



**ŠTUDIJSKA POROČILA ERASMUS+ ŠTUDENTOV MEDICINSKE
FAKULTETE UNIVERZE V LJUBLJANI**
(poročila so v obliki, kot so jih predložili študenti)

za študijsko leto 2020/2021



Ljubljana, oktober 2021

Vsebina

| | |
|---|----|
| KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE | 4 |
| 1. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Anamarija Meolic) | 4 |
| 2. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Anja Torkar)..... | 6 |
| 3. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Špela But)..... | 7 |
| 4. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Eva Oršič) | 8 |
| 5. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Tilen Vaupotič) | 9 |
| 6. FRANCIJA - Université de Paris (Federico Morassutti Vitale)..... | 11 |
| 7. ITALIJA – Università Degli Studi di Padova (Olga Gordeeva) | 12 |
| 8. LIBANON - American University of Beirut (Tin Centrih) | 14 |
| 9. LITVA – Medicinska univerza v Kaunasu (Naneta Legan Kokol) | 15 |
| 10. LITVA – Medicinska univerza v Kaunasu (Maja Sevčnikar)..... | 17 |
| 11. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Universität Freiburg (Aljaž Pirc) | 18 |
| 12. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Universität Freiburg (Zala Mlinarič)..... | 19 |
| 13. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Amina Ibrahimpašić)..... | 20 |
| 14. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Eva Vidovič) | 22 |
| 15. NEMČIJA – RWTH Aachen (Ana Katarina Žgajnar) | 25 |
| 16. NEMČIJA – Charité Berlin (Jan Travnšek)..... | 26 |
| 17. NEMČIJA – Charité Berlin (Nika Jaki)..... | 27 |
| 18. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Gaja Markovič)..... | 29 |
| 19. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jan Stanič) | 31 |
| 20. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Luka Kropivšek)..... | 33 |
| 21. NEMČIJA - Ruprecht-Karls Universität Heidelberg (Nace Ogorevc) | 34 |
| 22. POLJSKA – Medicinska univerza v Varšavi (Špela Bukovec)..... | 36 |
| 23. POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze v Gdansku (Nika Jeromel)..... | 36 |
| 24. ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Katarina Černač)..... | 38 |
| 25. ŠVEDSKA – Univerza v Göteborgu (Mia Krebs)..... | 39 |
| 26. TURČIJA – Univerza Acibadem v Istanbulu (Anja Justin)..... | 41 |
| POROČILA – PRAKTIČNA USPOSABLJANJA..... | 43 |
| 1. AVSTRIJA – KUK Linz (Maida Beganovič)..... | 43 |
| 2. AVSTRIJA - LKH Celovec (Ana Sluga) | 44 |
| 3. AVSTRIJA – KABEG Celovec (Mojca Bitenc) | 45 |
| 4. AVSTRIJA – KABEG Celovec (Rok Besal) | 46 |
| 5. AVSTRIJA – LKH Gradec (Sara Veronika Krnc) | 47 |
| 6. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Grazu, Stomatološka klinika (Tina Čop)..... | 48 |
| 7. AVSTRIJA – LKH Graz (Tjaša Krašovec) | 49 |

| | | |
|-----|---|----|
| 8. | ČEŠKA – Ginekološka in porodniška klinika Apolinar, Praga (Blažka Šturm) | 50 |
| 9. | ČEŠKA – Masarykova univerza v Brnu (Jaka Mlakar) | 51 |
| 10. | ČEŠKA- Children’s Heart Centre, Motol University Hospital, Praga (Laura Kekec) | 52 |
| 11. | GRČIJA – Univerza na Kreti (Sebastian Pelikan) | 53 |
| 12. | NEMČIJA – Kliniken des Main Taunus Kreises GmbH (Alja Majcenovič) | 54 |
| 13. | NEMČIJA – Katolisches Karl-Leisner-Klinikum, St. Antonius Hospital Kleve (Anja Lah) | 56 |
| 14. | NEMČIJA – Univerzitetna očesna klinika LMU (Innenstadt) (Maša Koce) | 57 |
| 15. | NEMČIJA – Nürnberg, Klinikum Süd (Rok Bernik) | 58 |
| 16. | NEMČIJA – Nürnberg, Überörtliche Gemeinschaftspraxis Dres. Rovčanin und Kollegen in Klinikum Süd (Rok Bernik) | 59 |
| 17. | PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Marija Jovanović)..... | 61 |
| 18. | ŠPANIJA - Clínica Dental Torres (Luka Tepeš)..... | 62 |
| 19. | ŠPANIJA – Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno Infantil, Gran Canaria (Katarina Černač)..... | 62 |
| 20. | ŠPANIJA – Hospital Universitario de la Princesa (Luka Josipović)..... | 63 |
| 21. | ŠPANIJA – Vithas Hospital 9 de Octubre, Valencija (Nika Jutraž) | 64 |
| 22. | ŠVEDSKA – BMC - Biomedical Center, Lund (Anja Vombergar)..... | 65 |
| 23. | ŠVICA – Universitätsspital Basel (Rok Besal) | 66 |
| 24. | ŠVICA – Universitätsspital Bern (Rok Besal) | 67 |
| 25. | TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Žiga Gašperšič) | 68 |
| 26. | TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Petra Jevšnikar) | 69 |

KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE

1. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Anamarija Meolic)

V študijskem letu 2020/2021 sem del obveznosti za 6. letnik smeri Splošna medicina opravljala na Medicinski Univerzi v Gradcu v Avstriji. Pred začetkom si je potrebno samostojno organizirati nastanitev. Možnosti je več in sicer od študentskih domov, WGs («Wohngemeinschaft») – najem sobe kot tudi najem stanovanja. Cene se odvisno od izbire nastanitve, njene lokacije, velikosti sobe/stanovanja, ter opreme oz. starosti stanovanja gibljejo med 250–600 evrov mesečno. Nekatere možne nastanitve, predvsem priljubljeni študentski domovi, so navedene v brošuri »Welcome guide«, ki jo je sestavila Medicinska Univerza v Gradcu, veliko WG-jev pa se najde tudi na spletnem portalu »Willhaben« (kot pri nas spletni portal Bolha). Obstaja tudi nekaj Facebook strani oziroma skupin, kjer se lahko išče stanovanja, prodaja/ kupuje kolesa in različne druge ponudbe. Življenjski stroški so v Avstriji nekoliko višji kot pri nas. To se pozna tudi pri vsakodnevnih potrebščinah (živila, gospodinjstvo – čistila, itd.), kar je na račun tega, da je večina izdelkov v ponudbi pridelana lokalno. Imajo pa v Gradcu veliko izbiro brezglutenskih izdelkov za ljudi s celiakijo. Za primerjavo stane recimo kava v Gradcu približno 3,5 evra. Študenti si lahko vsak semester za 150 evrov na ÖBB kupijo karto – Top Ticket, s katero se potem na vseh javnih prevozech (avtobus, vlak, Bim/tramvaj) v štajerski regiji vozijo zastonj. Karta pride zelo prav, sploh če je nastanitev daleč od fakultete oz. klinike, saj recimo dnevna karta za Bim stane 5,5 evra, karta za vlak iz Gradca pa recimo do postaje Spielfeld-Straß, od kjer pelje tudi vlak za Ljubljano, pa recimo okrog 11 evrov v eno smer. Prav tako si lahko vsi do 26. leta starosti za 19 evrov na ÖBB kupijo »Vorteilskarte«, ki omogoča popuste na karte za vlake, ki vozijo v drugih regijah Avstrije – popust je v višini od 40–50 %.

Pri prijavi je bilo potrebno poslati nekatere dokumente (npr. LA, dokazilo o precepljenosti, dokazilo o znanju nemščine, itd.) – natančna navodila so na voljo v sprejemnem mail-u in gospa z Mednarodne pisarne v Gradcu je zelo prijazna in vedno z veseljem pomaga ter je potrpežljiva. Za 6. letnik je potrebno izpolniti še en dodaten dokument – »Study Confirmation«, kjer je potrebno navesti, katere predmete še nimamo opravljene, saj morajo študenti v Gradcu pred pričetkom 6. letnika opraviti vse predhodne obveznosti prvih 5 letnikov. Pri Erasmus študentih glede tega ne komplicirajo, saj se zavedajo, da se kurikulumi nekoliko razlikujejo med različnimi ustanovami.

Za 6. letnik, ki se na Med Uni Graz imenuje »Klinično praktično leto (KPJ)«, sem si izbrala predmete Kirurgija in perioperativna medicina, Interna medicina, Izbirni predmet in pa kot dodatno dejavnost njihov Obvezni izbirni predmet oz. »Wahlpflichtfach«. Želela sem opravljati tudi Pediatrijo, vendar ta za Erasmus študente ni bila na voljo. Prav tako ni možno opravljati Družinske medicine, saj to ni možno tako z njihove strani kot tudi s strani naše fakultete. Obstajala je še možnost, da bi del Kirurgije in perioperativne medicine opravljala na oddelku za Anesteziologijo in s tem del obveznosti za predmet Perioperativna medicina, vendar se sama za to nisem odločila in se zato tudi nisem pozanimala, v kolikšnem obsegu bi se na naši fakulteti obveznosti priznale. V tujini sem opravljala zgolj praktični del, izpite pa pri nas KPJ je torej sestavljen iz 3 tercialov, vsak traja po 16 tednov in je sestavljen zgolj iz vaj/prakse, brez seminarjev ali predavanj. Na koncu vseh treh tercialov imajo njihovi študenti OSCE izpit. Terciala »Kirurgija in perioperativa« ter »Interna medicina« se lahko delita na 2x8 tednov na različnih oddelkih, tercial 3 pa je sestavljen iz 4 predmetov (Psihatrija, Družinska medicina, Pediatrija in Obvezni izbirni predmet), vsak traja 4 tedne. Prijava za oddelek pri tercialu 1 in 2 poteka preko študentskega sistema MEDonline, vendar za Erasmus študente to ureja mednarodna pisarna (preko mail-a smo napisali želje, na katerih oddelkih bi želeli opravljati vaje). Sama sem vaje opravljala na Oddelku za abdominalno kirurgijo, na Ginekologiji, Kardiologiji in Pulmologiji. Obvezni izbirni predmet («Wahlpflichtfach») si mora študent organizirati sam in ga lahko opravlja na katerem koli oddelku, kjer izobražujejo specialiste – jaz sem bila na Oddelku za interventno radiologijo in

nevroradiologijo. Možno je opravljati tudi izbirne predmete, izmed katerih lahko na podlagi prostih mest izbiraš v sistemu MEDonline in se preko njega prijaviš. En možen izbirni predmet je Intenzivni tečaj nemščine, ki je potekal 2 tedna pred začetkom študijskega leta. Ker gre za nemedicinski predmet se tukaj ne šteje ocena, temveč zgolj v smislu opravljen / ni opravljen.

Študenti smo bili na oddelkih vključeni v njihov vsakdan kot del tima. Na kliniki smo bili vsak dan po 8 ur, torej ves delovni čas. Vaje trajajo torej dlje kot na MF Lj, kjer vaje iz Interne medicine potekajo 8 tednov in iz Kirurgije 6 tednov. Študenti smo lahko opravljali 2 dežurstvi na mesec, kar je bilo na kirurgiji zelo zaželeno in tudi koristno, pred pričetkom kirurgije pa ni bilo delavnic šivanja, kot je to na MF Lj, saj so študenti te že imeli v nižjem letniku (kar sem osebno zelo pogrešala). Na koncu terčiala ni izpita, je pa potrebno na vsaka 2 tedna za mentorja pripraviti Poročilo o pacientu (»Fallbericht«) ter sproti izpolnjevati »Logbuch«, v katerem so zapisane obveznosti, ki jih mora v času prakse usvojiti študent. Vseh 8 Fallbericht-ov kot tudi Logbuch se na koncu odda v tajništvo katedre v ocenjevanje (opravljen / ni opravljen).

Študij na Medicinski Univerzi v Gradcu se izvaja zgolj v nemščini. Na kliniki sicer nekateri zdravniki govorijo angleško, vendar pa je osnovno predznanje nemščine pomembno, saj pri delu s pacienti skoraj ne gre brez nemščine. Tudi v nižjih letnikih se izpiti za Erasmus študente izvajajo zgolj v nemščini, Erasmusci pa lahko imajo pri izpitu zraven slovar. Dva tedna pred začetkom študijskega leta je organiziran intenzivni tečaj nemščine, katerega vodi zelo prijazna profesorica. Tečaj je sestavljen iz osnov, ki jih rabiš v vsakdanjem življenju ter iz medicinske nemščine, ki pride prav pri vajah in poenostavi sam študij v času izmenjave. Tekom leta poteka v vsakem semestru tudi nadaljevalni tečaj nemščine, ki ga vodi ista profesorica.

Težko je primerjati program Med Uni Graz in naše MF Lj, saj nisem sama izkusila oba in moj vtis/primerjava izhaja bolj iz pogovorov s sošolci. Definitivno se mi zdi, da imajo študenti v Gradcu več praktičnega znanja kot mi. Iz vtisa, ki sem ga dobila po pogovoru z njihovimi študenti, specializanti in profesorji se mi zdi, da to izhaja iz tega, da morajo študenti v prvih petih letih, izven rednega programa, opraviti še 21 tednov »Famulatur«, kar je približno tako kot pri nas vaje na kliniki. Posledično so študenti tudi bolj samozavestni, imajo več praktičnega znanja, že bolj poznajo sistem na kliniki in se lažje vključijo v sam tim. Druga stvar, ki se mi je zdelo zelo koristna je njihov simulacijski center, ki je vedno dostopen in kjer lahko na lutkah vadiš različne stvari npr. od vstavljanja perifernega venskega katetra, intubacije itd. Všeč mi je tudi princip 6. letnika, kjer so študenti ves čas samo na kliniki. Tudi pri nas na MF Lj je 6. letnik bolj praktično orientiran, vendar v bistveno manjšem obsegu in z izpiti na koncu predmeta, kar pa je meni osebno zelo všeč, saj tako zaključiš z enim sklopom in nato nadaljuješ z drugim. Potrebno se je zavedati, da se na račun tega, da se sistema ne usklajujeta v celoti, študij na naši fakulteti po vrnitvi z izmenjave podaljša, saj se časovno obveznosti v tujini ne morejo/ težje uskladijo z obveznostmi pri nas. Seveda ima vsak sistem svoje prednosti in slabosti, definitivno pa je to, koliko odneseš, odvisno tako od nas samih kot tudi od naših mentorjev na kliniki – če sami pokažemo interes in mentor vidi, da smo angažirani in zainteresirani, bomo od vaj odnesli ogromno ne glede na to, kje jih bomo opravljali.

Odločitev, da se prijavim za Erasmus+ izmenjavo je bila ena najboljših. Mislim, da sem od nje odnesla ogromno, tako v življenjskem smislu kot tudi za sam študij/poklic. Tekom izmenjave se je izboljšala moja nemščina, organizacija glede življenjskih zadev, imam tudi bolj samozavesten pristop do pacientov, odnesla pa sem tudi ogromno praktičnega znanja in spoznala različne šolske in zdravstvene sisteme. Seveda v teku izmenjave ni potekalo vse gladko, saj sem na začetku imela nekoliko težav s potrdilom o precepljenosti, vendar pa so tako z naše kot tudi z avstrijske mednarodne pisarne vsi pomagali, če se je kjerkoli zataknilo. Menim, da je možnost študija v tujini zelo dobra izkušnja, ki jo je treba izkoristiti, če se le da.

2. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Anja Torkar)

Brno, drugo največje mesto Češke republike in središče zgodovinske dežele Moravske je univerzitetno mesto podobne velikosti Ljubljani. Na tamkajšnji Masarykovi univerzi sem v zimskem semestru 2020/21 opravila osem predmetov petega letnika: oftalmologijo, otorinolaringologijo, splošno pediatrijo, dihala in endokrine bolezni, onkologijo, neonatologijo in češčino kot izbirna predmeta ter kirurgijo¹ v sklopu internističnih predmetov.

Kot erasmus študent se na brnski medicinski fakulteti pridružiš študentom tamkajšnjega internacionalnega angleškega programa, ki obsega 5 skupin po 15-20 študentov. Prijavni postopek je potekal brez težav, vsa navodila nam je preko elektronske pošte posredovala predstavnicca Univerzitetne službe za mednarodno sodelovanje Kristýna Zemková. Konec marca smo prejeli prvi mail z navodili o vpisu. V njihov informacijski sistem je bilo potrebno naložiti izpolnjeno prijavnico, LA, potrdilo o znanju angleščine (zadostuje že maturitetno spričevalo angleščine na višjem nivoju-B2) in svojo sliko. Kmalu za tem smo prejeli sprejemno pismo. Tekom prijave nam je za morebitna vprašanja bila na voljo tudi koordinatorka medicinske fakultete, Zuzana Pilátová. Večjih težav s sestavljanjem predmetnika ni bilo, saj se bloki kliničnih predmetov za mednarodne študente ponovijo v 4-5 terminih letno. Celotna univerza uporablja enoten informacijski sistem v katerem je bilo v prvih dveh tednih možno spreminjati seznam vpisanih predmetov. Sama sem svoj LA morala nekoliko prirediti, saj se določeni predmeti izvajajo drugače kot je navedeno v režimu študija. Urnik študentom medicine sestavi koordinatorka fakultete, vendar priporočam da si ga pred koncem dvotedenskega obdobja vnašanja sprememb predmetnika v IS podrobno pregledate. Koordinatorka me je kot primer brez obvestila pri predmetu pediatrija razvrstila v češko govorečo skupino.

Študijsko leto se je na Masarykovi univerzi zaradi epidemije začelo dva tedna kasneje kot ponavadi. V Brno sem prispela v soboto 26.9.2020, vikend pred začetkom t.i. orientacijskega tedna. Tekom izmenjave sem bila nastanjena v študentskem domu A1 na Vinarski ulici. Dom na Vinarski je edini dom z brezplačnim parkiriščem. Lokacija nastanitve je ugodna, bolnišnica sv. Ane je oddaljena 10min peš, onkološki inštitut 15min, univerzitetni kampus in fakultetna bolnišnica 25 min z avtobusom št. 25, pediatrična bolnišnica pa 40 min s tramvajem 5. Najbližja živilska trgovina se nahaja na Mendlovem trgu 10 min peš od doma ali eno postajo s tramvajem 1. Blok A1 je namenjen predvsem erasmus študentom in je za razliko od A2 neprenovljen. Sobo, kuhinjo in kopalnico si deliš s še eno osebo katero lahko izbereš v postopku rezervacije sobe. Mesečna najemnina znaša 4340 Kč (prbl. 160€). Za plačevanje najemnin in drugih s študijem povezanih stroškov je v uporabi sistem ISKaM. Češka republika je cenovno primerljiva s Slovenijo, hrana je nekoliko cenejša, elektronika, obleke in podobno nekoliko dražje. Tromesečna karta za tamkajšnji javni prevoz stane samo 26 evrov. Nasplošno štipendija skoraj v celoti pokrije stroške bivanja. Priporočila bi uporabo spletnih bank kot je Revolut, s katerimi je izmenjavanje evrov v krone enostavnejše.

Večina dejavnosti orientacijskega tedna je v skladu z epidemiološkimi ukrepi potekala preko spleta. Tekom prvega tedna smo prejeli tudi vsak svojo ISIC kartico, ki se uporablja za vstopanje v študentski dom, zaklepanje omaric po določenih klinikah, plačevanje obrokov v menzi, pridobivanje določenih študentskih popustov. Ponujen nam je bil tudi ESN paket, koriščenje večine ugodnosti katerega pa v razmerah pandemije ni bilo mogoče.

Vsak predmet v Brnu ima ločena dela "vaje" in "predavanja". Predmeti petega letnika potekajo v 2-3 tedenskih blokih. Vsak dan je ob 7.30 na urniku najprej seminarski del nato sledijo vaje na oddelku. Zahtevana je 100% prisotnost, katero se preverja s podpisi oz. štampljkami na kartončkih prisotnosti. Večina predmetov se zaključi s kolokvijem za kreditne točke in kasneje še z ustnim izpitom na katerega se prijaviš v IS-u, z izjemo predmetov, državni izpit iz katerih češki študentje pišejo ob koncu študija (pediatrija, družinska medicina, ginekologija, interna in kirurgija). Predmeti

četrtega letnika (v mojem primeru otorinolaringologija in oftalmologija) potekajo podobno, s tem da se ustni izpiti zanje zvrstijo v izpitnem obdobju. Ob tem bi poudarila, da se je na razpisane datume ustnih izpitov potrebno prijaviti hitro, saj je število mest omejeno, pri nekaterih predmetih celo premajhno za vse študente, ki so v danem semestru opravljali predmet. Kljub temu pa je večina profesorjev pripravljena za erasmus študente narediti izjemo in razpisati kakšno dodatno mesto.

Za gladek potek kliničnih vaj je nujno poznavanje osnov češčine saj večina pacientov slabo govori angleško. V orientacijskem tednu se izvaja krajši program osnov jezika, vendar bi priporočila, da svoje znanje še nekoliko nadgradite na druge načine. Sama sem se vpisala v predmet Češčina za tujce 1, ki je namenjen prvim letnikom internacionalnega programa medicine. Jezika sta si podobna, vendar čehi slovenščino po moji oceni težje razumejo kot mi češčino.

Študij je v veliko pogledih podoben našemu. Kvaliteta vaj in predavanj ter zahtevnost izpitov tako kot pri nas tudi v Brnu variira od predmeta do predmeta. Pohvalila bi njihov pregleden informacijski sistem, ki funkcionira na nivoju celotne univerze. Posebna izkušnja je tudi vključenost v internacionalni program v katerem spoznaš tamkajšnje redne študente iz vseh koncev sveta. Všeč mi je bilo, da njihov "buddy" sistem deluje na nivoju celotne univerze in tako dobiš priložnost da spoznaš tudi študente drugih strok. Negativna stvar pri študiju na Masarykovi univerzi je način prijavljana na izpite po sistemu "kdor prej pride prej melje". V splošnem pa sem z izkušnjo v Brnu kljub nekoliko kaotični epidemiološki situaciji zadovoljna in bi izmenjavo priporočila.

Za kakršnakoli dodatna vprašanja, pojasnila, natančnejše informacije o predmetih, nastanitvi, Erasmus postopku ali čemurkoli drugem, me lahko brez oklevanja kontaktirate na: anja.torkar00@gmail.com.

3. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Špela But)

Drugi semester 5. letnika sem opravljala na Masarykovi univerzi v Brnu. Na Češko sem prispela v zadnjem tednu februarja, en dan pred začetkom Orientation week-a, ki je bil zaradi ukrepov proti Covid-19 žal izveden preko spleta. Že pred začetkom smo prejeli vse potrebne informacije glede izmenjave, študija in bivanja, v sklopu Orientacije pa še podrobneje. Komunikacija z Erasmus koordinatorko in koordinatorko za medicino je bila tekom celotne izmenjave odlična, bili sta zelo odzivni ter pripravljene odgovoriti na vse, kar bi me zanimalo. Bivala sem v študentskem domu Vinařská, za katerega se odloči največ Erasmus študentov in je za študente medicine z vidika lokacije verjetno najbolj ugoden. Sobe so v večini dvoposteljne, najemnina znaša okoli 150 € na mesec. Menda se bo z naslednjim študijskim letom dvignila nekje do 200 € na mesec, vendar nisem prepričana, ali bo to veljalo samo za njihove študente in/ali tudi za tiste na izmenjavi. Oprema v domu je bolj starinska, ima pa vsaka soba svojo kuhinjo in kopalnico. Stroški življenja v Brnu so primerljivi ali malce nižji kot v Sloveniji; v trgovinah se da kupiti praktično enake izdelke kot pri nas, za približno 3 € pa lahko dobiš tudi obrok v študentskih menzah po mestu. Njihov sistem javnega prevoza (avtobusi in tramvaji) je zelo dobro urejen ter zanesljiv. Priporočila bi nakup trimesečne karte, ki stane okoli 27 €. Velik popust pri prevozih po celotni Češki in sosednjih državah ti nudi tudi kartica ISIC, ki jo dobiš preko univerze ter je za bivanje v domu obvezna.

Prijavni postopki so potekali brez težav, še največ komplikacij je bilo v zvezi z vstopom v državo (PCR testi, samoizolacija ipd.). Sicer pa si o vsem, kar moraš vedeti ali storiti obveščen pravočasno in večkrat. V Brnu sem opravljala predmete Obtočila, Dihala, Endokrinologija, Oftalmologija in Otorinolaringologija. Ne glede na omejitve zaradi epidemije sem imela vse, torej vaje, seminarje in predavanja v živo. Skupine so velike nekje do 15 študentov in sestavljene iz Erazmovcev ter njihovih mednarodnih študentov. Tako kot pri nas so predmeti organizirani v večtedenske bloke. Ob zaključku vsakega je razpisanih več izpitnih rokov, na katere se prijaviš preko informacijskega

sistema. Tam najdeš tudi vso potrebno literaturo. Nivo angleškega jezika je visok, edina omejitev je morda pogovor s pacienti, za katerega je uporabno znanje vsaj osnov češčine. Tečaj češkega jezika se je možno udeležiti preko univerze in tudi v sklopu orientacijskega tedna, kar sem izbrala sama. Se pa da zaradi bližine slovenščini že sprva veliko razumeti.

Brno mi je všeč, ker je manjše in zlahka obvladljivo mesto. Moj Erasmus je bil sicer malo drugačen kot prejšnja leta, saj so bili zaradi slabše epidemiološke slike na Češkem dolgo časa v veljavi strogi ukrepi za zaježitev širjenja koronavirusa. Vendar mi ni žal, da sem šla, saj je bilo tudi to svojevrstna izkušnja, hkrati pa smo ob postopnem odpiranju tudi mi ponovno spoznavali Brno, ki je resnično živo, študentsko mesto.

4. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Eva Oršič)

V zimskem semestru študijskega leta 2020/2021 sem opravljala študijsko izmenjavo na 1. medicinski fakulteti Karlove univerze v Pragi. Na Češkem sem prebivala šest mesecev in v tem času delno ali v celoti opravila predmete obtočila, ginekologija in porodništvo, onkologija, maksilofacialna kirurgija, oftalmologija, otorinolaringologija in izbirni predmet.

Potek izmenjave:

Kmalu po nominaciji na gostujočo univerzo, sem morala izbrati predmete, ki sem jih želela opravljati. Sistem gre po principu "kdor prvi pride, prvi melje", zato svetujem čimprejšnjo izbiro. Komunikacija je z lokalno organizatorico do izmenjave potekala brez težav in z veliko mero organiziranosti. S poukom sem pričela z začetkom oktobra, sama pa sem se v Prago odpravila že konec avgusta, saj sem se v septembru obiskovala intenzivni tečaj češčine. S tečajem sem bila zelo zadovoljna, saj smo imeli odličnega učitelja in se naučili osnov češčine, ki ti pridejo prav na vajah v bolnišnici in v vsakdanjem življenju. Poleg tega sem na tečaju spoznala veliko drugih tujih študentov, s katerimi smo postali odlični prijatelji in si med vikendi organizirali veliko izletov in druženj, saj v septembru na Češkem ni bilo nobenih COVID-19 omejitev.

Študij:

Na 1.LF (1. lékařská fakulta) so Erasmus študentje pridruženi angleški paralelki ali pa obiskujejo predmete namenjene le Erasmus študentom. Predmeti, tako kot v Sloveniji, potekajo v blokih, ki trajajo od enega tedna do več mesecev. S potekom študija sem bila zelo zadovoljna, saj je bil pouk v večini časa kvalitetno izvajan. Kljub epidemiji COVID-19, so za študente medicine ves čas potekale vaje v bolnišnici, za kar sem zelo hvaležna, saj vem, da mnogo mojih kolegov ni imelo te sreče. Na vajah so se mentorji večinoma zelo trudili, da bi nam čim več pokazali in večkrat smo imeli tudi možnost asistirati pri operacijah ali na porodih. Seveda pa je vse odvisno od mere angažiranosti, ki jo pokažeš na vajah. Večina ocenjevanja je potekala preko ustnih izpitov, nekateri pa tudi preko pisnih ali obojega. Zdravniki največkrat govorijo angleško, sestre pa večinoma le osnove, zato priporočam vsaj nekaj osnovnega znanja češčine, ki ga lahko pridobite na intenzivnem tečaju ali pa če češčino izberete kot izbirni predmet.

Življenje

Sama sem v Pragi, zaradi administrativne napake, prebivala v dveh različnih študentskih domovih in z obema sem bila zadovoljna. Sobe so vedno dvojne, od doma pa je odvisno s koliko ljudmi si delite kuhinjo in kopalnico. Cena študentskih domov je okoli 150 evrov na mesec, za deljeno stanovanje, s svojo sobo, v središču mesta, pa boste odšteli okoli 350 evrov na mesec. Cene živil in hrane v restavracijah so primerljive slovenskim, velikokrat tudi malo cenejše. Na Češkem boste lahko uživali v odlično urejenem javnem prometu, ker pa ste študentje, boste zanj prejeli tudi 75% popust. Tako sem sama za 3-mesečno karto za transport po Pragi, v katerega so vključeni metroji, tramvaji in avtobusi, odštela okoli 14 evrov. V Pragi živi več kot milijon ljudi, zato so možnosti za dogajanje neskončne, od raznoraznih športnih in kulturnih prireditev, pa do nočnega življenja.

Sama priporočam obisk Narodnega divadla (njihov nacionalni teater), kjer večkrat omogočijo obisk predstav in koncertov s podnapisi v angleščini. Po navadi univerza ponuja brezplačne športne aktivnosti za študente, vendar to v tem semestru žal ni bilo organizirano.

Mnenje

Izmenjava v Pragi je bila ena najlepših izkušenj v mojem življenju. Praga je čudovito mesto, z bogato zgodovino, ki ga lahko odkrivате več mesecev, pa še vedno ne boste videli vsega. Država sama ponuja veliko možnosti za eno- ali večdnevne izlete, ki vam jih zelo priporočam. Na Češkem sem se naučila veliko novih stvari in spoznala ljudi s celega sveta. Na to izmenjavo, bi se z veseljem odpravila še enkrat in jo toplo priporočam.

Če imate kakšna vprašanja, me lahko najdete na facebooku.

5. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Tilen Vaupotič)

Februarja sem pričel s petmesečno študijsko izmenjavo v Bordeauxju, v Franciji.

NASTANITEV: Prebival sem v študentskem domu Clairefontaine 1, ki se nahaja 5-10 minut peš od glavne bolnice v mestu Hopital Pellegrin. V tej bolnici se sicer nahaja večino oddelkov, vendar v mestu obstajajo tudi druge bolnice kot sta Haut-Leveque, ki je oddaljena 30 minut s kolesom oz. še malo več z javnim transportom, ter pa Hopital Saint-Andre. Do mesta je približno 15-20 minut s kolesom oz. 30 minut z javnim prevozom, torej tramvajem A. Študentski dom je sestavljen iz treh stavb A, B in C. Jaz sem sicer bival v B-ju, A je glavna stavba, C pa je namenjen tistim študentom, ki živijo v paru. Zraven je tudi novejša različica doma, ki izgleda kot kontejnerji ter se imenuje Clairefontaine 2. Za bivanje v študentskem domu sem se odločil, ker sem si želel družbe glede na to, da je lahko v Covid časih vse skupaj dosti izolirano. Ostali Erasmus študentje medicine pa so se odločali tudi za bivanje s francoskimi cimri v skupnem stanovanju.

FAKULTETA: Opravljal sem modul Thorax, ki zajema kardiologijo in pulmologijo, ter še staža iz ORL in oftalmologije. Modul deluje tako, da večino študentov dodelijo na kardiološke oddelke v različne bolnice. Načeloma naj bi šlo za bolnico Haut-Leveque, ki je specializirana prav za kardiologijo zraven pa obstajajo še kompleksi za pulmologijo, endokrinologijo, hematologijo in gastroenterologijo ter nuklearno medicino. Kakorkoli zgradba, ki zajema kardiologijo je samostojna zgradba, kjer različna nadstropja predstavljajo različne oddelke. Recimo od urgence, intenzivne nege, preventive, ritmologije, boleznih zaklopk in ne nazadnje tudi srčnega popuščanja. Jaz sem svoj staž tukaj opravljal v drugem nadstropju na oddelku za aterosklerozo kar je na koncu zajemalo več ali manj kronične bolnike. Tukaj sem ostal 10 tednov, s tem da si lahko vzameš tudi en teden prosto, je pa pomembno da prideš vsaj eno soboto tudi v bolnico za čas staža. Teden poteka tako, da so vsakemu študentu dodeljeni 2-3 pacienti potem pa je tvoja naloga, da te paciente pregledaš, torej narediš status in anamnezo ter na mojem oddelku je bilo zelo pomembno, da sprašuješ po faktorjih tveganja za srčno-žilna obolenja. Po možnosti opraviš tudi EKG, ki ga interpretiraš na začetku s pomočju zdravnika ali specializanta, kasneje pa sam. Kdaj te tudi prosijo, da pacientu vzameš arterijsko kri. Opazovali smo tudi kako se dela UZ srca ter plevralna punkcija ob kroničnem srčnem popuščanju. Na oddelku si obravnavan enako kot vsi ostali francoski študentje kar lahko na začetku predstavlja težave zaradi jezika in nekoliko drugačnega sistema, vendar ti tamkajšnji študenti tudi radi priskočijo na pomoč in potem lahko relativno hitro napreduješ. Ob torkih in četrtekih je bila zjutraj še diskusija oz. pregled skozi datoteke pacientov na oddelku z vsemi zdravniki in specializanti. Tam je bila naloga na kratko predstaviti pacienta, če so te po tem vprašali. Ob sredah zjutraj smo imeli majhen seminar z glavnim profesorjem Couffinalom, kjer smo obravnavali teme po želji, po nekaj tednih pa je vsak izmed študentov moral pripraviti ppt predstavitev določene teme v obliki vprašanj izbirnega tipa, prav tako kot izgleda tudi njihov končni izpit. Glavnega

profesorja smo videli samo te tri dni. Vse ostale dni pa smo načeloma preživeli z dr. Khaledom, ki je bil tudi eden izmed najbolj prijaznih zdravnikov, ki sem jih imel priložnost spoznati v svojem času v Franciji. Z njim smo imeli kratek seminar vsak petek po opravljeni viziti vseh pacientov. Zraven njega je bil navadno še eden izmed specializantov, s katerim smo prav tako lahko opravili vizito. Poleg tega so bila vsak četrtek ob 14:00 uri predavanja, ki so trajala približno 4 ure in so skozi obdobje trajanja modula zajemale različne kardiološke in pulmološke teme. Po želji si lahko ogledaš tudi razne srčne operacije ali pa postopke koronografije oz. tudi vstavljanja stentov. Oboje se nahaja v prvem nadstropju zgradbe. Vsem, ki boste opravljali staž iz kardiologije priporočam, če se vam zdi, da znate že zelo dobro francoščino in mislite, da na dodeljenem oddelku ne boste imeli prevelikih problemov s komunikacijo, da že pred začetkom staža pišete gospodu Sablonu, ki se ukvarja s študijskimi zadevami tujih študentov, da si izberete posamezni oddelk, ki si ga želite. Možnosti so res različne od urgence, kjer praktično vsak dan narediš veliko EKG-jev in UZ srca, po drugi strani pa tudi ritmologija in tako naprej. Na kratko, možnosti je res veliko in osebje je zelo prijazno.

V maju in juniju sem bil zraven bolnice Pellegrin, na oddelkih za ORL in oftalmologijo, vsako po en mesec. Tukaj je princip malce drugačen, saj tamkajšnjih študentov nikoli ne vidiš vseh naenkrat, saj so vsi porazdeljeni v različnih ambulantah, operativnem bloku ali pa urgenci in nenazadnje še na funkcionalnih meritvah. Torej to pomeni, da si lahko vsak dan izbereš profesorja pri katerem boš ostal in tako vidiš različna področja teh dveh. V večini primerov je tvoje delo, da pred pregledom zdravnika vzameš anamnezo in to zapišeš v dosje, ki je v fizični obliki ali pa na računalniku, potem pa o tem poročaš zdravniku s katerim skupaj naredita pregled, v primeru nekaterih pa pregled narediš tudi kar sam potem pa te vpraša še glede tega. Na ORL oddelku ti velikokrat veliko razložijo med tem, ko je na oftalmologiji za razliko mnogokrat zmeda.

V začetku junija sem opravljal izpit iz modula Thorax torej kardiologije in pulmologije. Izpit je bil zelo zahteven, seveda je v francoščini in popolnoma enak kot za vse francoske študente. Rešuje se ga na iPadu, za reševanje le tega pa ima vsak študent 120 minut časa. Sestavljen je iz 4 dosjejev, ki se navezujejo na določeno temo, vsak dosje pa zajema cca 15 vprašanj. V našem primeru so bili trije iz kardiologije in eden iz pulmologije. Ko enkrat zaključiš z vprašanjem se ne moreš vračati več nazaj. Izpit je bil kar precej težji kot pa v Sloveniji in tudi bolj praktično naravnano, zato priporočam, da se začnete za tega učiti že vsaj en mesec prej. Mogoče pa tudi mi nismo navajeni, vendar se študentje medicine v Franciji res stalno učijo.

PROSTI ČAS: V mestu sem spoznal veliko ljudi, mogoče celo zahvaljujoč se Covidu, saj je veliko študentov preživljalo prosti čas kar v študentskem naselju zaradi policijske ure. Predvsem sem se družil s študenti, ki so prav tako na Erasmus izmenjavili in študirajo medicino. Prav tako pa je bilo tudi kar nekaj Francozov s katerimi sem se zblížal. Vikendi in pa ne nazadnje tudi popoldnevi med tednom ponujajo veliko možnosti za odhod v center, kjer se lahko samo sprehajaš, uživaš ob Garonni in tako naprej ali pa se odpraviš ob Atlantik, če imaš željo po surfanju ter poizkušanju ostrig. Ne daleč stran je tudi španska meja s Pireneji, 2-3 ure pa potrebuješ s TGV-jem do Pariza in Toulousea. Bordeaux z okoliško regijo je tudi zelo znan po dobrem vinu, predvsem pa izstopa Saint-Emilion.

JEZIK: Francosko nisem govoril od konca gimnazije, zato sem se pred začetkom vpisal v tečaj francoske konverzacije, ki je ustrezal nivoju B1. Ob prihodu sem imel kar precej težav, zato priporočam, da se začnete pripravljati že prej. Po drugi strani pa se boste tekom izmenjave zelo veliko naučili in napredek bo bil zelo očiten.

STROŠKI: 360e mesečno soba, s tem, da si lahko vsak študent priskrbi pomoč CAF, ki je pri meni znašala 125e na mesec, ki se ti potem odšteje od najemnine. Priporočam, pa da to poiskujete urediti

že v prvem mesecu oz. hitro, saj se potem le ta začne upoštevati z drugim mesecom bivanja. Za prvi mesec kot tudi za pol mesečno bivanje se ta ne izplača! Hrana je precej dražja, zato lahko zlahka zanjo porabite nekaj 100e mesečno, po drugi strani pa so tudi restavracije dražje. Obstaja pa tudi restavracija na študentskem kampusu zraven bolnice, kjer nudijo obrok za 1e, s tem, da vsakemu študentu pripadata dva obroka dnevno. Seveda se okusa lahko hitro naveličaš, vseeno pa je še vedno poceni. Obstaja tudi menza v bolnici, ki pa je dražja, saj obrok stane okrog 5e. Kolo si lahko vsak študent zastonj sposodi pri Bordeaux Metropole, kar res toplo priporočam vsem, saj ima mesto zelo dobre kolesarske povezave. Javni transport pa je druga opcija, kjer mesečna karta za študente stane cca 30e mesečno.

MNENJE: Bordeaux je študentsko mesto na jugozahodu države, z značilno francosko arhitekturo, ki se razprostira ob reki Garoni. Izmenjavo priporočam v prvi vrsti vsakemu, ki si želi poglobiti svoje znanje francoščini. Hkrati pa tudi omogoča izboljšanje praktičnega znanja, saj tamkajšnji študenti dobijo veliko več zadržitev na bolnišničnih oddelkih v primerjavi s slovenskimi. Nazadnje pa pripomore h kreiranju prijateljskih vezi, ki ostajajo za vse življenje.

6. FRANCIJA - Université de Paris (Federico Morassutti Vitale)

Od septembra 2020 do začetka januarja 2021 sem opravil del 6. letnika na izmenjavi v Parizu. Februarja 2020 se začnejo tečaji francoščine na Francoskem inštitutu v Ljubljani, tako da sem takoj po novici o sprejemu tam začel tečaj B1, s katerim sem bil zelo zadovoljen (stane pa okrog 400 evrov).

Pomladi sem dobil mail z informacijami s strani Madame Mazérat, kordinatorka na Uradu za mednarodne odnose. Vpisal sem se v njihov moodle in preko njega zaprosil za sobo v študentskih domovih Crous-a, ki so v praksi najbolj poceni možnost bivanja v mestu. Sam sem potem stanoval v domu Citeaux, pri kolodvoru Gare de Lyon, in za sobo 17 m² z majhno kuhinjo in kopalnico plačeval 390 evrov na mesec. Dodatno se lahko zaprosi še za prispevek Caf, ki ga francoska država namenja vsem študentom (okoli 150 evrov). Kar se še zahteva v mailu, je sklenitev zavarovanja za civilno in poklicno odgovornost, ter za repatriacijo (v postopku dodelitve sobe na Crous-u prosijo še za zavarovanje nastanitve in potrdilo garanta za najemnico). Zgleda veliko, a obstajajo na netu razni paketi zavarovanj za študente in garancijo ni zahtevno urediti na strani Visale. Takrat sem tudi oddal seznam 7 želja za izbiro oddelka, kjer bi rad opravil tromesečne vaje za interno medicino. V Parizu imajo namreč študenti medicine od 4. letnika dalje klinične vaje čez celo leto (2ème cycle – l'externat). To zgleda tako, da so razpisani po tri mesece zapored na enem oddelku, kjer so v bistvu po vseh pogledih enakopraven in nepogrešljiv del zdravstvene ekipe. Ker veljajo kot zaposleni, dobijo za 20 ur tedensko tudi plačo od 200 do 300 evrov na mesec, odvisno od letnika, in imajo v treh mesecih pravico do enega tedna dopusta (poleti imajo en mesec). Namen sem imel opraviti cel predmet Pediatrija 2 in vaje za interno medicino, kar mi je tudi uspelo, le s kakšnim zapletom.

Vaje za interno medicino sem opravil tako, da sem bil od prvega tedna oktobra do prvega tedna januarja na oddelku za Interno medicino v Bolnici Cochin. Ker nisem imel interesa v začetni tečaj francoščine sem računal, da bom lahko že septembra opravil en mesec vaj za pediatrijo na kakšnem pediatričnem oddelku, za kar se je treba posebej zmenit z vodjo oddelka (prostiti za stage individual, uradno samo kot opazovalec). Žal pa je pri tem prišlo do težav. Cel avgust namreč gostiteljski urad za mednarodne odnose ni deloval in se je začetka septembra izkazalo, da tak stage pred oktobrom ni mogoč, ker se šele takrat uradno začne letnik in je veljaven vpis v univerzo. Imam občutek, da bi se vseeno le dalo se zmenit drugače, ampak svetujem v vsakem primeru, da če ima kdo podobno željo to uredi čim prej, oz. pred avgustom.

Vaje pediatrije naj bi potem moral opraviti v popoldanskem času, a smo bili k sreči na matičnem oddelku zmenjeni tako, da se ekipa študentov razdeli na polovico in tistih 20 ur opravi v 2 dnevih

in pol. Tako sem imel v tednu dva prosta dneva, ki sem jih lahko izkoristil za oopravljanje vaj na pediatrični urgenci znane bolnice Necker. Kontakt vodje oddelka, mi je posredoval urad za mednarodne odnose.

Z vajami sem bil na sploh izredno zadovoljen, ker imaš jasno vlogo in dolžnosti na oddelku in se vsi zelo ukvarjajo s tem, da imaš vedno nekaj za delat. Tudi posege večinoma zaupajo študentom, od lumbalnih punkcij do biopsij malih žlez slinavk ali kože. Na pediatrični urgenci je bilo tudi tako, da so študenti najprej pregledali nenujne primere in se potem posvetovali s specializanti.

Glede mesta mislim, da ga ni potrebno posebej predstaviti. Na začetku mi je uspelo pokusiti bogato kulturno ponudbo mesta in nekaj nočnega vrveža - skorajda sem se naveličal piknikov na quai-ih Sene, ki bi jih potem tako pogrešal. Razmere so se namreč dokaj hitro spremenile in smo bili med drugim 5 tednov v (re)confinement-u. Kar se mene tiče so pariški bulevarji ostali čudoviti kljub zaprtim barom in sem imel po drugi strani veliko več časa za užitke, ki nam jih ponujajo medicinski učbeniki.

Glede prevoza, za 4 mesece ni bilo pametnih abonmajev za podzemno železnico, zato sem se hvala sončni jeseni vozil izključno z mestnimi kolesi Vélib, ki jih vsem priporočam, ker so v zadnjem letu, tudi zaradi dolge stavke javnih prevozov, uredili nešteto novih in varnih kolesarskih prog, ki jih uporablja ogromno parižanov. Poleg tega se tako tudi hitreje premikaš kot z metrojem.

Upam, da kolegom naslednjega leta ne bo treba skrbet za ukrepe za zajezitev pandemije, a tudi če temu ne bi bilo tako, bi vseeno pristržno priporočal izmenjavo v Parizu, ki je bila čudovita izkušnja.

7. ITALIJA – Università Degli Studi di Padova (Olga Gordeeva)

Obveznosti 5. letnika sem v študijskem letu 2020/2021 opravljala na univerzi v Padovi.

Že pred pričetkom izmenjave sem vprašala študente iz Padove, kako je situacija z nastanitvijo in sem julija 2020 oddala vlogo za nastanitev v študentskem domu. Pri oddaji vloge nisi mogel izbrati doma, ampak se lahko samo napisal v opombe svojo željo. Jaz sem imela srečo in sem dobila dom Copernico, ki se nahaja 5 minut hoje od bolnice in 15 minut od centra. Tam sem imela svojo enoposteljno sobo, kopalnico sem delila z eno punco, kuhinja je pa bila skupna za cel dom, kjer je vsak dobil eno majhno omarico in polico v hladilniku. Najemnina je bila 285EUR. Drugi študenti s bili razporejeni tudi v druge domove, kjer so imeli včasih prav svojo kopalnico in kuhinjo, vendar lokacija je bila bolj oddaljena od bolnice. Pogovarjala sem se s študenti, ki so si našli zasebna stanovanja, ponavadi najemnina je bila višja in na splošno so bili bolj zadovoljniji tisti, ki so imeli velika stanovanja z nekaj več študenti. Menim, da zaradi COVID-19 situacije za vse, ki so si želeli spoznati več ljudi, je bil dom najboljša rešitev, saj se je smatral kot eno gospodinjstvo. Moja izkušnja je bila odlična, skoraj vsa moja prijateljstva so bila v domu, kjer smo imeli možnost kuhati skupaj tradicionalno hrano različnih držav, italijansko pico in se družiti. Imeli smo veliko Erasmus študentov, rednih mednarodnih študentov in italjanskih študentov. Za vse, ki ne bi imeli problemov z dejstvom, da se ogromna kuhinja deli z vsemi v domu, bi zelo toplo priporočila prav Copernico. V Padovi sta dve študentski organizaciji za dogodke in izlete Erasmus študentov - ESN Padova (letna članarina oz. kartica je 10eur) in IC Padova (kartica člana stane 5eur).

Javnega prevoza nisem uporabljala, saj glede na mojo lokacijo in dostopnost destinacij v Padovi pride bolj prav kolo (mesto je na nek način podobno Ljubljani). Rabljeno kolo se da dobiti za 30-70eur, spleča se vprašati v domu ali pri nekemu, ki ga poznaš, ker tako lahko dobiš kolo že za 30-40EUR. Do Padove sem planirala priti s Flixbusom (iz Ljubljane se ponavadi pride v 4 urah za 20eur), ampak zaradi poslabšanih povezav v zvezi s COVID-19 sem prišla z avtom, kar je bilo še hitreje in bolj priročno za transport prtljage, nazaj sem pa šla s Flixbusom.

Ob prihodu sem se morala prijaviti v organizaciji ESU, ki upravlja študentske domove in prav tako deli študentske izkaznice (pisarna za prijavo študentov se je nahajala v moji stavbi).

Pouk na Medicinski fakulteti v Padovi je dobro organiziran, skoraj vse je bilo pravočasno urejeno in sporočeno, ne glede na epidemijo predavanja so se izvajala v živo približno polovico leta, vaje so bile vedno v živo, knjižnice in čitalnice so bile vedno odprte za vse, ki smo se učili za izpite. Tukaj je študijsko leto razdeljeno na dva semestra. Druga polovica januarja in februar sta namenjena zimskemu izpitnemu obdobju, poletno izpitno obdobje pa poteka junija in julija. Literatura je vsa v italijanščini, vse lahko najdeš tudi na internetu (zapiski ostalih študentov, facebook skupine itd.). Predavanja se pričnejo ob 8:30 uri in trajajo do približno 12:00 ure. Cel letnik je razdeljen na tako rekoč 4 vzporedne skupine (MED1, MED2, MED3, MED4), ki opravljajo iste obveznosti (se pravi ni rotacij kot pri nas), ampak pri različnih profesorjih (tudi izpraševalci na ustnih izpiti so posledično različni) in na različnih lokacijah, urnik je lahko podoben ali popolnoma drugačen (pri nekaterih predavaja potekajo popoldne). Ta sistem je na začetku malo težji za razumeti, ampak potem se je izkazalo, da zelo lahko kombiniraš obveznosti, če jih imaš iz različnih letnikov – pri meni je situacija taka, da jaz delam obveznosti 5. letnika v Sloveniji, ki so tukaj razpršene med 4., 5. in 6. letnikom. Ginekologija je tukaj v 6. letniku in smo dobili tudi predrok za izpit (letos je to 8. 1. 2021), da bodo italjanski študenti potem hitreje diplomirali. Izpitne roke sporočijo praviloma precej pozno v primerjavi z Ljubljano – za zimsko izpitno obdobje je bil to januar in za poletno maj. Za en od izpitov so nam javili datum 7 dni pred izpitom. To se dogaja zato, ker so izpiti večinoma ustni in profesorji si morajo organizirati urnik. Zaradi nepredvidljivih sprememb izpitnih datumov priporočam, da se na izpit začnete pripravljati vsaj malo prej. Dvakrat se je zgodilo, da sta bila tudi dva izpita na isti dan, ker je bil to skupni sklop pri njih (npr. ORL in oftalmologija spadata pod predmet Bolezni Čutil – Malattie di organi di senso). Pri učenju pridejo zelo prav sbobine, ki so urejeni zapiski, ki jih sproti pripravljajo italjanski študenti. Zelo pomembno je dobro znanje italijanščine. Zlasti zaradi tega, ker je večina izpitov ustnih. Večina profesorjev je prijaznih in razumejo, da enostavno potrebuješ za kakšno stvar kakšno minuto več. Izpiti trajajo veliko manj časa kot pri nas, saj nekateri profesorji sprašujejo zelo specifične stvari. Če snov dobro znaš, si lahko zelo hitro konec z odlično oceno.

Na univerzi v Padovi vaje niso vezane na predavanja/izpite. Tukaj je treba posebej naročiti tedne vaj glede na to, koliko ur je treba za priznanje na ULMF. Potem študent mora priti v ponedeljek na oddelčni sestanek zjutraj okoli 8:00-8:30 in se dogovoriti z vodjo oddelka glede mentorja, s katerim se potem lahko zmeni za svoje ure prihoda in odhoda in uskladi vaje s predavanji. Opravila sem ogromno vaj (1 teden=1 kredit, razen Pediatrije - 2 tedna=5 kreditov, Ginekologije – 2 tedna=5 kreditov, Interna medicina – 1 teden=2 kredita). Opravila sem 4 tedne urologije v okviru dodatnih študijskih obveznosti po dogovoru z mentorjem (zaradi osebnega zanimanja za specializacijo urologije), 7 tednov vaj iz interne medicine, ki mi bodo priznani v 6. letniku in 10 tednov vaj v okviru rednih predmetov 5. letnika. Na vajah sem bila ponavadi sama ali pa še z enim študentom. Večinoma so bili vsi zelo prijazni, vendar moraš pokazati dosti samoiniciative. Nekatere vaje so bile bolj zanimive, druge manj, ampak večinoma so podobne našim (jutranje vizite, ambulantno delo, jemanje statusa in anamneze). V Padovi je bila količina predavanj manjša v primerjavi z našo fakulteto. Tudi oblike študija kot so seminarji ne obstajajo, ampak so predavanja in profesorji zelo dobri. Priznam, da sem v Italiji bolj pogosto hodila na predavanja kot doma, saj so dobro strukturirana in profesorji so zelo karizmatični (izpostavim Onkologijo, kjer so bila predavanja vrhunška).

Na začetku sem porabila precej sredstev za nakupovanje nujnih stvari za nastanitev in knjig, drugače pa na teden porabim približno 50 evrov. Z najemnino te stroški na žalost niso v celoti pokriti z Erasmus štipendijo, vendar v primeru, da bi jaz več kuhala in manj potovala, bi lahko porabila tudi precej manj. Študentskih bonov ni, zato si kuham sama, so pa univerzitetne menze, kjer se da dobiti velik in precej dober obrok za 5.7EUR, menza v bolnici je pa na žalost namenjena izključno zdravnikom.

Erasmus skupnost je v Padovi zelo močna, prirejajo ogromno izletov, zabav in športnih dogodkov, vendar so trenutno tudi oni omejeni zaradi COVID-19. Dobila sem Erasmus buddy-ja, ki je študentka medicine 6. letnika in mi je ogromno pomagala pri praktičnih stvareh, urejanju dokumentacije, zadevah za študij in mi je prav tako pomagala spoznati več italijanskih študentov medicine. Tukaj imajo mednarodno pisarno, ki prireja uvodni sestanek in razlaga, kako funkcionira fakulteta, vaje ter ti tudi pokažejo kako se prijaviš na izpite.

Za Erasmus študente je bil organiziran brezplačni tečaj italijanščine. Na voljo sta bili možnosti se prijaviti na tečaj v živo, ki poteka zjutraj, in na tečaj online, ki poteka popoldne. Obiskovala sem tečaj online zaradi boljše usklajenosti z mojim urnikom na medicinski fakulteti, v razredu nas je bilo 18, tako da lahko rečem, da je tečaj zanimiv, vendar ne moreš dobiti bolj osebnega stika z učiteljem in zelo hitro napredovati samo zaradi tečaja. Opravila sem uradni izpit iz znanja italijanščine CILS na ravni B2 (cena je 105eur) zaradi osebne želje pridobiti uradno potrdilo o znanju jezika. Imela sem srečo in sem na koncu prvega semestra našla zasebno šolo italijanščine z odličnimi predavateljicami in od takrat naprej sem obiskovala ta tečaj, cena je 15EUR/60min, da se tudi zmeniti za skupinske ure po nižji ceni.

Kljub temu, da je univerza zelo starejša od naše, sem videla, da se lahko naša fakulteta brez težav primerja z medicinsko fakulteto v Padovi. Najbolj me je presenetilo to, da pri njih ne delajo razporede prijavljenih študentov na izpite, temveč je bilo v večini primerov tako, da smo bili vsi ob isti uri in potem smo morali čakati, dokler pokličejo vsakega posebej. Jaz sem imela vse izpite online preko Zoom videokonference in tako sem bila vsakič par ur pri računalniku. Predklinični študenti so imeli izpite delno v živo.

Izmenjavo bi priporočal vsem študentom, ki imajo dobro znanje italijanščine (vsaj B1) in si želijo stika z bogato italijansko kulturo. Žal je bila moja izmenjava zaradi pandemije nekoliko drugačna, vendar sem še vedno zelo vesela, da sem lahko imela normalne vaje in da se je univerza zelo trudila, da bo učni proces čim manj okrnjen (ne samo za medicino). V primeru, če bo izmenjava v Padovi nekoga zelo zanimala, lahko me tudi kontaktirate preko elektronske pošte olga.gor2307@gmail.com.

8. LIBANON - American University of Beirut (Tin Centrih)

Mednarodno kreditno mobilnost sem opravljal na American University of Beirut Medical Center. Mobilnost je trajala 3 mesece, od 26. februarja 2021 do 4. junija. Delal sem vaje iz kirurgije in prakso iz anesteziologije. Kljub pandemičnim dogodkom po celem svetu v prijavnem postopku ni bilo kančka dvoma, da se izmenjava ne bi izpeljala.

Beirut je glavno mesto Libanona, mediteranske države na Bližnjem Vzhodu. Mesto šteje približno poldrugi milijon prebivalcev in je največje v državi. Leži na miniaturnem polotoku in se deli na vzhodni in zahodni del, glede na verski sestav prebivalstva; zahodni del po večini poseljujejo ljudje z verskim prepričanjem v Islam, medtem ko v vzhodnem delu bivajo Kristjani.

Bolnišnica in kampus ležita na Hamri, glavnem predelu zahodnega Beiruta. Nastanjen sem bil v Luna's village, ki je 10 minut hoje stran. To je stanovanjski blok, kamor nastanejo tudi mednarodne študente prek izmenjav IFMSA. Tipi apartmajev so različni, po večini pa sta v stanovanju dve sobi, vsaka s svojim balkonom, kopalnica in kuhinja. Za sobo sem plačal 150 evrov na mesec. Ponujajo tudi nastanitev v univerzitetnem kampusu, ampak je bila zaradi pandemije takrat onemogočena. Informacije o tem najdete na njihovi spletni strani.

Voda v Beirutu in večjih mestih ni pitna. Prav tako se pripravite na dnevne izpade elektrike, ki jih nadomestijo glasni agregati z 10-sekundno latenco. Ne ustrašite se, če boste ostali v dvigalu. Javnega transporta, kot smo ga vajeni v evropskih državah tam nimajo. Obstajajo taksiji in

service. Slednji je podoben taksiju, vendar si stroške poti lahko razdelite z drugimi naključnimi potniki v smeri, kamor greste. V povprečju vam bodo računali okoli 5000 libanonskih lir. Vozila boste prepoznali po rdečih tablicah. Alternativna opcija busom so beli kombiji, ki vozijo po ustaljenih linijah, podvrženim rahlim modifikacijam, in vas poberejo kjerkoli na poti. Za izstop poveste vozniku, kdaj vas odloži. Tak način prevoza vas bo stal 3000 LL. Imajo tudi aplikacije, kot so Uber in Bolt. Coop in Spinneys sta dve trgovinski verigi s hrano. Coop se pojavlja v večjih in manjših oblikah po večini na zahodnem delu. Spinneys je večja trgovina in jo najdemo vsepovsod, ena je tudi na Hamri, čisto blizu bolnišnice. Za falafel sendvič boste odšteli približno 10000 LL, za večerjo za dve osebi 130000 LL. Cena hrane je primerljiva z našimi oz. je cenejša. Zaradi močne inflacije, vam ne morem garantirati, kakšne so tam trenutne cene. Vsekakor pa toplo priporočam, da s sabo prinesete čim več dolarjev v bankovcih in jih tam zamenjate v menjalnicah za lire.

Prijavni postopek ni zahteven. Prek naše fakultete sem se prijavil na razpis za izmenjavo. Nato so me v mednarodni pisarni nominirali za kandidata. Ko me je njihova univerza sprejela na izmenjavo, sem se začel z njimi pogovarjati individualno, seveda s pomočjo naše pisarne. Poleg uradnega dokumenta izmenjave, Learning Agreement, sem potreboval še Listino študenta, ki potrjuje predhodno, katere obveznosti, ki jih opravljaš tam, se ti priznajo na naši univerzi in v kakšni meri. Posebne vize nisem potreboval in sem jo pridobil kar na letališču ob svojem prihodu. Svojo mobilnost sem začel s šesttedenskimi vajami iz kirurgije. Prvi dan sem se zglasil v pisarni koordinatorke za študentske zadeve na oddelku za kirurgijo. Dobil urnik, ki je sestel iz štirih tednov splošne in dveh tednov nevrokirurgije. V štirih tednih splošne kirurgije sem bil dodeljen v določene skupine, ki se razlikujejo glede na zahtevnost pacientov. Za komunikacijo med sabo uporabljajo Whatsapp skupine, kamor pošiljajo termine vizit in operacij. Tipičen dan na kirurgiji se je začel z jutranjo vizito, nato je sledila pavza in okoli osmih zjutraj so se pričele operacije. Pri njih lahko asistiraš. Na začetku sem dobil kartico z dostopom do operacijskih dvoran in "scrubmacine". Udeležil sem se tudi predavanj, ki sicer niso bila obvezna, so pa definitivno koristila. Predavatelji so govorili tekoče angleško. Njihov način podajanja informacij bazira na začetnem kliničnem primeru, skozi katerega predstavijo vso možno diagnostiko, zdravljenje in zaplete. Kakor sem doumel, je njihov način razmišljanja bolj algoritmičen in klinično usmerjen. Nadaljeval sem s sedemtedensko prakso iz anesteziologije. Večino dni sem preživel v operacijski dvorani z anesteziologom ob strani. Večkrat sem imel priložnost intubirati in vstaviti periferni venski kateter. Udeležil sem se dveh simulacij na lutki in internih izobraževanj za oddelek. Tu so se pogovarjali o izboljšanju že ustaljenih praks in debatirali o novih dognanjih na področju anesteziologije.

Najbolj mi je bilo všeč dejstvo, da so tam študenti vključeni v klinični proces; imajo dostop do informacijskega sistema. Po jutranjih vizitah se študenti odpravijo v svoje "pisarne" in dopolnijo pacientovo dokumentacijo. V operacijskih dvoranah so odvisni od asistenc študentov. Nekoliko manj mi je bil všeč razpored časa študentov; po koncu jutranje vizite in začetkom operacije lahko traja tudi več ur. Sicer pa imajo študenti na razpolago večjo knjižnico, kjer lahko prebijajo svoj čas. Večkrat me je moje osnovno znanje francoščine rešilo iz kakšne zagate, čeprav tam vsi mladi in malo manj mladi govorijo tekoče angleško. Definitivno svetujem, če se naučite par fraz levantinske arabščine in s tem pokažete svoje navdušenje.

9. LITVA – Medicinska univerza v Kaunasu (Naneta Legan Kokol)

semestra 5. letnika sem opravljala na Lithuanian University of Health Sciences v Kaunasu. Moja izmenjava je potekala od 1. septembra do konca maja in sem tam opravljala Ginekologijo in porodništvo, Pediatrijo 1 in 2, Onkologijo, Hematologijo, Dihala, Bolezni presnove in Obtočila.

PRIJAVA

Po končanem postopku na naši fakulteti sem se preko njihove spletne platforme prijavila na univerzo v Kaunasu. Naložiti je treba kar nekaj dokumentov (Learning agreement, rezultat jezikovnega preverjanja OLS..) in nato čez približno 3 tedne dobite e-mail o sprejemu na fakulteto. Priložijo tudi e-zloženko z informacijami o možni nastanitvi, aplikacijah, ki jih je dobro imeti ipd. Dobiš pa tudi svojega študentskega mentorja, ki ti lahko da vse potrebne informacije.

NASTANITEV

Stanovala sem v privatnem študentskem domu Solo society. Je v samem centru Kaunasa in je precej nov ter lepo opremljen študentski dom, je pa zato najemnina kar draga. Jaz sem plačevala 370€/mesec za sobo "medium". V sobi si sam in imaš notri kopalnico ter manjšo kuhinjo, večja kuhinja pa je potem za celo nadstropje. Meni je bil ta študentski dom všeč in bi ga izbrala ponovno, je pa minus seveda cena in to, da v času epidemije uradno nismo smeli imeti obiskov. Ker je v centru, je zelo blizu vsem restavracijam, lokalom, nakupovalnemu centru, veliko muzejem.. vendar pa je okoli 20-30 min z avtobusom oddaljen od univerzitetnih klinik. Ostale možnosti so študentski dom od fakultete (okoli 100€/mesec, a z malo prostora in tudi niso smeli imeti obiskov) ali pa bivanje v svojem stanovanju (se dobi poceni) ter še en privatni študentski dom Student Residence Hall, ki pa je po ceni enak Solo society-ju.

UNIVERZA IN ERASMUS DOGODKI

Na Lithuanian University of Health Sciences je združenih več zdravstvenih smeri: medicina, veterina, dentalna medicina.. Ima velik delež stalnih mednarodnih študentov iz ogromno različnih držav ter tudi kar veliko erasmus študentov. Organizacija ESN se ukvarja posebej s pripravljanjem dogodkov za erasmus študente in že na začetku so nam pripravili paint ball, tečaj plesa, izlet v bližnje mesto, pub quiz, pub crawl, vožnja s kajaki in drugo. Potem vmes dogodkov ni bilo zaradi epidemije, spomladi pa so se nadaljevali.

ŠTUDIJ

V Kaunasu sem opravljala njihove predmete Onkologijo in hematologijo, Pediatrijo, Ginekologijo in porodništvo, Torakalne bolezni z alergologijo in imunologijo, Kardiovaskularne bolezni in Endokrinologijo. Pri njih so to predmeti delno 4. in delno 5. letnika. Doma se mi je vse priznalo v celoti (priznani domači predmeti so navedeni na začetku), razen za Onkologijo bi rabila opraviti par dodatnih vaj v Litvi in izpit na LJ MF. (Na koncu teh vaj ni bilo treba opravljati, saj zaradi epidemije tudi doma niso imeli vaj v celem obsegu.) Nimajo izbirnih predmetov, te je treba narediti doma, in združeno z npr. oftalmologijo narejeno junija v LJ to prinese dovolj ECTS.

Celoten pouk je bil v angleščini. Zaradi COVID je potekal skoraj v celoti preko računalnika, torej preko njihove platforme Moodle ali pa na Microsoft Teams. Na tak način smo imeli predavanja v živo ali posneta ter seminarje, vaje in "tutorials" (tj. v bistvu reševanje kliničnih primerov s celo skupino, profesor pa vse zgolj usmerja). Pri nekaterih predmetih smo morali priti v hibridne laboratorije (t.i. HLABS), kjer na lutki zvadiš postopek jemanja anamneze in statusa ter izvajanje določenih spretnosti. Za pediatrijo smo tudi imeli nekaj malega vaj v živo. Ker je bilo do klinik treba priti redko, posledično sploh ni bilo moteče, da je moj študentski dom od njih nekoliko oddaljen.

Na splošno je bil študij prijeten in na seminarjih ter tutorialih je bila priložnost veliko aktivno sodelovati. Materiali za učenje so bili za vse predmete objavljeni v obliki powerpointov ali dodatnih člankov na Moodlu, po učenju ti ostane tudi lepa količina prostega časa. Preko portala Moodle smo imeli tudi izpite; samo izpit za Pediatrijo je bil v živo na kliniki.

MESTO IN DRŽAVA

Kaunas je drugo največje litvansko mesto in leži proti sredini države. Velikost je nekako primerljiva z Ljubljano, mesto pa je lepo in čisto. Center predstavlja glavna ulica Laisves in Staro mesto, okoli pa je več lepih parkov, reka in 2 jezera, kjer se v toplih mesecih tudi kopajo. Kljub temu, da mesto

ni veliko, nisem v njem ničesar pogrešila in so tudi mnoge možnosti za zabavo zvečer. V hladnem vremenu so domačini bolj poskriti v svojih domovih, čim postane toplo, pa se zdi, da se vsi odpravijo ven, tako da je v centru prava gneča. Kar se tiče angleščine, jo mladi večinoma dobro znajo, starejši pa ne najbolj. Nekateri znajo tekoče, drugi pa niti besede in grejo takrat iskat koga drugega, ki bo razumel angleško. Da pa se na koncu povsod nekako sporazumeti (sama se namreč nisem učila litvansko, pa sem se z angleščino lepo znašla).

Zelo vredni ogleda so tudi njihovo glavno mesto Vilnius, obmorski mesti Palanga in Klajpeda, kjer priporočam plavanje v baltskem morju ter njihov slavni "Hill of crosses". Zaradi lege države je možno potovati tudi v več drugih držav (Poljska, Latvija, Estonija, Švedska...), je bil pa letos problem z epidemijo, tako da sem jaz dodatno obiskala le Poljsko.

VTIS O IZMENJAVI

Meni je bilo v Litvi izjemno lepo in bi se za to destinacijo odločila ponovno! Bolj sproščen način študija in "tutorials" so mi zelo ustrezali, celotno mednarodno okolje na univerzi pa mi je bilo tudi izredno všeč. V naši erasmus skupini smo se družili vsak dan in sklenili trajna prijateljstva, tako da imamo zdaj poznanstva po celi Evropi oz. celo svetu. Erasmus je krasna izkušnja za spoznati druge kulture in videti, kako se popolnoma z vsakim da najti skupni jezik, ne glede na to iz kako daleč prihaja. Kot zaključek bi rekla še, da ne skrbite preveč glede lokacije same, saj vam bo vaša erasmus destinacija gotovo prirasla k srcu in povsod boste dobili to edinstveno mednarodno izkušnjo.

Za vprašanja pišite na naneta.legan@gmail.com

10. LITVA – Medicinska univerza v Kaunasu (Maja Sevčnikar)

V drugem semestru 5. letnika sem se odpravila na izmenjavo v Kaunas, Litva. To mesto in državo sem izbrala, ker sem se prijavljala v drugem krogu torej je bilo na možnost manj izbire in hkrati mi večina drugih držav ni ustrezala zaradi predmetov in jezika. Kaunas je drugo največje mesto v Litvi. Obkrožen je s čudovitimi borovimi gozdovi in jezeri. Prostora za rekreacijo in piknike je ogromno. Je pa zelo majhno mestece, s presenetljivo velikim številom tujih študentov. Velikokrat po mestu slišiš govoriti angleščino, španščino, nemščino, ruščino. Je pa Litva zelo hladna država. Temperature so se spustile tudi do -25°C , tako da zimska oprema obvezna. Domačini govorijo angleško bol slabo in posledično so do tujcev malo hladni. Ko pa spoznaš kakšnega domačina, ki govori angleško kmalu ugotoviš, da so zelo prijetni in gostoljubni.

Stroški življenja so primerljivi z Ljubljano. Za dvosobno stanovanje v centru sva s cimrom odštela 500€ na mesec (250€ /osebo). Stanovanje sva poiskala preko spletnih strani, ker pa je bil moj cimer že prej v Kaunasu si je lahko stanovanje tudi ogledal v živo, kar je bila velika prednost. Priporočam stanovanje nekje v centru, ker se večina stvari dogaja tam. Cene hrane so primerljive s Slovenijo. Najceneje je seveda Lidl, nekoliko dražji so potem Maxima, Iki, imaš pa jih na vsakem vogalu. Javni prevoz je 5,60€ na mesec in več čas lahko uporabljaš samo aplikacijo na telefonu. Fitnessi in plezalni centri so prav tako primerljivi s Slovenijo (plezalni center 40€/mesec). V barih pa so cene kar precej višje.

Prijava na samo izmenjavo je potekala zelo hitro in brez kakršnih koli zapletov. Mednarodno pisarno vodi Agne Jašauskaite, ki je zelo odzivna preko mailu, govori odlično angleško in kadarkoli je nastal kak problem oziroma nejasnost mi je odgovorila v roku parih ur oziroma naslednji dan.

Predmeti, ki sem jih opravljala na LSMU so Kardiologija, Endokrinologija, Dihala, Onkologija in Hematologija (Kri). Izbereš si lahko samo module, torej izbrala sem 2 modula: Cardiovascular and Endocrine Diseases Module in Chest Diseases, Allergology and Clinical Immunology &

Haematology and Oncology Module . Torej ne bi mogla vzeti samo na primer Kardiologije in Onkologije, vedno moraš opraviti cel modul.

Zaradi COVID situacije je celotna izmenjava potekala online. Namesto vaj smo imeli papirnate paciente in več kliničnih primerov, ki si jih moral narediti sam. V skupini si skupaj z international študenti, ki za študij plačujejo nekaj tisoč evrov na semester, zato so ti študentje tudi zelo resni in ni prisotne neke kolegialnosti, ki sem jo bila vajena na naši fakulteti. Celoten pouk poteka v angleščini, ki jo profesorji/zdravniki tudi zelo dobro govorijo. Predavanja in vaje so potekale praktično vsak dan po nekaj ur. Težko primerjam količino in obremenitev z UL MF, saj je to leto povsod pouk potekal nekoliko prilagojeno. Sem pa za učenje porabilo približno isto količino časa, morda nekoliko manj zaradi sprotnega dela.

Zelo mi je bilo všeč sprotno delo, s kvizi in kliničnimi primeri te malo prisilijo da delaš sproti. In do izpita predelaš že celotno snov, kar pomeni da za izpit ponoviš in zagotovo dobiš lepo oceno. Vsi študenti tudi zelo sodelujejo na vajah in pri njih je čudno če ne sodeluješ. Slabost izmenjave so bile zagotovo online vaje, vendar to žal ni bilo v naših rokah, tako da smo se navadili in sprijaznili s tem.

Ne glede na državo in mesto kjerkoli boste bo izkušnja čudovita, zame so bili to najlepši meseci mojega študija (do sedaj). Če pa izberete Kaunas pa obvezno s sabo vzemite zimsko opremo za opazovanje zasneženih sončnih zahodov in pa kopalke za poletno kopanje v mnogih jezerih in baltskem morju.

11. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Universität Freiburg (Aljaž Pirc)

V poletnem semestru študijskega leta 2020/2021 sem opravljal Erasmus+ izmenjavo v kraju Freiburg im Breisgau. Tam sem opravljal ORL, celotno Pediatrijo in izbirni predmet, za kar sem po priporočilih starejših kolegov izbral Psihosomatiko. Predavanja, ki niso obvezna potekajo čez celoten semester nekajkrat na teden v popoldanskem času, ko sem bil jaz na izmenjavi so bila še vsa online. Vaje in tudi moj "izbirni predmet" pa so organizirani v obliki ti. Blockpraktikumov, ki pa vsak trajajo en ali dva tedna. Sicer se organizacijsko vse stvari dogovoriš z gospo Xenio Hübner. Če ne odgovori takoj na emaile in je takoj ne dobiš na telefon, ne obupaj in poskusi znova, enkrat se bo že javila. Stanoval sem v študentskem naselju Studtentensiedlung am Seepark (kratko kar StuSie), ki ga resnično priporočam, saj je praktično središče dogajanja in v zelo lepi okolici. Po mestu sem uporabljal primarno tramvaje, ki vozijo praktično vsakih 6 minut. Za 89 € na semester se dobi vozovnica "Semesterticket," ki je veljavna v Freiburgu in njegovi okolici, tako da je možno z njo tudi oditi na izlet z vlakom, vendar pa ne velja na ICE/IC/EC vlakih. Kot študent lahko zelo ugodno uporabljaš tudi sistem izposoje koles "Frelö," se pravi prve pol ure vožnje zastonj, nato pol evra za vsake nadaljnje pol ure. Živila so podobnih cen, kot smo jih navajeni od doma, zelo priročna in ugodna možnost pa so tudi univerzitetne menze, najbolj priljubljena je Mensa Rempartstraße zraven univerzitetne Knjižnice, pa tudi še Mensa Institutsviertel, zraven predkliničnih inštitutov. Ob prihodu je v mestni hiši potrebno prijaviti začasno prebivališče. Zaradi koronskih razmer je bilo ob moji izmenjavi potrebno za to imeti termin, ki pa si ga moral rezervirati že približno tri tedne vnaprej. Vseeno pa ni bilo težav če si zaradi tega zamudil prijavn rok. Nekaj časa po prijavi prebivališča dobiš tudi poziv za plačilo RTV prispevka in pa nemško davčno številko. Na začetku smo imeli praktično vse dogodke, ki so v organizaciji Freburške Študentske organizacije (SWFR) in Erasmus Student Networka prek spleta, z odpiranjem in zmanjšanjem omejitev, pa smo lahko imeli vedno več tudi v živo. Kar se tiče študija, si o vsem pravočasno informiran, tako preko njihove spletne učilnice "ilias" kot tudi emailov. Na izpite se ni potrebno prijavljati, saj te že ob začetku nanje prijavi ga. Hübner. Pri učenju priporočam spletno stran "Kreuzmich," ki vsebuje res veliko starih vprašanj z dobro razlago. Izvrstno mesto za učenje je čitalnica univerzitetne knjižnice, kamor vstopaš s študentsko izkaznico "UniCard" ki jo dobiš že na začetku. Ko sem bil jaz tam, je bilo število mest zaradi pandemije nekoliko omejeno, tako da je v

času učenja za izpite lahko bila med 9 in 12 ter 13 in 16 uro težava dobiti prosto mesto, tako da je bilo potrebno pač priti pravočasno. Po opravljanju izpitov sem se odločil za podaljšanje izmenjave in sem opravil še dve "Famulaturi", "Eno na Univerzitetni Kliniki in eno na Kliniki Helios Rossman Klinik v Breisachu. Za famulature na Univerzitetni Kliniki se dogovarjaš z mednarodno pisarno (ga. Hübner) in ti oni vse uredijo, drugje pa pišeš direktno na kliniko, jaz sem pisal direktno predstojniku oddelka. Zelo dobro se je za Famulature dogovoriti čim prej, saj se na nekaterih oddelkih hitro napolnijo vsa mesta, še posebej za obdobje kadar ni predavanj in izpitov. Freiburg je na meni pustil res zelo lep vtis, prav tako pa imam sedaj tudi ogromno lepih spominov, tako da lahko izmenjavo tam resnično priporočam. Z veseljem bom tudi odgovoril na vsa morebitna vprašanja, tako da me lahko brez zadržkov kontaktiraš.

Aljaž Pirc aljaz.pirc@icloud.com 031 723 562

12. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Universität Freiburg (Zala Mlinarič)

V drugem semestru 5. letnika sem se odpravila na študijsko izmenjavo v Freiburg. Tam sem opravljala ORL, oftalmologijo in ginekologijo. Semester v Nemčiji traja od aprila do julija, tako da se je vse lepo poklopilo in sem do aprila opravila preostale predmete 5. letnika. Začetek moje izmenjave je bil precej okrnjen zaradi korone, Nemčija je imela takrat namreč še bolj stroge ukrepe kot mi, tako da so bili praktično vsi uvodni dogodki online, kar seveda ni primerljivo spoznavanju ljudi v živo. Živela sem v študentskem naselju Stusie, ki ga toplo priporočam zaradi lege ob Seeparku kot tudi zaradi študentskega življenja tam. Za samostojno sobo v 4-sobnem stanovanju (WG-ju) sem plačevala 345€/mesec. WG-ji si balkon delijo še z nasprotnim WG-jem, tako da sem v resnici imela 7 sosedov, kar je bilo zelo dobrodošlo. V Nemčiji je sicer večinoma tako, da so v WG 3 sobe namenjene nemškimi študentom, ena pa je za incoming študente.

Kar se tiče faksa, je bil tudi ta koronsko okrnjen – predavanja smo imeli online. Je pa v Freiburgu tako, da predmet traja cel semester (torej imaš 1-2 uri predavanj/teden za en predmet, ki so večinoma v popoldanskem času), potem pa imaš za vsak predmet še Blockpraktikum (vaje), kjer imaš v 2 tednih zgoščene vaje in seminarje za ta predmet. Tako dobiš na Blockpraktikumu oceno za OSCE izpit (klinični pregled) – tu so zelo prijazni in se dobi lepo oceno. Potem pa imaš po koncu predavanj še pisni izpit. Končna ocena je povprečje obeh ocen. Ginekologija in oftalmologija s predavanji zaključita že junija in sta izpita že takrat, ORL izpit pa sem imela konec julija. Poleg tega sem hodila še na tečaj nemščine preko Sprachlehrinstituta, ki sem ga imela 2x/teden po 1,5h – spet online (v normalnih časih je v živo).

Kar mi je bilo všeč, je bilo to, da je bilo malo več praktičnih izkušenj, pri ORL smo recimo delali koniotomijo na prašičjem grlu, pri oftalmologiji pa smo se učili šivati pod mikroskopom.

Izpiti in vaje so potekali v nemščini, česar sem se na začetku precej bala, ampak je potem vse šlo brez problemov. Ko se učiš, hitro padeš notri in osvojiš besedišče.

Izmenjavo v Freiburgu vam zelo priporočam, je zelo prikupno študentsko mestece, kjer se veliko dogaja. Ko so korona ukrepi popustili in se je naredilo vreme, je izmenjava dobila svoj pravi čar. Poleg tega pa je tudi lega mesta zelo ugodna, saj leži zelo blizu Francije in Švice, tako da so izleti v bližnja mesta še dodaten plus. Poleg je tudi Schwarzwald, kjer je veliko luštnih pohodniških poti.

Odločite se za Freiburg, prepričana sem, da vam bo na koncu težko iti domov, tako kot je bilo meni.

Če imate še kakšno vprašanje, sem vam na voljo na mmlinaric.zala@gmail.com ali na facebooku.

13. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Amina Ibrahimpašić)

Poletni semester 5. letnika dentalne medicine sem opravljala v Münchnu.

Študij na LMU se razlikuje od študija na ULMF v tem, da študentje tam opravljajo posamezne semestre in ne letnike, kot je pri nas. Zato je prva pomembna odločitev pri načrtovanju izmenjave to, katero skupino predmetov izbrati, saj to tudi določa, kateri semester boste tam opravljali. Predmeti se delijo v dve veliki skupini: KONS (pri nas zobne bolezni in endodontija, ustne bolezni in parodontologija, in otroško in preventivno zobozdravstvo) ter PROTHETIK (naši fiksna in snemna protetika). Poleg tega so še manjše skupine kot sta KFO (naša ortodontija) in MKG (naša maksilofacijalna in oralna kirurgija). Jaz sem izbrala KONS ter KFO in MKG, kar se je časovno lepo izšlo, saj so tudi moji sošolci opravljali iste predmete.

V poročilu bom poskušala svoje izkušnje opisati čim bolj enostavno, ampak podrobno, da bo ta izdelek lahko v pomoč naslednjim generacijam. V kolikor vas karkoli dodatno zanima (izbira destinacije, urejanje dokumentacije, ostale administrativne podrobnosti ipd.), mi lahko pišete na mail ibrahimpasic.amina@gmail.com.

VPISNI POSTOPEK IN ADMINISTRACIJA

Po tem, ko imate izmenjavo potrjeno z obeh strani (podpisan LA ter sprejemno pismo), vas bodo iz mednarodne pisarne LMU obvestili o vpisnem postopku. V korona časih je vpisni postopek malenkostno spremenjen tj. poteka popolnoma elektronsko; izpolnite spletno prijavnico in plačate vpisnino (cca. 144€). V sistem se vam s tem naložijo potrdila (potrdilo o vpisu, potrdilo o plačani vpisnini, potrdilo o vpisu za javni promet itd.). Pri izpolnjevanju spletne prijave dobite tudi dve dodatni vprašanji, in sicer, če se želite prijaviti za sobo v študentskem domu (lahko dodate tudi razpon najemnine) ter če želite, da vam dodelijo LMU Buddy-ja (podobno našim splošnim tutorjem). Toplo priporočam, da pri obeh vprašanjih obkljukate DA, saj je velika možnost, da boste zaradi covid-19 dobili mesto v domu. LMU Buddy program pa je zelo lepa priložnost, da spoznate nove ljudi. Z vpisom dobite tudi dostop do nekaterih pomembnih spletnih strani in portalov kot so Campusportal, spletna učilnica, Zoom itd. Vstopni podatki so znani kot Campus-Kennung.

Poleg vpisa je pred odhodom potrebno skleniti tudi sporazum o sofinanciranju izmenjave (na UL so zelo prijazni, saj pošljejo podrobna navodila in redne opomnike), urediti zdravstveno zavarovanje (postopek poteka elektronsko in je pogoj za uspešen vpis: potrebno je imeti veljavno evropsko zdravstveno kartico, če le-te nimate, boste dobili navodila, kako in kaj naprej), podpisati najemno pogodbo za dom (če dobite sobo v domu) in slediti navodilom od Studentenwerk-a oz. si osebno urediti nastanitev (če sobe v domu ne dobite, oz. če ne želite živeti v domu). Kar se nanaša na prečkanje meja in vstopa v državo (odvisno od trenutne epidemiološke situacije), se je potrebno pravočasno pozanimati.

Prvi študijski teden poteka bolj sproščeno: uvodna predavanja (preko Zoom-a), dodelitev mesta v vajalnici in laboratoriju, spoznavanje klinike in sošolcev ter kontaktiranje pacientov (lahko tudi začetek vaj).

Vajalnica in vaje: Študentje delajo v parih (v vsakem paru je po en študent iz skupine A in en iz skupine B – študentje skupine A so prvo polovico semestra operaterji, drugo polovico semestra pa asistenca). Vsak par ima svoj boks oz. je vsak dan v drugem boksu v primeru, da jih ni dovolj. Moj boks-partner in jaz ter še dva para smo bili Springer-ji – imeli smo svoje tihe asistente (Amigo) za shranjevanje instrumentov ter smo bili vsak dan v drugem boksu. V boksih se nahaja vse kar potrebujete, materiale in posebne pripomočke pa dobite na MAT-u (pri sestrah). Pri sestrah dobite tudi protokolne liste za vaje, ključke, ki odpirajo vaš boks/amigo, vaš predal za sterilizirane instrumente, ter predal v laboratoriju (ki se nahaja čez hodnik), karpulo, brizgo za impregum, nasadne instrumente ter kovinski tray za sterilizacijo kiret in posodico za sterilizacijo drobnih instrumentov kot so svedri in koferdam sponke. Na moje veliko presenečenje imajo študentje na LMU kliniki svoje instrumente in sami skrbijo za njihovo dezinfekcijo in deloma tudi sterilizacijo

(za sterilizacijo pripravljene instrumente ob koncu dneva pospravite v škatle in oddate pri sestrah). Erasmus študentje dobijo klinični instrumentarij od klinike (zglasite se pri gospe Eickele), instrumente za laboratorij pa si je najbolje izposoditi od kakšnega sošolca. Predlagam, da s seboj prinesete tudi vaše svedre za predklinične vaje in jih pred uporabo sterilizirate. Kovinsko škatlo za sterilizacijo ostalih instrumentov dobite pri tajnici za 150€ avansa. Potrebno je skrbeti za vse, kar dobite, prav tako za vaš boks in mesto v laboratoriju. Ob koncu semestra je potrebno zbrati podpise, da ste vaše mesto zapustili urejeno in da ste vrnili vse, kar ni vaše. V vajalnici se nahaja tudi rentgen.

COVID-19: Zaradi epidemiološke situacije je bilo obvezno testiranje. Testirali smo se na dva tedna ter izvide oddali na MAT-u. Imeli smo se možnost udeležiti raziskave nekaterih učiteljev, kar pomeni, da smo se testirali zastonj, vendar sami poskrbeli za svoje vzorce (odvzem, registracija, oddaja). Kar se tiče zaščitne opreme, smo od klinike dobili FFP2 maske (ena maska/dan) ter vizirje. Delovna oblačila pa smo menjavali vsak dan (v garderobi je omara s hlačami in tunikami) ter jih ob koncu dneva odložili v vreče za perilo. Predlagam, da si prinesete svojo obutev ter haljo, saj je obvezna v laboratoriju, tunik pa včasih zmanjka.

Garderoba: Vsak študent ima svojo omarico – za klinične vaje sta predvideni dve združeni, ki ju dobite pri študentskem združenju: izpolnite spletno prijavo in plačate 10€ “najemnine“ na semester. Potrebno pa je imeti svojo ključavnico.

Kontakt: Na kliniki je, za vse kar potrebujete, na voljo zelo prijazna tajnica gospa Siegl, ki je zadolžena za študente. Kontakt s sošolci in predstavnikom semestra poteka prek WhatsApp-a, vsa plačila pa prek PayPal-a.

ŠTUDIJ

Letos ni bilo težav pri razporejanju študentov po semestrih in smo bili vsi trije Erasmusovci razvrščeni na podlagi naših sporazumov. Pomembno je poudariti, da se pri pouku govori izključno nemško, razen če dobite pacienta, ki nemščine ne govori in ne razume.

KONS:

Vaje: Na začetku smo vsi dobili nekaj pacientov s točno določenimi storitvami, vendar se je situacija med delom velikokrat spreminjala. Paciente smo si naročali sami, ter tudi sami skrbeli za kartoteke in dokumentacijo (vse je elektronsko, zato se je potrebno na začetku seznaniti s programom). V primeru, da pacient ne pride ali odpove, se je možno vpisati na seznam v dnevni ambulanti. Tekom semestra je potrebno zbrati določeno število točk, ki jih dobite po opravljeni storitvi. Pri delu pa je zelo pomembno, da asistent odobri vsak vaš korak, zaradi česar veliko časa samo čakate, saj so trije asistenti na 50 študentov.

Veliko je dela tudi v laboratoriju, saj študentje vse delajo sami. V konzervativno oskrbo štejejo tudi vse inleje, onleje in overleje, kar je ena od najbolj zahtevnih obveznih storitev. Dobiš lahko tudi kakšno krono (kot sem recimo imela sama). Na srečo je bil moj boks-partner zobotehnik in mi je veliko laboratorijskih postopkov on razložil – od izlivanja modelov do preverjanja na kontrolnem modelu.

Letos zaradi korona-ukrepov žal nismo imeli otroških pacientov. Obvezen pa je bil obisk geriatrične klinike.

Predavanja: Predavanja so ob četrtkih in petkih prek Zoom-a, posneta ali naložena v spletni učilnici v pdf obliki.

VHB: Obstajajo tudi obvezni spletni “tečajji”, ki jih je bilo potrebno samostojno predelati do določenega roka, in sicer prek strani Virtuelle Hochschule Bayern.

Izpit: Izpit smo pisali v živo, preko spletne učilnice. Vprašanja so bila tipa MCQ.

KFO:

Seminarji: Prisotnost na seminarjih je bila obvezna. Seminarje smo pripravljali v skupinah 3-4 študentov in jih predstavljali sošolcem.

Predavanja: Predavanja so potekala prek Zoom-a, enkrat na teden.

Vaje: Kliničnih vaj ni bilo. Imeli pa smo domačo nalogo zvijanje žičnih elementov snemnih aparatov (instrumente si je najbolje izposoditi od sošolcev, modele in material dobite od asistentov) ter analize telerentgenskih posnetkov.

Izpit: Izpit smo pisali v živo – vprašanja so bila različnega tipa; od MCQ do analize telerentgenskega posnetka.

MKG: Jaz sem izbrala predmet, pri katerem sem poslušala samo predavanja. Seminarjev in vaj nisem imela, saj sem to že vse opravila pri nas. Sošolci pa so imeli še seminar po eno uro na dan in en teden vaj v sprejemni ambulanti. Izpit je tipa MCQ.

Izbirni predmeti: Jaz sem izbrala implantologijo in kirurško zdravljenje bolezni TMS. Posnetki predavanj so bili vsak teden oz. na dva tedna naloženi v spletni učilnici.

Priznavanje: Erasmus študentje ob koncu izmenjave dobijo Transcript of Records – seznam predmetov z ECTS točkami in opisnimi ocenami (opravljeno/neopravljeno).

Med študijem so vam vaši sošolci (posebej vaš boks-partner) v veliko pomoč. Študentsko združenje pa vam dodeli še mentorja oz. tutorja.

NASTANITEV

München je precej drago mesto. Zato je potrebno malo več truda pri iskanju nastanitve, v primeru, da ne dobite mesta v študentskem domu. Najboljša opcija je deljeno stanovanje oz. WG ali soba študenta, ki se je npr. odpravil na izmenjavo in jo potem oddaja le v tem času. Jaz sem imela srečo, da sem dobila mesto v domu, in menim, da je to ena najboljših izkušenj na izmenjavi.

Bivališče je potrebno tudi prijaviti, in sicer na Kreisverwaltungsreferat (bolj znan kot KVR). Prijavite se lahko tudi prek emaila: izpolnite prijavnico, skenirate osebni dokument ter potrdilo o najemu (najemno pogodbo – če ste v domu vam Studentenwerk pošlje potrebno dokazilo). Prijava (Anmeldung!) je brezplačna.

ŽIVLJENJE

München je precej drago, a zelo lepo in urejeno mesto. Je zelo dobro povezano z drugimi mesti. Vikende je najbolje preživeti (če seveda dopuščata vreme in čas) v hribih ali obiskati eno izmed številnih bavarskih jezer. Če pa morate ostati v Münchnu, svetujem mestne aktivnosti, obisk muzejev in galerij (cena vstopnice je ob nedeljah 1€, spletni nakup pa je skoraj povsod obvezen), ali športanje s prijatelji.

Prehranjevanje: Najpogosteje sem si hrano pripravljala sama, saj so cene v restavracijah precej visoke, menze pa so bile zaprte.

Javni promet: S potrdilom o vpisu ali študentsko izkaznico si lahko na avtomatu kupite semestersko vozovnico oz. Semester Ticket ali IsarCard Semester, ki velja za cone M-6, vse vrste javnega prevoza, in stane 201,60€. Mesto je zelo dobro obvladljivo tudi s kolesom.

Kljub korona-ukrepom je bila izmenjava zelo lepa in poučna izkušnja. Če premišlujete o tem ali bi se odpravili na izmenjavo – pojdite na izmenjavo! Obveznosti, dokumentacije in birokracije je sicer ogromno, ampak se da vse lepo urediti, na koncu pa se res vse poplača.

14. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Eva Vidovič)

V poletnem semestru 2021 sem v Münchnu v Nemčiji v sklopu Erasmus+ študijske izmenjave na Ludwig-Maximilians Universität (LMU) opravljala sledeče predmete iz 5. in 6. letnika splošne medicine: pediatrija (5.l), ginekologija in porodništvo (5.l) in geriatrja (6.l).

Stanovala sem v študentskem naselju Stiftsbogen, ki se nahaja v Hadernu (na jugu mesta) v neposredni bližini klinike Großhadern. Od središča mesta je bilo oddaljeno prbl. 20 min s kolesom/ U-Bahnom. Mesečna najemnina je znašala 341 eur ter zaobjemala sobo z lastno kopalnico in skupno kuhinjo, ki sem si jo delila še s 7 študenti. Prijava za sobo v študentskem domu Studentenwerka, tj. organizacija večih študentskih naselij v Münchnu, poteka vzporedno z vpisom. Nastanitev je potrebno najeti za trajanje 1 semestra, a je možen tudi podnajem v primeru predhodnega odhoda. Po vselitvi je potrebno v roku 2 tednov prijaviti prebivališče na upravi (Kreisverwaltungsreferat) ter ga ob izselitvi tudi odjaviti.

Za zasebne nastanitve je na voljo spletna platforma WG-gesucht.de ter Studentenwerk, ki deluje tudi kot posrednik zasebnih ponudnikov (razdelek "Privatzimmervermittlung"). Priporočam tudi pridružitve fb skupini "Schwarzes Brett für Medizinstudierende der LMU/TU", kjer se najde vse od kratkoročnih ponudb za nastanitve, prošenj za sodelovanje pri doktorskih delih in ponudb za delo.

München slovi po visokih cenah, ki so v primerjavi s slovenskimi opazne predvsem pri nastanitvi, prevozu, gastronomiji in plačljivih športnih aktivnosti. Cene v trgovinah so primerljive. Spodaj prilagam pogostejše izdatke:

- Semestrska karta (U-Bahn, S-Bahn, avtobus): 200eur. Kot študentu ti pripada zastonj vožnja med 18. in 6. uro ob delovnikih in med vikendom ob predložitvi študentske izkaznice.

- Posamezna vožnja z javnim prometom: 3,60 eur – ta zavisi od dolžine vožnje in con, a večinoma velja naveden znesek.

(V skupini medicinskih erasmus študentov smo se pretežno odločali za nakup/ izposajo kolesa. Nakup je možen preko E-bay Kleinanzeigen; prednost: kolo po opravljeni izmenjavi lahko ponovno prodaš, slabost: maček v žaklju?

Za izposajo bi priporočala Swapfiets, kjer plačaš mesečno naročnino v višini 15 – 20 eur, hkrati ti podjetje zagotovi brezplačno popravilo/ servis kolesa, v kolikor je to potrebno)

- Povprečen obrok: 8 eur

Hrano lahko ugodno kupiš v menzah, a so bile te zaradi COVID situacije zaprte ali pa je bil delovni zelo skrajšan. V bolnišnicah je možno kupiti žetone za 4 eur, v kolikor se pa odločite za opravljanje klinične prakse (Praktisches Jahr, ne Famulatura), jih dobite zastonj oz. v zameno za zastonj delovno silo.

Na medicinski fakulteti LMU je klinični odsek študija razdeljen v module, ki trajajo 1 semester. Izbira predmetov je možna le znotraj enega modula (teoretično lahko posameznik izbira med predmeti različnih modulov, kar hitro rezultira v prekrivanju študijskih obveznosti).

Birokratski postopki so zaradi COVID situacije potekali v celoti preko spleta. Prijavni postopek in vse nadaljne zahteve so bile dobro vodene s strani mednarodne pisarne LMU. Zelela bi opozoriti le na online "prijavo" k posameznim predmetom, ki jih je pred začetkom semestra potrebno prijaviti še v Campusportalu medicinske fakultete ("Kurse buchen"), saj študentje na izmenjavi na to nismo bili opozorjeni. V kolikor študent tega sam ne opravi, bo to namesto njega opravila oseba zadolžena za posamezen modul (modul 5: Fr. Joos). Samostojno prijavo priporočam z vidika izbire vaj, saj si študent pri posameznih predmetih lahko izbira termin opravljanja vaj in oddelek, kjer bi rad opravljal vaje – po principu kdor prej pride, prej melje.

Pred vpisom je potrebno poravnati tudi vpisnino, ki za 1 semester znaša 130 eur.

Študij poteka v nemščini, zahtevana raven je B2. V splošnem so zdravniki zelo prijazni in potrpežljivi, kar se tiče znanja jezika. Klinične vaje se praviloma izvajajo vsaj v dvojici, kar pomeni, da bi se v primeru pomanjkljivega znanja nemščine lahko še vedno oprl na partnerja. Količina predavanj je primerljiva s količino v Sloveniji, vaje pa so bile letos zaradi COVID situacije izvedene v krajšem obsegu. Predavanja spremljajo tudi seminarji, ki so namenjeni debatiranju o kliničnemu primeru, ki je na voljo v spletni učilnici (seveda je zaželjena predhodna priprava). Seminarji potekajo interaktivno, asistent postavlja vprašanja in vodi diskusijo. Posameznemu kliničnemu primeru smo

običajno posvetili kar 3 ure ter ga zelo temeljito obdelali. Opazila sem, da imajo nemški študentje več praktičnega kliničnega znanja – razlog v tem je verjetno tudi več praktičnih izkušenj, saj morajo v sklopu študija opraviti več enomesečnih kliničnih praks (Famulatur) med semestrskimi počitnicami na različnih oddelkih. Predavanja in vaje dopolnjujejo spletni testi preko portala Amboss, ki jih je treba za pristop k izpitu opraviti s 60% (primerljivo testom na spletni učilnici na naši fakulteti).

Pri pediatriji in ginekologiji sem opravljala 1 teden kliničnih vaj. Kakovost vaj je v veliki meri odvisna od mentorja na oddelku. Pri predmetu iz pediatrije sem z izbranim mentorjem imela smolo, saj je bil preobremenjen z delom na oddelku in posledično ni imel veliko časa za študente. Na vajah iz ginekologije sem bila dodeljena na kirurški oddelek, kjer sem prisostvovala in deloma asistirala pri operacijah. Iz kliničnih vaj je študentu dodeljena tudi ocena, a je ta običajno kar 1 – sehr gut. Izpiti potekajo podobno kot pri nas: MCQ; pri učenju je velik poudarek na starih vprašanjih. Ustnih/ praktičnih izpitov pri predmetih, ki sem jih opravljala, ni bilo. Študentje so za učenje preferirali gradiva z Amboss ter spletne učilnice in stara vprašanja. Izpiti so po mojih izkušnjah lažji – večinoma se ponavljajo stara vprašanja, nabor teh pa ni obsežen.

Po času predavanj sem opravljala še klinično prakso (Famulatur) na psihiatriji. Praksa je trajala 4 tedne, za vsak teden sem dobila 1,5 ECTS. Organizacija klinične prakse je v domeni študenta, na izbrani oddelek je potrebno postati prošnja, ki mora vsebovati potrdilo o vpisu na LMU, življenjepis, Physikum (izpit po koncu predklinike brez katerega nemški študentje kliničnega odseka študija ne morejo nadaljevati) – kot nadomestilo sem poslala indeks ocen, kjer je bilo razvidno, da sem predklinične predmete na naši fakulteti opravila. Priporočam, da se za famulaturu dogovorite kar ob začetku semestra oz. po tem, ko dobite potrdilo o vpisu, saj imajo oddelki določeno število famulantov. Glede na to, da to pri nemških študentih spada v obvezni del študija, zaželjena mesta poidejo prej.

Na oddelek sem prihajala ob 8:00 ter ostajala do 16:30. Delo je zaobjemalo jemanje krvi, pogovor s pacienti, jemanje anamneze in statusa, pomoč pri razbremenitvi nege (spremljanje vitalnih znakov pacientov po terapiji s ketaminom ali EKT), prisostvovanje na zdravniških vizitah. Z zdravniki na oddelku sem imela zelo dobre izkušnje, saj so z dodatnimi razlagami in nalogami prispevali k bogatenju učnega procesa.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF

Oblika študija, ki se izvaja na LMU, ima v osnovi precej vzporednic z obliko študija, ki se izvaja na naši domači fakulteti. Kot glavno razliko bi izpostavila večji poudarek na praktičnem delu in nasploh več praktičnih izkušenj, ki jih imajo nemški študentje v primerjavi z nami. Izpostavila bi tudi obvezno opravljanje prakse zdravstvenih tehnic_kov, saj je za dobro sodelovanje zdravstvenega tima potrebno poznavanje in spoštovanje nalog ostalih vključenih.

Glede same organizacije študija bi izpostavila uradno osebo za posamezne module, ki je urejala organizatorne zadeve/ reševala težave, ki so nastopile pri posameznih predmetih. Pri nas to vlogo sicer opravlja predstavnik rotacije, a se mi zdi pomembno, da je oseba zadolžena izključno za to delo in zraven ne opravlja še rednega študijskega programa ter je hkrati v nevtralni poziciji glede na ostale študente.


Kot ste že morda opazili, sem tekom pisanja zamolčala družabni aspekt izmenjave. Razlog za to je predvsem v že-nekajkrat-omenjeni COVID situaciji, zaradi katere so kakršnekoli uradno organizirane družabne aktivnosti odpadle. Velik del moje izmenjave so bili zaprti tudi lokali, tako da smo bili primorani organizirati zasebna druženja ali druženja v parkih. Kljub omejenim možnostim družabni aspekt izmenjave ni izvisel, v načrtovanje je bilo potrebno vključiti le nekaj domišljije. Rada bi izpostavila mnoge zelene površine v mestu (Englischer Garten, Olympiapark, Westpark – v bližini Stiftsbogna) in izven mesta (okolica Tegernsee in Starnberg See (dobro

dosegljivo s S-Bahnom)) – priporočam vsem, ki jih daje domotožje po slovenskih Alpah –, ki ponujajo veliko možnosti za druženje z drugimi ali samim s seboj.

Prepričana sem, da mi je ob refleksiji na preteklo 5-mesečno obdobje ušla marsikatera (ne)uporabna informacija, zato te vabim, da mi ob morebitnih vprašanjih napišeš kar mail na vidovic.eva96@gmail.com.

15. NEMČIJA – RWTH Aachen (Ana Katarina Žgajnar)

Na študijsko izmenjavo v Aachnu sem se odpravila v januarju 2021. Uradno sem na univerzi RWTH opravljala oba semestra 6. letnika, praktično pa sem v Nemčiji preživela 7 mesecev (domov sem se vrnila konec julija). Glavni del izmenjave so predstavljale vaje iz interne medicine in kirurgije, poleg tega pa sem opravljala še famulature (vaje) iz nevrologije, ki mi bo priznana kot dodatna študijska obveznost. Sam vpisni postopek je kar dolg in zapleten, vsa navodila se dobi preko e-maila. Z mednarodno pisarno v Aachnu v osnovi sicer težav nisem imela, je pa njihov odzivni čas res dolg in nemalokrat jih je potrebno spodbuditi s kakšnim dodatnim mailom. Septembra ponujajo tudi intenzivni tečaj nemščine, ki se ga nisem udeležila, saj sem z izmenjavo začela šele januarja. V drugem semestru je tečaj prav tako na voljo – dvakrat na teden čez celoten semester, a se večinoma prekriva z vajami v bolnišnici in ga zato večina medicincev ne izbere. V Nemčiji 6. letnik predstavlja tako imenovan Praktisches Jahr, ko študentje vsak dan aktivno sodelujejo pri delu v bolnišnici. Dan se začne okoli 7:30 in 8:00 ure, odvisno od oddelka. Študentje prisostvujejo pri jutranjem pogovoru in viziti, predvsem pa so naše naloge jemanje krvi, postavljanje venskih pristopov in sprejemi bolnikov z anamnezo in statusom, ki se jih nato poroča zdravnikom. Dejstvo, da tujci po navadi pridemo brez znanja jemanja krvi, jim je poznano in so glede tega zelo potrpežljivi in pripravljeni pokazati ter pomagati. Pri vsem tem predvsem velja pregovor vaja dela mojstra, kar pride do izraza predvsem na internističnih oddelkih, kjer je tovrstnega dela res veliko. Zdravniki so pogosto zelo zaposleni in imajo malo časa za pogovor z nami o diagnozah in terapiji, to sem zato največkrat razpravljala kar s tamkajšnjimi študenti. Enkrat na teden naj bi bil organiziran PJ-teaching, pri katerem se vsakič predela druga tema, a se zaradi korone ni prav veliko izvajal, še najkvalitetnejši je bil na nevrologiji. Internistične vaje sem opravljala na gastroenterologiji in nefrologiji, kirurške pa na splošni kirurgiji (pri njih sem spada tudi abdomen) ter srčni kirurgiji. Povsod je osebje zelo prijazno in glede odnosov se res ne morem pritoževati. Čez dan se študenti priključijo tudi k opravljanju plevralnih punkcij, ascitesa, ultrazvoku plevre in abdomna, ki ga okvirno delajo tudi sami. Če ne oddelku ni veliko dela se gre lahko tudi k drugim posegom – gastrokopiji, ERCP, kolonoskopiji, biopsiji ledvic, itd. Na kirurškem oddelku pripada študentom tudi menjavanje povojev in obližev, vlek drenaž in pa asistiranje pri operacijah. Če ima študent željo, lahko pri operaciji določene rane tudi zašije. Koliko se bo nekdo na oddelku naučil in pridobil spretnosti, je zelo odvisno od lastne motiviranosti in angažiranosti. Dan se v povprečju zaključi okoli 15:00 ure. Na izmenjavo sem prišla z nemščino B1, sporazumevanje s takšnim nivojem sicer ni popolnoma gladko, a so Nemci zelo potrpežljivi in navdušeni nad čisto vsakim, ki pove vsaj kakšen stavek. Nastanitev v Aachnu je kar draga, univerza sicer ponudi možnost študentskega doma, a so meni sporočili, da imajo tudi zame sobo šele en teden pred začetkom izmenjave – ko sem že imela urejeno stanovanje. Živel sem v WG-ju, stanovanju, ki sem ga delila še z enim študentom in bilo je res super. Študentski domovi, so po poročanju mojih prijateljev povprečni in res velik delež študentov živi v študentskih stanovanjih, tako kot sem živela jaz, najlažje se jih najde na aplikaciji WG-gesucht. Moja najemnina je znašala 345€, kar je za Aachen zelo nizko, večina najemnin se vrti okoli 370-440€. Pri iskanju si je dobro pogledati avtobusne povezave s kliniko, ki se nahaja na obrobju mesta. Vpisnina univerze je sicer kar visoka (300€ na semester), a vključuje tudi Semesterticket, s katerim se lahko z regionalnimi javnimi prevozi pelje po celotni NRW, pa tudi do Maastrichta – res lepega mesta na Nizozemskem. Cene vlaka – Deutsche Bahn za območja, kjer Semesterticket ne velja, so res vrtoglave in se je na daljše izlete po Nemčiji bolje odpraviti s

Flixbusom ali Blablacar. Cene v trgovinah so nekoliko višje kot v Sloveniji, odvisno tudi od trgovine do trgovine, enako velja za restavracije. Aachen je majhno mesto, a obenem odlična izhodiščna točka za obisk drugih mest (Bonn, Köln, Düsseldorf, Monschau...), Nizozemske in Belgije. RWTH ima zelo veliko kvalitetnih smeri za inženirje in računalničarje in je tako v mestu predomnanca moških študentov, je pa tudi zelo veliko internacionalnih študentov iz čisto vsega sveta, saj se magistrski programi izvajajo predvsem v angleščini. Moja družba je bila res pisana, vedno se je našel kakšen predstavnik iz večine celin tega sveta. Žuranje v klubih je bilo zaradi korone seveda praktično nemogoče, pa tudi drugače Aachen ni najbolj znan po norem nočnem življenju. Smo pa vse to nadomestili z druženji v parkih, barih, WG-jih in na izletih. V drugi polovici izmenjave (od aprila dalje, ko so se ukrepi počasi sproščali) mi res ni bilo nikoli dolgčas in če bi želela, bi se čisto vsako popoldne našlo kakšno druženje. Izmenjava iz medicinskega vidika ni popolna, za pridobitev medicinskega znanja v res pravem pomenu (prepoznavna, diagnostika, zdravljenje) je potrebno veliko samoiniciativnosti in dodatnega dela, poudarek na vajah je predvsem na praktičnih znanjih. Kar pa se tiče osebne izkušnje, je res odlična, tako osebje na kliniki kot študentje so zelo prijazni, popoldanska druženja in izleti pa so nepozabni. Če bi te zanimalo še kaj ali pa kaj bolj natančno, me lahko vedno kontaktiraš na e-mail: anakatarina.zgajnar@gmail.com ali pa na fb 

16. NEMČIJA – Charité Berlin (Jan Travnšek)

Med 18. oktobrom 2020 in 15. marcem 2021 sem opravil polletno izmenjavo na Charitéju v Berlinu. Na izmenjavo sem se prijavil že decembra 2019, ko svet še ni poznal koronavirusa, zato je bila moja izmenjava tudi precej drugačna od pričakovanih, pa vendar je izpolnila moja pričakovanja, na nekaterih področjih pa jih celo preseгла. Izmenjava je potekala izključno v nemščini. Življenje Erasmus študenta v časih koronavirusa je zagotovo drugačno kot tisto, ki so ga doživljali Erasmus študenti pred mano, ampak niti slučajno nevredno doživetja.

V Berlinu sem opravljal 9. semester, torej so mi v Sloveniji priznali Splošno pediatrijo in Ginekologijo in porodništvo iz mojega 5. letnika v Sloveniji. Poleg tega so mi priznali del obveznosti iz geriatrije iz 6. letnika. Študij na Charitéju se precej razlikuje od našega v Sloveniji, saj imajo tam ti. Modellstudiengang, pri nas pa nekaj podobnega njihovemu prejšnjemu Regelstudeingangu. To v praksi pomeni, da moraš oz. lahko v Berlinu izbereš samo en semester in moraš tega opraviti v celoti, saj na koncu pišeš samo en izpit iz vseh štirih (toliko jih je v 9. semestru) modulov. Tu se pojavi problem, saj noben semester ni popolnoma kompatibilen z našimi predmeti, zato moraš v vsakem primeru v Berlinu opravljati še famulature. Sam sem opravil tritedensko famulature na kliniki v Berlinu. To moraš organizirati sam na eni od klinik v Berlinu. Priporočam, da mesto za svojo famulature poiščete čimprej, saj hkrati “tekmujete” z vsemi ostalimi študenti medicine v Nemčiji, ki te famulature morajo opravljati kot del študija.

Predavanja v Berlinu niso obvezna, so pa vsa posneta v naprej, zato jih pogledaš (in ni treba slediti urniku predavanj od 6.00 do 21.00 vsak ponedeljek), ko imaš čas. Poleg predavanj so še obvezni seminarji in praktikumi, ki so zimskem semestru vsi potekali online preko Microsoft Teams. V živo smo imeli obvezne vaje, ki so bile zaradi korone vse združene (in malce skrajšane) v dva tedna, zato niso ravno sledile načrtanemu poteku študija. V živo so potekali tudi ti. KITi, ki služijo spoznavanju različnih situacij s pacienti in učenju spretnosti pogovora s pacientom. Obremenitev z vsemi obveznostmi bi lahko primerjal s temi v Ljubljani. Učenje se nekoliko pomakne proti koncu semestra, saj je izpit samo en in pokrije vse. Tako imaš med letom dovolj časa, da v miru slediš obveznostim, pogledaš predavanja in hkrati uživaš v svoji izmenjavi kolikor se le da (če te pri tem le ne omejujejo ukrepi za preprečevanje širjenja koronavirusa).

Za razliko od naše matične univerze je berlinska precej boljše organizirana, kar olajša potek študija tako študentom kot profesorjem. Urnik je enoten za celoten semester, kraji in časi praktikumov,

vaj in seminarjev so znani od prvega dne, če so bile stvari na spletu, so linki ustvarjeni in dostopni že od začetka, tako da smo se izognili zmešnjavi, ki jo večkrat doživljamo v Ljubljani, kjer ni enotnega sistema za sporočanje, saj ima vsaka katedra in klinika svoj način dela in nihče prav dobro ne ve, kdo bi naj kaj, kdaj in kako sporočil. Če profesorja ni bilo oz. ni bil dosegljiv preko spleta, je za to zadolžen urad za študijske zadeve, ki je bdel nad urniki in oni imajo vse kontakte profesorjev, zato oni urejajo zagate, ki včasih nastanejo. To se mi je zdela praksa, ki bi jo bilo vredno implementirati tudi na Medicinski fakulteti v Ljubljani. Prav tako so bila vsa predavanja posneta v naprej, kar pomeni, da je bil tvoj urnik bolj fleksibilen, prav tako pa si lahko predavanja pogledal večkrat. Malce stereotipni nemški red mi je vsekakor olajšal navajanje na nov sistem, ob vrnitvi nazaj v Slovenijo pa ta red in enotnost vsekakor pogrešam. Izvajanje famulatur, ki so za nemške študente obvezne, prinese študentom dober vpogled v zdravniški vsakdan in način dela, ki se ga v Sloveniji premalo zavedamo. Prav tako so ti. KITi, ki se izvajajo v vsakem letniku študija, po mojem mnenju koristni, saj je bila opazna razlika med mojim in njihovim načinom pristopa do pacienta. Menim, da se v Sloveniji premalo posvečamo propedeutiki in komunikaciji s pacienti nasploh, ki je po šestih letih KITov, pri berlinskih študentih medicine na veliko boljši ravni.

Kljub večim oviram, ki so bile večinoma posledica hitro spreminjajoče situacije glede pandemije, je moja izmenjava potekala precej gladko. Izmenjavo so potrdili šele septembra (torej približno en mesec pred odhodom), zato je bilo manj časa za urejanje vseh stvari. Z nemščino se hitro znajdeš, tudi prijatelje po prvotni (a k sreči kratkotrajni) samoti hitro najdeš, predvsem pa se naučiš samostojnosti in prilagodljivosti, ki jo na izmenjavi (in nasplošno v svojem življenju) zagotovo potrebuješ. Mesečni stroški so se gibali okoli 600 evrov na mesec. Sicer sem imel srečo, da sem našel nastanitev v študentskem domu, kar je moje mesečne stroške precej znižalo.

17. NEMČIJA – Charité Berlin (Nika Jaki)

Nastanitev in prevoz: Za iskanje nastanitve si je potrebno vzeti kar nekaj časa. Poleg tega je potrebno biti zelo previden in pazljiv glede stanovanjskih prevar. Le teh je namreč ogromno, tudi sama sem pri iskanju naletela na precej potegavščin. Če ti je cena všeč in če je lokacija dobra, oni pa že v naprej želijo kavcijo, je to znak, da gre za prevaro. V nobenem primeru ne nakazuj nikakršnega denarja vnaprej, dokler nimaš pred seboj ključev in dejanskega stanovanja.

Če res misliš da bi lahko bil oglas resničen in lastnik želi denar v naprej, lahko pošlješ zahtevo na Grundbuchamt, kamor jim pošlješ pogodbo in vprašaš če je oseba, ki se izdaja za lastnika resnično lastnik.

Lahko tudi objaviš svoj oglas za iskanje sobe in specifično napišeš v katerem okolišju iščeš - zato se je dobro vnaprej spoznati z Berlinskim zemljevidom in koliko časa potrebuješ da prideš od kam do kam. Vsekakor je dobro biti v bližini podzemne postaje (te so označene z U in številko - Untergrundbahn) ali vsaj S postaje (S-Bahn - Stadtschnellbahn, potuje nad zemljo). Potem obstaja še Tram in Bus, ki pa sta precej počasna, za nekatera področja pa pač ne gre drugače kot z njima. Pri načrtovanju poti je najbolj natančna uradna aplikacija javnega prevoza – BVG.

Obveznosti s strani Charité-ja so večinoma potekale online, tako da tudi če nisi najbližje kampusu kamor moraš priti, ni najhuje, je pa vsekakor priročno biti v bližini vsaj enega kampusa. Tako ne porabiš preveč časa vsaj za priti do enega izmed njih. Na začetku sem se še ukvarjala z javnimi prevozi, na koncu pa sem se odločila potovati kar s kolesom. Da prideš kam dlje, ti vzame od 20 do 40 min, kar je prijetna dnevna rekreacija. Mi je žal, da si kolesa nisem uredila že prej. Saj skupaj s karto za javni prevoz, ki jo dobiš pri vpisnini (med 230 in 260 eur na semester) lahko na vlake in podzemne vlake vzameš tudi kolo. Tako je tudi lažje potovati naokrog, tudi če ne živiš blizu podzemne postaje linije, ki pelje do kampusa. S kolesom se pelješ do postaje, kolo vzameš s sabo in se od tvoje končne postaje s kolesom odpelješ naprej.

Uradno štirje, praktično samo trije kampusi, kjer potekajo vaje so:

- Campus Virchow Klinikum - se nahaja v Weddingu, dostop z U9 tudi U6 dokaj dobro

- Campus Charite Mitte - kampus se nahaja v Mitte, zraven Glavne železniške postaje in je ogromen, tako da odvisno kje se nahajajo vaje, se da priti do tja z različnih smeri in z različnimi prevozi. Vlaki (iz Hauptbahnhof), podzemna (U6), avtobus, tudi kolo

- Campus Benjamin Franklin - Steglitz, nima ravno najboljših povezav, se da priti z avtobusom, jaz pa sem hodila s kolesom. Alternativno z U9 do Rathaus Steglitz in naprej z avtobusom ali kolesom.

Ena izmed možnosti iskanja stanovanja je tudi, da si vzameš hostel v Berlinu za nekaj tednov in od tam hodiš na ogleda za stanovanja. Še boljše je pisati vsem, ki jih v Berlinu poznaš, ali oni morda poznajo koga iz Berlina ter jih vprašati, če kdo izmed njihovih znancev, ali še boljše, oni, iščejo novega cimra/-o.

okvirni življenjski stroški:

- najemnina: med 350 in 550 eur (jaz sem plačevala 380 eur)
- hrana: ~180-250 eur, Nemci zelo radi in redno hodijo jest v restavracije, tako da v tem primeru proti višji vsoti
- ostali nespecifični stroški (kozmetika, stanovanjska oprema, oblačila in obutev, kolo, prevoz za obisk v Slovenijo, ...): 0-200 eur
- zdravstveno zavarovanje: 110 eur; ker sem se odločila poleg študija opravljati študentsko delo, sem morala imeti urejeno nemško zdravstveno zavarovanje.

Povprečno sem na mesec porabila 850 eur

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija: Ob prijavi si izbereš semester. Žal ne moreš kombinirati predmetov iz različnih semestrov, zato je kar malo neugodno s priznavanjem predmetov doma. Če ne bi bilo pandemije in možnosti opravljanja predmetov online, bi mi bilo težko pridobiti dovolj kreditnih točk za vpis v 6. letnik. V Berlinu sem si izbrala opravljanje 7. (Bolezni toraksa - priznana Kardiologija in Pljučne bolezni; Bolezni abdomna in Bolezni ekstremitet - se ne prizna) in 9. semestra (Porodništvo, Ginekologija in na spol vezane bolezni - priznana Ginekologija in porodništvo, Sodna, geriatrija, intenzivna in paliativna medicina - se ne prizna). Poleg tega sem opravljala prakso v ambulanti za endokrinologijo in na polikliniki za očesne bolezni ter tako dobila priznani Oftalmologijo in Endokrinologijo za katera izpita sem morala opraviti v Ljubljani. Poleg tega sem online obiskovala ljubljanska predmeta Maksilofacialno kirurgija in Kri. Zaradi s pandemijo pogojenega pričetka šele v novembru pa sem v oktobru naredila še ORL. Za 6. letnik mi ostaneta tako še Sodna medicina, Rak ter Izbirni predmeti.

Obisk Famulatur definitivno priporočam, morda celo namesto izbire celotnega semestra, saj zaradi neflekaibilne izbire predmetov, na semester lahko opraviš največ dva večja predmeta in izbirni predmet. Vendar ne vem kako je z priznavanjem izbirnih predmetov, saj zanje v Berlinu ne dobiš kreditnih točk, ampak se samo štejejo kot opravljeni. Morda največ 1 ECTS. Jaz jih nisem opravljala, saj sem v tistem času delala Famulature. Torej zagotovo opravljena samo dva predmeta na semester. Izbira samo takoimenovanih "Famulatur" pa pomeni potem to, da moraš vse izpite opraviti doma. Tak način bi bil lahko smislen npr. za opravljanje vaj 6. letnika.

Sama sem imela preveč težav pri sestavljanju svojega urnika, vendar če dobro razmisliš vse možnosti in se s tem dovolj dolgo ukvarjaš ter če imaš srečo, da bodo predmeti tudi v nadaljnje potekali deloma online, ti lahko celo uspe zbrati dovolj kreditnih točk.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF: Skupno je vaj, seminarjev in predavanj nekje 20 ur tedensko, včasih več, drugič manj. Vsa predavanja so "on demand", kar pomeni da sicer so na urniku, vendar si jih lahko pogledaš, kot ti najbolj ustreza. Obstajajo tudi e-predavanja, ki so interaktivne predstavitve, kjer moraš tudi sam odgovarjati na vprašanja, kvize, reševati miselne vzorce in postaviti pravo diagnozo glede na slikovno preiskavo. Tudi ta e-predavanja so "on demand".

Seminarji naj bi bili pred pandemijo v živo, vendar so se sedaj prestavili online in bodo tako tudi verjetno ostali, vaje pa so v živo, vsakič na drugem kampusu in drugem oddelku.

Jezik izvajanja študijskega programa: nemščina

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF: Predavanja, ki so jih izvajali so bila zelo dobro pripravljena, predvsem so mi bila všeč predavanja in e-predavanja, do katerih je bilo mogoče dostopati vsak trenutek. To študentu omogoči večjo svobodo pri načrtovanju učenja in večjo možnost opravljanja študentskega dela poleg študija. Interaktivna oblika e-predavanj, je nekaj kar bi bilo nujno implementirati tudi na UL MF. Poleg tega ima Charité platformo z zbranimi starimi vprašanji z izpitov, kjer so odgovori tudi razloženi. Na enak princip kot se na naši Spletni učilnici nahajajo kvizi za različne predmete, imajo oni zbrana stara vprašanja za vsako predavanje, seminar in vajo posebej.

Izjemno je bilo tudi to, da večina nemških študentov opravlja študentsko delo v povezavi z medicino in si tako nabira izkušnje za prihodnost. Maili s ponudbami za študentsko delo v medicini prihajajo praktično vsak dan. Če ne to, pa že med študijem lahko začnejo pisati doktorat in se ukvarjajo s tem.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli: Prva ovira je bilo iskanje stanovanja. Pri iskanju sem naletela na prevaro in ji tudi nasedla. Na srečo sem s policijo in banko Revolut (od koder sem nakazala denar) uspela urediti, da so mi vrnili denar. Če bi bila to slovenska banka, verjamem, da do vračila ne bi prišlo.

Soočila sem se še z oviro jezika, saj v pandemiji ni bilo prave možnosti z ljudmi se družiti ali sploh spoznavati nove ljudi. Do nekje aprila niti sošolcev nisem dobro poznala, šele nato smo imele več vaj in možnosti biti v stiku. Kar je posledično pomenilo manj vaje komunikacije v nemščini in zato težave pri sporazumevanju. To težavo sem rešila tako, da sem se odločila pomagati v pandemiji na intenzivnem Covid-oddelku, ki je bil poleg tega tudi kirurški, kjer sem pomagala sestram. Tako sem tudi v moji nemščini postala bolj suverena in poleg tega videla ogromno različnih kliničnih slik in postopkov, ki se izvajajo pri intenzivni medicini.

Sicer je bila sama izkušnja življenja v tujem mestu nekaj, kar priporočam prav vsakemu. Čar tega, da kar naenkrat stvari niso več samoumevne in moraš dobro razmisliti kaj boš počel in se aktivno ukvarjati s tem kam bi lahko šel, s kom bi se lahko dogovoril, da boš maksimalno izkoristil svoj dan. Na to sem v Sloveniji kar malo pozabila in življenje v Berlinu je bilo dobro opozorilo, da se je za prijatelje in prijetne stvari vredno in nujno potruditi.

18. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Gaja Markovič)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški:

V študijskem letu 2020/21 sem tekom svojega 5. letnika opravljala 10-mesečno študijsko izmenjavo na Ruprecht-Karls-Universität v Heidelbergu. Za izmenjavo v Heidelbergu sem se odločila predvsem zaradi optimalnega ujemanja programa s tem na domači fakulteti, želje po izboljšanju znanja nemščine in nabiranju novih izkušenj na akademski in osebni ravni. Nastanitev sem si uredila preko mreže Studierendenwerk, ki upravlja študentske domove v Heidelbergu. Po nominaciji za izmenjavo s strani domače fakultete smo vse informacije v zvezi z izmenjavo – tudi glede nastanitve v študentskem domu – prejemali in urejali preko e-pošte. Za pridobitev sobe v študentskem domu je najbolje izpolnjen obrazec po e-pošti vrniti čimprej, saj dodeljevanje sob poteka po načelu »kdo prvi pride, prvi melje«. Sama sem bivala v študentskem domu Comeniushaus, od koder traja vožnja s kolesom do klinik (kjer potekajo predavanja in vaje) pet minut. V neposredni bližini doma so tudi številne trgovine (Rewe, Aldi, Rossmann – cene živil so popolnoma primerljive s cenami v Sloveniji), do mestnega jedra pa traja vožnja s kolesom dobrih deset minut. Bivanje v študentskem

domu stane med 168 do največ 306 € na mesec, odvisno od izbire kategorije ob prijavi (budget/superior/deluxe) in končne dodelitve glede na hitrost prijave in razpoložljivost sob. Poleg tega v študentskem domu, kjer sem bivala, vsako pranje perila stane 1,70 €, vsako sušenje perila pa 1 €, kar smo plačevali s študentsko izkaznico, na katero smo na posebnih avtomatih nalagali denar. Z njo smo plačevali tudi obroke v menzah (posamezen obrok stane v menzi pri klinikah približno 3–4 €). Vsako stanovanje v Nemčiji (tudi v študentskem domu) je dolžno plačevati prispevek za nacionalno radiotelevizijo ARD/ZDF (Rundfunkbeitrag), ki znaša 17,50 € na mesec in ga je potrebno plačevati, v kolikor ga ne plačuje še nihče od sosoživalcev – sicer si lahko sosoživalci strošek razdelijo med seboj, vsaj eden pa mora biti registriran (ima Beitragsnummer) in plačevati prispevek. Poleg omenjenega sem sama plačevala še 17,50 € mesečno za izposajo kolesa Swapfiets, kar bi priporočila, saj so kolesa zelo kvalitetna in prijetna za vožnjo, morebitne težave pa brezplačno uredijo v njihovi izposojevalnici v Altstadtu.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija:

Po novici o prejemu mesta za željeno izmenjavo smo s kolegom, s katerima smo se odpravljali v Heidelberg, že zgodaj spomladi začeli zbirati podpise domačih predstojnikov posameznih predmetov za priznavanje opravljenih obveznosti v tujini. Spomladi 2020 smo podpise večinoma zbirali preko e-pošte, preko katere smo predstojnikom poleg listine študenta posredovali tudi pomembnejše dokumente v zvezi s predmetom, ki ga želimo opravljati v tujini in za katerega bi želeli imeti priznane obveznosti na domači fakulteti, da so se lahko odločili, ali nam bi opravljene obveznosti priznali in v kolikšni meri. V našem primeru smo morali na domači fakulteti opravljati še vse obveznosti pri predmetih Rak, Sodna medicina in Maksilofacialna kirurgija, za vse ostale predmete 5. letnika pa nam bodo priznali vse obveznosti, opravljene v tujini, vključno z izpiti. V zimskem semetru smo opravljali predmet Interna medicina, v poletnem pa predmete Oftalmologija, Otorinolaringologija, Pediatrija in Ginekologija. Ko smo zaključili z zbiranjem podpisov, smo pripravili Learning Agreement, ki mora biti podpisan s strani mednarodnih pisarn domače in tuje fakultete.

Po nominaciji na tujo univerzo smo vse nadaljnje postopke urejali preko e-pošte. Poslali so nam vse informacije v zvezi s prijavo na pripravljalni jezikovni tečaj nemščine, posredovanjem listine študenta v podpis in vpisnim postopkom. Ob sledenju navodilom ne bi smelo biti težav pri urejanju vseh dokumentov in vpisu, saj smo informacije prejeli pravočasno, ob morebitnih nejasnostih pa smo lahko vse potrebno poizvedeli preko e-pošte. Priporočila bi prijavo na pripravljalni jezikovni tečaj, ki je zaradi pandemije leta 2020 potekal delno preko spleta in delno v živo oz. za nekatere skupine v celoti preko spleta, sicer pa poteka v živo septembra, traja štiri tedne in je odličen način za spoznavanje drugih Erasmus študentov. Tečaj se mi je zdel zelo kakovosten in zanimiv, saj smo v naši skupini v branje prejeli številne članke, ki so med drugim obravnavali nemško zgodovino in kulturo, kar se mi je poleg izpopolnjevanja jezika zdelo koristno za boljše razumevanje prostora, v katerega se selim. Jezikovni tečaj lahko hkrati uveljavljamo kot izbirni predmet s 3 ECTS na domači fakulteti.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF, jezik izvajanja študijskega programa:

V zimskem semestru smo imeli na teden okvirno 18 ur predavanj ali seminarjev in 1,5–4,5 ur vaj. V zimskem semestru 2020 je potekal pouk skoraj v celoti preko spleta, tako da smo v živo lahko obiskovali le 1,5 ur vaj na teden. Gre za SkillsLab, kjer smo na lutkah vadili različne postopke, npr. vzpostavitev periferne venske poti, vstavljanje nazogastrične sonde, punkcijo kostnega mozga ... Pri predmetu Interna medicina imajo študentje načeloma tudi deset vaj na kliniki, kjer v skupini treh študentov vsak opravi eno nalogo – anamnezo, status ali poročanje. V skupinah smo bili Erasmus študentje pomešani z domačimi študenti, tako da smo vsa predavanja in vaje obiskovali skupaj in je pouk v celoti potekal v nemščini. Glede jezika so morebitne skrbi odveč, saj se hitro naučiš

potrebne medicinske terminologije in že po nekaj tednih veliko lažje slediš predavanjem in sodeluješ pri pouku.

V poletnem semestru se je pouk žal nadaljeval na daljavo, tako da je, razen nekaj vaj na pediatrični in ginekološki kliniki ter nekaj SkillsLab tečajev, pouk potekal preko online predavanj, ki so bila delno že naložena na spletno učilnico v obliki posnetkov, delno pa so potekala v živo preko spleta.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF:

Zelo pozitivno me je presenetil odnos mentorjev na predavanjih in predvsem vajah, kjer je vzdušje zelo sproščeno in napačnim odgovorom na vprašanja sledi prijazna razlaga in povabilo k ponovnemu razmisleku o drugih možnih rešitvah. Všeč mi je bilo tudi nekaj predavanj, ki so se osredotočala na odnos s pacientom, npr. predavanje o sporočanju slabih novic, kjer je bilo pomembno sporočilo, da kot zdravnice in zdravniki ne bomo odgovorni za to, kakšne novice sporočamo, temveč predvsem za to, kako jih sporočamo. Poleg poudarka na učenju komunikacije s pacienti (in poudarka pomembnosti pacientove soudeležnosti v sprejemanju odločitev glede zdravljenja) so mi bile všeč vaje SkillsLab. V sklopu teh smo lahko v majhnih skupinah brez strahu in popolnoma neizkušeni preizkusili različne postopke na lutkah, se seznanili z vsemi pripomočki, potrebnimi zanje in spoznali pomembnejše korake teh postopkov. Poleg tega smo drug na drugem vadili telesni pregled, npr. avskultacijo srca ali nastavili 12-kanalni EKG pod nadzorom mentorja. Dostopnost mentorja za vprašanja med izvajanjem teh postopkov ali pri telesnem pregledu se mi zdi zelo pomembna in koristna, poleg tega potekajo vaje v sproščnem okolju, kjer so napake pričakovane in neškodljive.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Edina, a znatna slabost izmenjave so bile omejitve zaradi pandemije koronavirusa, zaradi katerih je pouk skoraj v celoti potekal na daljavo, v zimskem semestru pa je med strogim lockdownom, med katerim so obratovale le živilske trgovine, veljala tudi policijska ura od 20. do 5. ure. Vse to je skoraj popolnoma onemogočalo kakršnokoli navezovanje stikov in spoznavanje novih ljudi, zato so se preko leta večinoma obdržala prijateljstva, ki smo jih uspeli skleniti čisto na začetku med jezikovnim tečajem in pred popolnim zaprtjem. K sreči se je spomladi epidemiološko stanje ponovno izboljšalo, sonce pa je priskrbelo dolge in tople večere, ki smo jih lahko preživljali na travniku ob reki Neckar. Odprtju restavracij, kavarn in trgovin so sledile vse bolj obljudene mestne ulice in videli smo, kakšna bi lahko bila naša izmenjava v drugačnih razmerah, tako da smo poskusili preostali čas izkoristiti za čimveč druženj in izletov z ostalimi erazmovci. Prijateljstva, ki sem jih ustvarila na izmenjavi so zame tudi največja in najpomembnejša pridobitev zadnjega študijskega leta. Veselim se že trenutkov, ko se bomo ponovno srečali v katerem od njihovih domačih mest ali v Sloveniji, kamor smo se seveda medsebojno povabili. Poleg tega je Heidelberg poln očarljivih in navdihujočih razgledov in odlično izhodišče za izlete (odpravili smo se na primer v Würzburg, Freiburg in celo v Pariz). Izmenjavo v Heidelbergu tako brez pomislekov priporočam in sem kadarkoli na voljo za vprašanja preko e-pošte markovicgaja@gmail.com, od koder se z veseljem preusmerimo na družbena omrežja, Whatsapp ali izmenjevanje vtisov in nasvetov ob kavi.

19. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jan Stanič)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem na Univerzi Ruprecht Karls v Heidelbergu opravljal oba semestra 5. letnika v študijskem letu 2020/2021.

Birokratski postopki se začnejo urejati že dobra pol leta preden greš na izmenjavo. Ko si izbran za izmenjavo, se s predstojniki kateder dogovoriš za priznavanje posameznih predmetov in za vsak predmet izpolniš Listino študenta. Potem izpolniš učni sporazum (Learning-Agreement), kjer se seštejejo ECTS vseh predmetov, ki jih boš opravljal v tujini, dokument pa podpiše ljubljanska mednarodna pisarna in predmetni koordinator ali mednarodna pisarna v Nemčiji. Če je potrebno,

se dopišejo še manjkajoče obveznosti za opravljanje posameznega predmeta. Nam je bilo priznanih večina predmetov petega letnika, saj se program v Heidelbergu dobro ujema z našim.

Čez prijavitni postopek so nas iz Heidelberga vodili z natančnimi navodili, vse je bilo jasno razloženo, tudi ob prihodu je vpis potekal brez zapletov, prav tako predaja ključev za študentske domove in selitev. Prav tako je bila v izredno pomoč mednarodna pisarna na UL MF, kjer smo vedno lahko računali na hitro in učinkovito pomoč, če se je pri kakšnem postopku zataknilo.

Izmenjavo sem pričel z intenzivnim tečajem nemščine, ki se je začel 1. oktobra 2020. Sicer je tečaj potekal že v septembru, ampak je bil septembrski del tečaja organiziran po spletu zaradi COVID-19 epidemije. Tečaj bi priporočal vsem, ki se na izmenjavo prijavljajo, saj je jezik pouka na univerzi nemščina, tečaj pa je intenziven in kvaliteten kjer smo bili razdeljeni v manjše skupine po 10 tečajnikov na različnih nivojih, saj smo pred začetkom tečaja pisali uvrstitveni test.

Vsi trije slovenski študenti iz UL MF smo si uredili študentske sobe prek organizacije Studierendewerk, ki nastanitev ureja neodvisno od univerze. Ker je študentov veliko, se je potrebno čimprej prijaviti že junija pred izmenjavo, ko iz Heidelberga pošljejo list za prijavo. Splača se pohiteti, saj so privatna stanovanja dosti dražja. Jaz sem živel na obrobju Neuheimer Felda v bližini Mathematikona (10 min peš do katerekoli klinike). Od starega mestnega jedra je oddaljen približno 15 min s kolesom. Za transport priporočam kolo (možnost najema pri »Swapfiets«), saj je zaradi velikosti mesta to najbolj praktična oblika prevoza, prav tako je infrastruktura mesta prijazna kolesarjem. So pa tudi oblike javnega prevoza, z zelo dobrimi povezavami, tako da tudi to ni slaba možnost.

S poukom sem pričel konec oktobra, z rotacijo interne medicine. Ta modul je trajal cel semester, je bil pa pouk malce okrnjen zaradi epidemioloških razmer. Velika večina predavanj je bila v spletni obliki, prav tako je odpadel pouk ob pacientih. V živo pa smo imeli »Skills Lab«, kjer smo študentje v majhnih skupinah vadili različne veščine, od vstavljanja kanile do nastavljanja nazogastrične sonde in biopsije kostnega mozga. Prav tako smo imeli POL – problemsko zastavljen pouk, kjer v manjših skupinah z docentom razglabljaš o nekem kliničnem primeru. Online je potekal tudi MediKit, kjer smo študentje lahko vadili tudi komuniciranje s pacienti. Pisni izpit interne medicine je bil konec zimskega semestra. Sicer smo imeli še OSCE (praktični izpit), samo se nam zaradi pomankanja vaj ta del izpita ni prištel k končni oceni.

V drugem semestru sem opravljal ORL, oftalmologijo, pediatrijo in ginekologijo. ORL in oftalmologija spadata v isti modul, ki traja 1 mesec - 2 tedna ORL, 2 tedna oftalmologija in na koncu izpit. Tudi tu je bil zaradi epidemije izpit samo pisni. Tu smo imeli med drugim POL in MediKit kot oblike pouka, vaje v živo so pa žal odpadle. Pri pediatriji, ki je trajala en mesec, smo pa že lahko šli na vaje, izpit pa je bil pisni v obliki vprašanj izbirnega tipa. Zadnji predmet, ki sem ga delal v Heidelbergu, je bil ginekologija, ki je prav tako trajala en mesec, z izpitom sestavljenim iz vprašanj izbirnega tipa na koncu modula. Vaje so potekale v okrnjeni obliki, večina predavanj pa je bila vnaprej posneta in so bila dostopna preko njihove spletne učilnice.

Študijska obremenitev se mi je zdela primerljiva z našo, prav tako se mi je zdelo znanje študentov medicine v Heidelbergu povsem primerljivo z znanjem študentov na medicinski fakulteti v Ljubljani.

Izmenjavo v Heidelbergu bi priporočil vsakemu, ne samo da je fakulteta znana kot ena izmed najboljših v Evropi, ampak je tudi mesto izjemno kulturno bogato s slikovitimi gozdovi in pokrajino v okolici. Mesto je tudi odlična izhodiščna točka za potovanja kam drugam po Evropi, saj leži v bližini Frankfurta. Je tudi zelo študentom prijazno mesto, s popusti in organiziranimi dogodki za študente na vsakem koraku.

20. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Luka Kropivšek)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem v študijskem letu 2020/2021 na Univerzi Ruprecht Karls v Heidelbergu opravljal oba semestra 5. letnika. Za izmenjavo v Heidelbergu sem se odločil, ker sem želel študirati v tujini na dobri univerzi, poleg tega izboljšati znanje nemščine in izkusiti študij medicine v tujem jeziku. Predmetniki se lepo ujemajo, tako da ti na UL MF priznajo večino predmetov 5. letnika.

BIROKRATSKI POSTOPKI: Jih je kar nekaj, ampak smo Erasmus študenti deležni ogromno pomoči tako s strani Univerze v Ljubljani in MF UL kot s strani Univerze v Heidelbergu. Najprej se ob prijavi na izmenjavo v VIS-u odločiš, ali želiš na izmenjavo za 1 semester (pridobiti moraš 20 ali več ECTS) ali za 2 semestra (pridobiti moraš 40 ali več ECTS). Ko si izbran za izmenjavo, se s predstojniki kateder dogovoriš, ali ti bodo priznali posamezen predmet in za vsak predmet izpolniš Listino študenta. Potem izpolniš Učni sporazum (Learning-Agreement), kjer se seštejejo ECTS vseh predmetov, ki jih boš opravljal v tujini, dokument pa podpiše ljubljanska mednarodna pisarna in predmetni koordinator ali mednarodna pisarna v Nemčiji. Če je potrebno, se dopišejo še manjkajoče obveznosti za opravljanje posameznega predmeta.

Iz Univerze v Heidelbergu te kontaktirajo že zelo zgodaj in prejmeš natančna navodila glede vpisnih postopkov, nastanitve, pridobitve študentske izkaznice itd. Če imaš kakšno vprašanje, so ti vedno na voljo prek e-pošte.

JEZIKOVNI TEČAJ: Univerza v Heidelbergu ponuja tudi enomesečni tečaj nemščine, ki se navadno izvaja septembra. Zaradi situacije s koronavirusom sta se prva dva tedna tečaja izvajala online prek Zoom-a konec septembra, druga dva pa v živo v sredini oktobra. Opravljen tečaj lahko uveljavljaš kot izbirni predmet, poleg tega pa spoznaš ostale Erasmus študente. Meni je tečaj koristil, pridobil sem predvsem nekaj dodatne samozavesti za študij v nemščini. Sicer pa se tečaji izvajajo tekom celega leta, tako da se lahko prijaviš tudi pozneje.

NASTANITEV: Vsi trije slovenski študenti iz UL MF smo si uredili študentske sobe prek organizacije Studierendewerk, ki nastanitev ureja neodvisno od univerze. Ker je študentov veliko, se je potrebno čimprej prijaviti že junija pred izmenjavo, ko iz Heidelberga pošljejo list za prijavo. Splača se pohiteti, saj so privatna stanovanja dosti dražja. Jaz sem živel v Neuenheimer Feld-u, v predelu mesta, kjer se nahaja večina klinik (tj. 10 min peš do katerekoli klinike). Od starega mestnega jedra je oddaljen približno 15 min s kolesom. Za transport priporočam kolo, saj res prideš kamorkoli zelo hitro (lahko si ga tudi izposodiš pri ponudniku Swapfiets za 17 eur/mesec). Če pa nisi toliko navdušen nad kolesarjenjem, so avtobusne povezave prav tako dobre.

STROŠKI: Mesečni stroški bivanja in hrane so podobni kot v Sloveniji. Najemnino za stanovanje (plačeval sem okoli 170 eur) in hrano lepo pokrije Erasmus štipendija. Tudi v menzi je hrana študente relativno poceni in precej okusna. V starem mestnem jedru lahko seveda najdeš številne restavracije in bare, kjer pa so cene višje. S študentsko izkaznico, kamor si naložiš zelen znesek denarja, lahko plačuješ v menzi, imaš dostop do študentskih pralnic, tiskarn in knjižnic.

ŠTUDIJSKE OBVEZNOSTI: V Heidelbergu sem opravljal Interno medicino, Oftalmologijo, ORL, Pediatrijo in Ginekologijo. Študij je dobro organiziran in je obogaten z dodanimi oblikami študija, ki jih v Sloveniji nimamo – trening komunikacije s pacienti (MediKit), praktično učenje diagnostičnih in terapevtskih postopkov na lutkah (SkillsLab) in problemsko orientirano reševanje primerov v skupini (POL). Žal je bilo v času trajanja izmenjave izvajanje teh oblik pouka okrnjeno zaradi razglašene epidemije koronavirusa oz. je potekalo preko spleta, če je bilo to možno. Po drugi strani je bilo to tudi dobro, saj smo imeli več časa za pripravo na izpite.

Predavanja so neobvezna, dodatne oblike študija (naštete zgoraj) pa so večinoma obvezne, ampak se tam veliko naučiš. Za izpite se večina uči le iz predavanj in powerpoint-ov, ki so naloženi na spletno učilnico in pa seveda zbirke starih vprašanj. Izjema pri tem je Interna medicina, kjer se je potrebno učiti tudi iz knjig, saj se zahteva veliko znanja, ki ni nujno del predavanj. Moj vtis je bil, da sta količina predavanj in zahtevnost izpitov primerljiva s študijem na UL MF.

PROSTI ČAS: Oktobra pred ponovno razglasitvijo epidemije so študenti Erasmus koordinatorji za nas organizirali nekaj družabnih aktivnosti, kjer smo se Erasmus študenti uspeli vsaj malo spoznati in podružiti. V Heidelbergu je sicer na voljo kar nekaj znamenitosti, kot na primer Heidelberški grad in Königsstuhl (hrib, ki se vzpenja nad gradom), Pot filozofov, živalski vrt in kopališča. Poleg tega lega mesta omogoča enodnevne izlete v zanimive okoliške kraje.

V delu mesta, kjer sem stanoval (Neuenheimer Feld), se nahaja univerzitetni stadion, kjer dnevno trenira veliko študentov in ostalih športnih navdušencev. V bližini je tudi fakulteta za šport, ki v normalnih okoliščinah nudi številne športne aktivnosti za študente, ki so po večini zastopni, vendar te storitve v času trajanja izmenjave zaradi epidemije večino časa niso bile na voljo.

Erasmus izmenjavo vsekakor priporočam. V preteklem letu sem občutno izboljšal svojo nemščino in svoje strokovno znanje. Sicer je potrebno stopiti iz cone udobja in investirati nekaj energije, vendar je vredno truda, saj pridobiš na samostojnosti ter se osebnostno razviješ.

Če te zanima še kaj, mi lahko pišeš na luka.kropivsek@gmail.com oz. me poiščeš na FB.

21. NEMČIJA - Ruprecht-Karls Universität Heidelberg (Nace Ogorevc)

Večji del svojega 6. letnika sem opravljal na Univerzi v Heidelbergu od januarja 2021 do konca julija 2021-dvosemestrski izmenjava. V 7 mesecih sem opravil vaje iz interne medicine (6t); jezikovni tečaj nemščine (4t), ki poteka v marcu kot predpriprava za letni semester; vaje iz kirurgije (6t), Famulaturu iz radiologije (4t) in Famulaturu iz nevrologije (4t).

Prijavni postopek na univerzo je potekal po ustaljeni praksi in brez komplikacij, potrebno je zgolj dosledno slediti navodilom univerze, ki so sporočena v večini primerov preko elektronske pošte. Z delom zaposlenih na univerzi sem bil zadovoljen, saj so mi odpisovali hitro in učinkovito, kljub temu, da bi včasih najraje razčistil zadeve kar neposredno v živo, saj bi to še olajšalo reševanje težav, a to žal ni bilo možno (slabost home officea). Da omenim že sedaj, kajti velja zelo na splošno v Nemčiji, so vsi ti postopki standardizirani in delanje kakršnihkoli izjem žal ni možno, četudi so tvoja stališča dobro argumentirana. Komunikacije z gospo Abro Avono, koordinatorico za študij medicine, žal ne morem pohvaliti. Koordinatorica je od letos nova na tem delovnem mestu in se ne znajde najbolje. To se je večkrat izkazalo, saj je veliko dokumentov napačno izpolnila, da je bilo potrebnih več telefonskih klicev, da je napake popravila, prav tako se za študente ni preveč zanimala in nas je prepustila malce plavati same in ni samoiniciativno iskala rešitev. Poleg tega je bila izredno neprilagodljiva ter tudi njeno znanje nemščine ni ravno na odličnem nivoju.

Vključen sem bil v tako imenovani Praktisches Jahr, kjer Nemci rotirajo med različnimi oddelki. Razlike med tujci (Erasmus) in Nemci ni, zato se pričakuje, da vse veščine, ki jih oni tekom študija osvojijo, znaš tudi ti in razumevanja zakaj tega morda še ne znaš ni prav dosti. Razlika v sistemu študija je namreč enormna. Zase bi rekel, da sem občutno slabše znal izvajati praktične posege od njih, kajti s tem se še nisem srečal, hkrati pa bi rekel, da sem bolje znal iz medicinskega vidika opredeliti pacientovo bolezen, postaviti diagnozo in predlagati način zdravljenja. Nemški študenti se namreč na žalost ne ukvarjajo toliko s tem, temveč bolj s tem, ali je vse opravljeno, kar mora biti, da na koncu ne dobijo kakšne kazni za neizvedbo vsega potrebnega. Da te malce pomirim, vse praktične zadeve, ki jih verjetno na začetku ne boste obvladali, boste izpilili v obdobju enega do treh mesecev, zato glede tega brez skrbi. Mnenja sem, da to znanje sploh ni odveč, saj lahko pride prav v vsakdanu. Na splošno si na oddelkih zadolžen za: jemanje krvi, vstavljanje kanil, pripravo transfuzij, snemanje EKG, anamnezo, telesni pregled novih pacientov in poročanje o le teh.

Občasno seveda pridejo še dodatne naloge, kot je spremljanje pacientov na različnih preiskavah, kjer se pričakuje, da asistiraš pri njih in s tem pomagaš izvajalcu. Na kirurgiji velja zgoraj navedeno, skupaj s tem, da asistiraš pri operacijah: držiš različne kirurške inštrumente, organe, sesaš kri, pripraviš in pospraviš operacijsko mizo, na koncu zašiješ povrhnje dele operacijske rane (subkutano, intrakutano) in drugo. Večina dela v bolnici poteka od 7.30 -16.00, kar je precej fizično zahtevno, sploh če si razpisan v operacijski dvorani (ves čas nosiš ob sebi telefone, kamor te pokličejo), kjer si lahko za operacijsko mizo tudi 8 ur brez premora, pa sem prepričan, da je kdo moral ostati še dlje. Torej glede obremenitev bi povzel, da je v Nemčiji precej naporno in stresno, tudi zdravniki delajo praktično cele dneve (7h-19h). Zelo pohvalim in priporočim lahko Famulaturu iz radiologije, kjer sem se naučil neprimerljivo več v primerjavi z ostalimi predmeti, če odštejemo kirurške operacije. Reševal sem namreč spletno Platformo iz nemške rentgenološke skupnosti, ki vsebuje teorijo, predavanja, kvize in številne primere iz vseh možnih področij radiologije. Večino časa na oddelkih imaš stik z zdravniki asistenti, ki so tekom specializacije praktično zgolj na oddelku, kar po mojem mnenju ni optimalno, zato sem se vedno veselil Chefarzt ali Oberarzt vizit. Slednji se namreč študentom bolj posvetijo, poleg tega imajo tudi neprimerljivo več znanja in izkušenj.

Jezik izvajanja študija je nemški v celoti. Po svojem mnenju sem prišel v Nemčijo z znanjem jezika stopnje B2, a sem le tega precej nadgradil zato bi se ocenil danes na C1, kar se mi zdi dober napredek za navedeno časovno obdobje. Na začetku je vsekakor bilo težko, saj s tabo nihče ne govori kot tvoj učitelj nemščine, temveč kot z osebo, ki je bila rojena tam. Za boljše razumevanje in poznavanje medicinskih izrazov je tako potreben čas, saj se nas večina ni učila medicine iz nemške, temveč iz angleške literature, a naj vas ta podatek ne ustraši pred izbiro. Živel sem v Neuenheimer Feldu, v študentskem domu, kjer sem za lastno stanovanje s teraso odštel 299 evrov mesečno. Lokacijo bi priporočil, saj je dom moderen, pohištvo precej novo, bolnice, študentski kampus, trgovine so oddaljene 5 minut peš. Do centra mesta je 45 minut peš oz. 10-15 minut s kolesom. Stroški življenja so sicer višji kot v Sloveniji, vendar niso tako hudi, da bi šel s pomočjo Erasmus štipendije zelo v minus.

Heidelberg je zagotovo vsem Nemcev dobro znano, čudovito mesto, z eno najbolj priznanih in najstarejših univerz. Mesto je študentsko in standard/kvaliteta bivanja v njem je visoka v primerjavi z ostalimi nemškimi mesti. Ne gre seveda za vele mesto, vendar vsekakor nudi veliko. Osebnostno mi je manjkala kakšna zelena površina več in tekom izmenjave mesto morda malce izgublja svoj prvotni čar, ki te presune v prvih nekaj tednih bivanja v njem. Je odlično izhodišče tudi za potovanja (naštel nekaj mest, ki sem si jih ogledal in jih hkrati tudi priporočam): Mannheim, Schwetzingen z gradom, Speyer, Weinheim, Karlsruhe, Baden Baden, Freiburg, Wuerzburg, Neckargemuend, Neckarsteinach, Stuttgart, Frankfurt, Mainz, Wiesbaden, Strasbourgh, Bonn, Koeln, Duesseldorf, Aachen, Monschau, Maastricht, Bruselj. Vsekakor priporočam izmenjavo v spomladanskem/poletnem času, saj je dan daljši, več je možnih aktivnosti-tudi jezer, kjer se plava in izvaja vodne športe.

Za zaključek bi povedal, da nikakor ne obžalujem, da sem odšel na to izmenjavo, saj me je marsikaj naučila. Obenem pa tudi priznavam, da se zanjo ne bi odločil še enkrat, vsaj ne v 6. letniku (morda raje v 5. letniku, ko si udeležen na njihovih predmetih in ne kot Praktisches Jahr); sedaj ko zrem nazaj.

Menim, da imamo v Ljubljani več kot dovolj kakovosten sistem izobraževanja v primerjavi z Nemci, a se tega premalo zavedamo.

Za dodatna vprašanja sem na voljo na: naceogorevc1@gmail.com

22. POLJSKA – Medicinska univerza v Varšavi (Špela Bukovec)

V Varšavo sem prispela 17.2.2021 z vlakom (Celovec-Dunaj-Varšava), za katerega sem odštela 70€. Ker sem cepljena proti Covidu-19, nisem rabila opraviti testa ali obvezne karantene. V Varšavi sem stanovala v študentskem domu Medicinske univerze, za katerega sem plačevala 130€ na mesec za dvoposteljno sobo z lastno kopalnico. Kuhinja je skupna, na voljo je še pralnica (1€ za eno pranje), fitnes, računalniška soba, soba za učenje. Sami smo si morali kupiti posode za kuhat, pribor, krožnike, kozarce in posteljnino. Do glavnega kampusa Medicinske univerze je 20min s tramvajem. Življenje v študentskem domu je bilo res super, sploh v času Covida-19, saj smo se lahko vsaj malo družili z ostalimi študenti. Receptorke v domu so načeloma kar stroge, vendar študentski dom res priporočam! Se je pa treba zelo hitro prijaviti, saj dodelijo sobe po principu prvi pride – prvi melje. Drugače so cene za sobe v skupnem stanovanju podobne kot v Ljubljani, večina studentov pa si jih najde preko platforme Pepehousing.

V Varšavi sem opravljala predmete 5. letnika: Oftalmologija (Ophthalmology – 5. letnik), Endokrinologija in bolezni presnove (Endocrinology + Diabetology – oba 5.letnik), Obtočila (Cardiology – 6. letnik), Dihala (Pulmonology – 6. letnik), Onkologija (Oncology – 5. letnik) ter Izbirni predmet – Polish Language. Predmete sem opravljala skupaj s študenti, ki so vključeni v English Divison Programme. Predmeti večinoma trajajo 1 do 3 tedne. Organizacija je nekoliko slabša kot na Ljubljanski fakulteti, priporočam, da sproti spremljate spremembe urnika ter ste vztrajni s pisanjem e-mailov in pridobivanj informacij o predmetih, izpitih in ocenah. Predavanja in seminarje sem imela preko spleta (vsi profesorji večinoma uporabljajo e-learning platform ali MS Teams). Vaje so pri vseh predmetih potekale v živo (razen pri predmetu dihala), v dopoldanskem času. Zdravniki in študentje zelo dobro govorijo angleško, pacienti večinoma ne, so pa zato zdravniki vse prevajali. Zdravniki so bili zelo prijazni, pripravljeni odgovoriti na vsako vprašanje. Predvsem bi pohvalila vaje za ophthalmology, cardiology in endocrinology.

Vsakemu študentu je že pred izmenjavo dodeljen »Erasmus buddy« - poljski študent medicine, ki ti je v veliko pomoč. V prvem tednu so organizirali Orientation week z dejavnostmi, ki so bile takrat dovoljene – bowling, ogled muzejev, ogled starega mesta, izlet v Wilanow.

Varšava je ogromno mesto z velikim številom parkov, kar mi je bilo zelo všeč. Imajo zelo dobro urejen javni prevoz. Kupila sem si trimesečno vozovnico, s katero se lahko voziš z avtobusi, tramvaji in metrojem. Vozovnica stane 30€ (50% znižana s študentsko izkaznico). Za prevoz in naročanje hrane iz restavracij smo velikokrat uporabili Uber, ki je tudi poceni. Cene živil v trgovinah so nekoliko cenejše kot doma (hodila sem predvsem v Biedronko, pa tudi v Lidl, Carrefour in Zabko). Definitivno priporočam, da poskusite tradicionalna poljsko hrano. Poljaki niso najbolj naklonjeni tujcem, večinoma ne razumejo angleško. Zelo pa cenijo, če znaš vsaj osnove poljščine, ki se je lahko zelo hitro naučiš. Izleti po Poljski so zelo enostavni in poceni – praktično povsod se da priti z vlakom. Prav tako je Poljska odlično izhodišče za potovanja v druge države (sama sem odšla v Stockholm, na Islandijo, v Litvo, Latvijo ter Estonijo).

Erasmus izmenjavo bi priporočala res vsakemu, je izjemna izkušnja, kjer spoznaš super super ljudi iz celotne Evrope, dobiš vpogled v drug zdravstveni sistem ter veliko potuješ. Priporočam tudi, da se odpravite na izmenjavo za celotno leto! (nam so zaradi Covida-19 na žalost odpovedali zimski semester).

23. POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze v Gdanku (Nika Jeromel)

V študijskem letu 2020/2021 sem se udeležila Erasmus+ študijske izmenjave na Poljskem, v mestu Gdansk na Medical University of Gdansk. Tam sem opravljala vse predmete 5. letnika UL MF – razen sodne medicine ter maksilofacialne kirurgije s temelji sodne medicine.

Študij je potekal v angleščini v obliki obveznih seminarjev in vaj. Univerza ima poljski in angleški modul – jaz sem se pridružila slednjemu. Študenti so razporejeni v 7 skupin, in vsaka izmed skupin ima različni urnik – vsaka skupina se v določenem tednu udeleži različnega predmeta, v petek pa sledi izpit. Torej je stil podoben kot v Ljubljani, le da so predmeti opazno krajši. Večina predmetov poteka en teden. Izjema so bili zgolj onkologija, otorinolaringologija ter oftalmologija, ki so potekali po dva tedna. Ne glede na to, da je letošnja zimo zaznamovala epidemija, je študijski program potekal relativno normalo. Razen seminarjev, ki so potekali online, so vse vaje potekale v živo v bolnišnici. Običajno smo v ponedeljek in torek imeli online seminarje, pri katerih je obvezna prisotnost, v sredo in četrtek pa vaje na oddelkih/ambulantni. V petek so običajno bile vaje online ter izpit na moodle platformi. Z obveznostmi smo zaključili vsak dan okoli enih/dveh – tako da smo imeli cel popoldan prosto. Všeč mi je bilo tudi to, da so bili izpit v petek in tako smo študentje imeli vikend prost in brez obveznosti.

Težavnost izpitov se pri njih razlikuje glede na predmete. Meni najtežja predmeta sta bila onkologija ter kardiologija 1. Velik poudarek je na diagnozi bolezni in zdravljenju, patofiziologija bolezni jih ne zanima toliko. V tem se mi zdi da se je program veliko razlikoval od ljubljanskega. Sprva me je vsa farmakologija presenetila, ampak se mi zdi, da bi se trenutno zaradi vsega pridobljenega kliničnega znanja v bolnišnici znajdla veliko bolje.

Živela sem v stanovanju, ki sem si ga delila z dvema drugima Erasmus študentoma. Naše mesto pod soncem smo si našli v stanovanjskem naselju Zasp (aka ljubljansko Štepanjsko naselje). Zasp se nahaja nekje na sredini med samim centrom Gdanska in mestom Sopot. Do fakultete sem imela okoli 20 minut s tramvajem, centra mesta pa deset minut z SKM (hitri vlak). Stanovanje smo našli preko facebooka, mesečno pa smo plačevali 1000 zł (kar je iskreno kar visoka cena za najemnico v Gdanku – seveda pa lastniki vidijo priložnost v Erasmus študentih in posledično malo »zasolijo« ceno). Cena javnega prevoza je za študente 51% reducirana. Tako je karta za eno vožnjo stala 1,8 zł (kar je cca 40 centov). Možen je nakup mesečne karte, za katero pa se nisem odločila, saj sem imela tudi kolo.

Ker so bile velik del leta restavracije in bari zaprti, smo z ostalimi študenti organizirali mednarodne večerje in se družili na tak način. Hrana v Gdanku je poceni, sploh v manjših marketih. Zelenjavo in sadje sem večinoma kupovala na tržnici, ostala živila pa v trgovinah kot so Lidl ali Biedronka. V nedeljo (ko so vsi večji trgovski centri in živilski marketi na Poljskem zaprti) nas je reševala Zabka – to je manjša verižna trgovina, ki pa ponuja vse kar rabiš za pripravo enostavega obroka. Kilogram jagod v Gdanku je spomladi 9 zł (cca 2 eur), kilogram češenj 10 zł (2,20 eur). Rastlinsko mleko 7 zł (1,5 eur), polnozrnat hleb kruha s semeni 4,5 zł (1 eur), testenine iz čičerikine/lečine moke 10 zł (2,20 eur), tempeh 11 zł, tofu okoli 4 zł ... So pa obstajali tudi produkti, ki so bili dražji kot v Sloveniji – presenetile so me cene avokada, špargljev ...

Meni eni izmed ljubših stvari na Poljskem je tudi enostavnost potovanja med večjimi mesti. Cene vlakov so nizke, študenti pa prav tako v tem primeru uživajo 51% študentski popust. Gdansk ima tudi svojo letališče, ki ima veliko letalskih povezav z ostalimi evropskimi mesti – največ in najpogosteje s skandinavskimi, saj v Gdanku študira veliko Norvežanov in Švedov. Iz Gdanska vozi tudi direktni vlak v Berlin, Baltske države so dostopne z avtobusom iz Varšave, Praga z avtobusom iz Wroclava (Ecolines), dobre pa so tudi povezave s vzhodnimi evropskimi državami – Rusija, Ukrajina, Belorusija.

V okolici Gdanska je veliko možnosti enodnevnih izletov – klifi v Gdinyi, Malbork, Hel, Sopot, Mewia Lacha, Westerplatte, plaže Brzezno ali Stogi, park Oliwa, nedeljski sejem v Oliwi ... Priporočam tudi obisk muzeja druge svetovne vojne. Najbolje se je v restavraciji Manna 68, najboljši pierogi so v Mandu, največ restavracij pa se nahaja v Wrzeszczu. Najboljše žurke so v Elektrykow in Crackhouse, večina ostalih klubov (podobnih ljubljanskemu Cirkusu ali Top-u) pa

se nahaja v Sopotu in centru Gdanska. Nedelje in ležerne večere se najboljše preživlja na plaži, študentskih domovih ali v 100czni z ostalimi študenti. Izmenjva je bila zame res super izkušnja, in komaj čakam, da jo ponovim.

24. ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Katarina Černač)

Destinacija izmenjave

Že od nekdaj sem vedela, da se bom enkrat tekom študija odpravila na Erasmus izmenjavo. Moja prva želja je bila opravljati izmenjavo v državi, katere jezik poznam. Še vedno namreč menim, da je vsaj kar se tiče kliničnih vaj izmenjavo mnogo lažje in bolje opravljati v državi, kjer govoriš jezik ljudi. Zato sem se po pregledu možnih destinacij odločila za Las Palmas de Gran Canaria – špansko sem se učila v srednji šoli, v poročilih preteklih let sem prebrala, da imajo odlične klinične vaje, poleg tega pa me je veselila možnost preživeti 1 leto na otoku.

Epidemija

Priprave na izmenjavo in samo izmenjavo je seveda na vsakem koraku spremljala situacija s koronavirusom. Najprej podpisovanje listin, ki je potekalo preko mailov, nato pa seveda vsa negotovost v povezavi z odhodom. Ampak na srečo na Gran Canarii izmenjav niso odpovedali (kot se je na primer zgodilo na Tenerifih) in glede na situacijo v ostali Evropi smo jo na otokih večji del leta odnesli zelo ugodno, tudi zaradi toplejšega podnebja (bari in restavracije so bili ves čas odprti, večino časa ni bilo policijske ure, v bolnišnici smo imeli precej kliničnih vaj). Seveda je epidemija prinesla mnogo sprememb v izkušnji Erasmus izmenjave, je bila pa ta letos še toliko bolj posebna in zame vsekakor najboljša možna odločitev.

Nastanitev in okvirni življenjski stroški

Že pred odhodom sem na različnih spletnih straneh (Piso compartido, Idealista) in v Facebook skupini iskala možnosti nastanitve, ker pa sem želela stanovanje videti v živo sem se z lastniki dogovorila za ogled po prihodu v Las Palmas. Zaradi situacije s koronavirusom je bilo izbire kar precej, se pa cene najema gibljejo nekje od 250-350 evrov + stroški (enoposteljna soba v stanovanju z ostalimi študenti), odvisno je seveda tudi od lokacije. Sama sem za enoposteljno sobo v hiši, kjer smo večinoma živeli študenti, plačevala 300 evrov z vključenimi stroški. Cene v trgovinah, barih in restavracijah so podobne kot pri nas, cene lokalnih pridelkov na tržnici pa so pogosto zelo ugodne. Javni prevoz imajo za študente izredno dobro urejen, saj za 28 evrov mesečno (od januarja naprej celo samo za 20 evrov/mesec) brez omejitve uporabljaš guague (njihovi avtobusi) po mestu in celem otoku. Za to si je potrebno urediti NIE (številko na policiji), poleg tega pa zelo priporočam tudi empadronamiento (prijava na upravni enoti), saj ti prinese 75 % popust na letalske karte med otoki in celinsko Španijo ter druge ugodnosti (vsekakor se spleča porabiti nekaj dni za urejanje španskih papirjev).

Jezik izvajanja študijskega programa

Celoten študij poteka v španščini, in čeprav sem se sama še največ naučila tekom leta, bi bilo brez osnovne podlage iz srednje šole precej težko. Zato vsekakor priporočam vsaj B1 pred odhodom. Je pa tekoča španščina ena od najbolj uporabnih veščin, ki sem jih odnesla od Erasmus.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Po tem, ko sem izvedela, da sem dobila izmenjavo na Gran Canarii, sem začela z zbiranjem podpisov listin. Na izmenjavi sem lahko opravljala skoraj vse predmete 5. letnika (1. semester: ORL, Kardiologija, Dihala, Pediatrija, poleg tega še tečaj španščine; 2. semester: Ginekologija, Endokrinologija, Hematologija, Onkologija, Oftalmologija, izbirni predmet). Doma moram opraviti še izpit iz Maksilofacialne kirurgije, Sodno medicino in nekaj vaj.

Za prijavo na njihovi fakulteti je potrebno na spletno platformo naložiti LA, potrdilo o zavarovanju (osnovno in dodatno) ter kopijo osebne izkaznice. Vse informacije glede prijave so nam pošiljali preko maila, tako da s tem nisem imela težav. Tudi na mail so bili precej odzivni, edino včasih jih je bilo potrebno večkrat opomniti, da so mi poslali kakšen dokument. Ampak na koncu se je vedno vse uredilo, tako da se z neodzivnostjo nisem preveč obremenjevala.

Zaradi epidemije je pouk letos potekal malo drugače – na začetku leta se najprej ni vedelo, kakšna bo situacija s kliničnimi vajami, tako da smo začeli zgolj s predavanji na način semi-presencial: v razredu je bilo lahko prisotnih 30 študentov, ostali pa so predavanja spremljali doma prek aplikacije Microsoft Teams. Najprej se je vzpostavil sistem rezerviranja sedežev vnaprej, ampak na koncu nas je tako malo hodilo na predavanja v živo, da ni bilo potrebe za to. Čeprav sem imela sprva kar nekaj težav z razumevanjem hitre španščine, s katero govorijo profesorji, sem do konca 1. semestra brez težav spremljala vsa predavanja. Na Gran Canarii imajo s predmeti podoben sistem kot pri nas v prvih treh letnikih – leto je razdeljeno na 2 semestra, po vsakem pa je izpitno obdobje. Nekatere predmete se lahko opravi s kolokviji tekom semestra. Kmalu so nam zaradi izboljšanja situacije s koronavirusom omogočili tudi praktične vaje – obvezne so bile 2 tedna vaj pediatrije in 2 tedna ginekologije, sama sem se dogovorila še za vaje 4. letnika (3 tedne na splošni kirurgiji in 3 tedne na pnevmologiji in torakalni kirurgiji, na koncu leta pa sem 1 teden šla pogledat še na srčno kirurgijo). Na (mojo) srečo je bila situacija s koronavirusom tekom celotne izmenjave v Gran Canarii boljša kot v Sloveniji, je pa res, da so precej hitreje in ob manj okužbah zelo hitro vzpostavili več omejitev. V prvem semestru smo imeli kolokvije prek spleta, od zimskega izpitnega obdobja naprej pa večinoma v živo. Učenja je kar precej, ocene pa pogosto ne ravno blesteče (ocene 9 in 10 so tukaj redkost), izpiti so večinoma na sistem multiple-choice, nekateri v kombinaciji s kliničnimi primeri (esejski odgovori).

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF

Najboljši del študija so mi bile vsekakor klinične vaje, saj so odnosi med študenti in zdravniki večinoma zelo sproščeni (ampak seveda spoštljivi), na oddelku sta večinoma po največ 2 študenta (jaz sem bila velikokrat tudi sama in so se mi res posvetili). Sproščen in odprt odnos ljudi ter pripravljenost na pomoč je bilo drugače opaziti na vsakem koraku (na guagui, v trgovini, v bolnišnici...), čeprav so bili zaradi epidemije vsi nekoliko bolj previdni.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Izpostavila bi super klinične vaje, veliko druženj z Erasmus študenti v mestu ter ogromno možnosti za raziskovanje otoka in šport. Na začetku mi je še največjo oviro predstavljal jezik, ampak sem ob druženju s Španci hitro napredovala in brez težav sledila predavanjem in vajam. Kar bi se lahko izboljšalo je organiziranost tukajšnjih študentov v Whatsapp skupine letnikov, ki jih je potrebno redno spremljati (ker se drugače informacije hitro izgubijo), in pa kakšna olajšava na fakulteti za Erasmus študente (saj smo bili v vsem enaki španskim študentom – to se je še posebej poznalo pri online kolokvijih, pri katerih je bil čas res omejen).

Skratka, izmenjava na Gran Canarii je bila neverjetna izkušnja, ki me je naučila ogromno. Vsekakor jo priporočam vsem, ki si želijo malo drugačne izmenjave na otoku v živahnem španskem okolju. Za kakršnakoli vprašanja/nasvete pa mi lahko pišite na katarina.cernac@gmail.com.

25. ŠVEDSKA – Univerza v Göteborgu (Mia Krebs)

Spomladi leta 2021 sem opravljala Erasmus+ študijsko izmenjavo v Gothenburgu na Švedskem, ki je trajala 4 mesece. Izmenjava je bila organizirana v okviru NPHC (Network of Primary Healthcare), kjer sodelujeta Medicinska fakulteta Univerze v Ljubljani in Sahlgrenska Academy Univerze v Gothenburgu.

Stanovala sem v študentskem naselju SGS Olofshöjd, kjer je bivalo veliko tujih in domačih študentov ter mladih ljudi. Z iskanjem in pridobitvijo nastanitve nisem imela težav, saj se je zaradi epidemije COVID-19 število študentov, ki so potrebovali stanovanje, zmanjšalo. Prošnjo za stanovanje in najem sem po potrditvi izmenjave s strani Univerze v Gothenburgu opravila zelo preprosto prek spletne strani SGS. Za večjo sobo z lastno kopalnico in vključenimi stroški za elektriko, ogrevanje, vodo in internet sem plačevala 380 EUR na mesec. Kuhinja je bila velika in prostorna, delila pa sem jo z osmimi študenti. Dodatnih stroškov za hrano in prosti čas sem imela mesečno med 200 in 300 EUR.

Študentsko naselje je od Sahlgrenske Academy oddaljeno 2,5 kilometra; tja sem šla največkrat peš, včasih pa tudi s kolesom. Gothenburg je odlične velikosti za kolesarjenja, a je včasih zahtevno, ker mesto leži na hribovitem področju. V bližini mesta je veliko neokrnjene narave, jezer, gozdov in plaž, kjer ljudje preživljajo prosti čas in se ukvarjajo s športom. Sama sem kupila rabljeno gorsko kolo, ki sem ga uporabila tako za kolesarjenje po mestu kot tudi po kolesarskih poteh v naravi. Javni prevozi so dobro organizirani in točni, karta pa vključuje tudi trajekte prek rečnega kanala in med posameznimi otoki v bližnji okolici mesta, ki so odlični za dnevne izlete.

Kljub epidemiji COVID-19 je bilo življenje na Švedskem podobno življenju pred epidemijo. Maske so bile samo priporočilo, tako da jih večina ljudi ni uporabljala. Lahko smo obiskovali kavarne in restavracije, a so imele omejeno število oseb na mizo in do poletja omejen delovni čas zvečer. Največ prijateljev sem spoznala v študentskem domu, kjer je bivalo tudi veliko drugih Erasmus študentov. Družili smo se v manjših krogih prijateljev, večjih organiziranih dogodkov pa do poletja ni bilo. Zaradi študija od doma smo si lahko študenti bolje organizirali prosti čas za potovanja in druženje. Ker so bili dnevi od pomladi naprej vedno daljši in se je vreme popravilo, smo veliko časa preživeli v naravnih parkih ob jezerih ali morju.

Po potrditvi izmenjave s strani naše Mednarodne pisarne sem morala najprej pristopiti k prof. dr. Rotar Pavlič s Katedre za družinsko medicino, ki je koordinatorka NPHC izmenjav na domači fakulteti. S podpisanim študijskim sporazumom sem potem kontaktirala Erasmus koordinatorko, Håkana Perssona, in mentorja, prof. dr. Bledarja Daka, na Sahlgrenska Academy. Prijava na univerzo in organizacija samega študija poteka s pomočjo spletnega portala, na katerega sem morala naložiti potrebne dokumente, in spletne učilnice Univerze v Gothenburgu. Na Švedskem sem opravljala samo en predmet, raziskovalno delo na področju družinske medicine, ki je na naši fakulteti priznано kot predmet Primarno zdravstveno varstvo.

S pomočjo prof. Daka in sestankov prek spleta sem si izbrala temo raziskave in naredila načrt raziskave že pred odhodom na Švedsko. Sodelovala sem predvsem s prof. Daka, ki je član raziskovalne skupine na Sahlgrenska Academy, ki vsebuje približno 10 ljudi in vključuje tudi nekaj študentov z Univerze v Gothenburgu. Z raziskovalno skupino smo imeli spletne sestanke na mesečni ravni, s prof. Daka pa skoraj vsak teden. Pred epidemijo je delo potekalo v prostorih raziskovalne skupine, v tem semestru pa smo delali od doma. Profesor Daka je odličen mentor z veliko izkušnjami, ki me je vodil od načrtovanja raziskave, iskanja in interpretacije člankov, zbiranja in analiziranje podatkov s programom SPSS do pisanja članka in končne predstavitve raziskovalnega projekta pred raziskovalno skupino. Potrebni računalniški programi so študentom Univerze v Gothenburgu na voljo brezplačno. Urnik sem si delala sama, tedensko pa sem svoj napredek in težave, s katerimi sem se srečala, poročala mentorju. S prof. Daka sem se nekajkrat videla v živo, ostalih članov raziskovalne skupine in študentov pa v okviru dela nisem imela priložnosti srečati.

V okviru NPHC izmenjave sem opravila tudi dva tedna kliničnih vaj. Delno sem čas preživela v ambulanti družinske medicine prof. dr. Daka, delno pa v ambulanti družinske medicine v drugi

kliniki pod okriljem dr. Osmančevica. Ker Švedsko nisem znala dobro, se je večina bolnikov potrudila in v abulanti govorila angleško, pri ostalih pa sta mi mentorja pomagala s prevodi. Delo družinskih zdravnikov na Švedskem je zelo obširno in zanimivo, tako da sem se v tem času veliko naučila. Z vajami sem imela priložnost tudi površinsko spoznati švedski zdravstveni sistem. Presenetila me je odlična organizacija urnikov in postopkov ter napredna digitalizacija podatkov o pacientih, ki omogočata zelo učinkovito delo in prenos informacij med zdravstvenimi ustanovami.

Izmenjava v Gothenburgu mi je prinesla veliko znanja na področju raziskovanja v medicini in pisanja znanstvenih člankov, kar sem v okviru obveznega dela študija v Ljubljani spoznala le površinsko. Obnovila in nadgradila sem tudi svoje znanje statistike z drugega letnika in se naučila uporabljati statistične računalniške programe, kot je SPSS. Vse je potekalo pod okriljem izkušenega in prijaznega mentorja ter v sodelovanju s skupino strokovnjakov, ki so mi pomagali ter me usmerjali z idejami in nasveti. Menim, da je NPHC izmenjava na Sahlgrenska Academy odlična izbira za tiste, ki si želijo pridobiti znanje in izkušnje na področju raziskovanja v medicini, ob tem pa spoznati Švedsko in prijatelje po svetu.

26. TURČIJA – Univerza Acibadem v Istanbulu (Anja Justin)

Na izmenjavo sem odšla v Turčijo, in sicer v Istanbul na univerzo Acibadem, School of Medicine. Nastanitev v Istanbulu se najde relativno z lahkoto, sama sem se po priporočilih obrnila na Facebook skupine (npr. Erasmus flats in Istanbul, itd.) in jo našla 2 tedna pred odhodom. Koordinatorica s faksa v tujini mi je poslala še nekaj spletnih strani s stanovanji in mi bila na razpolago. Svetovala mi je tudi v katerem predelu mesta naj si najdem nastanitev, da bom kar se da blizu metroju oz. podzemni železnici, ki je res najhitrejši način transporta tudi do bolnice, kjer sem imela vaje. Imela sem sicer srečo, da sta bila istočasno v Istanbulu na praksi 2 študenta medicine iz Slovenije, ki sem ju prosila, naj gresta na ogled stanovanja oz. sobe namesto mene in mi poročata, če je izbira v redu. Tudi za njiju sem izvedela preko tovrstne FB skupine. V primeru da v neznanem mestu ne poznaš nikogar, svetujem nastanitev v hostlu/hotelu za prvih nekaj dni, od koder greš lahko potem sam na ogled stanovanj in si naslednji teden že v »svoji sobi«. V Istanbulu to ni problem, saj je v vsakem trenutku na voljo veliko stanovanj. Tako sem dobila prvo sobo za katero sem se zanimala in bila v prihodnje z izbiro zelo zadovoljna. Imela sem veliko sobo s svojo kopalnico in balkonom, za katero sem na mesec odštela okrog 200€. (Sobo lahko sicer dobiš še ceneje, za celo stanovanje lahko odšteješ okrog 500€ mesečno.) V stanovanju nas je bilo skupno 6 – 2 Tunizijki in 3 Irančani, krasni ljudje s katerimi smo se odlično razumeli, od njih pa sem se tudi mnogo naučila. Na splošno je življenje v Istanbulu približno pol cenejše kot v Sloveniji, v trgovini sem za večji nakup osnovnih potrebščin in hrane (toliko stvari kot sem jih naenkrat lahko nesla) odštela največ 20€ (okrog 200 turških lir), za manjši nakup sicer cele vreče hrane včasih 3-5€. Trenutno se s pretvorbo iz evra v lire v Turčiji lahko zelo dobro živi, tako da mi je Erasmus štipendija pokrila večino stroškov celotne izmenjave.

Ko sem dobila odobreno izmenjavo, se je ravno začela epidemija covida, zato so se začasno vsi postopki nekako ustavili oz. upočasnili. Tako sem konec avgusta ali septembra sama kontaktirala fakulteto v Istanbulu preko maila. Potrdili so mojo prijavo in bili od takrat naprej v kontaktu z mano. Naj omenim da je še posebej zaradi epidemije sprva odgovor od fakultete lahko trajal kar dolgo tudi do 10 dni, vendar sem kasneje mesec ali dva pred odhodom dobila Whatsapp kontakt koordinatorke, kjer pa je bila dosegljiva zelo hitro in sva se glede programa slišali tudi po telefonu. Kasneje mi je uredila tudi vizo, ki jo sicer tujci potrebujejo za bivanje, daljše od 3 mesecev. Sama sem izmenjavo v Istanbulu začela v začetku aprila od konca julija, opravljala sem ORL, kardiologijo, ginekologijo in dermatologijo, ki sem jo imela sicer že opravljeno, vendar se je (ponovno zaradi epidemije) v urniku pojavila luknja, ki sem jo zapolnila z dermatologijo, kjer naj bi mi priznali dodatne kreditne točke. V Sloveniji sem pred tem opravila ostale izpite, kjer sem kombinirala urnik

z različnimi rotacijami, tako da so na koncu ostali le še predmeti, ki naj bi jih opravila v tujini. Predavanja so bila včasih le zaradi mene večinoma res vsa v angleščini, kar je definitivno prednost Acibadem univerze, saj je privatna in imajo že na splošno pouk oz. literaturo v angleškem jeziku. Večina profesorjev jo obvlada, prav tako tudi študenti, zato z jezikom res ni bilo problema. Nasprotno je sicer v bolnicah, kjer skoraj nihče ne govori angleško, vendar smo imeli vaje ena na ena s profesorji, ki so ti primere nato prevedli in govorili angleško. Pred predavanji so imeli na njihovi spletni učilnici posneta skoraj vsa predavanja, ki naj bi si jih študenti pred uro v živo namenjeno diskusiji, sami ogledali. Predavanja, ki so sledila v živo so bila ves čas online, vaje pa na kliniki – lahko si si izbral sebi najbližjo Acibadem bolnico (v Istanbulu jih je več). Prednost vaj je definitivno individualen pristop in dobri mentorji, ki se v večini zelo potrudijo za študenta slabost pa to, da smo na vajah večinoma le opazovali. Acibadem je skupina prestižnih bolnišnic, sama še nisem videla lepših prostorov in bolj idealnih pogojev za delo, vendarle so privatne in tudi za paciente kar drage. Prednost ali slabost tega je, da so pacienti večinoma bogati ljudje Istanbula, kar nekoliko zmanjša raznolikost primerov, vendar je po svojem tudi to svojevrstna izkušnja, sicer pa odvisno od področja. Slabost je morda tudi, da zdravniki s pacienti govorijo turško, vendar drugače ne gre. Vsi izpiti so bili le ustni, vsak po koncu predavanj in vaj predmeta, večinoma sta bila na izpitu dva izpraševalca, eden za internistični, drugi za kirurški del izpita. Profesorji so bili prijazni, izpiti morda nekoliko lažji kot v Sloveniji, razen morda tam, kjer imamo doma le pisni izpit, v tujini pa sem imela ustnega – to je bilo težje.

Dobre plati študija na univerzi Acibadem so bile vsekakor odzivnost, prijaznost in strokovnost profesorjev, ki so ti bili vedno na razpolago, na vajah pa je bil z določenim zdravnikom le 1 študent. Tudi skupine študentov pri določenem predmetu so bile dokaj majhne, manj kot 20 študentov ma rotacijo, ker je univerza za Turke plačljiva in ima zelo omejeno število mest. Dobra stran programa je tudi večje osredotočanje na osnove in temelje področja in ne nujno vsako podrobnost, saj če je teh preveč, na koncu pozabiš tudi, kar je pomembno. Fakulteta in bolnice pa so izredno moderne in lepo urejene. Univerza je za Erasmus študente organizirala tudi večerjo, kjer smo za darila dobili halje z všitimi imeni in znakom univerze. Tuji študenti so sicer v kontaktu preko Whatsapp skupine, žal pa fakulteta nima svoje Erasmus organizacije, tudi študentov in tujine je na splošno nekoliko manj, zato za spoznavanje novih ljudi priporočam udeležitev na Erasmus dogodkih drugih univerz ali splošne skupine Erasmus Istanbul.

Osebno bi izmenjavo v Turčiji priporočala vsem, ki si upajo doživeti nekaj novega, živahnega, morda norega in nepozabnega. S strani Turčije nisem imela nobenih težav, Istanbul pa je glede na število prebivalcev (15-20 milijonov) eno bolj varnih mest na svetu. Resnično se niti enkrat nisem počutila nevarno ali nelagodno, saj so Turki izredno prijazni ljudje, vedno pripravljeni pomagati, vendar pravijo, da če se znaš znajti v Istanbulu, se znaš kjerkoli. Istanbul je kot svet v malem, združitev zahoda in vzhoda v vseh pogledih. Je čudovito mesto, kjer se znajdeš med ljudmi iz vsega sveta, skleneš prijateljstva, za katera prej nisi mislil, da so mogoča, se naučiš zanašati na intuicijo in samega sebe ter sprejemati vse mogoče drugačnosti. Je najboljša izkušnja do zdaj, nekaj kar je v veliki meri prispevalo k osebni rasti ter razširitvi obzorij in srca.

POROČILA – PRAKTIČNA USPOSABLJANJA

1. AVSTRIJA – KUK Linz (Maida Beganovič)

Erasmus prakso sem opravljala med 01.07. in 31.08.2021 (8 tednov) na Kepler Universitätsklinikum (KUK) v Linzu, na oddelku za nevrologijo. Mesto je z okoli 200.000 prebivalci tretje največje v Avstriji. KUK je relativno velik kompleks bolnišnic, ki zaposluje 6.500 zdravstvenih in drugih delavcev ter razpolaga s 1.800 posteljami. KUK je zelo razvit in dobro opremljen, razpolaga pa bolj ali manj z vsem, kar je v sodobni medicini na voljo.

Linz kot mesto ni ravno dih jemajoče, saj je velik del mesta posvečen industriji, majhno staro mestno jedro pa je podobno ostalim srednjeevropskim mestom. Čudovit kotiček pa vendarle predstavlja obala Donave. Panoramski pogled nudi hrib na robu mesta, Pöstlingberg, do katerega pelje tudi žičnica. Povsod izven mesta v regiji je ogromno zanimivih in lepih izletniških krajev in jezer, vrednih obiska (Hallstatt, Traunsee, Mondsee, Attersee, Bad Ischl, Gmunden, več drugih prijetnih manjših mest, v bližini pa se nahaja tudi nekdanje koncentracijsko taborišče Mauthausen – priporočam obisk). Prav tako je Dunaj oddaljen le približno uro vožnje.

Med samo prijavo sem prosila za pomoč pri iskanju nastanitve in jo zlahka dobila, saj Univerzitetna klinika Linz razpolaga z dvema stanovanjskima stavbama, ki sta priležni centralnemu bolnišničnemu kompleksu. V stavbi živijo študentje ter zdravstveno osebje, ki potrebuje prehodno nastanitev. Vsa stanovanja so enaka, gre za garsonjere velikosti 23 m², s kuhinjo, presenetljivo prostorno kopalnico, jedilno in pisalno mizo ter ogromno prostora za shrambo. Cena mesečnega najema s stroški vred je 340€. V pritličju so na voljo pralni stroji, za uporabo le-teh pa je potrebno kupiti elektronsko kartico, ki omogoča uporabo mestne elektrike za pralne in sušilne stroje, posamezno pranje pa je izredno poceni, okoli 20 centov.

Javni promet je odlično urejen, na voljo so tramvaji in avtobusi, vozovnica za cel semester stane 70€, sama pa sem uporabljala kolo.

Med prakso sem v menzi imela vsak delovni dan zagotovljeno brezplačno kosilo, hrana je za bolnišnično menzo bila dobra, na voljo pa je bilo vedno več glavnih jedi, solat, juh in sladice.

Prijavila sem se šele dva meseca pred začetkom izmenjave, saj se zavrlo epidemiološke situacije nisem želela prijavljati prezgodaj, nekaj časa pa tudi marsikje niso sprejemali tujih študentov. Postopek je potekal hitro, kontaktirala sem nevrološko kliniko neposredno, saj je bil to po predhodnih izkušnjah najhitrejši način. Birokracijo v povezavi s štipendijo sem urejala retrogradno z našo in njihovo Erasmus pisarno ter uradno mentorico na oddelku.

Vseh osem tednov sem opravila na nevrološki kliniki na Neuromed Campus (NMC), t.j. eni izmed dveh nevroloških organizacijskih enot KUK. NMC je kot samostojna bolnišnica eden izmed največjih nevroloških centrov v Avstriji in tudi sicer eden izmed večjih v regiji. Posvečena je nevrološkimi, psihiatričnim in nevrokirurškim obolenjem. Znotraj kompleksa je zagotovljena tudi praktično vsa diagnostika, saj imajo tudi oddelek za radiologijo, ki opravlja tudi nuklearnomedicinske preiskave ter oddelek za patologijo.

Delo se je pričelo vsak dan ob 7:30 z jutranjim raportom in trajalo do 16:00, občasno sem odšla tudi prej, a sem večinoma ostala kar do konca delovnega časa, izjemoma tudi dlje. Nekaj, česar v Ljubljani ni bilo, je vsakdanji radiološki sestanek, kjer se zberejo zdravniki iz vseh nevroloških pododdelkov in si skupaj z radiologom/injo v sejni sobi ogledajo MR in CT posnetke opravljene prejšnji dan. Vsak četrtek poteka cerebrovaskularni konzil, pred epidemijo COVID-19 je potekal tudi konzil, kjer so obravnavali nuklearnomedicinske posnetke. Vsak drug četrtek poteka tudi enourno izobraževanje za specializante.

Z vključitvijo v redno delo na oddelku sem izredno zadovoljna. Postopoma sem od tega, da sem večino časa na začetku le poslušala in opazovala, prišla do tega, da sem samostojno delala sprejeme

pacientov, diktirala odpustna pisma, naročala preiskave, večkrat pa so mi dovolili tudi izvesti likvorsko punkcijo pod nadzorom specializanta/ista. V času, ko je bilo nekaj zdravnikov odsotnih zaradi dopustov sem za nekaj tednov prevzela večino obveznosti specializanta. Patologija je bila raznolika, od pogostih radikulopatij, vrtoglavice, glavobolov do tumorjev, redkih miozitisov, polinevropatij, parkinsonizmov plus, epilepsij... – tukaj lahko vidiš vso širino nevrologije. Na samem oddelku sem bila edina študentka, ki je opravljala obveznosti v smislu KPJ, zato sem lahko delala in se naučila res veliko. Drugih Erasmus študentov ni bilo, so pa med tem časom KPJ opravljali številni avstrijski, nemški in nekaj študentov s Češkega in Poljskega, tako je za družbo bilo poskrbljeno, vsekakor pa vse v lastni režiji, saj uradnih dogodkov vsaj med poletjem ni bilo. Izpostavila bi pa, da je vse delo potekalo izključno v nemščini, ki je le malo podobna knjižni nemščini, saj so v Zgornji Avstriji ponosni na svoj dialekt – tako sem kljub znanju nemščine na ravni C1 prva dva tedna porabila za privajanje na dialekt. Nekomu, ki mu nemščina predstavlja težavo, ne bi priporočila tega kraja, saj je kljub temu, da gre za industrijsko izjemno razvito in bogato regijo, Zgornja Avstrija vendarle v marsičem pretirano provincialna in zaprta.

Večino časa na oddelku sem preživela s specializantom in pripravnikom, ki sta približno mojih let, tudi specialist pa je bil prisoten v rednih intervalih in pripravljen na odgovarjanje na nevrološka vprašanja. Na splošno je tim v NMC zelo mlad, tudi specialisti in docenti so kvečjemu stari okoli 50 let, kar je delno posledica tudi tega, da je Linz komaj pred 7 leti dobil medicinsko fakulteto, zato se akademska struktura še vedno vzpostavlja in ni stroge hierarhije s starimi akademiki. Vzdušje je zato tudi bolj sproščeno ter se, z izjemo primarija, med seboj vsi tikajo.

V primerjavi s Slovenijo je opazna razlika v količini denarja, vloženegega v zdravstvo, tukaj se za tudi za paciente z osnovnim zdravstvenim zavarovanjem čudovito poskrbi, vse preiskave se dobi hitro, rehabilitacija se odobri vsem, za katere jo zdravnik predlaga, medicinske sestre in tehniki niso preobremenjeni, ne delajo 24-urnih dežurstev, temveč le izmensko. Zdravniki pa tudi delajo največ 48 ur, omejitve pa se vsi strogo držijo, ter dan po dežurstvu po raportu odidejo domov.

Kljub temu, da Linz ni bil moja prva izbira in sem nanj pristala predvsem zaradi težav pri urejanju prakse drugje, sem retrogradno z opravljeno izmenjavo zadovoljna, saj je iz strokovnega vidika bila koristna veliko bolj kot sem pričakovala, zaradi sprejetosti v mlad tim pa je bila tudi iz družabnega vidika prijetna. Nekomu, ki obvlada nemško, bi izmenjavo v Linzu vsekakor priporočila.

Za vprašanja sem na voljo na: maida.beg@gmail.com

2. AVSTRIJA - LKH Celovec (Ana Sluga)

V letošnjem letu je zaradi pandemije večina držav odpovedala vsa praktična usposabljanja, tako da je bilo zelo težko najti bolnišnico, ki je sprejemala študente. Avstrija je bila ena izmed redkih izjem. V Celovec sem se prijavila predvsem zato, ker sem želela delati v nemško govorečem okolju. Zdelo se mi je namreč pomembno, da razumem in govorim materni jezik bolnikov, saj sem želela prakso opravljati na internističnih oddelkih, kjer je razumevanje jezika ključnega pomena.

Na internetu sem poiskala uradno stran bolnišnice, ter našla kontakt za študente. Prijavila sem se na t.i. »Klinisch-Praktisches Jahr«. Napisala sem mail ga. Gabrieli Wider, v katerem sem se predstavila in izrazila željo po opravljanju Erasmus + prakse. Nato sem dobila povezavo do spletnega obrazca za prijavo, kjer je bil edini pogoj za prakso znanje nemščine na nivoju C1. Po dogovoru za mesto na zelenih oddelkih sem na končno potrditev zaradi pandemije čakala od septembra do 10. decembra, zato sem imela z urejanjem štipendije in pridobivanjem potrebnih podpisov kar nekaj težav, saj je bil to ravno čas pred dopusti zaradi božičnih praznikov. Zaradi časovne stiske sem stanovanje najela kar prek strani Airbnb, ki je bilo od bolnice oddaljeno 10 minut hoje.

S prakso na oddelku za interno medicino in kardiologijo sem začela 4. januarja. Najprej sem se zglasila v pisarni pri ga. Wider, nato sem opravila hitri antigenski test na SARS-CoV-2 ter odšla do omarice, kjer me je čakala uniforma. Preden sem začela z delom na oddelku, sem se zglasila še pri tajnici oddelka, ki me je nato peljala na oddelek in me tam predstavila osebju. Takrat sem prvič

doživela manjši šok v povezavi z jezikom. Govorijo namreč izredno močno narečje, na katero sem se na srečo zelo hitro navadila, pa tudi osebe se je trudilo, da je z mano na začetku govorilo v bolj pravilni nemščini. Prvi dan sem bila prisotna na viziti, nato pa sem samo opazovala delo specializantov in spoznavala bolnišnični informacijski sistem. Naslednji dan sem že sama morala voditi pojasnjevalne pogovore s pacienti in jim razlagati, kako se izvajajo številni terapevtski posegi in preiskave ter kakšna so možna tveganja le-teh. Najprej sem bila na običajnem kardiološkem oddelku, kjer sem opravljala sprejeme, pisala odpustnice in pacientom pojasnjevala poteke načrtovanih posegov. Bila sem tudi v intenzivni enoti, kjer sem več ali manj zgolj opazovala delo zdravnikov in izvajala le kakšne elektrokardioverzije, in v kardioloških ambulantah, kjer sem se učila kako opraviti ultrazvočni pregled srca. Prisotna sem bila tudi pri TAVI posegih, koronarnih angiografijah in vstavljanju srčnih spodbujevalnikov. Dan se je pričel ob 7.30 z raportom in končal okoli 15.30.

Mojo prakso sem nadaljevala na oddelku za pljučne bolezni, kjer je bilo glede dela malenkost bolj sproščeno kot na kardiološkem oddelku. Zaradi pandemije je bilo zaposlenih več sobnih zdravnikov, ki so prevzeli veliko nalog. Skupaj smo jemali kri in vstavljali venske kanile, opravljali pojasnjevalne pogovore za različne terapevtske posege in opravljali sprejeme. Jutranji raport se je začel 7.45, dan pa smo končali s popoldanskim raportom ob 14.15, ob petkih celo ob 13.30. Sama sem si lahko izbirala ali bom dan preživela na navadnem oddelku, v ambulantah ali na covid-oddelku. Opazovala sem tudi izvajanje bronhoskopij, plevralne punkcije, vstavljanje drenaže in bila prisotna na tedenskih t.i. »tumor-boardih«, kjer so pulmologi, radiologi, torakalni kirurgi, zdravniki sevalne terapije (Strahlentherapie) in patologi diskutirali o posameznih onkoloških bolnikih in o najboljšem postopku zdravljenja.

Zadnji del izmenjave sem preživela na oddelku za geriatrijo in remobilizacijo. Nisem imela velikih pričakovanj, na koncu pa sem bila nad izkušnjo navdušena. Moje naloge so bile sprejem bolnikov in njihova predstavitev na jutranjem raportu, pomoč pri pisanju odpustnic in enkrat tedensko pomoč pri jemanju covid brisev in krvi. Dan smo pričeli ob 8.00 in končali okoli 14. ure. Vsako sredo smo imeli po raportu tudi kratko izobraževanje, ki so ga pripravili zdravniki, udeležila sem se lahko tudi tedenskih multidisciplinarnih sestankov, kjer so različni zdravniki prilagodili terapijo in način zdravljenja izbranih bolnikov stacioniranih na drugih oddelkih. Na oddelku sem lahko veliko stvari naredila samostojno in se pri tem ogromno naučila.

Izmenjava v Klinikum Klagenfurt je bila zelo lepa izkušnja, kjer sem se veliko naučila in na vseh oddelkih spoznala zares prijetne ljudi. Počutila sem se zelo lepo sprejeto, veliko sem lahko naredila sama in bila prisotna pri marsikaterem posegu, katerega sem pred izmenjavo poznala zgolj iz literature. Celoten vtis je bil izjemno pozitiven, zato vsem, ki razmišljajo o opravljanju prakse v tej bolnišnici, to toplo priporočam. Je pa res pri tem dobro znanje nemščine ključnega pomena, saj komunikacija poteka izključno v nemščini in se od študenta v zadnjem letniku tudi pričakuje, da bo zelo hitro prevzel kar nekaj obveznosti.

3. AVSTRIJA – KABEG Celovec (Mojca Bitenc)

V Na Erasmus + praktično usposabljanje sem se odpravila v začetku leta 2021. Čeprav je tako na avstrijskem Koroškem, kakor tudi v samem Celovcu na voljo več bolnišnic, sem se odločila za KABEG.

Prva dva meseca sem preživela na oddelku za Akutno geriatrijo in remobilizacijo. To je del medicine s katerim se (v strogem pomenu) tekom študija pri nas le redko srečamo, zato bi ta oddelek močno priporočila vsem, ki jih ta smer vsaj malce mika. Tudi tim zaposlenih na tem oddelku je zelo prijazen in vesel mlajših kolegov. Delo samo je bilo sicer umirjeno (tudi zaradi epidemiološke situacije), je pa dobra priložnost, da se izurite v komunikaciji s starejšimi, v

jemanju krvi, kakor tudi v ostalih internističnih zadevah. Dan se prične ob osmi uri z raportom in se zaključi okrog dveh popoldne.

Tudi oddelek za Psihatrijo in psihoterapijo je bil zelo prijeten. Tukaj imajo študentje (v času šestega letnika oziroma KPJ je en mesec vaj na psihiatriji obvezen), pripravniki (pripravništvo v Avstriji traja devet mesecev: tri mesece interne, tri mesece kirurgije in tri mesece poljubnega predmeta) in specializanti družinske medicine ('Turnusarzt') tudi svojo sobo.

Dan se prične z raportom, po katerem ob določenih dnevih sledi predstavitev referata oziroma strokovnega članka, predstavitev kompleksnih primerov,... Do vizite je ponavadi še čas, da se uredijo zadeve na oddelkih: odvzemi krvi, razložiti pacientom preiskave (MR/CT Aufklärung), PCR/hitri testi na SARS-CoV-2,...

V večini je pred samo vizito še pogovor tima, kjer so poleg zdravnikov in sester še psiholog(inja), socialna delavka, ergo-terapevt(ka) in tudi fizioterapevt(ka).

Vizite same pa so potem od oddelka do oddelka različne. Na nekaterih (recimo gerontopsihiatrija) gre zdravnik po sobah, od pacienta do pacienta, medtem ko na drugih oddelkih (npr. oddelek za afektivne motnje) pridejo pacienti posamično k zdravniku. Na oddelku za odvajanje od alkohola imajo recimo ob petkih skupinsko vizito, kjer se vsi pacienti (oziroma v času epidemije razdeljeni) zberejo v enem prostoru.

Popoldan je priložnost za obisk različnih ambulant (ADHD, alkohol, motnje prehranjevanja,...). Zelo poučna je tudi splošna ambulanta, kjer so zgoščene različne klinične slike.

Dobra izkušnja je tudi sprejemna ambulanta, kjer lahko npr. prisostvuješ pri obravnavi agresivnega pacienta, vidiš kako poteka oviranje, kako preprečiš eskalacijo in podobno. Kot študentje smo sicer zadolženi predvsem za internistični status, vendar se sčasoma naučiš tudi psihiatrični status.

Stanovanje boste najlažje našli na strani wg-gesucht, čeprav za krajša obdobja le redko oddajajo (kvečejmu, če najdete kakšno 'Zwischenmiete'), sicer pa imajo tudi kar nekaj študentskih domov, kjer je morda lažje dobiti posteljo.

Tudi sam Celovec mi bo ostal v lepem spominu, kljub temu, da samega centra zaradi epidemiološke situacije nisem uspela kaj dosti spoznati, je pa zaradi bogate narave, ki obdaja to mesto, tudi takšna zima minila hitro.

4. AVSTRIJA – KABEG Celovec (Rok Besal)

Med 02.08.2021 in 29.08.2021 sem opravljal klinične vaje interne medicine v kliniki KABEG v Celovcu. Praksa je bila organizirana izven razpisa Erasmus+, približno leto pred začetkom izmenjave sem se samostojno dogovoril z bolnišnico za izvajanje vaj. Prijavil sem se preko obrazca <https://www.medservicestelle.at/kpj/kpj-pj>, vsa komunikacija je nato potekala preko e-maila z g. Wider.

Prakso sem opravljal kot dodatno izobraževanje, za priznavanje izmenjave sem se dogovoril z mednarodno pisarno. Ker je izmenjava potekala v lastni režiji, nisem prejel Erasmus+ štipendije, vendar so avstrijski študenti v »praktičnem« letu plačani - v mojem primeru je plačilo znašalo 650 EUR na mesec. Stanoval sem v Slovenskem mladinskem domu v Celovcu po priporočilu kolegov, ki so opravljali prakso v Celovcu. Stanovanje je bilo od bolnišnice oddaljeno približno 30 minut hoje.

V Švici, Nemčiji in Avstriji opravljajo študenti v zadnjem letniku »klinično-praktično leto« (Klinisches-praktisches Jahr – KPJ), v katerem opravljajo klinična kroženja doma ali v tujini. KPJ študent naj bi opravil 40 ur dela na teden, delavnik traja od 7.30 do 15.30.

Klinično-praktično leto na oddelku interne medicine v Celovcu je sestavljeno iz teden dni trajajočih rotacij. Vsak teden so študenti razporejeni na različne oddelke. Celoten mesec sem opravil na oddelku kardiologije, zadolžitve se razlikujejo od delovišča do delovišča. Prvi teden sem preživel v ultrazvočni ambulanti, kjer so se mentorji zelo potrudili z razlago, po nekaj preiskavah sem lahko pod nadzorom sam opravil nekaj ehokardiografij. 2 tedna sem bil dodeljen na kardiološki oddelek, kjer se od študenta pričakuje, da opravi nove sprejeme, torej status in anamnezo, naroči potrebne preiskave, ter opravi različne praktične posege (vstavljanje venskih kanalov, jemanje krvi). En teden sem bil dodeljen na ICU, kjer sem bil zadolžen za enega bolnika, za katerega sem pisal vso dokumentacijo. Na ICU so potekale tudi vse konverzije in vstavljanje centralnih venskih katetrov. Oddelke, kamor te dodelijo, se da izbirati – to je potrebno sporočiti tajnici, za kardiologijo je to gospa Primik. Najbolj priporočam ICU in ultrazvok, predvsem zaradi praktičnih veščin, ki se jih naučiš tam.

Vsak dan zjutraj se začne ob 7.30 z raportom, kjer se predebatira vse koronarografije prejšnjega dne. Raportu sledi vizita, tej pa delo na oddelku. S specializanti nisem imel slabih izkušenj, nasploh na oddelkih vlada sproščeno vzdušje.

Celovec z Vrbskim jezerom ponuja veliko možnosti za rekreacijo, v jezeru je možno tudi kopanje. Mesto premore sicer univerzo, a ne deluje kot univerzitetno mesto; center Celovca hitro postane domač in ponuja veliko raznovrstnih stvari za druženje.

V primeru dodatnih vprašanj mi lahko pišeš na rok.besal@gmail.com.

5. AVSTRIJA – LKH Gradec (Sara Veronika Krnc)

Erasmus+ prakso sem opravljala v bolnišnici LKH Graz po 5. letniku od začetka julija do konca avgusta. Prvih pet tednov sem bila na Kliniki za radiologijo in nato štiri tedne na Kliniki za psihiatrijo in psihoterapijo.

Prijava na izmenjavo je potekala tekoče, saj sem odziv na prošnjo dobila že v istem tednu. Koordinatoriki v mednarodni pisarni v Gradcu sem v začetku februarja poslala e-mail s svojimi željami glede termina in oddelkov opravljanja prakse. K prošnji sem priložila motivacijsko pismo, življenjepis ter potrdilo o znanju nemškega jezika. Priporočam, da z dogovarjanjem pričnete vsaj nekaj mesecev prej, saj na nekaterih oddelkih ni bilo več prostih mest in so mi ponudili tiste, kjer je bila prijava še možna. Potrditev, da sem izbrana za Erasmus+ prakso sem dobila v začetku aprila. Pred prihodom na izmenjavo sem morala poslati potrdila o cepljenju in izvid titrov protiteles za VZV in HBV. Predlagam, da to opravite čim prej, saj je na izvide potrebno čakati štiri tedne, ob nizki koncentraciji protiteles pa je potrebno ponovno cepljenje.

Po prejemu potrdila s strani oddelkov sem kontaktirala študentski dom VAÖ Graz preko naslova office@graz-vaoe.at

Namestitev v študentskem domu stane od 300€/mesec navzgor. Pred prihodom je potrebno plačati depozit v višini 500€.

Študentski dom je od bolnice oddaljen dobra dva kilometra. Mesečna vozovnica za avtobusni prevoz pa stane 55€. Pred študentskim domom so za stanovalce tudi brezplačna parkirna mesta.

Praksa na kliniki za radiologijo:

Nad oddelkom sem bila navdušena, tako nad strokovnostjo kot tudi prijaznostjo zaposlenih. Vse pa je odvisno od vsakega študenta posebej, saj se je potrebno vsak dan znova potegovati za čas posameznega zdravnika, predvsem pa veliko spraševati in pokazati zanimanje za učenje.

Svetujem, da izkoristite vse možnosti, katere so vam ponujene, saj je oddelek res velik in tako pacientov ter področij radiologije veliko. Prisotni ste lahko na UZ, biopsijah vodenih z UZ in MRI, funkcijskih RTG preiskavah požiralnika in žrela. V različnih sobah so zdravniki, zadolženi za pisanje določenih izvidov. Tako se lahko odločite za sobo, kjer boste preživeli dan z zdravnikom, ki ta dan piše izvide RTG p.c./MRI/CT/CT glave, lahko se vključite v sobo z UZ ali opazujete stanja, kjer so potrebna urgentna CT slikanja. Vsak dan je možen tudi ogled UZ, ki jih opravljajo v intenzivnih enotah.

Praksa na kliniki za psihiatrijo in psihoterapijo (oddelek za depresijo):

Vsako jutro je na sporedu vizita, ki poteka v sobi, kamor prihajajo pacienti eden za drugim. Vizita traja do dve uri, pacientov na oddelku za depresijo je do 15. Vizito običajno vodi zdravnik, prisotni pa so tudi ostali zaposleni na oddelku (specializanti, pripravniki, študentje, psihologi, fizioterapevti, športni trenerji, medicinske sestre). Po opravljeni viziti imajo študenti številne zadolžitve. Opravljajo anamneze in statuse na novo sprejetih pacientov na oddelek, pomagajo pri odvzemih krvi in se dogovarjajo za sprejeme pacientov. Večinoma sta na oddelku prisotna vsaj dva študenta iz njihove univerze in se delo prerazporedi. Na oddelku sem se naučila predvsem jemanja psihiatrične anamneze in statusa ter načina predpisovanja in skupin psihiatričnih zdravil.

Nemški jezik:

Pri prijavi na izmenjavo je dobro poslati potrdilo o znanju jezika (dovolj je potrdilo OLS), vendar na nekatere oddelke sprejemajo študente tudi brez znanja nemščine. Na radiologiji lahko komunikacija poteka tako v nemškem kot tudi v angleškem jeziku. Na psihiatriji je znanje nemškega jezika nujno. Sama sem na izmenjavo prišla s kar nekaj znanja nemščine, vendar je njihovo narečje tako specifično, da je na začetku razumevanje težavno. S časom postane precej lažje, saj se lahko strokovnega besedišča, ki se ga uporablja na oddelku, hitro naučiš.

COVID-19: V času moje izmenjave je bilo kljub cepljenju potrebno pokazati na dan prihoda negativen rezultat testiranja (HAGT ali PCR). Vsi zdravstveni delavci, tudi cepljeni, se vsako tedensko testirajo na kliniki. Testiranje je brezplačno prav tako za Erasmus študente.

Erasmus+ prakso v Gradcu bi priporočila vsem, ki si želijo izboljšati svoje znanje nemščine, pridobiti veliko medicinskega znanja in si razširiti krog poznanstev po Evropi. Medicinskih Erasmus+ študentov je v Gradcu med poletjem veliko, tako da vam družbe v popoldanskem času ne bo manjkalo.

Za dodatna vprašanja sem na voljo na naslovu: sara@krnc.si

6. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Grazu, Stomatološka klinika (Tina Čop)

Dvomesечно Erasmus praktično usposabljanje sem opravljala na Medicinski univerzi v Gradcu na Stomatološki kliniki. Prakso sem opravljala po zaključenem 6. letniku, od začetka marca do konca aprila. Za Medicinsko univerzo v Gradcu sem se odločila po priporočilu študentov, ki so prakso opravljali že pred mano.

Na spletni strani Medicinske univerze v Gradcu so bila že napisana navodila za prijavo na prakso. Kontaktna oseba je gospa Karin Weinberger, ki mi je posredovala vso potrebno dokumentacijo in me lepo vodila skozi postopek prijave. Med drugim sem morala tudi posredovati potrdilo o določenih cepljenjih in titer protiteles za Hepatitis B in Varicello. Potrebno je bilo tudi dokazilo o znanju nemškega jezika, zadostovalo je gimnazijsko spričevalo.

Prvi dan prakse me je sprejela tajnica stomatološke klinike. Dobila sem kartico za odpiranje vrat po kliniki in svojo garderobno omarico. Dobila sem tudi delovna oblačila, čevlje pa sem morala imeti svoje. Delovna oblačila so bila vedno na izbiro v vseh velikostih in sem jih lahko kadarkoli zamenjala.

Moja mentorica, dr. Barbara Kirnbauer, mi je prvi dan razkazala kliniko in me predstavila osebju. Z njo sem se potem tudi dogovarjala na katerem oddelku želim biti. Največ časa sem preživela na oddelku za protetiko in oddelku za kirurgijo. Na oddelku za protetiko paciente obravnavajo zelo celostno – od prvega pregleda, higienske faze, ekstrakcij in endodontskih zdravljenj do dokončne protetične obravnave. Pogosto delajo polnokeramične prevleke in mostove, inleje, onleje in protetične konstrukcije na implantatih. Zanimivo je bilo videti tudi nekatere drugačne postopke in materiale, kot jih uporabljamo pri nas. Na oddelku za kirurgijo sem bila nekaj časa v operacijski dvorani, pa tudi v ambulanti za prvo pomoč in ambulanti za delo z rizičnimi pacienti. Videla sem predvsem veliko izklesov, implantatov in apikotomij, pa tudi nekaj drugih operacij, med drugim tudi transplantacijo zoba. Presenetilo me je, da študenti tukaj sami delajo tudi izklesane in apikotomije. Na splošno imajo študenti veliko več praktičnega pouka kot na naši fakulteti. En teden sem bila tudi v ambulanti za endodontijo in poškodbo zoba. Videla sem kar nekaj primerov poškodb in pa pacientov, ki so prihajali na kontrole po poškodbah.

Delo na kliniki večinoma poteka od 8.00 ali 8.30 do 14.00 ali 15.00. Na večino oddelkih je vmes tudi odmor za malico. Sporazumevanje na kliniki poteka v nemščini. Na začetku je bilo malo težje zaradi novih strokovnih besed, hrupa in mask, ko pa sem osvojila osnovno strokovno izrazoslovje in se privadila na tempo govora, je šlo lažje.

Nastanitev sem si poiskala v študentskem domu VAÖ StudentInnenheim. Študentski dom je od klinike oddaljen le pol ure peš, zato si mesečne vozovnice za mestni promet nisem kupovala. Do središča mesta je sicer nekoliko dlje, približno 45min hoje. Študentki dom je lepo opremljen, enoposteljna soba s kopalnico za dve sobi stane 305€ na mesec. Na splošno so stroški bivanja nekoliko večji kot v Sloveniji.

Ker sem bila na praksi v času epidemije, ni bilo prav veliko dodatnega dogajanja – občudijskih aktivnosti, srečanj Erasmus študentov, pa tudi vsesplošnega dogajanja v Gradcu. Zato sem se največ časa družila s sostanovalkami iz študentskega doma. Sicer pa je mesto Gradec zanimivo za ogled že samo po sebi. Poleg tega sem bila nastanjena v delu mesta, kjer je v okolici veliko čudovitih sprehajalnih poti.

Erasmus praksa je bila enkratna izkušnja. Naučila sem se veliko novega na strokovnem področju in izboljšala znanje nemščine. Videla sem kar nekaj lepih kotičkov v Gradcu in spoznala sem veliko zanimivih ljudi. Prakso vsekakor priporočam vsem, ki želijo spoznati delo v tujini in si pridobiti nove izkušnje.

7. AVSTRIJA – LKH Graz (Tjaša Krašovec)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljala v LKH Graz, na Očesni kliniki (Universitäts Augenklinik Graz) od julija do oktobra 2021. Na izmenjavo sem se odpravila kot študentka 6. letnika.

Februarja 2021 sem poslala e-mail v mednarodno pisarno Medicinske univerze v Grazu. Odgovor sem dobila v roku dveh tednov, izmenjavo pa so mi potrdili približno en mesec po poslani prošnji. Poleg podpisanega Learning agreementa iz naše mednarodne pisarne sem pred izmenjavo mogla poslati še potrdilo o vseh otroških cepljenjih in titer protiteles proti hepatitisu B ter VZV.

Pri iskanju nastanitve sem si pomagala z izkušnjami starejših študentov, ki so pred mano že opravljali praktično usposabljanje v LKH Graz. V mesecu marcu sem se preko e-maila prijavila v študentski dom VAÖ StudentInnenheim, odgovor sem dobila v približno dveh tednih. Prva dva meseca sva živeli skupaj s kolegico iz MF Ljubljana, vsaka je imela svojo sobo (veliko približno 10 kvadratnih metrov) in delili sva sli kopalnico. Po njenem odhodu domov sem imela cel apartma zase. Kuhinjo, jedilnico in teraso sva si delili s 6 študenti. Najemnina je znašala 310 eur/mesec. S

študentskim domom sem bila zadovoljna. Všeč mi je bila lokacija, saj se nahaja v bolj odmaknjenem delu mesta, obenem pa sta v neposredni bližini trgovina in postaja za tramvaj. Do bolnišničnega kampusa in centra mesta vozi tramvaj na 10 min. Med poletjem so na žalost popravljali progo, zato sem večinoma do bolnice hodila peš (cca 25 min) in mestnega prevoza nisem uporabljala redno. Bolj bi vam bolj priporočala kolo, ki je tudi sicer zelo priljubljeno prevozno sredstvo v Grazu.

Prvi dan me je na kliniki sprejela tajnica, ki me je seznanila z mentorjem. Prvo dopoldne me je mentor peljal po celi kliniki in me predstavil celotnemu osebju. Dan se je na kliniki začel ob 7:30 z jutranjim sestankom. Odhajala sem okoli 14:00 – 16:00, vmes sem imela eno uro časa za kosilo. Jedla sem v menzi na kampusu, kosilo je okusno in stane 3,20 eur. Na začetku sem večino časa preživela na oddelku, dnevni kliniki (tukaj so opravljali preglede pred operacijo katarakte) in v splošni ambulanti. Kasneje sem svoje znanje nabirala tudi v specialističnih ambulantah. Dogovorjena sem bila tudi, da grem lahko kadarkoli v operacijske dvorane. Tekom praktičnega usposabljanja sem na kliniki dobila vedno več nalog – pregledovala sem vidno ostrino, opravljala anamnezo in pregled pri tujkih v očesu, dovolili so mi delati preglede s špranjsko svetilko in aplanacijsko meriti očesni tlak, delala sem meritve biometrije ipd. Ves čas sem se pogovarjala v nemščini. Zdravniki govorijo tudi dobro angleško, vendar če razmišljate o praksi v Grazu, vam toplo priporočam da se tja odpravite z vsaj osnovnim znanjem nemščine. Očesna klinika mi je bila zelo všeč, medicinsko osebje je bilo zelo prijazno in navdušena sem bila nad dobrimi odnosi (t.i. Arbeitsklimo). Vesela sem, da so mi vedno odgovorili na moja vprašanja in mi pokazali, kar me je zanimalo.

Graz je zelo prijetno mesto, ki ponuja dovolj možnosti za aktivno preživljanje prostega časa, še posebej poleti. Lahko uživaš v razgledih iz grajskega griča, greš na spehod v center, obišeš grad Eggenberg, kakšen muzej ali se odpraviš na kakšnega izmed okoliških hribov. Obenem pa je dobra izhodiščna točka za vikend izlete po Avstriji.

Erasmus+ praktično usposabljanje bi ocenila kot zelo dobro izkušnjo, v sklopu katere sem poglobila svoje teoretično in praktično znanje oftalmologije, se naučila veliko nemškega jezika in spoznala mesto Graz.

8. ČEŠKA – Ginekološka in porodniška klinika Apolinar, Praga (Blažka Šturm)

Julija 2021 sem se odpravila na dvomesečno praktično usposabljanje v Prago na ginekološko in porodniško kliniko Apolinar.

Prijava je bila zelo preprosta. V februarju sem prošnjo skupaj s CV in priporočilnim pismom poslala kar v mednarodno pisarno 1. Medicinske fakultete Karlove univerze in že po parih dneh dobila pozitiven odgovor. Tudi od tukaj naprej je vse urejanje dokumentacije potekalo gladko, saj je bila gospa iz mednarodne pisarne zelo odzivna. Poslati sem ji morala potrdilo o cepljenju za HepB in potrdilo o sklenjenem zavarovanju odgovornosti. Mentorja mi ni bilo potrebno iskati, ampak so mi ga kar dodelili, tako kot češkim študentom, ki prihajajo na 14-dnevne poletne prakse. Po prihodu sva se dogovorili, da se oglasim pri njej, da urediva še ostalo dokumentacijo, ki jo potrebujejo, preden začneš s prakso v bolnici.

Stanovala sem v študentskem stanovanju, kjer sem imela svojo sobo in kopalnico, nastanitev sem si poiskala sama. Cene so malenkost višje kot pri nas (sama sem za svojo veliko sobo in svojo kopalnico plačevala 8000 čeških kron, kar je približno 315 evrov.), a je meni odtehtalo to, da sem živela udobneje kot bi v študentskem domu in sem bila bližje bolnici. Standard študentskih domov je namreč slab, sama pa sem ponavadi na oddelku morala biti oblečena že ob 7h zjutraj.

Uredila sem si še karto za javni prevoz, ki je zelo ugoden, za dva meseca študentska karta stane manj kot 15 evrov, potrebuješ pa le potrdilo, da študiraš na tamkajšnji univerzi (dobiš v mednarodni

pisarni). Študentska izkaznica oz. ISIC kartica pride prav tudi drugje, saj lahko tako koristiš študentske popuste.

Prvi dan prakse sem se morala zglasiti pri tajnici, ki me je peljala na njihov jutranji raport in me tam kar predala moji mentorici. Prvi mesec naj bi krožila po ginekoloških oddelkih, drugi pa na perinatoloških, a je bilo to v praksi pomešano, saj sem se držala moje mentorice, ki je včasih celo tedensko menjala delovišča. Tako sem videla praktično vse, razen uroginekologije, na katero po mojem videnju niso sprejemali nobenih študentov, niti čeških.

Zjutraj sem prišla v bolnico pred 7. zjutraj, da sem se še preoblekla in počakala mentorico, ki je ponavadi ob 7:10 že začejala z vizito, kjer sem jo spremljala. Nato smo šle na raport in potem po razporedu v operacijske dvorane, ambulante ali pa v porodni blok. V operacijskih dvoranah sem lahko sledila svoji mentorici ali pa si na razporedu operacij izbrala, kaj bi želela videti. Večinoma sem opazovala, razen če so potrebovali študenta za drugo asistenco in sem tako lahko asistirala. Večinoma je šlo za držanje manipulatorja, nekajkrat sem asistirala pri gineko-onkoloških operacijah, operacijah dojke in na koncu tudi pri carskem rezu. V porodnem bloku babice niso ravno zainteresirane za razlago tujemu študentu, tako da se včasih počutiš odveč, a mi je vseeno parkrat uspelo pomagati pri porodu in npr. poroditi posteljico ali pa vzeti vzorce popkovnične krvi. Ker sem izrazila željo, sem tako lahko tudi spremljala pacientke na feticid, gledala amniocenteze in biopsije horionskih resic.

Kot povsod, je veliko odvisno od tvoje samoiniciativnosti in pripravljenosti za učenje. Večinoma zdravniki z veseljem razlagajo tudi v angleščini, se pa najde kakšen, ki mu ni do tega, jaz sem proti koncu prakse že kar dobro razumela tudi razlago v češčini in mi je bilo zato lažje. Vedela sem tudi, kater zdravnik se mi bo pripravil bolj posvetiti in sem tako izbirala posege, pri katerih je bil operater takšen. Zdravstveni sistem je podoben kot pri nas in zato ni potrebno nikakršno privajanje.

Če povzamem, je bila to odlična izkušnja in sem videla in se naučila veliko novih stvari, imela sem možnost videti tudi redkejša patologije, kar bi v Sloveniji bilo težje. Edini minus, ki bi ga lahko izpostavila je to, da sem pričakovala še več praktičnega dela, glede na to, da sem na isti kliniki z isto mentorico preživela dva meseca.

9. ČEŠKA – Masarykova univerza v Brnu (Jaka Mlakar)

Svojo dvomesečno praktično usposabljanje sem opravljal na Masarykovi univerzi v Brnu. Za to gostiteljsko institucijo sem se odločil iz številnih razlogov. V Brnu sem se predhodno let že udeležil študijske izmenjave. Prav takratna pozitivna izkušnja je bila eden izmed glavnih razlogov za mojo ponovno prijavo. Masarykova univerza vodi redno angleški program medicine, ki mednarodnim študentom omogoča kvaliteten učni postopek na ravni fakultete ter klinik. Na usposabljanje sprejemajo številne tuje študente, pri sami organizaciji usposabljanja pa je v veliko pomoč njihova ažurna in fleksibilna mednarodna pisarna. Češka je država s primerljivim zdravstvenim sistemom in podobno organizacijo delovanja kot v Sloveniji, zato je izvajanje vaj v njihovem okolju aktualno in uporabno tudi za kasnejše delo v domačem zdravstvu. Hkrati pa podobnost med jezikoma omogoča hitro učenje češčine in posledično uporabo le-te med vajami, kadar je to potrebno. Brno je študentsko mesto, zato je atmosfera stimulativna ter zanimiva za vsakogar, ki si želi prave erasmus izkušnje.

Svojo praktično usposabljanje sem opravljal iz predmetov kirurgija ter pediatrija. Pred izmenjavo sem se s katedra v Sloveniji dogovoril za priznavanje vaj kot dela opravljenih obveznosti pri rednih predmetih šestega letnika. V Sloveniji sem moral naknadno opraviti še seminarje ter izpit. Vaje iz kirurgije so potekale štiri tedne na travmatološki kliniki ter tri tedne na oddelku za plastično kirurgijo. Medtem, ko so bile vaje na travmatološki kliniki obvezne, sem si drugi oddelek, v

sodelovanju z njihovo mednarodno pisarno, lahko izbral sam. Vaje iz pediatrije so potekale tri tedne na različnih oddelkih pediatrične klinike Brno.

Na začetku posameznega sklopa vaj sem na kliniki spoznal svojega glavnega mentorja, ki je predstavljal mojo organizacijsko ter kontaktno osebo za izvajanje vaj na tistem oddelku. Od njega sem vsako jutro dobil navodila: kje, kako in s kom bom preživel tisti dan na kliniki. Vaje so potekale petkrat tedensko in so zajemale delo na oddelku, klinične preglede pacientov, jemanje anamneze, analiziranje dokumentacije/slik pacientov, pisanje poročil in predstavljanje le- teh preostalim zdravnikom. V sklopu vaj iz kirurgije sem številne dni preživel v operacijskem bloku kot stažist in asistent. Stopnja vključevanja študentov v aktivnosti zdravstvenega postopka je bila odvisna od samoiniciativnosti študentov. Na oddelkih sem bil večinoma sam s svojim dnevnim mentorjem, ki je narekoval dinamiko mojih vaj za tisti dan. Temu mentorju sem moral poročati rezultate dnevnih pregledov in z njim kasneje analizirati možne diferencialne diagnoze, zdravljenja. Pri vajah iz pediatrije sem se včasih pri predavanjih in vajah priključil rednim mednarodnim študentom brnske medicinske fakultete. V skupinah smo izdelovali predstavitve kliničnih primerov in jih nato predstaviti oddelku. Ob koncu vsakega sklopa vaj sem moral svojemu glavnemu mentorju posredovati seznam opravljenih vaj, aktivnosti in zadolžitev tekom prakse na tistem oddelku.

Praktično usposabljanje je potekalo v angleškem jeziku. Minimalno znanje češčine je zaželeno predvsem za lažje komuniciranje s pacienti in za branje njihove medicinske dokumentacije. V primeru jezikovne bariere so mi pomagali mentorji ali pa preostali redni študenti, ki so bi bili takrat na oddelku. Vaje so potekale pod strogimi epidemiološkimi ukrepi bolnic in fakultete. Kljub slabi epidemiološki sliki je Češka študentom medicine omogočila vaje na oddelku. Sam sem bil mnenja, da kvaliteta in izvedba vaj zaradi epidemiološke situacije nista trpeli. Socialno in študentsko življenje v času korone je bilo specifično, a zato nič manj zabavno ter prijetno.

10. ČEŠKA- Children's Heart Centre, Motol University Hospital, Praga (Laura Kekec)

Med 5. oktobrom in 11. decembrom 2020 sem opravljala praktično usposabljanje v univerzitetni bolnišnici Motol v Pragi v centru za pediatrično kardiologijo. Za to bolnišnico sem se odločila, ker sem želela več znanja iz centra, v katerem se bom lahko učila na različnih področjih otroške kardiologije – na splošnem oddelku, intenzivni enoti, elektrokardiologiji, ehokardiografiji, v katetrskem laboratoriju ter kirurgiji. Februarja sem na spletu našla kontakt in že naslednji dan dobila odgovor, da me sprejmejo na praktično usposabljanje (dobronameren nasvet: verjetno pomaga, če priložite še kakšna priporočila s sorodnih oddelkov, če jih imate). Zatem je sledilo nekaj mesečno čakanje zaradi COVID-19 pandemije in v začetku septembra 2020 sem le dobila potrditev, da lahko na praktično usposabljanje kljub temu pridem. Z mednarodno pisarno naše fakultete ter Druge medicinske fakultete v Pragi (ki je povezana z Univerzitetno bolnišnico Motol) smo uredili vse potrebne papirje v manj kot 3 tednih, za kar sem vsem, ki so sodelovali, zelo hvaležna.

S prakso sem začela v ponedeljek, 5. 10. 2020, ko me je zjutraj pričakala tajnica centra, ki mi je predala kartico za vstop v različne dele centra, ter moj uradni mentor, ki mi je prvi dan razkazal center in me predstavil osebju. Kasneje istega dne sem spoznala še vodjo kardiološkega oddelka, s katerim sva se dogovorila, kako bo moja praksa potekala. Na začetku sem se odločila, da se bom vsak dan glede na dogajanje tistega dne odločila, na katerem delu centra bom. Tako sem 10 tednov krožila, bila sem tako na intenzivni enoti, kjer ležijo bolj kritični pacienti in ravno operirani, kot tudi na oddelku, kjer so manj kritični bolniki, večinoma po operacijah in posegih. Velikokrat sem bila v ehokardiografski ambulanti, kjer sem se spoznavala z ultrazvočnim pregledom srca pri otrocih s srčnimi napakami in fetalno ehokardiografijo ter v elektrokardiografski ambulanti, kjer sem spoznavala otroke z različnimi aritmijami in se učila, kako se te kažejo na EKG. Poleg tega

sem tudi opazovala posege v katetrskem in ablacijskem laboratoriju ter operacijskem bloku. Moj dan se je začel z vsakodnevnim sestankom ob 7.45, kjer so se zdravniki pogovorili o pacientih, ki so bili tisti dan načrtovani za posege, zatem pa sem se pridružila delu na izbranem oddelku. Moj dan se je večinoma končal okrog 15. ure. Ob ponedeljkih in četrtek so med 14. in 16. uro potekali veliki seminarji, na katerih so se zdravniki pomenili o zapletenih pacientih. Večkrat sem se vodji kardiološkega oddelka pridružila pri popoldanskem dežurstvu, kjer sem dobila več priložnosti, da sama povadam znanje ultrazvoka srca, prav tako pa mi je razložil, kaj se dogaja s pacienti na oddelku (vizite so potekale v češčini in večinoma nisem razumela vsega). Kljub temu, da se s pacienti in njihovimi starši večinoma nisem mogla sporazumevati, saj je češčina vseeno precej drugačna od slovenščine, so vsi zdravniki tekoče govorili angleško in mi z veseljem povedali kaj se dogaja s pacienti, razložili različna stanja ter mi na splošno prevajali dogajanje. Že od začetka me je presenetila prijaznost osebja, zmeraj so me bili pripravljeni vključiti v delo in se me trudili naučiti čim več, kar sem si seveda želela tudi sama. Kljub temu, da moje prisotnosti ni kontroliral nihče, sem vsak dan z veseljem šla v bolnišnico, saj mi je bilo dogajanje zelo zanimivo. To je namreč edini center za otroško kardiologijo na Češkem, zato se tam vodijo vsi otroci s kardiološkimi boleznimi.

Praga je zelo čudovito zgodovinsko mesto. Že zaradi tega priporočam turistični obisk, izmenjavo ali prakso. Poleg tega je Praga tudi zelo erasmusovcem prijazno mesto, saj tja pride mnogo mednarodnih študentov in že zaradi tega je lažje urejanje dokumentov z univerzo in fakultetami. Prav tako obstajajo različne organizacije, ki skrbijo, da se mednarodni študenti med sabo spoznajo in v novem mestu niso sami. V času moje prakse je bila situacija sicer nekoliko drugačna, saj sem prišla ravno 2 tedna preden je Češka šla v zaprtje, saj je začelo število okužb s SARS-CoV-2 visoko naraščati. Kljub temu sem se imela čudovito, saj sem spoznala nekaj super ljudi, s katerimi sem se lahko družila, se sprehajala po čudoviti Pragi in hodila na izlete v naravo (sicer pa odkrivanje Prage v času pandemije sploh ni slabo, saj lahko uživaš v znamenitostih brez zoprne gneče ljudi). Restavracije, kavarne in ne-živilske trgovine so bile sicer zaprte sedem od desetih tednov, kar sem bila tam, vendar so še vedno nudili take-away in dostavo. Med tednom sem sicer jedla kosila v bolnici, kjer sem s študentskim popustom na dan plačala za kosilo 1,5-3 €, med vikendi pa sem večinoma vzela take-away ali naročila dostavo hrane. Ker sem živela v centru, sem imela na voljo več različnih trgovin (Billa, Tesco, Albert), ki so nudile vse, kar sem potrebovala, cene pa so precej podobne kot pri nas. Živela sem v hostlu v centru mesta (predelu »Novo mesto«), ki je zaradi COVID-19 situacije začel oddajati sobe za več časa. Imela sem svojo sobo in deljeno kopalnico (v resnici sem kopalnico v tem delu nadstropja uporabljala le jaz, ker je veliko sob bilo praznih) ter kuhinjo (ki je razen hladilnika pravzaprav nisem kaj preveč uporabljala). Za nastanitev sem plačala okrog 725 € za 10 tednov. Stanovanja v Pragi sicer ni težko najti, saj veliko ljudi oddaja sobe, prav tako pa tudi univerza sama uredi bivanje v študentskem domu, če to študent želi (mislim, da so cene okoli 150 € na mesec, odvisno od sobe). Na Češkem je javni promet za študente zelo poceni, za vozovnico za 90 dni za ves javni promet v Pragi sem plačala približno 14 €, prav tako so vsi vlaki in avtobusi po državi okrog 70 % cenejši za študente.

Opravljanje izmenjave ali prakse v Pragi ali drugje na Češkem priporočam vsem, ki vas to zanima, saj so v bolnišnici vajeni mednarodnih študentov, ljudje so večinoma zelo prijazni, hrana je dobra, Praga je čudovita, Češka nudi odkrivanje precej izjemnih krajev, prav tako pa je država tudi prijazna do denarnice. Za več vprašanj me lahko kadarkoli kontaktirate na laura.kekec@gmail.com.

11. GRČIJA – Univerza na Kreti (Sebastian Pelikan)

V prvem semestru študijskega leta 2020/2021 sem načrtoval dvomesečno praktično usposabljanje z Univerzo na Kreti. To je bila moja druga izmenjava na istem kraju, pred dvema letoma sem že preživel dva semestra na študijski izmenjavi. Prvič sem doživel zelo prisrčno izkušnjo, ki sem jo želel ponoviti in poglobiti predvsem kar se tiče obvladovanja grškega jezika, pouka pri mentorjih, ki so name naredili močan vtis ter spoznavanja dežele (otoka) in njenih prebivalcev.

Prakso sem opravljal na področju družinske medicine z zdravnico Foteini Anastasiou in otroške psihiatrije z Dr. Georgios Samiotakis, ki ju toplo priporočam vsakomur. Namen prakse je bil tudi nabrati več informacij o teh dveh specializacijah, da bi se lažje odločil glede nadaljnje karijerne poti.

Izkušnja je bila tokrat precej okrnjena zaradi razmer v času epidemije Covid19. V sklopu ukrepov za preprečevanje širjenja okužb je bilo že od začetka izmenjave v septembru omejeno zbiranje ljudi, predčasno zapiranje javnosti odprtih obratov (trgovine, restavracije) in celotno vzdušje v družbi je bilo nekoliko potlačeno in pesimistično. Ukrepi so se postopoma poostrovali v skladu z naraščanjem števila okuženih vse do razglasitve stanja lock-down sredi novembra, ko je bila prepovedana tudi vsakršna izobraževalna dejavnost v živo in s tem tudi moje praktično usposabljanje.

Nekaj je bilo zakasnitev in negotovosti pri načrtovanju izmenjave, saj do zadnjega ni bilo znano, ali bodo vladna in univerzitetna vodstva omogočila izmenjave v času epidemije. Nekaj zapletov je bilo tudi s papirologijo in dokazovanjem razlogov za predčasni odhod v tujino zaradi opravljanja karantene ob prihodu v Grčijo in kasneje zaradi predčasne prekinitve prakse. V vsem tem viharju sta bila oba urada za izmenjave, tako grški kakor slovenski, vedno zanesljiva svetilnika prijaznosti in profesionalizma, ki jima namenim svoje zahvale in pohvale!

Po predčasno zaključeni praksi sem se odločil podaljšati svoje bivanje v Grčiji do konca Januarja saj z dotedanjim potekom izmenjave nisem bil zadovoljen in zaradi relativno slabše epidemiološke situacije doma. Stiki in izhodi so bili dovoljeni, čeprav sprva v okrnjenem obsegu, strogost ukrepov za preprečevanje širjenja epidemije pa je bila prilagojena prizadetosti posameznih upravnih enot v državi. Kreta je bila med najblažje prizadetimi področji v Grčiji (in Evropi), skladno s tem je bila tudi blažja strogost epidemioloških ukrepov, ki so se po prvem mesecu samo še rahljali vse do razglasitve konca stanja lock-down na dan po tem, ko sem se moral na žalost vrniti domov za nadaljevanje z naslednjim poglavjem - pripravništvom.

Kljub vsemu sem se na malo drugačen način vseeno naužil kraja in izbranih specialističnih področij v načrtovanem obsegu. Upoštevač splošne razmere sem zelo zadovoljen z izmenjavo!

12. NEMČIJA – Kliniken des Main Taunus Kreises GmbH (Alja Majcenovič)

V juliju in avgustu 2021 sem v Nemčiji, v bolnišnici Hofheim, ki je ena izmed treh bolnišnic, ki sestavljajo Kliniken des Main Taunus Kreises GmbH, opravljala svojo prvo študijsko izmenjavo, in sicer prakso na geriatričnem oddelku. Zaradi pandemije COVID19 in poslabšanja razmer, sem imela v začetku leta sicer nekaj težav z možnostjo dejanske izvedbe same prakse s strani bolnišnice, ki naj bi me sprejela, vendar smo na koncu vse uspešno rešili. Praksa, ki sem jo opravljala 2 meseca, se mi je priznala kot dodatne študijske obveznosti – pripis k diplomam.

Za opravljanje Erasmus+ izmenjave sem se morala najprej prijaviti na razpis Erasmus+ praktično usposabljanje na naši fakulteti, katere rok za oddajo prijav je bil začetek novembra. Po odobritvi izmenjave sem se morala o izvajanju prakse dogovoriti še z bolnišnico Hofheim. Samo institucijo mi je sicer priporočila sorodnica, ki je tam tudi delala. Bolnišnico in podatke o njej sem preverila tudi na spletu in se po tem tudi končno odločila, da želim tu opravljati svojo prakso. V bolnišnici je več različnih oddelkov, vendar pa sem se za geriatrijo odločila, ker se mi je po koncu 4. letnika zdelo, da o bolj specifičnih področjih še ne vem dovolj, prav tako pa sem želela svoje dosedanje znanje bolje povezati in poglobiti, za kar je internistični oddelek geriatrije odličen, saj pacienti tam ostanejo dalj časa in imajo številne težave iz različnih področij medicine. Za opravljanje prakse sem se z bolnišnico dogovarjala preko maila, najprej s tajništvom, nato pa kar z vodjo geriatričnega oddelka, na naši fakulteti pa sem imela stike z mednarodno pisarno. Urediti sem morala tudi vso potrebno dokumentacijo, in sicer pošiljanje življenjepisa in kasneje še potrdila o cepljenju OMR in

COVID19 v tajništvo geriatrije kot tudi izpolnjevanje Learning Agreementa in zbiranje podpisov. Tako mednarodna pisarna kot bolnišnica sta bili zelo odzivni.

Izmenjavo sem opravljala v Nemčiji, kar pomeni da sem za veliko večino same prakse kot tudi splošno življenje potrebovala nemški jezik. Sama sem se nemščino sicer učila že v osnovni in srednji šoli, pred odhodom pa sem opravila še jezikovni obnovitveni tečaj nemščine. Ta mi je zelo pomagal pri obnovi znanja, zato tečaj priporočam vsem, ki imate z jezikom države v katero greste težave, saj vam bo le-ta olajšal sporazumevanje (vsaj v prvih nekaj tednih). V Nemčijo sem potovala z letalom (karte so bile zelo ugodne, okoli 200€ v obe smeri skupaj s prtljago), edina posebnost pa je bilo izpolnjevanje posebnega obrazca za vstop v državo zaradi COVID19 pandemije in posredovanje dokumentov o cepljenju/testiranju/prebolelosti letalski družbi. Pred začetkom prakse pa sem po zahtevi vodje oddelka v razmaku 24-ih ur morala opraviti tudi dva antigenska hitra testa. Za bivanje v Nemčiji, daljše od 3 mesecev potrebujete vizo, vendar pa sama tega nisem potrebovala, saj sem v Nemčiji bivala le nekaj več kot 2 meseca. Stanovala sem v mestu Hattersheim, ki je od Hofheima (kjer se nahaja bolnišnica) oddaljen približno 15 min z javnim potniškim prometom. Sama sem imela to srečo, da sem bivala pri daljnih družinskih sorodnikih, kar pomeni da sem za bivanje plačala nekoliko manj kot bi, če bi si nastanitev poiskala kje drugje. Imajo pa v Nemčiji posebna stanovanja, podobna študentskim domovom, namenjena predvsem tujim medicinskim delavcem, ki so seveda cenejša kot najem privatne sobe oz. stanovanja. Cene v trgovinah so bile primerljive ali pa malo višje kot v Sloveniji, višje pa so bile cene v restavracijah, kavarnah, pošti itd. Nekoliko dražje so tudi mesečne karte za javni potniški promet, s katerim pa lahko prideš hitro kamorkoli. Če se boste odločili za obisk ali izmenjavo v nemški deželi Hessen, vam za javni potniški promet priporočam uporabo aplikacije RMV, kjer najdete vse potrebne informacije o prevozih.

Prvi dan prakse sem se najprej oglasila v tajništvu, kjer sem prejela kartico s katero odpiram vrata v bolnišnici, kartico za prevzem oblačil in izkaznico z mojo identiteto. Nato me je sprejela vodja oddelka, ki mi je predstavila bolnišnico in dala osnovna navodila ter odpeljala na geriatrični oddelek. Posebnost le-tega je, da gre za interdisciplinarni oddelek, kar pomeni, da so na geriatriji poleg zdravnikov in medicinskih sester/bratov zaposleni tudi fizioterapevti, delavni terapevti, logopedi, psihologi in socialni delavci. Običajen dan sem tako začela med 8.00 in 8.20, nato smo ob 8.30 imeli tako imenovani "besprechung" oz. jutranji sestanek s vsemi člani tima, nadaljevali smo z vizito, ki je trajala približno 2h. Vsak dan ob 13.15 smo imeli radiološki konzilij, kjer so nam predstavili videne spremembe na radioloških slikah pacientov, katere so zdravniki tisti dan poslali na preiskave. Pred in po tem so potekali sprejemi in odpusti pacientov, UZ preiskave, gastroskopije, kolonoskopije in različni konziliji. Prav tako se je enkrat na teden izvajalo tudi testiranje pacientov na okužbo z virusom COVID19. Še ena posebnost geriatričnega oddelka pa so bili skupinski sestanki celotnega tima, in sicer enkrat tedensko, kjer so se obravnavali vsi pacienti, ki so bili v tistem tednu na oddelku, in spremljali njihov napredek. Delovni dan sem večinoma zaključila okoli 15.30, včasih tudi kasneje, kar je bilo odvisno predvsem od količine dela, ki ga je bilo treba tisti dan opraviti. Vsi zaposleni so bili do mene izjemno prijazni, večino časa sem preživela z zdravniki, ki so si zame res vzeli čas in mi poskusili na karseda razumljiv način razložiti medicinske probleme pacientov, hkrati pa so želeli da do nekaterih zaključkov/odgovorov pridem tudi sama. Aktivno sem lahko sodelovala pri pregledih pacientov, ultrazvočnih preiskavah, viziti... Tekom prakse pa sem izboljšala tudi svoje znanje nemškega jezika.

Čez teden zaradi dolgih delavnikov nisem imela veliko časa za raziskovanje, vendar pa imaš ob vikendih dovolj časa za raziskovanje bližnjih mest (npr. Frankfurt, Wiesbaden...) ali organizacijo krajšega izleta.

Sama sem od izmenjave odnesla zelo veliko, od izboljšanja znanja jezika in medicinskega znanja, pa do doživljanja novih izkušenj in spoznavanja drugih kultur tako v bolnišnici (veliko medicinske

osebja je bilo iz drugih držav po svetu) kot tudi izven nje. Kljub vsem težavam (predvsem organizacijskim) je bila to zelo zanimiva in izjemna izkušnja. Če te opravljanje izmenjave vsaj malo zanima, ti priporočam da se zanjo odločiš.

13. NEMČIJA – Katolisches Karl-Leisner-Klinikum, St. Antonius Hospital Kleve (Anja Lah)

Svoje Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljala aprila in maja 2021 (torej 2 meseca) na ginekološko-porodniškem oddelku bolnišnice v Kleveju. Z iskanjem same Erasmus+ prakse sem imela precej težav, saj sem se za prijavo odločila dokaj pozno (januarja, torej 3 mesece pred samo izmenjavo), bolnišnice zaradi korona virusa večinoma niso sprejemale študentov, poleg tega pa nimam tudi nobenega certifikata o znanju nemškega jezika, saj se nemščine nikoli v življenju nisem učila in sem se jo začela šele ob prijavi januarja (večinoma so vsi želeli B2 certifikat). V Kleve sem E-mail poslala na dva naslova in sicer na študentsko pisarno in neposredno predstojniku ginekologije, kjer sem želela opravljati prakso. Najprej sem dobila (sicer zelo prijazen) odgovor s strani študentske pisarne, da me zaradi mojega neznanja nemščine ne morejo sprejeti, nekaj dni kasneje pa (na svoje presenečenje) odgovor predstojnika ginekologije, da me z velikim veseljem sprejme (kar potrjuje, da se splača pisati kar neposredno predstojnikom). Ker se na izmenjavo odšla v svojem absolventskem letu in sem zaradi korone imela veliko časa, sem tako naslednje 3 mesece posvetila učenju nemščine.

Potovanje: Z nakupom karte sem dolgo časa odlašala, saj me je skrbelo, da bo izmenjava zaradi korone odpovedana. Na koncu sem letela preko Dunaja do Düsseldorfa in potem z vlakom šla naprej do Kleveja (1-2 h). Nazaj sem letela preko Amsterdama direktno v Ljubljano.

Namestitev: Že v prvem odgovoru mi je predstojnik napisal, da mi za 200€/mesec lahko ponudijo sobo v bolnišničnem domu. Sicer sta imela moja dva predhodnika namestitev celo zastoj, toda tudi ta vsota je bila za nemške razmere zelo ugodna. Stanovanja mi tako ni bilo potrebno iskati sama, hkrati pa se bolnišnični dom nahaja na samem ozemlju bolnice, tako da sem imela idealno lokacijo in sem lahko zjutraj malo kasneje vstajala. V domu je približno 10 sob (s posteljo, omaro, umivalnikom in mizo), vendar sta bili v času mojega bivanja samo 2 drugi zasedeni (dve nemški študentki zdravstvene nege). Poleg sobe so na voljo tudi skupni prostori (kuhinja, kopalnica, pralnica in dnevna soba). Hkrati z namestitvijo prejmeš tudi brezplačen internet, skupne prostore pa vsak dan očisti čistilka.

Mesto: Kleve je "manjše" nemško mesto v bližini Düsseldorfa (samo mesto ima cca. 50.000 prebivalcev, z okolico skupaj pa okrog 300.000). Gre za srednjeveško mesto, kjer si je mogoče ogledati veliko zgodovinskih znamenitosti. V času mojega bivanja je bila na žalost večina stvari zaradi korone zaprtih. Samo mesto je sicer obdano z naravo, tako da ponuja veliko možnosti sprehodov in krajših pohodov.

Hrana: Sicer sem prvi dan, tako kot moj predhodnik, prejela kartico, s katero naj bi mi bil na voljo en zastoj obrok na dan v menzi, vendar je bila na žalost v času mojega bivanja menza zaradi korone zaprta, tako da sem si morala malico prinašati s seboj. V bližini je več trgovin, sama sem največ nakupovala v Aldiju (torej Hoferju), cene so primerljive s slovenskimi. V domski kuhinji je na voljo štedilnik, pečica in mikrovalovna pečica ter veliko pripomočkov za kuhanje.

Praksa: Na oddelku dela skupaj 13 zdravnikov in sicer 7 Oberärzten (specialisti z več odgovornosti, na višjem položaju) in 6 Assistenten (2 specializantki in 4 specialistke). Delo poteka vsak dan od 7.45 (raport) do približno 16.00. S prakso v bolnišnici sem bila zelo zadovoljna. Prva dva tedna sem imela sicer nekaj težav, da sem se navadila na jezik, po enem mesecu pa sem začela govoriti že precej tekoče, pa tudi razumela sem večinoma vse. V resnici sem imela več težav, če sem se morala

s pacienti pogovarjati v angleščini kot v nemščini, saj sem se na nemščino tako navadila (pacientov, ki niso znali govoriti nemško, je bilo na moje presenečenje ogromno). Ko so me malo spoznali in mi začeli zaupati, sem dobila vsakič več nalog in se na praksi počutila v resnici uporabno. Na začetku sem veliko spraševala, če lahko asistiram pri operacijah, kar so mi večinoma z veseljem dovolili, kasneje pa so me kar sami razpisovali za asistenco k operacijam. Asistirala sem tako lahko pri veliko histeroskopskih posegih (v drugem mesecu sem lahko enkrat celo sama opravila abrazijo maternico po spontanem splavu), laparoskopijah, laparotomijah, uroloških operacijah in operacijah dojke (v Nemčiji raka na dojki operirajo ginekologi), pa tudi pri carskih rezih. Videla sem lahko tudi kar nekaj porodov, načeloma so bile babice zelo prijazne, pa tudi nobena porodnica ni zavrnila moje prisotnosti ob porodu. V sami porodnišnici imajo približno 1300 porodov na leto, tako da sem morala malo loviti dneve, ko je bilo porodov več, nekajkrat pa sem pustila kar svojo telefonsko številko, da so me poklicali popoldne/zvečer nazaj, ko je bil porod tako daleč (na primer za porod dvojčkov, ki sem si ga res želela videti). Velikokrat so me porabili tudi za nastavljanje kanalov, jemanje brisov (korona in MRSA) ter krvi pred operacijo, občasno sem pri pacientkah vzela tudi anamnezo. Če nisem imela nobenega dela, sem šla z zdravniki v ambulanto in spremljala pregled. Naredila sem lahko tudi nekaj ultrazvokov, predvsem dojke v ambulanti za bolezni dojk in maternice porodnic po porodu. Ob začetku dela sem prejela čip, tako da sem se lahko sama gibala po bolnišnici, kmalu pa so mi dali tudi telefon, da so me lahko priklicali, če so kje potrebovali pomoč. V času svoje prakse nisem srečala nobenega študenta na Erasmusu pa tudi nobenega nemškega študenta (razen nekaj študentov zdravstvene nege na drugih oddelkih).

Na sami praksi me je najbolj presenetilo število tujcev. Ne samo med pacienti (vsaka druga ali tretja pacientka je govorila nemško slabo ali pa sploh ne), tudi med osebjem je veliko tujcev (skoraj polovica zdravnikov na ginekološkem oddelku). Tudi sistem specializacij je v Nemčiji drugačen kot pri nas. Za specializacije nimajo razpisa, ampak študenti po končanem študiju poiščejo, katere bolnišnice imajo prosta mesta za oddelek, ki si ga želijo in potem opravijo običajen razgovor za službo. Če so na razgovoru sprejeti, se potem na oddelku zaposlijo in avtomatično postanejo specializanti.

Celotno prakso bi ocenila kot zelo dobro, saj sem se naučila veliko novega, poglobila svoje znanje ginekologije in svoje kirurške spretnosti ter se na svoji praksi na sploh počutila zelo uporabno. Tudi z zdravniki na oddelku sem se zelo dobro razumela, na koncu so vsi želeli, da bi še ostala. Zelo priporočam vsem, ki vas zanimata ginekologija in porodništvo, in ki bi radi imeli več prakse kot na vajah na faksu. Za vsa vprašanja v zvezi s prakso sem z veseljem na voljo.

14. NEMČIJA – Univerzitetna očesna klinika LMU (Innenstadt) (Maša Koce)

Neposredni mentor: Prof. Dr. med. Stephan Thurau, FEBO

Plan dela:

- | | | |
|--------------|------------------------------|---|
| 7.30 | 2x/teden Fortbildung | <ul style="list-style-type: none"> - predstavitev relevantnih tem s strani specializantov - predstavitev novosti, študij s strani specialistov |
| 7.50 | jutranja predaja in sestanek | |
| 8.00 - 17.00 | delo v ambulanti | <ul style="list-style-type: none"> - meritve IOP, vidne ostrine - pregled sprednjega očesa prekata pri ozki zenici - izpeljava dodatne diagnostike (OCT, AF, FLA, UZ, ipd.) - pregled očesnega ozadja pri široki zenici - predstavitev pacienta nadzornemu specialistu |

- organizacija nadaljnje obravnave pacienta, planiranje operacijskih posegov
- asistiranje pri operacijah
- obrazložitev in seznanitev pacienta z dodatnimi invazivnimi diagnostičnimi postopki in operativnimi oblikami zdravljenja pridobitev pacientovega privoljenja
- pisanje informativnih pisem pacientom in napotnim oz. osebnim zdravnikom

05.12. udeležitev virtualnega kongresa oftalmologov MOG 2020

15. NEMČIJA – Nürnberg, Klinikum Süd (Rok Bernik)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal pozimi (jan.-maj) v Nürnbergu, ki je drugo največje mesto nemške dežele Bavarske.

Z iskanjem možnih destinacij sem pričel že med poletjem, t. j. približno 8 mesecev pred začetkom prakse. Iskal sem predvsem bolnišice v nemško ali angleško govorečih evropskih državah. Pri izboru sem si pomagal z lanskoletnimi vtisi drugih Erasmus študentov. Na koncu sem se odločil za Nemčijo, saj sem si želel tekom prakse izboljšati tudi svoje sicer pomanjkljivo znanje nemščine. Preko sošolke sem izvedel, da slovenski srčni kirurg dr. Kališnik, ki dela trenutno v nürnberški bolnišnici Klinikum Süd, sprejema slovenske študente na prakso. Ker sem slišal, da praksa zajema poleg kliničnega tudi raziskovalno delo, se mi je to zdela odlična priložnost, da razširim svoje znanje na večih različnih področjih. Komunikacija je potekala preko elektronske pošte. Samo natančnejše dogovarjanje se je začelo nekaj mesecev pred odhodom, ko sem kontaktiral glavno tajnico oddelka za srčno kirurgijo ga. Tatjano Lueg. Ta me je preusmerila k gospe Andreji Fengler, ki je po novem odgovorna tudi za Erasmus študente. Moj status pri bolnišnici je bil Praktikant oz. volonter, saj v sklopu izmenjave nisem opravljal nobenih vsebin oz. vaj, ki bi bile del obveznega izobraževanja na moji matični fakulteti. To mi je povzročilo dodatno težavo, saj sem moral zaradi nemškega zakona o minimalni plači svojo izmenjavo iz 5 mesecev skrajšati na 3 (t. j. maksimalna dovoljena doba volontiranja brez prejemanja minimalne plače). Ostala 2 meseca bom najverjetno prav tako oddelal v Nürnbergu, tokrat v ambulanti družinske medicine (zaradi zakona mora biti podjetje volontiranje drugo).

Pred odhodom sem moral urediti obojestranski podpis Learning agreementa ter sklenitev zavarovanja poklicne odgovornosti (Haftpflichtversicherung). Slednjega sem si uredil pri Deutsche Ärzteversicherung (<https://www.aerzteversicherung.de/Produkte/Berufshaftpflicht/PJ-Famulatur-im-Ausland>); po poslani elektronski pošti me je kontaktiral njihov zavarovalniški agent). Vzel sem zavarovanje za PJ oz. Praktisches Jahr. Ker sem odhajal v času covid-19 pandemije, sem moral veliko pozornosti nameniti tudi stalnemu spremljanju predpisov, ki so takrat veljali, predvsem v smislu prestopanja meje. V Nemčijo sem moral zaradi karantene prispeti 10 dni prej, poskrbeti pa sem moral tudi za testiranje pred odhodom ter za PCR test pred začetkom dela v bolnišnici.

Urejanje stanovanja je bilo še kar zahtevno. Priporočam uporabo spletne strani <https://www.wg-gesucht.de/>, kjer je mogoče najti relativno široko ponudbo. Svetujem, da na spletni strani ustvarite svoj oglas, saj boste tako prejeli dosti več ponudb (mnogi najemodajalci namreč nimajo objavljenega oglasa na spletni strani). Na ta način sem tudi sam našel najboljšo opcijo. Najel sem sobo v stanovanju, v katerem sta živeli tudi gospa s svojo desetletno hčerko, s katerima smo se zelo dobro razumeli. Stanovanje je bilo zelo blizu južne klinike, kjer sem opravljal praktično izobraževanje (5 minut s kolesom, 20 minut peš). Kolo mi je prijazno posodila gospa. Za sobo

skupaj z dodatnimi stroški sem plačeval 330 eur, dodatno pa sem zaradi ugodne lokacije prihranil še cca. 60 evrov, ki bi jih sicer plačeval mesečno za vozovnico za javni promet.

Ob prihodu v Nemčijo sem prvih 10 dni preživel v obvezni karanteni, katero je bilo mogoče po 5. dnevu prekiniti z negativnim PCR testom. Prvi dan izmenjave sem se javil na kadrovskega oddelku, kjer sem podpisal potrebno dokumentacijo (pogodbo, sporazum o zaupnosti) ter prejel svoje ključne, mobilni telefon in priponko z oznako Praktikant. Po tem sem se srečal s svojim mentorjem, s katerim sva predebatirala, kako bo potekalo moje delo na oddelku. Dr. Kališnik je sicer super mentor, s katerim se da veliko dogovoriti glede na morebitne interese. Ponudil mi je tudi obisk kakšnega drugega oddelka (npr. za žilno kirurgijo) v kolikor bi me to zanimalo. Pogovorila sva se tudi glede mojega sodelovanja pri raziskavi, ki je sicer že bila v poteku. Moj običajni dan je izgledal nekako takole: v bolnišnico sem prispel malo pred sedmo uro. Preoblekel sem se v kirurško uniformo (»scrubse«), ki sem jo vsak dan zamenjal v bolnišnici ter sem se udeležil oddelčne vizite. Temu je sledila vizita na intenzivnem perioperativnem oddelku, katere se, zaradi epidemičnih razmer, nisem udeleževal. Ob prbl. osmi uri je sledila še »sedeča vizita« - Besprechung v zdravniški sobi, kjer se je predebatiralo vse paciente, ki so bili tisti dan načrtovani za operacijo. Delo sem nadaljeval na oddelku, kjer sem sledil in pomagal specializantom ali pa sem šel v meni določeno pisarno, kjer sem delal na raziskovalni nalogi. Nekajkrat tedensko sem šel tudi z mentorjem v operacijsko dvorano, kjer sem lahko asistiral pri različnih srčnih operacijah in se tudi naučil intradermalnega šivanja. Z delom sem končeval ob različnih urah, ponavadi okoli 5ih popoldne. Kosilo sem jedel v bolnišnici, kjer je zaposlenim in študentom na voljo za ceno 3,3 oz. 3,8 evrov. V bolnišnici so tudi vsepovsod na voljo avtomati z navadno in mineralno vodo.

Kar se jezika tiče, sem bil pred odhodom nekje na nivoju B1/2. Nemščine sem se učil samo v gimnaziji oz. malo v osnovni šoli, tako da sem pred odhodom raje opravil še 30-urni osvežitveni tečaj. Mnogi zdravniki v bolnišnici sicer znajo angleško, vendar pa načeloma vsa komunikacija poteka v nemščini. Pozitivna stran izmenjave je bila tako tudi, da sem lahko nejasne stvari z mentorjem na samem predebatiral v slovenščini. Po drugi strani pa sem tudi opazil, da se je moja nemščina tekom izmenjave močno izboljšala.

Nürnberg je sicer 14. največje nemško mesto, ki pa vsaj meni ni dajalo občutka velikega mesta. Verjetno je k temu prispevalo tudi dejstvo, da je moja izmenjava potekala med COVID epidemijo in da je bilo zato socialno življenje kar precej okrnjeno. V bolnišnici sem spoznal samo 3 študente, saj Klinikum Süd spada pod medicinsko univerzo Paracelsus, ki je precej manjša kot 40 km oddaljena medicinska univerza v Erlangnu. Večino prostega časa sem tako preživljal s sestanovalkama ter z mentorjem in še eno slovensko zdravnico, ki je v bolnišnici takrat opravljala doktorat.

Moji mesečni stroški med izmenjavo so bili okvirno: 330 evrov za stanovanje + približno 150 evrov za hrano + 50 evrov za dodatne stvari (izleti, dnevne vozovnice za javni prevoz itd.).

Za konec bi toplo priporočal izmenjavo v Nürnbergu. Sam sem se imel zelo dobro. Dela je bilo večasih kar veliko, vendar pa se mi zdi, da sem od izkušnje tudi zelo veliko odnesel. Precej sem tudi izboljšal svoje znanje nemškega jezika, tako da sem imel lahko na koncu brez večjih težav samostojne pogovore z ostalim osebjem na oddelku. Všeč mi je tudi, da sem dobil dober občutek, kako poteka raziskovalno delo, ki bi si ga želel nadaljevati tudi v prihodnosti. Za morebitna vprašanja me lahko kontaktirate na naslov: rokbernik5@gmail.com.

16. NEMČIJA – Nürnberg, Überörtliche Gemeinschaftspraxis Dres. Rovčanin und Kollegen in Klinikum Süd (Rok Bernik)

Drugo letošnje Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal med majem in julijem v Nürnbergu, ki je drugo največje mesto nemške dežele Bavarske.

Za destinacijo sem se odločil preprosto zaradi že opravljenega Erasmus praktičnega usposabljanja v mestu ter s tem povezane dobre izkušnje. Poleg tega sem veliko dela vložil v raziskovalni projekt, ki sem ga želel kar se da možno izboljšati ter seveda dokončati. Praktično usposabljanje sem v

privatni ambulanti družinske medicine dobil preko poznanstva med dr. Rovčaninom in dr. Kališnikom, glavnim mentorjem moje prejšnje izmenjave. Dogovor je bil, da bom nekje polovico časa pomagal v ambulanti družinske medicine, drugo polovico pa bi lahko porabil za delo na raziskovalnem projektu.

Pred začetkom sem moral urediti obojestranski podpis Learning agreementa ter oddajo dokumentacije za pridobitev Erasmus štipendije. Zavarovanje poklicne odgovornosti (Haftpflichtversicherung) sem si uredil tudi za obdobje te izmenjave že na začetku leta pri Deutsche Ärzteversicherung (<https://www.aerzteversicherung.de/Produkte/Berufshaftpflicht/PJ-Famulatur-im-Ausland>); po poslani elektronski pošti me je kontaktiral njihov zavarovalniški agent). Vzel sem zavarovanje za PJ oz. Praktisches Jahr.

Urejanje stanovanja je bilo še kar zahtevno. Priporočam uporabo spletne strani <https://www.wg-gesucht.de/>, kjer je mogoče najti relativno široko ponudbo. Svetujem, da na spletni strani ustvarite svoj oglas, saj boste tako prejeli dosti več ponudb (mnogi najemodajalci namreč nimajo objavljenega oglasa na spletni strani). Na ta način sem tudi sam našel najboljšo opcijo. Ker se je ambulanta družinske medicine nahajala v centru mesta, sem najel sobo v 5 minut oddaljenem stanovanju, katerega sem si delil s še enim študentom. Do Klinike Süd sem potreboval približno 35 minut z javnim prevozom (avtobus in podzemna železnica). Za sobo sem plačeval 350 eur mesečno.

Ker je bila izmenjava pravzaprav nekakšno nadaljevanje prejšnje, mi ni bilo potrebno urediti veliko stvari. Prvi dan sem se ob 8ih zglasil pri dr. Rovčaninu, ki mi je razložil, kako bom lahko sodeloval v ambulanti. Za tem sem se vključil v delo v ambulanti. Moje naloge so se iz dneva v dan spreminjale. Tako sem npr. sodeloval pri pregledu pacientov, opazoval UZ preiskave, jemal vensko kri, pomagal v laboratoriju, snemal EKG posnetke, vodil paciente čez spirometrijo itd. Drugi del usposabljanja pa je potekal v Klinikum Süd, kjer sem nadaljeval s svojim delom na raziskovalnem projektu na oddelku za srčno kirurgijo. Proti koncu izmenjave sem tam tudi preživel največ časa. Še en velik plus usposabljanja je bil, da sem se s pomočjo mentorja dr. Kališnika dogovoril še za kroženje na oddelku za nevrologijo tekom prakse, kar je bila odlična in zelo poučna izkušnja. Kosilo sem si v ambulanto družinske medicine nosil s seboj od doma, v bolnišnici pa sem ga vsak dan jedel v kantini, kjer je zaposlenim in študentom na voljo za ceno 3,3 oz. 3,8 evrov. V bolnišnici so tudi vsepovsod na voljo avtomati z navadno in mineralno vodo.

Kar se jezika tiče, sem bil pred začetkom nekje na nivoju B2/C1. Nemščino sem močno izboljšal že med prejšnjim praktičnim usposabljanjem v Nürnbergu, razen tega pa sem se je učil tudi v gimnaziji oz. malo v osnovni šoli. Pred odhodom na prvo prakso sem opravil še 30-urni osvežitveni tečaj, med samo prakso pa sem online opravljal še tečaj medicinske nemščine na MF. Komunikacija je na izmenjavi sicer potekala praktično izključno v nemščini, razen z nekaterimi pacienti, ki so govorili hrvaško, srbsko ali bosansko.

Moji mesečni stroški med izmenjavo so bili okvirno: 350 evrov za stanovanje + približno 200 evrov za hrano + 50 evrov za dodatne stvari (izleti, dnevne vozovnice za javni prevoz itd.).

Za konec bi toplo priporočal izmenjavo v Nürnbergu. Sam sem se imel zelo dobro. Dela je bilo večasih kar veliko, vendar pa se mi zdi, da sem od izkušnje tudi zelo veliko odnesel. Precej sem tudi izboljšal svoje znanje nemškega jezika, tako da sem imel lahko na koncu brez večjih težav samostojne pogovore z ostalim osebjem na oddelku. Všeč mi je tudi, da sem dobil dober občutek, kako poteka raziskovalno delo, ki bi si ga želel nadaljevati tudi v prihodnosti. Za morebitna vprašanja me lahko kontaktirate na naslov: rokbernik5@gmail.com.

17. PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Marija Jovanović)

Svoje dvomesečno Erasmus+ praktično usposabljanje sem od konca julija do konca septembra 2021 opravljala v Coimbri na Portugalskem. 4 tedne sem bila na pulmološkem oddelku, 5 tednov pa na gastroenterologiji. Za Erasmus prakso sem se odločila, ker sem lahko sama izbrala kdaj in na katerih oddelkih bi rada prakso opravljala.

Coimbra ni bila moja prva želja, ampak sem bila na koncu zelo vesela da se je tako izšlo, saj te izjemne izkušnje ne bom nikoli pozabila. S pošiljanjem mejlov sem začela že januarja, ampak v večini primerov nisem dobila odgovora. Po več kot 30 poslanih mejlov, sem se odločila pisati univerzi v Coimbri, ki ima bilateralno pogodbo z univerzo v Ljubljani. Vsa komunikacija je potekala z Nicole Dourado iz mednarodne pisarne. Na mejle je dokaj hitro odgovarjala, prav tako je bila odprta za vsa moja vprašanja. Moje želje glede terminov opravljanja prakse, kot tudi oddelkov so bile takoj upoštevane. Dogovarjanje pa je trajalo kar nekaj mesecev, predvsem zaradi situacije z covidom, saj je bilo izvajanje moje prakse vprašljivo. Letter of acceptance in podpisani learning agreement sem dobila šele en mesec pred odhodom.

V Coimbro sem prispela iz Lizbone, ki je oddaljena 2.5h vožnje z avtobusom. Vrnila pa sem se iz Porta, ki je oddaljen 1.5h vožnje od Coimbre in je zaradi tega bolj ugodna opcija. Stanovanje sem našla v skupini na facebook-u, v katero so me dodali Portugalci, ki sem jih spoznala v mednarodni rotaciji na naši fakulteti. Imela sem svojo sobo in kopalnico, kuhinjo pa sem si delila z ostalimi. Cena z vključenimi stroški je bila 250e na mesec. Do bolnišnice sem se vozila z avtobusom, saj je bila le-ta daleč od mojega stanovanja, nazaj pa sem se sprehajala dobrih 40 minut.

Najprej sem bila na pulmološkem oddelku, kjer so me vsi prijazno sprejeli. Največ časa sem bila na oddelku za bronhoskopije, kjer sem v glavnem opazovala, včasih tudi naredila, ultrazvok prsnega koša. S specializantom sem se pred vsakim posegom pogovorila o bolniku, predvsem mi je veliko pomenilo, da mi je razlagal o RTG in CT slikah. Ko sem želela sem se pridružila zdravnikom ali specializantom na vizitah. Jezikovna bariera je vsekakor bila velika in mi ni omogočala pogovora z bolnikom. Zdravniki pa večinoma dobro govorijo angleško in so mi sproti o vsakem bolniku razložili za kaj se gre. Jaz pa več od pregledov, nisem delala. Potem sem bila še pet tednov na gastroenterologiji. Večino časa sem opazovala endoskopske preiskave, ki jih do zdaj nisem imela priložnosti videti. Zdi se mi da sem se veliko naučila, saj mi je specializantka, ki je preiskave opravljala, z veseljem vse razložila, od teorije do tistega, kar je praktično delala. Na obeh oddelkih sem bila navdušena nad odnosi med kolegi. Tudi mene, kot študentko iz tujine, so želeli čim bolj vključiti v tim. Vmes med strokovnimi pogovori, so radi govorili o tem kaj vse moram na Portugalskem obiskati.

V Coimbri poleti skoraj da ni študentov, ampak sem vseeno že par dni potem, ko sem prišla, spoznala študente medicine iz Bolgarije in Hrvaške. Skupaj smo izkoriščali vikende za potovanja, obiskali smo Porto, Lizbono, Algarve. Vse kar sem videla na Portugalskem, je na meni pustilo ogromen vtis: od same univerze v Coimbri, ki ima tradicijo staro 731 let, do čudovitih plaž na Algarveu. Septembra pa Coimbra postane popolnoma drugačno mesto, saj pridejo študenti iz celega sveta. Zabave nikoli ne zmanjka in vsak dan lahko spoznaš nove ljudi.

Mislím da sem od te izmenjave veliko odnesla. Hvaležna sem za vso znanje, ki so ga zdravniki delili z mano, kot tudi za njihovo prijaznost. Spoznala sem veliko ljudi, med katerimi so tudi prijatelji, s katerimi se bom sigurno še kdaj videla. Moje znanje angleščine se je zelo izboljšalo, na koncu pa sem lahko tudi razumela malo portugalščine. Vesela sem tudi, da sem med poletjem potovala in obiskala različne kraje na Portugalskem, ki so zame eni od najlepših, ki sem jih do zdaj videla.

18. ŠPANIJA - Clínica Dental Torres (Luka Tepeš)

Na Erasmus+ prakso sem se odpravil kot absolvent po koncu 6. letnika. Moja želja je bila Španija. Ker še noben študent dentalne medicine iz prejšnjih generacij ni bil na praksi v Španiji, sem ves research moral narediti sam. V začetku januarja 2021 sem poslal približno 50 emailov na različne klinike. Odgovor sem dobil od samo ene. In še to po treh tednih. Dogovorili smo se za sodelovanje in tako sem se konec marca 2021 odpravil na Gran Canaria. Najprej sem tam planiral ostati 3 mesece, vendar sem potem podaljšal še za dva.

KLINIKA

Clínica Dental Torres je klinika z več kot 25-letno tradicijo. Ustanovil jo je dr. Torres Ojeda, ki se je letos upokojil. Kliniko so prevzeli njegovi otroci (splošni zobozdravnik, kirurg in ortodontka). Zaposlenih imajo tudi več ustnih higienikov ter asistentk. Delo na kliniki se začne med 9 in 9:30. Jutranja izmenja traja do 13-ih, nato imajo 3-urno siesto in ob 16-ih se delo nadaljuje do približno 20-ih. V glavnem sem samo opazoval in asistiral, občasno sem digitalno skeniral. Lahko sem bil na kateremkoli oddelku klinike, vendar sem večino časa preživel pri kirurgu, kjer sem sodeloval pri ekstrahiranjah, implantacijah, vodenih kostnih regeneracijah itd. Komunikacija je v glavnem potekala v španščini. Delo na kliniki poteka v zelo sproščenem vzdušju.

BIVANJE

Na Gran Canaria sem se odpravil en teden pred predvidenim začetkom prakse. Prvi teden sem si prenočišče poiskal preko Bookinga in takoj intenzivno začel iskati sobo za najem. Pričakoval sem veliko večjo ponudbo. Kasneje so mi razložili, da veliko ljudi zaradi koronavirusa noče oddajati. Kljub temu mi je na koncu uspelo najti primerno sobo v predelu Las Alcaravanas, za katero sem odštél približno 340€ na mesec.

ŽIVLJENJE

Življenje v Las Palmasu je bilo v znamenju koronavirusa. Na začetku smo imeli policijsko uro do 23-ih, maske so bile obvezne vsepovsod, tudi na prostem. Če se ne motim so policijsko uro in maske na prostem ukinili enkrat v juniju. Kljub temu je še 90% ljudi maske nosilo vsepovsod. Pravega nočnega življenja ni bilo. Las Palmas je mesto z najlepšo urbano plažo v Evropi, zato sem ogromno časa preživel tam.

Na splošno sem s celotno izkušnjo zelo zadovoljen. Žal mi je le, da se na Erasmus+ prakso nisem odpravil prej.

Za vsa vprašanja sem na voljo na Instagramu: @lukatepes24

19. ŠPANIJA – Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno Infantil, Gran Canaria (Katarina Černač)

Od 28. junija do 28. avgusta 2021 sem na otoku Gran Canaria opravljala dvomesečno praktično usposabljanje v javni bolnišnici Hospital Insular. Za destinacijo sem se odločila, ker sem bila že med letom tam na študijski izmenjavi in med kliničnimi vajami spoznala mentorje v bolnišnici. Zaradi situacije s koronavirusom se mi je bilo v živo lažje dogovarjati glede prakse že med letom. Med izmenjavo sem opravljala del vaj iz Interne medicine na oddelku za endokrinologijo in prehrano ter izbirni del vaj iz Kirurgije na oddelku torakalne kirurgije. Sprva sem jih sicer mislila opravljati v drugi veliki javni bolnišnici na otoku (Hospital Universitario Doctor Negrin), vendar me tam zaradi celotne situacije s koronavirusom niso sprejeli in sem se za vaje raje dogovorila v Hospital Insular.

5 tednov sem opravljala na endokrinološkem oddelku, kjer sem se dogovorila, da sem bila 3 tedne na oddelku, 2 tedna pa na klinični prehrani ter občasno tudi v ambulantah. Zjutraj smo se vedno

najprej zbrali na jutranjem sestanku, kjer so se predstavili klinični primeri, različni članki in raziskave. Na enem od njih sem imela tudi sama priložnost predstaviti klinični primer ketoacidoze. Zaradi pomanjkanja pacientov, sprejetih s strani endokrinologov, smo večinoma obravnavali konzultacije, kjer sem sama jemala anamneze, statuse in jih tudi vpisovala v program. Posebej zanimiva mi je bila ambulanta za obravnavo pacientov po bariatricni kirurgiji, saj je stopnja debelosti na Kanarskih otokih med najvišjimi v Španiji. S španščino nisem imela težav, saj sem se že med letom privadila njihove govornice, je pa jemanje anamnez v tujem jeziku vsekakor poseben izziv. Na oddelku so me zelo lepo sprejeli in bili pripravljeni odgovarjati na moja vprašanja. Bi se pa verjetno več naučila, če bi prakso opravljala na katerem od oddelkov z več sprejetimi pacienti. Naslednje 4 tedne sem nadaljevala na torakalni kirurgiji, kjer sem zdravniški tim že dobro poznala zaradi opravljanja vaj tekom študija. Dva dni na teden smo imeli operacije, ostale 3 dni pa ambulate in delo na oddelku. Kljub zmanjšanju števila operacij zaradi epidemije sem lahko asistiral in opazovala robotske operacije (lobektomije, mediastinoskopije, mehanične pleurodeze ...). Na oddelku smo večinoma sledili pacientom, zdravljenim zaradi pnevmotoraksa, po operacijah na pljučih in poškodbah prsnega koša. Opravila sem tudi nekaj kemičnih pleurodez ter odstranjevala torakalne drene. Po odpustu iz bolnišnice smo pacientom sledili v ambulantah, kjer smo obravnavali tudi bolnike s kostohondritisom, hiperhidrozo, nepravilnostmi prsnega koša (pectus carinatum/excavatum), predoperativno svetovali pacientom z rakom na pljučih. Kot edini študentki na oddelku so se mi še posebej posvetili in mi vedno z veseljem razlagali potek zdravljenja, operacij, rentgenske in CT posnetke.

Glede samega življenja na otoku – ker sem z izmenjavo nadaljevala takoj po študijski izmenjavi z iskanjem stanovanja nisem imela težav (čeprav sem se zaradi poteka pogodbe morala preseliti, sem novo stanovanje našla prek prijateljev). Drugače se pa stanovanje lahko najde na različnih spletnih straneh (Piso compartido, Idealista) ali skupinah (Facebook, WhatsApp). Cene najema se gibljejo nekje od 250-350 evrov (enoposteljna soba v stanovanju z ostalimi študenti), odvisno je seveda tudi od lokacije. Sama sem za enoposteljno sobo v stanovanju, ki smo si ga delili 4-je študenti, plačevala 250 evrov z vključenimi stroški, kar je bilo zelo ugodno. Cene v trgovinah, barih in restavracijah so podobne kot pri nas, cene lokalnih pridelkov na tržnici pa so pogosto še cenejše. Otok je izredno raznolik (od oceana in plaž do hribovskih in gorskih pohodnih poti) in predstavlja ogromno možnosti za aktivno preživljanje prostega časa. Zaradi situacije s koronavirusom smo imeli sicer nekaj omejitev (omejitev števila zbiranja oseb, nekaj časa prepovedano kampiranje, maske obvezne tudi na zunanjih površinah ...), vendar smo jo glede na situacijo v ostali Evropi na otokih večji del leta odnesli zelo ugodno, tudi zaradi toplejšega podnebja (bari in restavracije so bili ves čas odprti).

Javni prevoz imajo za študente izredno dobro urejen, saj za 28 evrov mesečno (od januarja naprej celo samo za 20 evrov/mesec) brez omejitve uporabljajo guague (njihovi avtobusi) po mestu in celem otoku. Za to si je potrebno urediti NIE (številko na policiji), poleg tega pa v primeru daljše nastanitve zelo priporočam tudi empadronamiento (prijava na upravni enoti), saj ti prinese 75 % popust na letalske karte med otoki in celinsko Španijo ter druge ugodnosti (vsekakor se splača porabiti nekaj dni za urejanje španskih papirjev).

Za kakršnakoli vprašanja/nasvete pa mi lahko pišete na katarina.cernac@gmail.com.

20. ŠPANIJA – Hospital Universitario de la Princesa (Luka Josipović)

Praktično izmenjavo sem opravljal v Madridu tekom zadnjih dveh mesecev absolventa v maju in juliju 2021. V Madrid sem se odpravil po predhodno pridobljenem kontaktu od sosolke, ki je za opravljanje študijske izmenjave v isti bolnišnici La Princesa. Sicer sem emaile posiljal vsepovprek po Španiji, vendar sem dobil le malo odgovorov, eden izmed pritrdilnih je bil ravno iz prestolnice. Tam sem dva meseca prezivel na oddelku za nevrologijo, kjer sem si tedne razdelil med pododdelkom generalne nevrologije in enoto za mozgansko kap. Od prvega dne so me

reziji(residents=specializanti)in adjunti(specialisti) vključili v delo, tako da smo jutro začeli s skupinsko predstavitevijo novih primerov ter se nato skoraj vsak dan odpravili na zajtrk, za kaksne pol ure. Potem se je začela vizita in hkratno pisanje evolutivov, načrtovanje terapije ter posveti z specialisti drugih vej. Dan se je začel ob 8:15 in zame ponavadi končal okoli 14h. Lahko bi odhajal tudi prej. Celotna ekipa je bila dokaj mlada in je dobro sodelovala, res so me lepo vključili v delo in odgovorili na vsa vprašanja. Res ti dajo občutek večje domačnosti kot pa npr. na marsikaterem našem oddleku (ali pa v Nemčiji).

Stanoval sem v četrti Arguelles, ki velja za dokaj prestižno in placeval 500€/mesec;nekih 30€ stroškov. Ob tem sem porabil se kaksnih 300-400€ na mesec ob tem da res nisem prevec pazil na denar. V bolnišnici je obstajala opcija menze za 4€ z dvema hodoma. Poleg tega z javnim prevozom tudi ni nekih bajnih stroškov, saj za 20€ lahko uporabljas vse kar je na voljo, kartica te pripelje celo do letalisca! Tudi vsi glavni muzeji so brezplačni za studente do 25 let. Za prihod sem odstel kaksen evro vec kot sicer glede na se vedno aktualno covid situacijo, vendar skupnih stroškov prihoda in odhoda ne bi ocenil na vec kot 350€.

Ves cas sem izpopolnjeval spanscino s pomocjo aplikacija italki ob seveda vseh stikih preko dneva. Pred zacetkom so zahtevali nivo B2 in kljub temu sem sprva imel tezave, saj je pogovor med spanci tezko razumeti, sploh ker uporabljajo veliko idiomov in sal. No, kljub temu sem se prej ali slej vnesel in si reševal kozo z veliko medicinskimi izrazi, ki jih hitro poberes.

V kolikor vas zanima vec mi pisite na josipovichluk@gmail.com.

21. ŠPANIJA – Vithas Hospital 9 de Octubre, Valencija (Nika Jutraž)

Julija 2021 sem opravljala 2-mesečno praktično usposabljanje v Valenciji. Na izmenjavo sem se odpravila zaradi želje po izkušnji in znanju s področja dermatovenerologije. Sprva sem želela prakso opravljati v javni bolnišnici, kar pa zaradi celotne COVID situacije in dodatnih ukrepov ni bilo mogoče. Preko osebnih poznanstev sem pridobila kontakt dermatovenerologa v privatni bolnišnici Vithas Hospital 9 de Octubre, pod katero spada dermatološka klinika Instituto Dermatologico Dr Alonso, kjer so me z veseljem sprejeli.

Na kliniki je več dermatoloških ambulant in dermatovenerologov, ki opravljajo dermatološke preglede, kirurške posege in konzultacije na različnih oddelkih v bolnišnici. Ob prihodu so me vsi zelo lepo sprejeli, dogovorili smo se glede urnika in programa moje izmenjave. Poleg glavnega mentorja, ki je tudi glavni predstojnik klinike, so mi dodelili več neposrednih. Z vsakim sem preživela po 2 oziroma 3 tedne. Delo na kliniki je bilo predvsem ambulantno, skupaj z mentorji sem pregledovala paciente ter jemala njihovo anamnezo. Vsi dermatovenerologi so mi sproti predajali znanje o videnih primerih, me podučili o uporabi dermatoskopa, najpomembnejših značilnosti pogostih kožnih tumorjev in znamenj ter z menoj diskutirali o diagnostiki ter zdravljenju določenih kožnih bolezni. Večinoma so pacienti prihajali na pregled kožnih znamenj, pregled lasišča zaradi prekomernega izpadanja las, aken, dermatitisa, glivičnih okužb, psoriaze... Videla pa sem tudi kar nekaj redkejših, a zelo zanimivih primerov, npr. atopijski dermatitis z okužbo s Herpes virusom, Notalgia parestesica, Herpes zoster, Leishmaniasis cutanea, mozaicismo hipopigmentario... Poleg dermatoloških pregledov sem občasno asistirala tudi pri dermatoloških posegih, kot so izrez znamenj in drugih kožnih sprememb, krioterapija, biopsija. Kljub prvotni želji, da izkusim dermatovenerologijo v javni bolnišnici, sem z videnim in osvojenim znanjem zadovoljna.

Tekom izmenjave je bil glavni govorjeni jezik španščina. Nekateri zdravniki sicer razumejo in govorijo tudi angleško, vendar je zaradi časovne omejenosti težko, da bi sproti prevajali in razlagali vsak primer. Ker sem se španščino že učila in govorila pred prihodom, sem večino časa govorila

špansko, kar je pripomoglo tudi k mojemu napredovanju v znanju samega jezika. Za opravljanje izmenjave v Španiji bi vsekakor priporočila vsaj osnovno znanje španščine, saj je tako tudi lažje slediti pregledom in pogovoru s pacientom.

Samo življenje v Valenciji ponuja veliko možnosti. Je veliko mesto, a hkrati ne preveliko – javni transport je zelo dobro urejen (avtobus, metro, tramvaj), po mestu so tudi postaje z javnimi kolesi (Valenbisi - podobno kot Bicikelj), kar omogoča dokaj hitro »potovanje« po mestu in ti da občutek, da je vse blizu – plaža, center, park... Do klinike sem hodila peš, saj sem živela le nekaj metrov stran, sicer pa sem večino časa uporabljala kar kolo. Cene sob v deljenem stanovanju se gibljejo med 250 in 400 evrov.

V času moje izmenjave so v provinci Valencije veljali določeni ukrepi zaradi Covid pandemije, in sicer policijska ura med 1.00 in 6.00, omejitev druženja do 10 ljudi, maske v zaprtih prostorih, zaprtje barov in restavracij ob 24.30... Kljub ukrepom je bilo mesto živo in je ponujalo veliko dogodkov, od odbojke na plaži, razno raznih športnih aktivnosti, do jezikovnih izmenjav, izletov v bližnja mesta in naravo. V začetku septembra je potekal tudi njihov največji festival Fallas, na katerem po celotnem mestu razstavijo različne maskote, ki jih zadnji dan festivala zažgejo. Mesto je polno študentov in ljudi s celega sveta, kar omogoča enostavno spoznavanje in zapolnitev prostega časa.

Hvaležna sem za celotno izkušnjo izmenjave – za strokovno plat, videne primere in naučeno znanje ter za izkušnjo življenja v španskem mestu, za vsa nova poznanstva, odnose, priložnosti in aktivnosti. Izmenjavo in življenje v Valenciji zagotovo priporočam!

Za več informacij sem na voljo na nika.jutraz@gmail.com

22. ŠVEDSKA – BMC - Biomedical Center, Lund (Anja Vombergar)

Po zaključku študija sem se odpravila na 6 mesečno raziskovalno prakso na Švedsko (1.2.2021-30.7.2021). Prakso sem opravljala v Wallenbergs Neurocentrum, ki je del raziskovalnega centra BMC - Biomedical Center v Lundu.

Sprva sem želela opravljati klinično prakso, vendar pa sem se zaradi osebnega interesa in epidemiološke situacije odločila za raziskovalno prakso. Prakso sem našla preko spletne strani Erasmusintern.org. Najprej sem kontaktirala Behavioural Neuroscience Laboratory, kjer se ukvarjajo z raziskovanjem na področju Parkinsonove bolezni, vendar pa so bila mesta za prakse za moj semester že zasedena, zato mi je PI raziskovalne skupine predlagal, da kontaktiram njegovega kolega iz Laboratorija za Molekularno nevrofiziologijo, kjer se ukvarjajo z genetskim zdravljenjem epilepsij. Prakso na področju nevroznanosti sem izbrala, ker sem v preteklosti že sodelovala na raziskovalnih projektih v povezavi z genetiko in nevrologijo, med specializacijo pa bi prav tako rada opravljala doktorat.

Po kontaktu sem z mentorjem opravila intervju ter podpisala Študijski sporazum. Za prakso sem se začela dogovarjati v oktobru, odšla pa sem v začetku februarja. Sam odhod in urejanje dokumentacije je bilo precej stresno, saj sem odšla med lock-downom, ko so bile meje zaprte, dokumentacijo pa so preverjali na vseh mejah, tako danski kot švedski. Letela sem v Kopenhagen, saj je od Lunda oddaljen le 40 minut.

Prakso sem opravljala kot del raziskovalne skupine Epilepsy group - Group of Molecular Neurophysiology, na projektu genetskega zdravljenja epilepsij "Activity dependent CRISPRi/Cas9 gene therapy against epileptogenesis". Raziskovalna skupina je bila precej internacionalna tako, da je delo potekalo v angleščini.

Na švedskem vse poteka bolj umirjeno, tako da se je tudi moj dan začel bolj pozno kot sem navajena. V službo sem prihajala okrog 9h, z delom pa sem zaključevala okrog 17h. Moj mentor je večinoma delal od doma, zato sem si delo čez teden lahko razporejala sama, prav tako sem bila pri delu precej samostojna. Ker je na področju raziskovanja vse bolj nepredvidljivo včasih dela ni bilo veliko, včasih pa smo delali tudi po 12 ur/dan. Projekt na katerem sem delala je bil še v fazi in-vitro, tako, da sem večinoma delala molekularnimi metodami od kloniranja plazmidov s CRISPR/Cas9 sistemom, produkcije virusa, izoliranja primarnih nevronske celice, transdukcije, imunohistokemije in metod ekspresije kot je qPCR. Imela pa sem možnost sodelovati tudi na ostalih projektih, ki so bili že v fazi in-vivo poteka, kjer smo delali z mišmi in podganami ("surgeries, virus injections, perfusions, behavioral tests, staining, mounting" itd.).

Med prakso sem živela v študentskem domu Spoletorp South, v stanovanju ("corridor flat"), ki je namenjen samo za "guest researchers". Za sobo v študentskem domu me je prijavil mentor prek obrazca na strani LU Accommodation. Cena sobe z lastno kopalnico, vključenimi stroški in možnostjo rezervacije pralnice se je gibala med 4000-4600SEK na mesec, odvisno od letnega časa. Sami stroški izmenjave so bili primerni cenam v Skandinaviji. Najdražja je bila hrana ter javni prevoz, cene oblek in ostalih stvari so se mi zdele primerljive s Slovenijo. Hrana in pijača v restavracijah in barih pa je seveda neprimerljivo dražja kot v Sloveniji.

Zaradi pandemije med zimo in pomladjo nismo preveč potovali. Poleti se je situacija umirila, imeli pa smo tudi možnost nakupa Summer pass-a, ki stane prb. 700SEK za dva meseca in omogoča transport po celi južni regiji (Skåne).

Drugače pa mi je bil ob prihodu najbolj zanimiv preskok iz totalnega lock-downa, nošenja mask na sproščeno življenje na Švedskem med pandemijo. Ko sem prišla so bili bari in restavracije odprti do 20h, ljudje sicer spoštujejo razdaljo vendar pa le redko kdo nosi maske. Švedski sistem temelji na zaupanju, tako, da so imeli v zvezi s pandemijo le priporočila in ne zakonov. Švedska je res ena vodilnih držav na področju raziskav, tako, da bi raziskovalno prakso priporočila vsakomur.

23. ŠVICA – Universitätsspital Basel (Rok Besal)

Med 01.01.2021 in 28.02.2021 sem opravljal klinične vaje interne medicine v Univerzitetni kliniki v Baslu. Praksa je bila organizirana izven razpisa SEMP, približno leto pred začetkom izmenjave sem se samostojno dogovoril z bolnišnico za izvajanje vaj.

Prakso sem opravljal kot dodatno izobraževanje, za priznavanje izmenjave sem se dogovoril z mednarodno pisarno. Ker je izmenjava potekala v lastni režiji, nisem prejel SEMP štipendije, vendar so švicarski študenti v »praktičnem« letu plačani - v mojem primeru je plačilo znašalo 1200 CHF. Stanoval sem v stanovanju v centru Basla, bolnišnica namreč vsem študentom in zaposlenim nudi možnost nastanitve v stanovanju blizu bolnišnice. Cena stanovanja je bila 580 CHF na mesec.

V Švici, Nemčiji in Avstriji opravljajo študenti v zadnjem letniku »klinično-praktično leto« (Klinisches-praktisches Jahr – KPJ), v katerem opravljajo klinična kroženja doma ali v tujini. Študenti so zaposleni kot »podasistenti« (Unterasistent) in imajo točno določene naloge. Klinično leto je nekoliko različno kot naše vaje, saj je potrebno do konca dneva opraviti vse obveznosti, šele takrat se lahko študent odpravi domov. Odsotnost je potrebno napovedati vnaprej in zanje vzeti dopust. Enkrat na mesec si kot podasistent tudi dežuren, potrebno je delati v soboto in nedeljo. Študent mora na teden delati 50 ur, delovni dan se začne ob 8.00 in konča ob 18.00, vmes je 45 minut za kosilo.

Klinično-praktično leto na oddelku interne medicine je sestavljeno iz mesec trajajočih rotacij. Vsak mesec so študenti razporejeni na različne oddelke, kjer imajo svoje zadolžitve. Pričakuje se, da študent opravi sprejem bolnika, torej status in anamnezo, posname EKG in naroči potrebne preiskave, ter ob priložnosti opravi različne praktične posege (pleuralna punkcija, punkcija ascitesa, ultrazvočne preiskave ...). Podasistenta se dodeli na del oddelka, kjer imaš potem »svoje« bolnike, za katere pišeš epikrizo in dokumentacijo. Vsak dan je sicer strukturiran, urnik za tekoč teden prejmeš v ponedeljek zjutraj. Vsak dan zjutraj je radiološki raport, kjer radiologi predstavijo slikovne preiskave iz prejšnjega dne. Temu sledi vizita, ki se jo opravi skupaj s specializantom, enkrat na teden je vizita s specialistom (Oberarzt-Visite), enkrat na teden pa s predstojnikom oddelka (Chefarzt-Visite). Viziti sledi delo na oddelku, po viziti se vsak dan vse bolnike prediskutira s specialistom. Od podasistenta se pričakuje samostojno delo, vedno pa lahko za pomoč zaprosiš specializanta, ki je sicer dodeljen za tvoj del oddelka. S specializanti nisem imel slabih izkušenj, nasploh na oddelkih vlada sproščeno vzdušje, kjer se vsi med seboj tikajo.

Vsak teden ob četrtek je organizirano tudi izobraževanje iz različnih področij medicine (nevrologija, pediatrija, psihiatrija itd.). Ta izobraževanja so odlično pripravljena in tudi praktično naravnana. Vsak ponedeljek pa je »Case presentation« pri predstojniku klinike prof. Bassettiju, kjer nekdo izmed študentov predstavi določen primer iz oddelka. Predstavitve se začne s statusom in anamnezo, nato pa je naloga ostalih študentov postavitev delovne diagnoze in diferencialnih diagnoz. Sledi pogovor o diagnostiki in zdravljenju stanj, povezanih s predstavljenim .

Zaradi dolgega delovnega časa in epidemiološke situacije ob mojem bivanju ni bilo veliko priložnosti za prosti čas med tednom. Druženje je bilo omejeno na kuhanje večerij in posedanje ob reki Ren z ostalimi v domu. Med vikendi smo se večkrat odpravili v ostala švicarska mesta, smučat in v hribe, narava je v Švici čudovita. Na izmenjavi je bilo precej Nemcev, ki so imeli lastno prevozno sredstvo, največkrat sem potoval z njimi. Javni prevoz po Švici je sicer odlično organiziran, vendar tudi švicarsko drag. Basel je čudovito mesto ob reki Ren z veliko možnosti rekreacije, znano kot umetniško središče Švice. Čudovito mesto, čudovita izmenjava.

V primeru dodatnih vprašanj mi lahko pišeš na rok.besal@gmail.com.

24. ŠVICA – Universitätsspital Bern (Rok Besal)

Med 01.07.2021 in 30.07.2021 sem opravljal vaje radiologije v Univerzitetni kliniki v Bernu (Inselspital). Praksa je bila organizirana izven razpisa SEMP, približno leto pred začetkom izmenjave sem se samostojno dogovoril z bolnišnico za izvajanje vaj.

Prakso sem opravljal kot dodatno izobraževanje, za priznavanje izmenjave sem se dogovoril z mednarodno pisarno. Ker je izmenjava potekala v lastni režiji, nisem prejel SEMP štipendije, vendar so švicarski študenti v »praktičnem« letu plačani - v mojem primeru je plačilo znašalo 1200 CHF. Stanoval sem v stanovanju v centru Berna, bolnišnica namreč vsem študentom in zaposlenim nudi možnost nastanitve v stanovanju blizu bolnišnice. Cena stanovanja je bila 700 CHF na mesec.

V Švici, Nemčiji in Avstriji opravljajo študenti v zadnjem letniku »klinično-praktično leto« (Klinisches-praktisches Jahr – KPJ), v katerem opravljajo klinična kroženja doma ali v tujini. Študenti so zaposleni v bolnišnici kot »podasistenti« (Unterasistent) in imajo točno določene naloge. Klinično leto je nekoliko različno kot naše vaje, saj je potrebno do konca dneva opraviti vse obveznosti, šele takrat se lahko študent odpravi domov. Odsotnost je potrebno napovedati vnaprej in zanje vzeti dopust. Enkrat na mesec si kot podasistent tudi dežuren, potrebno je delati v soboto in nedeljo. Študent mora na teden delati 50 ur, delovni dan se začne ob 8.00 in konča ob 18.00, vmes je 45 minut za kosilo.

Klinično-praktično leto na oddelku radiologije je sestavljeno iz teden dni trajajočih rotacij. Vsak teden sem bil dodeljen na določen oddelek, kjer sem imel svoje zadolžitve. Prvi teden sem opravljal vaje na oddelku torakalne radiologije, kjer sem pod nadzorom mentorja pisal izvide CT in rentgenskih preiskav. Če je bilo kakšen dan manj pacientov/preiskav, sem bil razpisan tudi v urgentnem bloku, kjer je bilo stanje bolj nepredvidljivo; v urgentnem bloku sem lahko pod nadzorom opravljal ultrazvočne preiskave (eFAST) in pisal izvide CT, MRI in rentgenskih preiskav. Drugi teden sem bil dodeljen na muskuloskeletalno radiologijo, tretji teden na abdominalno, zadnji teden sem preživel v urgentnem bloku. Na oddelkih je način dela podoben, razlikuje se le področje radiologije. Pri delu sem bil samostojen, seveda pa je vsak izvid pred podpisom pregledal nadzorni specialist radiologije.

Vsak dan se je začel z jutranjim raportom, kjer so specialisti pripravili 30 minutno predavanje in primere, povezane z obravnavano temo. Predavanja so bila sicer v prvi vrsti namenjena specializantom, vendar je bilo možno predavanju slediti tudi študentom, bila so dobro pripravljena in po mojem mnenju tudi koristna.

Po predavanju je bil vedno »case presentation« iz prejšnjega dne, kjer se je šlo čez nekaj primerov iz urgentnega bloka prejšnjega dne.

Bern je čudovito mesto, skozi katerega teče reka Aare, ki v poznem popoldanskem času ponuja veliko možnosti za rekreacijo, v mestu je veliko parkov, neposredno pod švicarskim parlamentom se nahaja Marzili, najbolj priljubljeno brezplačno kopalnišče. Med vikendi ponuja Bern odlično izhodišče za hiking, poletje v Švici je sicer nekoliko drugačno kot recimo na Hrvaškem, a nič manj lepo □

V primeru dodatnih vprašanj mi lahko pišeš na rok.besal@gmail.com.

25. TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Žiga Gašperšič)

V obdobju med 1.8 in 2.10 sem se odločil za opravljanje erasmus+ prakse v Istanbulu na medicinski fakulteti ACIBADEM. Opravil sem 4 tedne splosne kirurgije in kirurgije dojke, 2 tedna urologije, 1 teden oftalmologije in 2 tedna pediatrije. Na zacetku je bil plan drugacen a sva se s kordinatorko sproti dogovarjala kateri oddelki bi mi najbolj ustrezali in imajo največ časa za mene. Za najboljso izkušnjo je pomembno, da se glede oddelkov, ki jih želiš obiskati pozanimaš s koordinatorko in ostalimi Erasmus studenti. Nekateri profesorji ne govorijo najbolje anglesko in nimajo veliko volje za podajanje znanja, med tem ko drugi so pri tem zelo ažurni in sem imel z njimi zelo dobre izkušnje. Predlagal bi predvsem rotacijo na oddelku iz urologije v bolnici Altunizade, oftalmologijo v bolnici Atakent in pediatrijo v bolnici Altunizade. Jezik je velika ovira, razen določenih profesorjev in specializantov (ki jih je zelo malo, ker gre za privatne bolnice) ljudj neznajo (ne želijo) govoriti anglesko, zato predlagam, če ne govoriš turško, da se držiš bolj kirurških oddelko. Kljub temu da gre za privatne bolnice, če pokažeš voljo in zanimanje, bos imel priloznost opravljanja prakticnih veščin (asistenca pri operacijah, vstavljanje in odstranjevanje katetrov, opravljanje statusa..).

Glede bivanja je stanovanje za poletno dvomesečno prakso najti malo težje kot če se odpravljáš za celoten semester. Obstajajo različne fb skupine kjer je ponudbe veliko, prav tako si tam lahko ogledas realne cene. Jaz sem stanoval v kompleksu checknchil, mesecna najemnina 140e, imas svojo sobo, vsako nadstropje (5 sob) ima svojo kopalnico in kuhinjo. Bivalne razmere mogoce niso najbolj idealne, ampak imas v takih nastanitvah možnost da spoznas veliko različnih ljudi. Prevoz z metrojem in avtobusi je dobro organiziran in poceni. Kosilo dobis zastonj v bolnišnicah prav tako tudi v mestu hrana ni predraga.

Istanbul kot mesto ima svoje pluse in minuse. Videl in doživel sem veliko lepega, a ni šlo tudi brez malo manj ugodnih izkusenj. Prosti čas sem prezivel na istanbulskih plažah parkih, z igranjem

nogometa, plezanjem, adrenalinskih parkih, tudi nočno zivljenje je vse prej kot dolgotrajno. Kot vikend izlete priporočam Capadocio in Antalijo. Priporočam, da se naučis vsaj osnove turscine, bos nasplosno kar nekaj prisparal :)

Da povzamem, praksa v Istanbulu je bila zame super izkusnja in jo toplo priporočam. Za vse dodatne informacije sem dosegljiv na e-mail ziga.gaspersic@gmail.com.

26. TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Petra Jevšnikar)

Na dvomesečno Erasmus+ praktično usposabljanje v Istanbulu sem se odpravila nekaj tednov po diplomi. Zaradi pandemije, je bila odločitev dokaj 'last minute' in dokler nisem sedela na letalu nisem bila prepričana ali mi bo uspelo. V Istanbul sem prispela v začetku marca, nekaj dni pred pričetkom izmenjave, da sem imela čas za ogled stanovanj in urejanje logističnih zadev. Sobe ni bilo težko najti, saj obstaja veliko strani, kjer oddajajo sobe oz. stanovanja Erasmus študentom. Cene sob se gibljejo nekje med 150 in 250€, stroški bivanja in prehrane pa so za tretjino do polovico nižji v primerjavi s Slovenijo.

Mesto ima zelo dobro urejen javni prevoz. Za dostop se kupi posebna kartica 'Istanbulkart', ki omogoča uporabo metroja, avtobusov, tramvajev in trajektov po celem mestu. Ena vožnja stane med 2 in 10 lir (0,2-1€) imajo pa tudi mesečne karte.

Acibadem univerza ima v mestu bolnišnice na različnih lokacijah. Zaradi pandemije so študente poskusili namestiti v čim več različnih bolnišnic, tako da je moje usposabljanje potekalo v Acibadem Atakent, Maslak in Altunizade. Vse bolnišnice so zelo prestižne ter sprejemajo tudi mednarodne paciente, zato sporazumevanje v angleščini večinoma ni predstavljalo problema. Med praktičnim usposabljanjem sem 5 tednov ostala na oddelku za fizioterapijo in rehabilitacijsko medicino, ter 4 tedne na dermatologiji. Osebe in mentorji so bili zelo prijazni, ter so se vedno potrudili s prevodi in razlagami. Ves čas pa mi je bila na voljo tudi Erasmus+ koordinatorica, ki je poskrbela za organizacijo ter delila koristne nasvete za turistične izlete.

Kljub omejitvam zaradi pandemije so se razne Erasmus organizacije pripravile online dogodke in izlete za Erasmus+ študente. Tako sem med vikendi in prazniki uspela obiskati še Cappadocio, Antalya in nekaj manjših mest. Izmenjava v Istanbulu je bila zame zelo pozitivna izkušnja. Poleg znanja na področju medicine sem imela priložnost spoznati njihovo kulturo, se naučila nekaj osnov turscine in uživala v njihovi kulinariki. Definitivno priporočam! 😊