

TAJSKA, BANGKOK - avgust 2018

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Ajda Zelič, 6. letnik (ajda.zelic@gmail.com)

Čas izmenjave:

od 1. 8. do 31. 8. 2018

SPLOŠNO:

Država in kraj izmenjave

Kraljevina Tajska je zelo raznolika država v Jugovzhodni Aziji. Znana je kot dežela nasmeha (in kaj kmalu ti postane jasno, zakaj je temu tako), turiste pa privlači s svojimi rajskimi plažami in divjo džunglo, dobro hrano, nešteti budističnimi templji in ogromnimi tržnicami, kjer najdeš vse, kar potrebuješ, in tudi tisto, česar ne, in to po smešno nizkih cenah. Bangkok je s svojimi več kot osmimi milijoni prebivalcev največje in glavno mesto Tajske, ki leži blizu Tajskega zaliva. Čeprav se sprva zdi kaotično, kmalu ugotoviš, kako stvari tu delujejo, in mesto ti priraste k srcu.



Kokos na plaži na otoku Phangan; rajska plaža na Phuketu; Ayutthaya, nekdanja prestolnica Siam

Viza

Za izmenjavo sem potrebovala študentsko vizo, ki stane 60 €. Postopek za pridobitev vize je precej enostaven - izpolnjeno vlogo za pridobitev vize, potni list, denar, svojo fotografijo, kopijo povratne letalske vozovnice in invitation letter s fakultete, kjer boš opravljal izmenjavo, po pošti pošlješ na

naslov Generalnega konzulata Kraljevine Tajske v Ljubljani. Vizo ti izdelajo v dveh delovnih dneh in potni list ti pošljejo nazaj po pošti. Več informacij: http://www.tajska.si/?page_id=7

Zdravje

Pred odhodom na izmenjavo sem se v ambulanti NIJZ cepila proti hepatitisu A (en odmerek cepiva stane 44 €), cepiti se je potrebno vsaj en mesec pred odhodom. Sicer je priporočeno tudi cepljenje proti tifusu in proti steklini, vendar se jaz zanj glede na kraje, ki sem jih obiskala, nisem odločila. Svetovali so mi tudi repelent proti komarjem, ki pa ga nisem potrebovala, ker je bilo komarjev v krajih, ki sem jih obiskala, zelo malo. V potovalni lekarni sem imela poleg analgetikov tudi Linex, ki sem ga na začetku nekaj dni preventivno jemala, vendar težav s potovalno drisko nisem imela, čeprav sem večinoma jedla hrano z ulic in tržnic.

Varnost

Glede varnosti sem bila pozitivno presenečena. Uporaba javnih prevoznih sredstev v Bangkoku se mi je zdela varna, zvečer sicer nisem nikoli sama hodila naokrog, vendar nisem imela nikoli slabega občutka.

Denar

Valuta na Tajskem je tajski baht. Trenutni tečaj: 1 € = 37,9 THB. Denar sem glede na informacije z raznih forumov menjala v menjalnicah, bankomatov nisem uporabljala. V turističnih krajih je menjalnic precej in se splača malo poiskati tisto z najboljšim tečajem, najslabši tečaj pa je na letališču. Kreditna kartica je dokaj neuporabna, z njo lahko plačaš samo v večjih nakupovalnih centrih in nekaterih drugih redkih trgovinah ali restavracijah in pogosto ti zaračunajo tri odstotke provizije.

Prevoz

V Bangkok sem priletela iz Zagreba preko Dohe z letalsko družbo Qatar Airways. Letalsko karto sem kupila na njihovi spletni strani približno pet mesecev pred odhodom, stala je 500 €. Cena bi bila nižja, če bi jo kupila še prej. Znotraj države sem potovala z letalom (karte od 30 do 40 €), z avtobusom, katamaranom in trajektom. Na otokih Puket, Phangan in Samui je skoraj edina možnost za transport taksi, cene so precej visoke in odvisne od tvojih pogajalskih sposobnosti. Prevoz v Bangkoku je cenejši, obstajajo tudi mesti avtobusi in vlaki, ki so precej cenejši od taksijev.

IZMENJAVA:

Komunikacija pred izmenjavo

Vsak od tujih študentov je imel uradno dve kontaktni osebi, poleg tega pa je komunikacija potekala tudi s tamkajšnjo mednarodno pisarno, tako da je bilo v času pred začetkom izmenjave kar nekaj zmede in nesporazumov glede datumov izmenjave in oddelkov, na katerih sem opravljala prakso. Moji kontaktne osebe pred izmenjavo nista bili kaj preveč odzivni, na koncu sem stvari še najlažje uredila neposredno s tamkajšnjo mednarodno pisarno. Sem se pa morala navaditi, da na Tajskem administracija poteka nekoliko počasneje. Ker sem na Tajsko odšla dobra dva tedna pred začetkom izmenjave, pred odhodom od doma še vedno nisem vedela, kdaj točno se bo moja praksa začela, na katerem oddelku bom in kdaj se lahko vselim v študentski dom.

Sprejem s strani tujih študentov

Moja kontaktna oseba ni imela časa, da bi me prišla iskat na letališče, tako da sem do študentskega doma prišla z vlakom in taksijem. Prvi dan sem se morala znajti sama, najslednji dan pa me je gospa iz mednarodne pisarne pospremila do oddelka in predstavila mentorjem. Svojo kontaktno osebo sem prvič videla po dveh tednih na izmenjavi, ves čas pa mi je bila preko socialnih omrežij na voljo za kakršna koli vprašanja. En teden pred koncem izmenjave je mene in moji dve sostanovalki moja kontaktna oseba peljala na kosilo in v nakupovalni center, kjer smo spoznale tudi njene starše. Skupaj smo preživeli prijetno popoldne.

Nastanitev

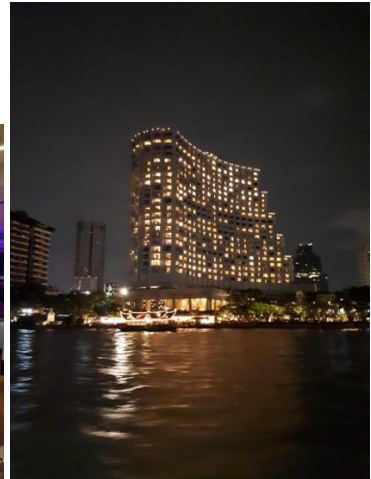
Živela sem v štiriposteljni sobi v študentskem domu, ki je dve minuti hoje oddaljen od bolnišnice. Kopalnico z dvema tušema (samo mrzla voda!) in dvema straniščema smo si delili še s sosednjo sobo. Kuhinje ni bilo, v sosednji sobi je bil hladilnik, v kopalnici mikrovalovka. Soba je imela klimo.

Prehrana

Za prehrano smo morali poskrbeti sami, kar pa ni bila težava, saj v Bangkoku odlično hrano za drobiž najdeš dobesedno na vsakem koraku. Med tednom sem večinoma jedla v kantini v bližini bolnišnice. Hrana je bila dokaj okusna, cena glavne jedi, ki me je dovolj nasitila, je bila približno 1 €. Žepnino (3000 THB) smo dobili po dveh tednih od začetka izmenjave.

Družabni program

Delo na oddelku je dopuščalo kar nekaj prostega časa, ki smo si ga tuji študenti večinoma organizirali sami. Gostitelji so organizirali National food and drink party, tajsko masažo, tečaj tajskega boksa, poslovilno večerjo in celodnevni izlet v Amphawo, kjer smo spoznali tudi študente, ki so bili avgusta na izmenjavi v drugih bolnišnicah v Bangkok. Po izletu so nas peljali še na večerjo na ladji, tako da smo si ob odlični hrani z reke lahko ogledali nočni Bangkok.



Tržnica na vodi v Amphawi; po večerji so na Tajskem obvezne karaoke; Bangkok ponoči.

STROKOVNI DEL:

Opis zdravstva v državi:

Na Tajskem obstajajo zasebne in javne bolnišnice, v javnih država zdravstvene storitve sofinancira, pogosto pa je kljub temu potrebno doplačilo. Če gre pacient v javno bolnišnico izven kraja stalnega prebivališča, mora vse storitve plačati sam. Jaz sem prakso opravljala v javni bolnišnici.

Študij medicine se na Tajskem začne s tremi leti predkliničnih predmetov, ki jim sledi izpit, ki je prvi izmed treh izpitov, ki so potrebni za pridobitev licence. V bolnišnici, kjer sem opravljala prakso, so bili študenti od 4. do 6. letnika. V 6. letniku imajo študenti 12 mesecev vaj, od tega 6 mesecev izven Bangkoka, vaje imajo tudi vsako soboto in nedeljo dopoldne. Študenti so na vajah zelo samostojni, mentor njihovo delo s pacienti v ambulanti zgolj opazuje in odgovarja na njihova morebitna vprašanja.

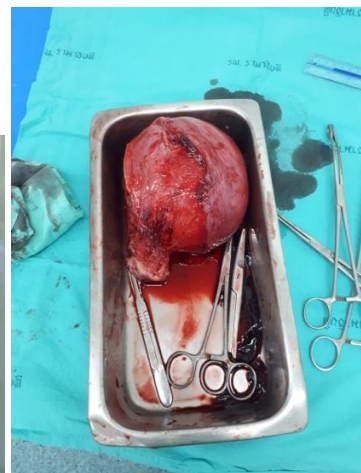
Najbolj pogoste bolezni so na Tajskem podobne kot pri nas, največja razlika je v nekaterih infekcijskih boleznih, ki so na Tajskem veliko pogostejše ali pa jih pri nas sploh ni, npr. denga, aids, tuberkuloza ... Zanimivo se mi je zdelo, da v Bangkok kljub kaotičnemu prometu skoraj ni hujših prometnih nesreč, ker je hitrost vozil zaradi gneče tako nizka.

Delo v bolnišnici

Prakso sem opravljala v bolnišnici Ramathibodi, ki velja za eno izmed treh najboljših bolnišnic v Bangkoku. Prva dva tedna sem bila na oddelku za ginekologijo in porodništvo, druga dva tedna pa na urgenci.

Na ginekologiji je moj dan trajal od 9. do 16. ure, vmes sem imela eno uro prostega časa za kosilo (kmalu sem ugotovila, da je to za Tajce najpomembnejši del dneva). Dobila sem urnik in vsak dan sem bila razpisana v drugo ambulanto ali operacijsko dvorano. V ambulantah sem lahko delala ginekološke preglede in vaginalni ultrazvok, tajski študenti so se zelo trudili s prevajanjem anamneze. Za razliko od kliničnih vaj v Sloveniji so bili tukaj profesorji tisti, ki so opazovali delo študentov s pacienti in na koncu komentirali ter si vzeli veliko časa za razpravo o posameznem primeru. V operacijski dvorani in porodni sobi sem lahko potek dela samo opazovala, so pa tudi tam ves čas profesorji študentom veliko razlagali, tako da sem se tudi tam kar nekaj naučila.

Na urgenci je moja praksa trajala vsak dan od 8. do 16. ure z obveznim vsaj enournim odmorom za kosilo. Dan se je začel z radiološkimi case reporti, ki so bili večinoma v angleščini in so bili zelo poučni. Kasneje sem se v ambulantah pridružila tajskim študentom, ki so se zelo trudili s prevajanjem anamnez v angleščino, pri statusu pa sem lahko aktivno sodelovala. Na urgenci je bila ves čas gneča, skupaj z desetimi pacientov so bile tam tudi njihove družine in čas čakanja na mesto na oddelku se ni meril v urah, temveč v dnevih. Videla sem ogromno pacientov z zelo različnimi in različno urgentnimi bolezenskimi stanji. Med drugim sem prisostvovala obravnavi pacienta, ki je prišel zaradi kačjega ugriza, pacientov z dengo, pacienta z aidsom v terminalni fazi, urgentni intubaciji in vzpostavitvi intraosalne poti pri otroku, obravnavi pacienta s hiperkaliemijo zaradi nerednih dializ ...



Oskrba novorojenčka po carskem rezu; z ekipo v porodnem bloku; maternica po histerektomiji.

Mentorstvo

Uradno so mi sicer dodelili mentorja, vendar sem vsak dan preživela na drugem oddelku ali v drugi ambulanti, tako da sem vsak dan poleg tajskih študentov preživela z drugim zdravnikom. Vsi so bili zelo prijazni in se trudili govoriti v angleščini ali pa so tajski študentje prevajali. Zdravniki so si vzeli veliko časa za študente in praksa je res potekala v sproščenem vzdušju.

Pridobljeno znanje in izkušnje

Na izmenjavi sem obnovila znanje, ki sem ga pridobila že doma, hkrati pa sem pridobila dodatne praktične izkušnje (ki jih imajo tajski študenti v primerjavi z nami veliko več). Bolj kot medicinsko znanje pa se mi zdijo pomembna druga na izmenjavi pridobljena spoznanja. Predvsem sem se naučila bolj ceniti vse privilegije, ki jih imamo doma, čeprav se jih pogosto ne zavedamo.

ZAKLJUČEK:

Splošna ocena izmenjave

Kljub temu da Tajska ni bila na prvem mestu med državami, v katerih sem želela opravljati klinično izmenjavo, sem zelo vesela, da se je izšlo, kot se je, vesela sem, da sem se imela možnost udeležiti te izmenjave, spoznati način dela v eni izmed najboljših tajskih bolnišnic, spoznati ogromno novih prijaznih ljudi in obisk Tajske izkoristiti tudi za krajše potovanje in spoznavanje tajske kulture in kulinarike.

Komu bi izmenjavo v tvojem mestu/državi priporočal?

Izmenjavo v Bangkoku bi priporočila vsem, ki vas ne zanimajo samo najnaprednejše tehnike in najnovejše smernice za zdravljenje, ki veljajo na Zahodu, temveč predvsem to, kako ljudje živijo in delajo izven razvitega Zahodnega sveta. Tajsko bi priporočila tudi zaradi izredno prijaznih vendar nevsiljivih ljudi, bi pa odsvetovala izmenjavo v septembru, ki je v Bangkoku najbolj deževen mesec.

Potrebnik

Za opravljanje prakse v bolnišnici moraš upoštevati pravila oblačenja, kar za ženske pomeni temno krilo do kolena, zaprti temni čevlji, bela srajca in bela halja. Prinesti sem morala tudi svoj stetoskop. Sicer pa mislim, da ni ničesar, kar bi obvezno moral vzeti s seboj na Tajsko, saj se ti tam res ni treba preveč potruditi, če želiš kupiti neko točno določeno stvar, trgovine in stojnice so skoraj na vsakem koraku, cene pa precej nižje, kot pri nas.



Približna razdelitev stroškov

Letalska karta: 500 €

Prehrana: 100 €

Prevoz po Bangkoku: 30 €

Vstopnine: 10 €

Družabni program, ki so ga organizirali tajski študenti, je bil zastonj.

