plačati z istim kuponom. Sicer pa naj bi si za vikende ali zvečer hrano priskrbeli sami, kar zahvaljujoč slabi kuhinji v študentskem domu ni bilo najlažje, a čisto mogoče. V bližini je tudi majna trgovina, kjer so naprodaj osnovne potrebščine in sadje (ki je zelo dobro!).



Slika 6: Tradicionalno portugalsko druženje - kava in "pasteis de nata"; tradicionalno pecivo.

Družabni program

Prostega časa je bilo kar veliko. Iz bolnišnice sem lahko odšla ob poljubnih urah, zato sem lahko, v primeru obveznosti popoldne, odšla tudi ob 13h. Večino večerov smo imeli organiziran program, ki so ga organizirali organizatorji. Če pa ni bilo nič organizirani, smo se običajno dobili kar na strehi



Slika 7: Vinska klet v Portu.

študentskega doma. Vse vikende smo imeli organizirana potovanja, tako da smo prvi teden obiskali Coimbro in Aveiro, drugi Porto, tretji Lizbono, četrti pa smo imeli organizirane ogledе mest v bližini Brage in kanjoning v bližnjem nacionalnem parku, udeležbo na katerem visoko priporočam.

STROKOVNI DEL:

Opis zdravstva v državi:

Zdravstveni sistem je podoben kot v Sloveniji in s podobnimi problemi. Družinski zdravniki naj bi bili na primarni ravni, ljudje pa kot pri nas pogosto hodijo na preobremenjeno urgenco. Študij medicine prav tako traja 6 let, le predmeti so nekoliko drugače razporejeni.

Delo v bolnišnici

Delala sem v Hospital de Braga, na anesteziološkem oddelku. Veliko razliko zame je predstavljalo dejstvo, da so vse operacijske sobe skoncentrirane v en sam blok, pri nas pa so razkropljene po UKC in različnih klinikah. Klinične slike pacientov so bile podobne kot pri nas.



Slika 8: Viseče stopnišče v Livrarii Llelo v Portu.

Običajno sem v bolnišnico prišla ob 8.15, šla v operacijski blok in se pripravila. Vsak teden smo dobili nov urnik z razporedom po različnih operacijskih sobah in z različnimi anesteziologi. Zelo pohvalno je bilo, da je mentor pazil, da nas je vedno razporedil k anesteziologom, ki so dobro govorili angleško. V bolnišnici sem bila običajno do 12.30. Dva dni sem se dogovorila, da bom delala tudi popoldne, sicer pa popoldanskih ali nočnih izmen nisem imela.

Delala sem lahko veliko, najpomembnejše mi je bilo, da sem lahko nekajkrat samostojno poskusila intubacijo. Zaradi menjavanja po različnih operacijskih sobah sem videla tudi različne operacije, nekateri kirurgi pa so mi med operacijami tudi razlagali proces. Torej, kot da bi

naenkrat opravljala izmenjavo na dveh oddelkih! S pacienti nisem imela veliko stika, tisto malo kot sem stika z njimi imela, pa se nisem pogovarjala. Na točki uvajanja v anestezijo in po operaciji prebujanja je bila moja naloga večinoma le opazovanje postopkov.



Slika 9: Med ogledom samsotana Jerónimos v Lizboni.

Mentorstvo

Moj mentor na papirju je bil dr. Artur Vieira. On je vsak teden uredil naš urnik, običajno v skladu z našimi željami in prošnjami, in nas razporedil svojim podrejenim. Se pa je nekajkrat namensko srečal z nami (mano in preostalimi študenti na anesteziologiji).

Pridobljeno znanje in izkušnje

Ne bi rekla, da sem se na izmenjavi naučila nečesa novega, sem pa imela priložnost svoje znanje, ki sem ga pridobila v Sloveniji, utrditi, kar se mi zdi prav tako pomembno.

ZAKLJUČEK:

Splošna ocena izmenjave

Na kratko bi izmenjavo ocenila kot dobro, ampak blago zmedeno. Ampak kljub vsem težavam, ki so se pojavile pri organizaciji, so se organizatorji zelo potrudili. Konec koncev pa gre za izkušnjo in rekla bi, da je bil ta mesec nepozaben.

Komu bi izmenjavo v tvojem mestu/državi priporočal?

To izmenjavo bi priporočala vsakemu, ki si želi obiskati Portugalsko. Bolnišnični del je bil prijeten, mentor je bil dober in nam je omogočal veliko svobode pri našem delu. Tako da bi jo priporočala tudi vsakomur, ki si želi obiskati dobro izmenjavo.

Potrebnik

Nujna so poletna oblačila! Letošnje poletje je bilo sicer nekoliko bolj kislo, kljub temu pa so bila poletna oblačila nujno potrebna. Ni pa škodilo imeti s sabo tudi nekoliko toplejših oblačil. Glede ostalega pa nimam nekih priporočil.



Približna razdelitev stroškov

Cena letalske karte je bila 400€. Hrana, še posebej kava, je poceni, družabni program pa je bil žal precej drag (skupno za 3 vikende cca. 330€). Veliko je bilo tudi organiziranih večerij, ki so stale od 8-12€. Tako da z izvzemom letalske karte priporočam na razpolago imeti vsaj 700€, v kolikor se želite udeležiti skupnih potovanj za vikende (ki so tega vredna).

