UNIVERZA V LJUBLJANI
Medicinska fakulteta

Erasmus+

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

za študijsko leto 2025/2026



Ljubljana, oktober 2026

Vsebina

KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE 5

1. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Barbara Simonič) 5
2. BELGIJA - University of Antwerp (Nika Filipčič) 6
3. BELGIJA - KU Leuven (Nina Šuster) 7
5. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Meta Simsič) 10
6. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Žana Radivo) 11
7. ČEŠKA REPUBLIKA– I. Karlova univerza, Praga (Uroš Petković) 12
8. ČEŠKA REPUBLIKA– II. Karlova univerza, Praga (Ana Oblak) 14
9. ČEŠKA REPUBLIKA– II. Karlova univerza, Praga (Bruno Kulaš) 16
10. DANSKA – Univerza v Aarhusu (Blaž Matija Samotorčan) 17
11. DANSKA – Univerza v Aarhusu (Eva Igličar) 18
12. DANSKA – Univerza v Kopenhagnu (Matic Smolič) 19
13. DANSKA – Univerza v Kopenhagnu (Tilen Brečko) 21
14. FINSKA – Univerza v Ouluju (Nina Šerak) 23
15. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Tina Podboj) 24
16. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Aglaja Gale-Šparemblek) 26
17. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Rebeka Pregelj) 28
18. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Kristina Zajec) 29
19. FRANCIJA - Medicinska fakulteta Univerze Paris Cite, Pariz (Max Zuliani) 31
20. FRANCIJA - Univerza v Strasbourgu (Klara Rajšek) 32
21. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Neli Goršek) 34
22. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Klara Papić) 36
23. ITALIJA – Univerza Sapienza v Rimu (Zarja Skočir) 37
24. LITVA - Lithuanian University of Health Sciences (Monika Lisjak, Jan Kocjan) 38
25. NEMČIJA – RWTH Aachen (Nejc Papič) 40
26. NEMČIJA - Univerza Charité Berlin (Valentina Laura Dolenc) 42
27. NEMČIJA – Univerza Charité Berlin (Ema Zadnikar) 44
28. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Helena Godina) 45
29. NEMČIJA - Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Maja Bernat) 46
30. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Ema Rijavec) 48
31. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Kaja Blažka Žnuderl) 49
32. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Lara Havstija) 51

33. NEMČIJA - Univerze v Heidelbergu, Mannheim (Lovro Žnidaršič) 53
34. NEMČIJA – Julius-Maximilians-Universität Würzburg 53
35. NORVEŠKA – Univerza v Bergnu (Jakob Novak) 55
36. NORVEŠKA – Univerza v Oslu (Zala Igerc) 56
37. NORVEŠKA – Univerza v Oslu (Klara Zorman) 57
38. POLJSKA – Jagiellonska univerza v Krakovu (Ajda Weingerl) 59
39. POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze v Lodžu (Jure Kolenc) 60
40. POLJSKA - Medicinska univerza v Varšavi (Matija Petrović) 62
41. PORTUGALSKA - Univerza v Portu (Maja Mesarec) 65
42. ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Nana Živič Pavček) 66
43. ŠPANIJA – Univerza v Cantabrii (Katarina Tomac) 68
44. ŠPANIJA – Universidad de Pais Vasco, Bilbao (Julija Andoljšek) 69
45. ŠVEDSKA – Karolinska Institutet, Stockholm (Ana Karolina Starič Drusany) 71
46. ŠVEDSKA – Karolinska Institutet, Stockholm (Vladimir Smrkolj) 71
47. TURČIJA – Acibadem Universitesi, Istanbul (Kaja Tominec Hrib) 74
POROČILA – PRAKTIČNA USPOSABLJANJA 76
1. AVSTRIJA – AKH Dunaj (Nina Pavčič) 76
2. AVSTRIJA – Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien, Dunaj (Gregor Valentinčič) 77
3. BELGIJA - Gent University Hospital (Žan Starič) 78
4. ČEŠKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Polona Ušaj) 79
5. ČEŠKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Monika Seliškar) 81
6. ČEŠKA - 2. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Katarina Bajc) 82
7. HRVAŠKA – Univerza na Reki (Karin Hvala) 83
8. HRVAŠKA – Univerza na Reki (Saška Vitez) 85
9. HRVAŠKA - Klinična bolnišnica Dubrava, Zagreb (Miha Sever) 87
10. ITALIJA – Studio Dentistico Dr. Fischer, Trst (Ines Fabris Piščanec) 88
11. ITALIJA - Bolnišnica Sapienza, Rim (Andraž Zalogar) 89
12. NEMČIJA – Alexianer St. Hedwig Krankenhaus, Berlin (Filip Korošec) 90
13. NEMČIJA - McKensie in Stadler, München (Janko Starič) 91
14. NIZOZEMSKA - Tandartspraktijk Jacob Obrecht, Amsterdam (Karmen Jošt) 92
15. NIZOZEMSKA - Erasmus Universitair Medisch Centrum, Rotterdam (Lan Vukolić) 93
16. NORVEŠKA - Tromso, The Artctic University of Norway (Katja Kores) 94
17. NORVEŠKA - Tromsø, The Arctic University of Norway (Jakob Jeverica) 96
18. NORVEŠKA - Tromsø, The Arctic University of Norway (Anja Rupar) 98

19. POLJSKA – Univerzitetni klinični center v Varšavi (Tjaša Šikonja) 99
20. POLJSKA - Univerzitetna bolnišnica v Lodžu (Thomas Peric) 100
21. PORTUGALSKA - Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Vesna Bukovec) 101
22. PORTUGALSKA – Fakulteta za farmacijo, Univerza v Lizboni (Nina Bernat) 102
23. ŠVEDSKA - Karolinska Institutet (Ana Klinc) 104
24. TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Anita Tara) 105
25. TURČIJA - Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Dijana Šarić) 107
26. TURČIJA – Univerza v Izmirju (Tina Sluga) 108
27. TURČIJA - Erciyes university, Kayseri (Kaja Klemenc) 110
28. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Andraž Možina) 110
29. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Ema Lanišnik) 111
30. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Hana Feguš) 113
31. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Zara Gradecki) 113
32. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Živa Zidarn) 114
33. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Skupno poročilo termin 12.1. - 6.2.2026, študenti UL MF: Sara Čebron, Pia Mohorič Tomažin, Nika Kodelja, Miha Polanc, Luka Petrovič) 116
34. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Enja Bančov, Matija Barba, Vesna Devetak, Sandra Lipovec, Vladimir Smrkolj, Aljoša Škorjanc) 117
35. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Katja Jerič) 119
36. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Sabina Likar in Živa Nardin) 120
37. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Jan Kukavica) 123
38. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Maša Pečnik) 124
39. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Maša Pečnik) 126
40. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Ivana Purg) 127
41. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Luka Moličnik) 128
42. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Giorgia Sinigoi) 130
43. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Deja Juriševič) 132

KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE

1. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Barbara Simonič)

Vsebinsko poročilo: Medizinische Universität Wien
Konec februarja 2026 sem se za poletni semester 5. letnika odpravila na študijsko izmenjavo na Medizinische Universität na Dunaju. Na izmenjavi sem opravljala predmete Ginekologija in porodništvo, Oftalmologija, ORL in dva izbirna predmeta: Fallorientierte Lehre: Clinical Reasoning in Wahlfach Onkologie - Fall-basiertes Erlernen von Diagnostik, Therapie und klinischem Management onkologischer Erkrankungen.

Prijavni postopki
Glede prijave so me aprila prejšnjega leta kontaktirali preko e-pošte, kamor so mi poslali vsa navodila, uporabniško ime in geslo za Mobility Online. Na ta portal naložiš tudi vse potrebne dokumente in si izbereš tri želje za rotacijo (Zug) in s tem predmete, ki jih želiš opravljati. Rotacijo ti potrdijo šele kasneje. Vse rotacije so opisane v dokumentu, na voljo jih je šest. Seznam izbirnih predmetov in njihovi opisi so zbrani na spletni strani Study guide, do katerega ti tudi pošljejo povezavo v navodilih. Naložiti je treba tudi potrdilo o cepljenjih, ki ga mora podpisati osebni zdravnik, jaz sem po meritvi titrov protiteles potrebovala dodatna cepljenja, zato je dobro, da s tem ne čakaš do zadnjega trenutka. Prav tako je treba poslati potrdilo o znanju nemškega jezika. Pred pričetkom študija je bilo treba plačati vpisnino (okoli 25 evrov) in prevzeti študentsko izkaznico v mednarodni pisarni. Tam dobiš tudi dostop do spletne učilnice MedCampus, kjer so naloženi urniki in kamor naložijo ocene.

Študij in študijske obveznosti
Medicinska fakulteta na začetku semestra organizira Welcome event, kar je super priložnost, da spoznaš ostale Erasmus medicince. Za nas so kasneje organizirali tudi različne dogodke, kjer smo se lahko dodatno družili. Študij sem začela s prakso na ginekologiji, saj so drugi študenti v moji rotaciji takrat imeli nevrologijo, ki sem jo že opravila. Praksa je bila zanimiva, bi jo priporočala, saj si vsak dan na drugem oddelku in vidiš veliko različnih stvari. Dva tedna sem bila na ginekologiji, kjer sem bila v različnih ambulantah in operacijskih dvoranah, dva tedna pa na oddelku za porodništvo. Nato sem opravljala še predmet Ginekologija na Klinik Favoriten, kjer so bili mentorji super in so nas študente vključili v njihovo delo. Lahko smo asistirali pri različnih operacijah, porodih in carskih rezih in bili smo vključeni v ambulantno delo. Opravljala sem tudi predmet ORL na Klinik Landstraße in Oftalmologija v Hanusch Krankenhaus. Kliniko, kjer opravljaš vaje, ti dodeli fakulteta, vaje opravljaš v manjših skupinah.
Med semestrom te enkrat naključno izberejo za praktilčni izpit, kar izveš en teden vnaprej. Na izpitu moraš opraviti anamnezo in pregled pacienta, nato predstaviš pacienta mentorju in
on ti lahko postavi še par teoretičnih vprašanj. Jaz sem imela ta izpit pri ginekologiji, vendar ti predmet izberejo oni. Po izkušnjah sošolcev in mojih izkušnjah so mentorji zelo prijazni in izpit ni neprijetna izkušnja. Na koncu semestra opravljaš pisni izpit MCQ, ki se imenuje SIP5. Pišeš vse predmete skupaj na isti dan, zanj se pripravljaš iz powerpointov predavanj ali skript, ki jih profesorji naložijo na Study Guide. Zelo pomemben vir so tudi Anki vprašanja, ki jih pripravijo študenti.

Vtis mesta in izmenjave
Na Dunaju sem živela v študentskem domu ViennaBase19, ki se nahaja v 19. okrožju. Okolica je zelo lepa, v bližini se nahaja veliko parkov, trgovina, DM in veliko možnosti javnega prevoza (metro, tramvaj, avtobus). Do glavne bolnice AKH sem imela okoli 15 minut s tramvajem, kar je bilo zelo priročno. Na splošno je Dunaj zelo dobro povezan z javnim prometom, zato bi priporočala nakup vozovnice za javni promet. Po novem je na voljo namesto semestrske karte le letna karta za okoli 300 evrov, ki pa jo lahko

prekineš, ko se vrneš domov, in dobiš preostanek denarja nazaj. Kosilo sem jedla v bolnišnicah, kjer smo imeli vaje, včasih je bilo treba doplačati 2-5 evrov, v nekaterih klinikah pa smo imeli študentje kosilo zastonj. Dunaj ima zelo pestro dogajanje, vedno se najde kakšen zanimiv dogodek. Tudi njihova ESN organizacija je dobra in organizirajo vsak teden veliko dogodkov, kjer lahko spoznaš še ostale Erasmus študente, ki jih je na Dunaju zares veliko. Bogat je tudi kulturni program, obstaja možnost U27, kjer lahko osebe, stare pod 27 let, dobijo karte za različne predstave po nizki ceni. Dunaj je zelo lepo in zelo internacionalno mesto, je res super za živeti in bi izmenjavo priporočala vsakomur, ki si želi podobne izkušnje.

2. BELGIJA - University of Antwerp (Nika Filipčič)

Na študijsko izmenjavo na Medicinski fakulteti Univerze v Antwerpnu sem odšla v letnem semestru šolskega leta 2025/2026. Na izmenjavi sem opravljala predmete ortopedija in travmatologija, oftalmologija, onkologija, ginekologija in porodništvo ter izbirni predmet.
Celoten prijavni postopek je potekal zelo gladko, kar me je že na začetku zelo prijetno presenetilo. Po nominaciji naše fakultete me je Univerza kontaktirala že poleti in poslala natančna navodila, kako slediti portalu Mobility online, za oddajo potrebnih dokumentov, podpis študijskega sporazuma pa je potekal v celoti prek spleta. Pred prihodom na izmenjavo sta bili mednarodni pisarni obeh fakultet (naše in gostujoče) ves čas na razpolago in zelo hitro odzivni, predmetniki in študijski režimi pa jasno objavljeni, tako da dogovarjanje ni bilo preveč težavno. Pred prihodom je Antwerpska univerza tudi pošiljala maile za prijavo na morebitne jezikovne tečaje in opisom organiziranih aktivnosti v prvih dneh. Na orientacijskem dnevu pred začetkom semestra smo dobili veliko uporabnih informacij o življenju v mestu, prejeli smo tudi študentske izkaznice. Medicinska fakulteta nam je tudi organizirala kontaktno osebo – lokalnega študenta medicine, ki nam je bil na voljo za druge informacije.

Pri nastaniti sem zaprosila za mesto v študentskem domu v sklopu Univerze v centru mesta (Stadtkampus), kjer sem najprej bila na čakalni listi, nato pa sem dobila ponudbo v študentskem domu Eclipse, ki sem jo sprejela. Za sobo z deljeno kopalnico in kuhinjo sem plačevala 435 evrov na mesec, brez dodatnih stroškov. Na splošno je življenje v Belgiji nekoliko dražje, predvsem pa se pozna, da so tudi v študentskih menzah cene precej visoke, tako da smo si študentje morali večinoma kuhati, vseeno pa so stroški znesli med 200 ali 300 evrov na mesec. Odločila sem se za študentski dom v centru po nasvetu predhodnih študentov in bi še enkrat naredila enako, saj je kljub oddaljenosti od medicinske fakultete življenje v mestu za študenta na izmenjavi veliko bolj zabavno in razgibano. V domu smo bili večinoma Erazmovci, tako da je bilo navezovanje stikov enostavneje in manj stresno. Do kampusa sem se vozila z avtobusom, kar mi je vzelo približno 45min do 1h. Po centru mesta je pa zelo priročno uporabljati kolo, ki ga lahko najameš ali kupiš Avelo – podobno kot Bicikelj.

Študij poteka po sklopih, junija pa smo imeli izpitno obdobje. To je bilo nekoliko naporno, vendar je marsikateri izpit za Erasmus študente potekal ustno, profesorji pa so bili zelo prilagodljivi za izbiro datumo. Zadnji izpit sem imela 26.6., izbirnega predmeta International infectious diseases, tako da se je to skladalo s koncem moje izmenjave. Sami izpiti niso bili težki, ni pa enostavno pridobiti visokih ocen, tudi zaradi pretvorbe med sistemom ocen 1-20 v naš sistem, saj se najvišje ocene v Belgiji praktično ne podeljujejo. Predmeti in izpiti so potekali večinoma v angleščini, ali pa smo vsaj prejeli angleško gradivo, nekaj smo si tudi morali prevesti. Predavanja so v večini tudi posneta in v urniku je čas za samostojen študij, kar omogoča oblikovanje lastnega urnika.

Mesto je bilo za izmenjavo ravno prav veliko, poleg tega pa tudi zelo dobra destinacija za izvedbo enodnevnih izletov po Belgiji, na Nizozemsko, v Francijo ali Luxemburg. Vlaki so z uporabo sistema Tranplus

zelo poceni, kar omogoča celostno izkušnjo izmenjave. Mesto stoji ob reki, kjer se lahko v poletnih mesecih kopaš in ima veliko parkov za preživljanje sončnih dni.

3. BELGIJA - KU Leuven (Nina Šuster)

Erasmus izmenjavo sem opravljala v prvem semestru 4. letnika. V tem semestru KU Leuven ponuja »english semester«, ki je sestavljen iz predmetov Obtočila, Prebavila, Dihala in Sečila.

Prijava
Kmalu po nominaciji na naši fakulteti sem s strani njihove fakultete po e-mailu dobila vse potrebne informacije glede vpisa, prijavnih rokov in potrebnih dokumentov. Vsi 4 predmeti so se mi doma priznali v celoti, imajo pa na KU Leuven skupno nekoliko več kreditov kot pri nas.

Nastanitev in življenje
Njihov semester se prične v predzadnjem tednu septembra (22.9 v mojem primeru). Teden dni pred tem KU Leuven organizira orientacijski teden in čez teden organizirajo različne aktivnosti in predavanja, ki so namenjena spoznavanju mesta, njihovega sistema ter drugih študentov. Sama sem zaradi obveznosti na UL MF v Belgijo prispela šele za začetek predavanj in sem ta teden zamudila, kar pa tudi ni bil problem, saj je tekom semestra organiziranih še veliko drugih aktivnosti za spoznavanje.
Leuven je poln študentov, zato je precej težko najti nastanitev in priporočajo, da z iskanjem začneš čim prej. Na voljo imajo nekaj študentskih domov, za katere prijava poteka že marca (čeprav uradno potrdilo o sprejetju na univerzo dobiš šele junija). V prijavi lahko v vrstnem redu zapišeš 3 domove, ki si jih želiš ter dodaš motivacijsko pismo. Belgijci uporabljajo tudi spletno stran Kotwijs, kjer so najemodajalci in sobe oz. stanovanja preverjeni, vendar večinoma vsi želijo sobo oddati le za celo šolsko leto. Lahko tudi pišeš mail na Stuvo in ti posredujejo seznam vseh njihovih študentov, ki se v istem času odpravljajo na izmenjavo in oddajajo svojo sobo.
Večina študentov za prevoz po mestu uporablja kolo. Najlažje je, če ga najameš pri ponudniku Velo (60€ za 6 mesecev). Jaz sem do bolnišnice hodila z avtobusom, ki stane 25€ za celo šolsko leto. KU Leuven ponuja tudi sport card in culture card, vsaka približno 30€ za celo šolsko leto. S športno kartico imaš dostop do 80 različnih športov – lahko se pridruži vodeni vadbi, ali pa s prijatelji najameš igrišče za odbojko, padel… S kulturno kartico imaš dostop do različnih kulturnih prireditev, muzejev, kino predstav… Hrana v trgovinah je nekoliko dražja kot v Sloveniji, najcenejša sta Lidl in Aldi, ki imata primerljive cene. Tudi restavracije so nekoliko dražje, imajo pa verigo študentski menz (Alma), kjer s študentsko kartico dobiš topel obrok za 5€.

Študij
Celoten študij poteka v angleščini. Najprej 2 meseca potekajo predavanja, ki so razdeljena na teoretična in klinična. V sklopu kliničnih predavanj potekajo diskusije kliničnih primerov ter možnih diferencialnih diagnoz, pri prebavilih pa študentje po skupinah pripravijo tudi 2 seminarja in ju predstavijo. Za tem je približno 1 mesec vaj – pri vsakem predmetu je en dan vaj na kirurgiji, en dan outpatient, ter drugo (funkcijski testi, dializa, endoskopija…). Vsi pogovori s pacienti potekajo v nizozemščini, vendar ti pred prihodom pacienta ter po koncu pogovora zdravniki z veseljem razložijo in odgovorijo na vprašanja v angleščini. Razen določeni delov statusa (avskultacija, pregled žil) žal pri vajah le poslušaš. Glede na to, da smo imeli vsa predavanja v 2 mesecih, sta bila ta meseca zelo intenzivna in imeli smo precej več ur predavanj na dan kot na UL MF. Prisotnosti na predavanjih sicer ne preverjajo, vendar je pričakovano, da študentje predavanja obiskujejo. V english semestru je okoli 25 študentov, tako da je res omogočena diskusija ter interaktivnost med predavanji in se, sploh iz kliničnih seminarjev, lahko veliko naučiš. Pri vajah je prisotnost obvezna, a v tem času je obveznosti manj, približno 3-4x na teden. V januarju potekajo samo izpiti. Izpit pri predmetu Sečila je sestavljen na podoben način kot na UL MF – 60 MCQ, je pa za to na voljo

kar 180 minut, tako da imaš res čas v miru prebrati in razmisliti o vsakem vprašanju. Ostali izpiti so samo ustni. Pri Prebavilih dobiš 2 primera ter 1 radiološko ali patološko sliko, nato pa imaš 1 uro za pripravo. Podobno je pri Dihalih, kjer dobiš 4 primere ter nekaj radioloških vprašanj, nato pa imaš do 3 ure za pripravo (ko si končal greš do profesorja). Pri Obtočilih konec decembra dobiš primer, ki ga razrešiš doma, nato pa za izpit pripraviš predstavitev primera. Za tem te profesorji še vprašajo nekaj splošnih vprašanj, na koncu pa imaš 1 minuto za interpretacijo EKG. Pri vsakem ustnem izpitu je prisotnih več profesorjev, ki ti podajo skupno oceno, tako da so izpiti bolj objektivni. Izpiti so se mi zdeli veliko bolje zastavljeni kot na UL MF, saj so res klinično usmerjeni in te tudi prisilijo, da razmišljaš klinično, kot da bi imel pred sabo pacienta, manj poudarka pa je na teoretičnih vprašanjih.

Splošni vtis
Leuven je majhno, a živahno mesto, polno domačih in tujih študentov. Zato imajo čez celo leto organiziranih res veliko dogodkov in ugodnosti za študente, tako da nikoli ni dolgčas, hkrati pa je sklepanje novih prijateljstev veliko lažje. KU Leuven je priznana univerza, znana po kakovostnem študiju, kar sem tudi sama opazila. Zame je bila izmenjava nepozabna izkušnja in jo priporočam vsem, še posebej zato, ker se predmeti res lepo ujemajo s programom 4. letnika.

4. BRAZILIJA - Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP) (Tristan Mark Gorše)

Na FMUSP sem opravljal predmete Onkologija, Gastroenterologija in Akutna kirurgija (Acute Care Surgery).

Prijava, nastanitev in življenje
Postopek prijave na univerzo poteka brez težav. Po nominaciji počakaš na potrdilo, da si sprejet, in po elektronski pošti prejmeš natančna navodila za nadaljnje korake.
Za Brazilijo je potreben vizum, če je izmenjava daljša od 90 dni. Moja je to obdobje presegala ravno za nekaj dni, zato sem zaprosil zanj, čeprav se je na koncu izkazalo, da ga ne bi potreboval – med izmenjavo sem namreč večkrat potoval v druge države, zato moje bivanje v Braziliji ni preseglo te omejitve. Na brazilskem veleposlaništvo vizum izdajo zelo hitro, le vse potrebne dokumente si je treba priskrbeti, še preden zaprosiš za termin, saj ga dobiš praktično takoj. Hkrati dobiš še brazilsko davčno številko (CPF), ki jo nujno potrebuješ – od nakupa SIM kartice do spletnega nakupovanja. Z dokumenti, s katerimi zaprosiš za vizum, se moraš nato prijaviti še na policiji – termin je treba rezervirati prek fakultete, ker je sicer čakalna vrsta predolga. Če vizuma nimaš, pa prijava ni potrebna.
Moja izmenjava se je začela 1. avgusta, ko se začne njihov poletni semester, sam pa sem v São Paulo prispel že nekaj dni prej, kot priporoča tudi univerza, da urediš najnujnejše – dobiš študentsko kartico, spoznaš kampus, nabaviš SIM kartico... Nastanitev sem dobil prek sporazuma med UL in USP, ki omogoča brezplačno bivanje v njihovem domu za podiplomce – vključno z zajtrkom. Ta je v kompleksu, kjer so tudi vse bolnišnice, v katerih poteka praksa. Dom je namenjen predvsem njihovim specializantom, vendar so v njem tudi študenti in gostujoči profesorji. Bival sem v dvoposteljni sobi, a sem bil v času izmenjave v njej sam, tudi sicer je bilo vsaj moje nadstropje precej prazno.
Pri plačevanju s plačilnimi in kreditnimi karticami praviloma ni težav, se pa v Braziliji veliko plačuje s PIX-om, za katerega je potreben račun v brazilskih realih. Dobroimetje za plačevanje v študentski menzi je na študentsko kartico mogoče naložiti samo z njim, enako velja za plačilo takse za prijavo na policiji. Ker ga sam nisem imel, mi je pomagala buddy, ki mi jo je dodelila univerza, sem pa pozneje izvedel, da si je PIX mogoče urediti prek kartice Wise, ki bi si jo lahko naročil že v Sloveniji – ta je nekaj podobnega kot Revolut ali N26. Buddy mi je tudi pomagala, da sem pri mobilnem operaterju TIM lahko sklenil ugodno predplačniško razmerje, saj hočejo drugače tujcem prodati dražjo ponudbo.

Ker ne govorim portugalščine, sem si veliko pomagal z aplikacijo Google Translate, kar je bilo nujno pri vsakodnevni komunikaciji. Vsekakor se je pametno naučiti nekaj osnovnih fraz, saj to močno olajša interakcijo v trgovinah, z vratarjem študentskega doma, z zdravstvenim osebjem. Sam sem se učil z Duolingom, a zdaj vidim, da bi bilo bolje pred odhodom obiskovati kak tečaj.
Cene v živilskih trgovinah so načeloma nižje kot v Sloveniji, čeprav so nekatera živila, ki niso tipična za Brazilijo (npr. jogurt) nekoliko dražja. Večinoma sem jedel v študentski menzi na fakulteti, kjer obrok stane približno 0,30 €. Pod študentskim domom je še menza Flight 510, v kateri plačaš glede na količino (3 €/kg), najboljša pa je menza v športnem kompleksu Athletica, namenjena predvsem zdravnikom. Tam plačaš okoli 7 € za "all you can eat", hrana pa je tudi najbolj kakovostna. Predvsem v študentski menzi so obroki precej enolični – glavni prilogi sta riž in fižol.

V Athletici sem obiskoval fitnes, ki ga vodijo študenti. Mesečna članarina znaša približno 25 €, vključena je tudi uporaba bazena, ki pa ni bil videti preveč vabljiv. Na fakulteti šport jemljejo zelo resno – če želiš igrati kateri koli moštveni šport, se moraš udeleževati treningov 4–5-krat na teden, sicer te nočejo sprejeti. Za rekreativno igranje košarke ali odbojke bi se tako moral voziti v kak drug kampus, a se mi je zdelo, da bo to glede na razdalje v São Paulu preveč zamudno. Za tek priporočam stadion Pacaembu, ki je le pet minut hoje od bolnišničnega kompleksa.

Mesto São Paulo je izjemno živahno, z ogromno bari, restavracijami in klubi, vendar nima tako številnih turističnih znamenitosti, kot jih imajo evropska velemesta. Tudi centra mesta si turistom ni preveč priporočljivo ogledovati. Organiziranega druženja za študente na izmenjavi praktično ni – to je največja razlika v primerjavi z izmenjavami v Evropi –, zato se večinoma družiš s študenti, s katerimi imaš skupne klinične vaje. Obstaja sicer skupina na WhatsAppu za tuje študente, vendar jih je bila vsaj v času moje izmenjave velika večina iz Portugalske in so se držali precej zase, z brazilskimi rednimi študenti medicine pa nimaš stika, če ne poslušaš predmetov v portugalščini.
Za prevoz sem najpogosteje uporabljal Uber, občasno tudi podzemno železnico. Uber je bistveno cenejši kot taksi v Sloveniji, vožnja z metrojem pa stane nekaj več kot 1 €.
V Braziliji je ogromno zanimivih krajev, ki jih je vredno obiskati, vendar so letalske karte precej dražje kot v Evropi, zato jih je pametno kupiti precej vnaprej. Sam sem bil recimo tudi v Čilu in Boliviji, saj je bilo leteti tja ceneje kot po Braziliji. V Rio de Janiero pa sem potoval z avtobusom – sicer sem vozovnico za tja moral kupiti dvakrat, ker prvega avtobusa tudi po več urah sploh ni bilo. Kot so mi povedali, pri določenih prevoznikih ni to nič nenavadnega. V bolnišnici se je tudi mogoče dogovoriti, da kak dan manjkaš, zato lahko načrtuješ podaljšane konce tedna, pa tudi vsak konec meseca, ko se posamezen predmet konča, je vedno nekaj prostih dni.
Brazilci so izjemno prijazni in odprti ljudje. V bistvu je največji kulturni šok, da je večina ljudi, s katerimi prideš v stik, tako vesela in nasmejana, vsakokrat ko te vidi. Evropejci se jim verjetno zdimo preveč resnobni.

Študij
Predmeti, ki sem jih obiskoval, so potekali v angleščini, vendar je izmenjava večinoma klinično usmerjena – predavanj je malo, pa še tistih nekaj, kar jih organizirajo, poteka v portugalščini in so namenjena njihovim specializantom. Raven znanja angleščine pri zdravnikih je različna – nekateri govorijo tekoče, drugi malo slabše. Od medicinskih sester in ostalega osebja pa znanja angleščine ne gre pričakovati. Poznavanje osnov portugalščine je zato koristno, a tudi brez tega se da znajti.
Akutna kirurgija je narejena po programu, ki ga morajo opraviti tudi vsi njihovi študenti medicine. Zastavljen je precej svobodno – sam lahko izbiraš, ali boš več časa preživel na urgenci ali v operacijskih dvoranah. Sam sem raje večino časa prebil v operacijskih dvoranah, na urgenci moraš namreč pogosto več

ur čakati na kak zanimiv nov primer. Vsako sredo sem se udeležil tudi disekcij, kjer njihovi specializanti vadijo kirurške tehnike na truplih. Če imaš srečo in ni preveč ljudi, lahko tudi sam sodeluješ.
Na onkologiji je urnik enak kot za specializante, ki so tam na kroženju. Čas sem preživljal na oddelku, kjer smo si ogledovali paciente in jih kasneje skupaj obravnavali s specialistom, ter v ambulantah, kjer sem bil vsak dan na drugem področju in tako spoznal različne tipe rakavih bolezni. Vsako sredo dopoldne so tudi predavanja za specializante, vendar so v portugalščini, zato sem si pomagal s telefonom.
Na gastroenterologiji so specializanti znali angleščine najslabše, zato sem si moral malo pomagati s študentko iz Portugalske, da mi je včasih kaj dodatno razložila. V okviru predmeta sem bil en teden na kirurgiji prebavnega trakta, en teden na intenzivni negi ter dva tedna v ambulantah in pri endoskopijah (gastro- in kolonoskopijah). Občasno so potekala tudi predavanja za specializante – slednjih je bilo manj kot pri onkologiji, zato so jih zaradi mene občasno izvedli tudi v angleščini.
Zaključek

Izmenjava v Braziliji je bila neprecenljiva življenjska izkušnja. Življenje tam je povsem drugačno kot v Sloveniji in Evropi, v bolnišnici pa vidiš primere bolezni, na katere doma ne naletiš.
Izmenjavo na FMUSP bi priporočil vsem, ki si želijo strokovne rasti, spoznavanja drugačne kulture in novih izzivov.

5. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Meta Simsič)

Na izmenjavo v Brnu sem se odpravila v poletnem semestru 5. letnika. Brno je prijetno in živahno mesto polno študentov in dogodkov ter dobro izhodišče za odkrivanje sosednjih krajev.

Prijavni postopki in študij
Prijavni postopek je potekal brez težav. Informacije smo dobili kmalu, vse poteka prek spleta. Če se kje zatakne, sta koordinatorki na univerzi in na medicinski fakulteti zelo odzivni in hitro pomagata. Za potrdilo o znanju jezika zadostuje OLS certifikat.
Na izmenjavi sem opravljala predmete Ginekologija in porodništvo, Onkologija, Oftalmologija, Otorinolaringologija in Intensive care medicine kot izbirni predmet. Predmeti si sledijo v nekajtedenskih blokih podobno kot pri nas. Urnik sestavi koordinatorka na medicinski fakulteti, ki poskrbi, da se nič ne prekriva. Predmeti so razdeljeni na lecture in practice del, ki potekata skupaj. Practice predstavlja vaje in seminarje, ki se odvijajo v živo, lecture pa samostojno delo in izpit. Na izpite se lahko prijaviš po zaključenem praktičnem delu in so večinoma samo ustni. Datume običajno razpišejo v prvih treh tednih po zaključenem bloku. Zahtevnost izpitov se mi zdi primerljiva z domačimi, je pa seveda nekaj razlik od predmeta do predmeta.
Seminarji in vaje potekajo v dopoldanskem času, običajno nekje med 8.00 in 12.30. Kontaktnih ur je nekoliko manj kot pri nas, tako da je obremenitev iz tega vidika manj. Ima pa veliko predmetov posnetke predavanj določenih tem na spletni učilnici, tako da se razlika deloma nadoknadi s tem. Vsi seminarji potekajo v angleščini, le pri vajah v bolnišnici pacienti pogosto govorijo samo češko. Takrat pogosto priskočijo na pomoč redni študenti, pa tudi Slovenci lahko marsikaj razumemo zaradi podobnosti jezikov.

Nastanitev in stroški
Erasmus+ štipendija pokrije osnovne življenjske stroške. Za bivanje v študentskem domu odšteješ med 250 in 320 € odvisno od posameznega doma. Cene hrane v trgovini so primerljive s Slovenijo ali nekoliko nižje. Kosilo v restavraciji stane v povprečju nekje med 7 in 15 €. Javni transport je poceni in zelo učinkovit. Trimesečna študentska karta stane približno 27 €, mesečna pa 10 €. Tramvajske linije povezujejo celo mesto, tudi do bližnjega jezera, ki ponuja prijeten oddih v naravi. Ponoči lahko prideš povsod z nočnimi avtobusi, ki vozijo na vsako uro.

Večino časa na izmenjavi sem bila nastanjena v študentskem domu Komárov Bří Žůrků. Bila sem v dvoposteljni sobi, ki si je s sosednjo delila kopalnico. Kuhinja je na hodniku, skupna za celo nadstropje (štedilnik, pečica in mikrovalovna pečica). Življenje tam se mi je zdelo povsem prijetno in dovolj udobno za čas izmenjave. Pohištvo je novo v vseh sobah, z javnim prevozom obstajajo dobre povezave do fakultete in do središča mesta. Edina stvar, ki me je motila, je bila skupna kuhinja, saj včasih ni bila čista. Za zadnji mesec pa sem se morala preseliti v drugam, saj so dom začeli prenavljati. Dobila sem sobo v Koleje Vinařská. Tam so sobe večje in bolj udobne, vsebujejo tudi kuhinjo, a je približno 50 € dražje. Na splošno bi priporočala bivanje v študentskem domu, saj je ceneje in bolj enostavno in tudi večina Erasmus+ študentov se odloči zanje.

Prednosti, slabosti in dobre prakse
Izmenjava na Masarykovi univerzi je bila dobra izkušnja, ki je potekala bolj kot ne brez težav. Nekoliko stresen se mi je zdel izbor študentskega doma, saj za drugi semester poteka šele v prvem tednu januarja, kar je manj kot en mesec pred odhodom. Tako me je skrbelo, da ne bom dobila mesta in da bom imela premalo časa za iskanje zasebne namestitve. Ampak mest je bilo dovolj in tudi med semestrom je bil ves čas prostor v drugih domovih, če v svojem nisi bil zadovoljen.
Na univerzi bi pohvalila prakso, da je pri vseh ustnih izpitih objavljen seznam vprašanj, kar omogoča boljšo pripravo in bolj pošteno ocenjevanje. Všeč mi je bil tudi njihov informacijski sistem, saj združuje spletno učilnico, urnik, obvestila, prijavo na izpite in vpis ocen vse na enem mestu. Med predmeti me je najbolj navdušil Intensive care medicine, sploh zaradi pouka v simulacijskem centru, ki je res napreden. Način prijave na izpite pa je nekoliko zoprn, saj je število mest omejeno, pa še datumi se v glavnem prekrivajo z naslednjimi bloki, kar lahko povzroča nekaj stresa.
Brno bi kot mesto izmenjave zelo priporočala. Pozna se, da je tam veliko tujih študentov, ki imajo zelo aktivno organizacijo, tako da je iskanje družbe precej olajšano. Zadovoljna sem z odločitvijo, da sem šla v poletnem semestru, saj vreme omogoča več aktivnosti na prostem in bolj prijetno raziskovanje novega kraja.
Če vas zanima še kaj, vam z veseljem odgovorim po mailu (meta.simsic2@gmail.com).

6. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Žana Radivo)

Poletni semester 5. letnika sem opravljala na Masarykovi univerzi v Brnu. Na izmenjavi sem opravljala otorinolaringologijo, oftalmologijo, onkologijo, sodno medicino ter ginekologijo in porodništvo, poleg tega pa še oba izbirna predmeta. S priznavanjem naštetih predmetov nisem imela težav, dopolnjevati pa moram sodno medicino (eno ustno vprašanje iz zakonodaje) in oftalmologijo (preizkus kliničnih veščin). Izpit iz ginekologije in porodništva moram v celoti opravljati doma, saj ga v Brnu ni. Kot izbirna predmeta sem si izbrala Czech for Exchange Students in Palliative care in the ICU.

Nominacija in prijava je potekala gladko. Mednarodna koordinatorka v Brnu je prijetna in zelo hitro odzivna. Pravočasno obvešča o vseh obveznostih in tudi izbirnih stvareh. Tudi tajništva posameznih predmetov o vseh obveznostih obveščajo pravočasno in podrobno. Na univerzi izvajajo dva redna programa medicine – v češčini in v angleščini, zato so povsod popolnoma navajeni na tuje študente, ki ne govorijo češko. Znanje angleščine se sicer zelo razlikuje od zaposlenega do zaposlenega, a se na koncu lahko vse dogovori.

Prijava v študentski dom je bila nekoliko bolj stresna, saj poteka na principu hitrosti prijave. Zaradi obnove določenih domov je bila situacija nekoliko bolj kompleksna, ampak je bila tudi koordinatorka doma odzivna in razumevajoča. Če pri prvi prijavi ne dobite sobe ali cimra, ki ga želite, se kasneje pozanimajte, če so na voljo proste sobe – veliko študentov je tako naknadno dobilo sobo. S kolegico sva živeli v domu Komárov

Bří Žůrků, v katerem so sobe lepo prenovljene, skupni prostori pa še ne. Na splošno je bil standard življenja popolnoma zadovoljiv, je pa čistoča in urejenost seveda nekoliko odvisna tudi od sostanovalcev in sosedov. Univerza ima zelo urejen sistem spletne učilnice, na kateri se najdejo vse potrebne informacije. Tuji študenti imajo organiziran google drive, podobno kot pri nas, kjer se najdejo vsi potrebni zapiski. Sistem izpitov je nekoliko drugačen (večinoma so ustni in ne potekajo takoj po zaključku bloka, se pa lahko prijaviš na različne datume), zahtevajo približno toliko, kot pri nas, je pa tudi zelo odvisno od posameznega predmeta.

Sama nisem kupila orientation week paketa, sem pa prek prijateljev in kolegov spremljala, da Erasmus network v mestu organizira veliko dogodkov in aktivnosti, ki pokrivajo različne tematike. Na splošno je v mestu veliko tujcev, specifično študentov. Za vsakega se nekaj najde. Veliko sem obiskovala knjižnice (tako univerzitetne kot mestno knjižnico) in kino, nekajkrat sem obiskala Prago, kjer se dogaja toliko več. Vlaki so bolj zanesljivi in urejeni, kot pri nas, občasno je vseeno prišlo do zamud. Mestni javni prevoz je za študente zelo poceni in super organiziran, vključuje avtobuse, trolejbuse in tramvaje.
Cenovno je Brno zelo blizu Ljubljane. Največ sem nakupovala v Lidlu in si poskušala čimveč kuhati v domski kuhinji, imajo pa v veliko restavracijah popust za študente, ki ga lahko izkoriščaš z ISIC kartico.
V Brnu sem sicer preživela le 4 mesece, a mi je izmenjava pustila super vtis. Mesto je res študentsko in prijetno, na Češko se bom zagotovo še vrnila. Če ne želite odpotovati predaleč in vseeno spoznati ljudi s cele Evrope in tudi od drugod, je Brno pravi naslov.
Na vsa vprašanja in dvome z veseljem odgovorim, moj elektronski naslov je radivozana@gmail.com

7. ČEŠKA REPUBLIKA– I. Karlova univerza, Praga (Uroš Petković)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
Erasmus izmenjavo sem opravil v poletnem semestru 5. letnika študija v Pragi na Češkem. Praga je največje mesto na Češkem in hkrati njeno glavno mesto. Ima približno 1,4 milijona prebivalcev, njeno metropolitansko območje pa po nekaterih podatkih celo več kot 2,2 milijona prebivalcev.
Zaradi poznega datuma mojega zadnjega izpita v Ljubljani sem v Prago prispel konec februarja, natančneje 26. februarja. Vreme je bilo konec februarja in v prvi polovici marca še nekoliko hladnejše, vendar so se temperature le redko spustile bistveno pod 0 stopinj. Od druge polovice marca do konca moje izmenjave pa je bilo, z izjemo dveh deževnih tednov, vreme res lepo in je dajalo pravi pomladno-poletni občutek.
Praga je bila vse, kar sem si želel. Mesto ima ogromno kulturnih znamenitosti in čudovitih krajev za ogled, kot so Karlov most, Staromestna astronomska ura, Vyšehrad, Petřín, Žižkovski televizijski stolp, Kafkina vrteča se glava…
Mesto ima veliko lepih kavarn, pubov in lokalov z dobrim razgledom, hkrati pa je polno študentov. Obstajajo tudi tri različne študentske oziroma Erasmus organizacije, ki organizirajo izlete, na primer v Budimpešto, Dunaj, Bratislavo in manjša mesta v okolici Prage, pa tudi pohode, zabave, karaoke in piknike. Zaradi tega je bilo zelo enostavno spoznati nove ljudi.
Poleg tega so bile letalske karte iz Prage pogosto precej ugodne tudi za nekatere zelo zanimive destinacije. Ljudje so na splošno dovolj dobro govorili angleško, zato nisem imel večjih težav s sporazumevanjem. In ja, pivo je res tako poceni in dobro, kot ste verjetno že slišali. :)
V Prago sem šel z avtom, ker sem imel s seboj veliko stvari, vendar sta tudi vlak oziroma avtobus dobri možnosti, saj je Praga s Slovenijo zelo dobro povezana. Prednost Prage je tudi to, da je mesto zelo dobro organizirano in se je po njem enostavno premikati brez avtomobila.

Nastanjen sem bil v bližini postaje Nádraží Holešovice, kar se je izkazalo za zelo dobro lokacijo, saj so tam metro, tramvaj in avtobus, zato sem lahko hitro prišel tako do fakultete kot do centra mesta. V Pragi obstaja več možnosti nastanitve: študentski domovi, zasebne sobe in stanovanja, vendar je treba

nastanitev začeti iskati dovolj zgodaj, ker so cene v zadnjih letih precej narasle. Študentski domovi so običajno najcenejša možnost. Sam sem bil nastanjen v zasebnem študentskem domu THE FIZZ, kar je nekoliko dražja možnost, vendar je dom zelo dobro organiziran, poleg tega pa sem tam spoznal veliko ljudi. Od prijateljev sem na primer slišal, da so za sobo v stanovanju v centru plačevali približno 600–700 EUR na mesec.

Cene hrane v trgovinah so podobne kot v Sloveniji, nekatere stvari pa so celo nekoliko cenejše, posebej če kupuješ v večjih trgovinah, kot so Lidl, Albert, Billa ali Tesco. Jesti zunaj ni več tako poceni, predvsem v centru mesta so cene podobne ljubljanskim. Kljub temu se še vedno najde veliko ugodnih možnosti, predvsem menze, azijske restavracije, kebabi, burgerji in dnevna kosila v lokalih izven najbolj turističnega centra. Največja prednost Prage je javni prevoz. Metro, tramvaji in avtobusi vozijo zelo pogosto, tudi ponoči obstajajo nočne linije, zato avtomobila res ne potrebuješ. Študentska mesečna karta je zelo ugodna, sistem pa je enostaven za uporabo. Z javnim prevozom se iz skoraj kateregakoli dela mesta hitro pride do centra, fakultete ali železniške postaje. Obstaja tudi veliko študentskih popustov. Takoj po informativnem dnevu smo skupaj prevzeli ISIC kartice, ki sem jih nato potreboval pri preverjanju študentskega statusa.

Prijavni postopki in akademski postopek izbire predmetov

Pred prijavo na izmenjavo je bilo treba urediti Learning Agreement in se uskladiti tako z domačo fakulteto kot s koordinatorji na sprejemni univerzi. Erasmus izmenjavo sem opravljal na Karlovi univerzi v Pragi, na 1. medicinski fakulteti. Komunikacija je večinoma potekala po elektronski pošti, pri čemer so bili Erasmus koordinatorji zelo odzivni in pripravljeni pomagati, čeprav je bilo treba pri nekaterih stvareh nekoliko počakati na natančnejše informacije.

Izbira predmetov je bila nekoliko zahtevnejša predvsem zaradi usklajevanja predmetov med domačo fakulteto in fakulteto v Pragi. Pomembno je bilo preveriti, kateri predmeti se izvajajo v angleščini, v katerem delu semestra potekajo in ali se vsebinsko dovolj ujemajo s predmeti na UL MF. Urniki in razpored kliničnih vaj niso bili vedno znani zelo vnaprej, zato je bilo treba biti pri načrtovanju precej fleksibilen. Kljub temu se je dalo z dovolj komunikacije in prilagajanja urediti ustrezen nabor predmetov.

Pri priznavanju predmetov na domači fakulteti je bilo treba za nekatere predmete priložiti dodatna dokazila oziroma potrdila o opravljenih obveznostih. Za ORL je bilo treba v Pragi opraviti dodatni preizkus praktičnih veščin. Pri ginekologiji in porodništvu sem moral opraviti še dodatni ustni izpit v Pragi. Pred odhodom sem pri predmetu Oftalmologija opravil propedevtične vaje in kolokvij, prav tako pa je bilo pred odhodom treba opraviti celoten pouk in izpit za imunsko-alergološki del predmeta Imunske in revmatske bolezni. V Pragi sem opravil naslednje predmete: ORL, oftalmologija, revmatologija, ginekologija in porodništvo, hematologija, endokrinologija ter dva izbirna predmeta.

Študij

Študij je potekal v angleščini. Profesorji in asistenti so večinoma dobro govorili angleško, zato pri spremljanju pouka in komunikaciji večjih težav ni bilo. Ker so bili v skupinah večinoma mednarodni študenti, se predavanja in vaje praviloma niso preusmerjali v češčino. Kljub temu je bila pri delu s pacienti včasih prisotna jezikovna ovira, saj večina pacientov ni govorila angleško.

Obremenitev se je razlikovala glede na predmet oziroma klinični sklop. Pri nekaterih predmetih je bil urnik precej intenziven in primerljiv s študijem na domači fakulteti, pri drugih pa so se obveznosti zaključile že prej v dnevu. Prisotnost je bila pri vajah in seminarjih obvezna, zato je bilo treba urnik redno spremljati in se sproti prilagajati morebitnim spremembam.

Način izvajanja vaj je bil nekoliko drugačen kot na UL MF. Zaradi jezikovne ovire je bilo manj samostojnega pogovora s pacienti, več pa je bilo skupinskega dela z asistenti, demonstracij kliničnih pregledov in razlage primerov. Pri nekaterih predmetih smo imeli možnost videti paciente, sodelovati pri anamnezi ali pregledu

ter opazovati delo v ambulanti oziroma na oddelku. Pri kliničnih predmetih je bilo koristno predvsem to, da smo lahko videli drugačen sistem dela in primerjali organizacijo pouka ter kliničnega dela s tisto v Ljubljani.
Izpiti in preverjanja znanja so bili odvisni od posameznega predmeta. Pri nekaterih predmetih je šlo za pisni izpit oziroma test z obkroževanjem, pri drugih pa tudi za ustne izpite, praktične obveznosti, predstavitve ali dodatna potrdila o opravljenih kliničnih veščinah. Snov je bila večinoma dobro povezana s kliničnim delom, zato se je dalo ob rednem spremljanju obveznosti sproti pripravljati na preverjanja.

Prednosti in slabosti izmenjave
Največja prednost izmenjave v Pragi je bilo samo mesto. Praga je zelo študentska, mednarodna in živahna, zato je bilo zelo enostavno spoznati nove ljudi. Obstaja več študentskih oziroma Erasmus organizacij, zaradi česar se hitro ustvari občutek, da si del večje mednarodne skupnosti.
Velika prednost je tudi lokacija Prage. Mesto je zelo dobro povezano z drugimi evropskimi mesti, tako z avtobusi in vlaki kot z letalskimi povezavami. Med izmenjavo je zato veliko možnosti za krajše izlete, na primer na Dunaj, v Berlin, Dresden, Bratislavo, Budimpešto ali druga mesta v okolici. Tudi sama Češka ponuja veliko lepih krajev za enodnevne ali vikend izlete.
Izmenjavo v Pragi bi zelo priporočil. Posebnih slabosti, ki bi jih želel izpostaviti, ni bilo. Mesto ponuja odlično kombinacijo študija, družabnega življenja, kulture in potovanj. Izmenjava mi je omogočila, da sem spoznal drugačen način študija medicine, živel v enem najlepših evropskih mest in hkrati spoznal veliko ljudi iz različnih držav.

8. ČEŠKA REPUBLIKA– II. Karlova univerza, Praga (Ana Oblak)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
V poletnem semestru 5. letnika sem se odpravila na Erasmus+ izmenjavo v Prago, kjer sem študirala na Karlovi univerzi, natančneje na 2. medicinski fakulteti (Second Faculty of Medicine, Charles University).
Praga je izredno lepo in živahno mesto z bogato zgodovino in kulturo. Mesto je za študente izredno prijetno, predvsem zaradi odličnega javnega prevoza, ki je zelo dobro organiziran, zanesljiv in cenovno ugoden. Z metrojem, tramvajem in avtobusi se lahko zelo enostavno premikaš po mestu in okolici, tako da tudi če ne živiš v centru, to ni večja ovira.

Nastanjena sem bila v študentskem domu Kolej na Vetrniku. Prijava za mesto v študentkem domu je bila zelo enostavna, saj sem lahko prošnjo za dom poslala že skupaj z Learning agreementom. Zagotovljeno mesto v domu je bila zame velika prednost, saj mi ni bilo treba samostojno iskati stanovanja ali mesta v enem od privatnih študentskih domov, ki so lahko precej draga, sploh če se nahajajo blizu centra mesta. Sobo sem delila s cimro, kopalnico in kuhinjo pa s celim nadstropjem. Nastanitev je bila zelo ugodna, saj sem za študentski dom plačevala približno 170 € na mesec. Dom je bil od bolnišnice Motol, kjer se je nahajala moja fakulteta, oddaljen le eno metro postajo, zato je bila lokacija zame zelo praktična. V bolnišnici je bila tudi menza, kjer so študenti lahko dobili zelo ugoden obrok, kar je bilo zelo praktično predvsem ob dnevih, ko sem imela več obveznosti na fakulteti.
Čeprav dom ni bil v samem centru mesta, sem do tja zaradi dobre povezave s podzemno železnico potrebovala manj kot 20 minut. V bližini nastanitve so bili številni parki, prijetne restavracije in kavarne, v domu pa je bil tudi fitness, pralnica, glasbena soba in soba za bilijard.
Življenjski stroški so bili precej primerljivi s Slovenijo. Cene v trgovinah so bile podobne kot pri nas, nekoliko večji prihranek pa je predstavljal zelo ugoden javni prevoz. S študentsko izkaznico ISIC sem lahko kupila trimesečno vozovnico, ki je stala približno 20 €. ISIC izkaznico sem si uredila v pisarni Karlove univerze.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Prijavni postopek je bil precej preprost in je potekal digitalno. Learning Agreement sem oddala preko spleta, pri celotnem postopku pa sem bila v komunikaciji z njihovo mednarodno pisarno, tako da večjih težav pri urejanju dokumentacije nisem imela.

V Pragi sem opravljala predmete Medicina športa, Rehabilitacijska medicina, Oftalmologija, Anesteziologija in intenzivna medicina in Ortopedija in travmatologija. Pri tem sem kombinirala predmete, ki jih imajo njihovi študenti v 4. In 5.letniku, nisem pa si mogla izbrati predmetov 6.letnika.
Pri ortopediji izpita nisem opravljala, ampak sem obiskovala vaje in predavanja. Pri oftalmologiji so mi izpit priznali, a sem morala doma opraviti preizkus kliničnih veščin.
Poleg obveznih predmetov sem opravila tudi tri izbirne predmete, Izbrane teme iz radiologije, Endoskopske tehnike v kirurgiji in Moderne tehnike v kirurgiji.
Pri izbirnih predmetih je za opravljanje predmeta štela prisotnost, zato na koncu ni bilo posebnega izpita oziroma zaključnega dela.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF
Obremenitev na fakulteti je bila precej podobna kot pri nas. Pri vseh predmetih je bila zahtevana približno 80-odstotna prisotnost, ki so jo preverjali s podpisi. Pouk je potekal podobno kot na naši fakulteti, pri čemer sem bila vključena v skupine skupaj z drugimi mednarodnimi študenti. Večina predmetov je bila kombinacija predavanj, vaj in seminarjev, vendar je bil pouk zaradi jezikovne ovire pri komunikaciji s pacienti nekoliko bolj teoretičen in manj praktičen kot na domači fakulteti (le redki pacienti so znali dovolj angleščine, da smo se lahko z njimi pogovarjali).
Pri izpitih je bil običajno predviden samo ustni del, pisnih izpitov praviloma ni bilo. Podobno kot pri nas se je potrebno en teden pred izpitom nanj prijaviti, so nam pa šli profesorjis premikanjem datumov izpitov pogosto na roko in si se lahko tudi individualno dogovoril za termin ustnega izpita.
Literatura za izpite je bila večinoma objavljena na spletni učilnici v obliki pptjev predavanj in delovnih listov.

Jezik izvajanja študijskega programa
Celoten študijski program za mednarodne študente je potekal v angleščini. Predavanja, vaje in izpiti so bili izvedeni v angleškem jeziku, pri predmetih pa sem bila skupaj z drugimi mednarodnimi študenti.
Večja jezikovna ovira se je pojavila predvsem pri komunikaciji s pacienti. Čeprav je bil pouk za nas izveden v angleščini, večina pacientov ni govorila angleško oziroma je bilo njihovo znanje omejeno. Zaradi tega je bilo praktičnega dela in neposredne komunikacije s pacienti nekoliko manj.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF
Kot dobro prakso bi izpostavila predvsem zelo dobro organizacijo študija za mednarodne študente. Na fakulteti je veliko redno vpisanih mednarodnih študentov, zato je njihov program zelo ugoden tudi za Erasmus študente. Zelo praktična se mi je zdela tudi možnost nastanitve v študentskem domu, saj je lahko iskanje cenovno ugodne nastanitve v velikem mestu precej stresno.
Prav tako bi izpostavila zelo dobro organiziran javni prevoz in pa številne ugodnosti in popuste, ki jih prinese lokalna študentska izkaznica.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?
Prednosti izmenjave je bilo zelo veliko. Praga je izredno lepo in živahno mesto, kjer se vedno nekaj dogaja. Ima ogromno kulturnih znamenitosti, parkov, restavracij in kavarn. Zaradi velikega števila lokalnih in tujih študentov je tudi nočno življenje zelo razgibano.
Velika prednost, ki sem jo opazila je bila mednarodna družba. Ker sem bila pri pouku skupaj z drugimi mednarodnimi študenti, sem spoznala veliko novih ljudi in imela priložnost spoznati različne kulture in načine življenja. Kot slabost bi izpostavila predvsem nekoliko manj praktičnega dela. Prihajajočim

študentom bi priporočila, da se pred prihodom v Prago morda prijavijo na kakšen hiter tečaj češčine, saj lahko znanje jezika pride prav v številnih situacijah. Na splošno je bila izmenjava zelo pozitivna izkušnja. Prago bi priporočila vsem, ki si želijo kombinacije kakovostnega študija in prijetnega družabnega življenja. Sama sem zelo zadovoljna, da sem se odločila za to izmenjavo, saj sem poleg znanja medicine pridobila tudi veliko novih poznanstev, samostojnosti in življenjskih izkušenj. V kolikor vas zanima več, me lahko kontaktirate za dodatne informacije.

9. ČEŠKA REPUBLIKA– II. Karlova univerza, Praga (Bruno Kulaš)

Izmenjavo sem opravljal v Pragi na Češkem, na 2. medicinski fakulteti Karlove univerze (Second Faculty of Medicine, Charles University). Praga je glavno mesto Češke in eno najlepših evropskih mest, ki združuje bogato zgodovino, kulturno življenje in sodobno študentsko okolje. Mesto je zelo varno, dobro organizirano in zaradi odličnega in poceni javnega prevoza omogoča enostavno vsakodnevno mobilnost. Fakulteta se nahaja v severno-zahodnem delu mesta, v bližini Univerzitetne bolnišnice Motol (Fakultní nemocnice Motol), ki je največja bolnišnica na Češkem in ena največjih v srednji Evropi.

Nastanitev sem si uredil v privat stanovanju, blizu bolnici toda daleč iz središča mesta, ki sem ga našel na Facebook oglasu. Stoški in cena sobe so skupaj znašali 550 evrov, kar pa je bilo primerljivo z ostalimi nastanitvami v Pragi. Stanovanje sem si delil z še enim stanovalcem. Stroški bivanja so bili primerljivi z drugimi evropskimi univerzitetnimi mesti in nekoliko višji kot v Sloveniji, vendar še vedno sprejemljivi za Erasmus študente.
Življenjski stroški v Pragi so nekoliko vnižji kot v Sloveniji in občutno nižji kot v večini zahodnoevropskih držav. Cene živil v trgovinah so primerljive slovenskim, prehranjevanje v restavracijah pa je nekoliko ceneje. Fakulteta ima študentsko menzo, kjer je mogoče dobiti kakovosten topel obrok po ugodni ceni. Javni prevoz v Pragi je zelo dobro organiziran in zanesljiv. Študentje lahko kupijo subvencionirano mesečno (6 evrov) ali semestrsko vozovnico, ki omogoča neomejeno uporabo metroja, tramvajev in avtobusov. Zaradi odličnega javnega prevoza uporaba avtomobila ni potrebna.

Postopek prijave na izmenjavo je potekal preko spletnega sistema Karlove univerze. Navodila so bila jasno predstavljena, mednarodna pisarna pa je bila ves čas dosegljiva za pomoč pri administrativnih vprašanjih. Pred prihodom je bilo potrebno oddati običajno Erasmus dokumentacijo (Learning Agreement, prijavnico in ostale obrazce), po prihodu pa smo prejeli dostop do univerzitetnih informacijskih sistemov, elektronske pošte in spletnih učilnic.
Med izmenjavo sem opravljal pediatrijo za 6. letnik in kirurgijo na različnih oddelkih Univerzitetne bolnišnice Motol. Pouk je potekal predvsem v angleškem jeziku. Večina profesorjev in asistentov se je zelo trudila vključiti Erasmus študente ter prilagoditi razlago angleškemu jeziku. Klinične vaje so potekale v manjših skupinah ali posamično, kar je omogočilo veliko neposrednega dela s pacienti in dobro komunikacijo z mentorji. Študijsko gradivo je bilo večinoma dostopno v elektronski obliki v angleščini.
Obseg obveznosti je bil primerljiv z domačo fakulteto. Prisotnost pri kliničnih vajah je bila praviloma obvezna, prav tako predavanja. Urniki so bili dobro organizirani, le niso bili znani veliko več kot teden ali dva v naprej. Poleg rednega študija univerza organizira številne dogodke za Erasmus študente, športne aktivnosti in kulturne prireditve, ki omogočajo spoznavanje študentov iz različnih držav.

Končni izpiti so bili večinoma ustni ali kombinacija pisnega in ustnega preverjanja znanja. Izjemoma opravljanje dovoljujejo erasmus študentom, sam pa jih nisem opravljal.
Kot posebno pozitivno prakso bi izpostavil zelo dobro organizirano klinično poučevanje v Univerzitetni bolnišnici Motol. Študenti so bili aktivno vključeni v delo na oddelkih, mentorji pa so si vzeli čas za razlago primerov in odgovarjanje na vprašanja. Predvsem bi priporočil izmenjavo študentom, ki jih zanima

pediatrija, saj je bolnišnica Motol specializirana na področju pediatrije. Na kliničnih vajah je bilo mogoče spoznati veliko pacientov s pogostimi in tudi zelo redkimi boleznimi, kar v manjši bolnišnici ne bi mogel izkusiti. Kot dobro prakso pri izvajanju Kirurgije pa bi izpostavil, da so nam v izbranih tednih uspeli pokazati delo na vseh različnih kirurških oddelkih in ne samo delo pri našem mentorju.

Izmenjavo v Pragi bi brez zadržkov priporočil vsem študentom medicine. Poleg kakovostnega študija omogoča življenje v enem najlepših evropskih mest, veliko možnosti za spoznavanje novih ljudi in kultur ter številna potovanja po Češki in sosednjih državah. Erasmus izmenjava predstavlja odlično osebno in strokovno izkušnjo, ki študentu prinese nova znanja, večjo samostojnost in širši pogled na delo zdravnika v drugem zdravstvenem sistemu.

10. DANSKA – Univerza v Aarhusu (Blaž Matija Samotorčan)

V poletnem semestru 5. letnika študija na Medicinski fakulteti v Ljubljani sem se odpravil na študentsko izmenjavo v Aarhus na Dansko, deželo vikingov. Tja sem odpotoval sredi januarja in ostal do sredine junija. Študij v Aarhusu sem izbral zaradi dobrih izkušenj študentov, ki so bili tam pred menoj ter možnostjo študija v angleškem jeziku. Aarhus je drugo največje dansko mesto, po velikosti primerljivo z Ljubljano. Leži ob morju in je od København oddaljen približno štiri ure vožnje z vlakom.

Prevoz
Pot do Aarhusa je precej dolga. Do København sem letel iz Benetk z družbo Ryanair ter pot nadaljeval z avtobusom FlixBus. Za let domov sem uporabil neposredno letalsko povezavo Norwegian med Københavnom in Ljubljano, do København sem potoval z vlakom.
Javni prevoz v Aarhusu je precej drag, zato večina prebivalcev uporablja kolo. Po vsej Danski je razvita mreža kolesarskih stez, kolesarjenje je nasploh pomemben del njihove kulture.
Rabljeno kolo lahko kupiš prek Facebook Marketplacea ali ga najameš pri podjetju Swapfiets, kar sem storil tudi sam. Kolesa Swapfiets odsvetujem, saj so zelo težka, Aarhus pa je precej hribovit. Večina prebivalcev se vozi z električnimi kolesi, sam sem uporabljal običajno kolo.
Za medkrajevni promet se uporabljajo predvsem avtobusi in vlaki, pogosto pa je cenovno ugoden tudi najem avtomobila. Vozovnice za vlak je priporočljivo kupiti več tednov vnaprej, saj so tik pred odhodom bistveno dražje.

Nastanitev
Z nastanitvijo nisem imel najboljših izkušenj. Prek univerzitetne platforme AU Housing vsak študent prejme eno ponudbo za opremljeno nastanitev. Sam sem to ponudbo zavrnil, saj sem od študentov, ki so bili na izmenjavi pred menoj, slišal nekaj negativnih izkušenj.
Namesto tega sem si nastanitev poiskal prek platforme Student Housing Aarhus, kjer so na voljo predvsem neopremljene sobe. Žal sem s to odločitvijo prišel iz dežja pod kap. V študentskem domu Christianshøj Kollegiet ni bilo skoraj nobenega družabnega življenja, opremljanje sobe pa je predstavljalo precejšen logistični in finančni izziv.
Bodočim študentom zato svetujem, da ostanejo pri ponudbi AU Housing, tudi če z začetno nastanitvijo niso zadovoljni, saj jo je mogoče pozneje zamenjati. Tako se izogneš tudi težavam, ki jih prinaša neopremljena soba. Na Danskem lahko neopremljena soba pomeni, da prejšnji stanovalec odnese celo stropno luč skupaj z električno napeljavo.
Kot eno najboljših možnosti bi izpostavil shared house, kjer skupaj živijo študenti na izmenjavi. Takšna oblika bivanja je zelo družabna in omogoča hitro sklepanje novih prijateljstev. Če bi se še enkrat odločal za izmenjavo, bi brez dvoma izbral to možnost.
Študij

Študiraš v angleščini skupaj z rednimi danskimi študenti. Večina drugih študentov na izmenjavi je iz Nemčije, Avstralije in Norveške. Izbereš lahko predmet Gynaecology, Obstetrics and Paediatrics, vreden 30 ECTS, v sklopu katerega je tudi genetika.
Na začetku imaš dva meseca teoretičnega dela, nato en mesec vaj iz ginekologije in en mesec vaj iz pediatrije. Predmet se zaključi s pisnim izpitom in desetimi OSCE-primeri. Zelo zanimivi so Team-Based Learning (TBL), od katerih lahko veliko odneseš.
Na vajah je zelo odvisno od mentorja in lokacije, kaj vidiš in kaj lahko delaš. V Ljubljani smo bili načeloma na vajah deležni več razlag in imeli več stika s pacienti. Kirurgi so zelo prijazni in te vedno vključijo v asistiranje.
Obremenitev je drugačna kot v Ljubljani. Po eni strani imaš več prostih dni, po drugi strani pa se zahteva več samostojnega učenja. Za pediatrijo ni zares primerne literature ali dobrih zapiskov, končni izpit pa zajema vse teme, zato je količina snovi precej velika in priprava za izpit težja in bolj stresna.
Obiskoval sem tudi brezplačni tečaj danščine, kjer lahko v času izmenjave dosežeš raven A2. Učenje danščine priporočam, saj se v bolnišnici večinoma uporablja danščina, predvsem zato, da se pacienti počutijo bolj udobno.

Prednosti in slabosti izmenjave
Najbolj mi je bilo všeč študentsko življenje. Kraljeva knjižnica ponuja udoben prostor za učenje in druženje ter zdrava vegetarijanska kosila. Čez čas sem se celo naučil jesti več zelenjave – prej nisem jedel niti solate. Zanimivo mi je, da veliko danskih študentk med predavanji štrika rute in podobno.
Čez vikend sem hodil na brezplačni »winter dipping«, kar pomeni, da se namakaš v morju in nato odideš v savno. V StudentHousu se pogosto dogajajo zanimivi dogodki, kjer lahko spoznaš druge študente na izmenjavi. Ob petkih so zelo priljubljeni tudi Fridaybarsi, kjer se poslopja fakultet odprejo in ponujajo poceni pivo ter druženje s prijatelji.
Med slabostmi izmenjave bi izpostavil visoke življenjske stroške, slab javni prevoz, manj možnosti za potovanja v druge države in izlete ter mrzlo in vetrovno vreme. Aprila sem se že spraševal, ali na Danskem sploh kdaj začnejo poganjati listi na drevesih.

Splošen vtis
Kljub drugačni predstavi o življenju na Danskem sem bil z izmenjavo zadovoljen. Naučil sem se veliko novega in spoznal nove prijatelje. Na Danskem je tek zelo priljubljen, zato sem se pridružil tekaškemu klubu Run for Friendship in celo odtekel maraton v København.
Življenje v Aarhusu ponuja veliko možnosti za različne hobije in aktivnosti. Med drugim sem plesal kizombo s trebušno plesalko s Ferskih otokov. Zanimiva danska tradicija je tudi tako imenovana cimetova tradicija. Ljudi, ki so pri 25 letih še vedno samski, prijatelji pogosto privežejo ob drog in jih posujejo s cimetom. Tako naj bi postali bolj »sladki« in lažje našli partnerja.

11. DANSKA – Univerza v Aarhusu (Eva Igličar)

V poletnem semestru 5. letnika sem se odpravila na izmenjavo v drugo največje mesto na Danskem, Aarhus. Vključila sem se v angleški semester Gynecology, Obstetrics and Pediatrics with Clinical Genetics.

Nastanitev
V Aarhusu imate več možnosti, kako najti nastanitev. Veliko jih lahko poiščete na facebook skupinah. Bodite pozorni, saj je večina privatnih stanovanj neopremljenih. Univerza v Aarhusu vam preko AU Housing ponudi eno nastanitev opremljena s pohištvom, vendar lokacije ne morete izbirati. Še tretja možnost je izbira neopremljenih sob v študenskih domovih preko Student Housing Aarhus. To je spletno mesto, kjer

je zbranih veliko študentskih domov v Aarhusu. Priporočam, da se v spletno stran prijavite kar nekaj časa pred začetkom izmenjave, saj njihov sistem deluje “kdor dlje čaka, ima prednost izbire”.

Okvirni življenjski stroški
Danska je očitno dražja država od Slovenije. Osebno sem za sobo odštela 470€ na mesec. Potem so še stroški za prehrano in druge aktivnosti in izlete. Priporočam, da si obroke kuhate sami, sicer pa je v Univerzitetnem parku Danish Royal Library, kjer lahko za ugodno ceno dobite kosilo. Prvi dan v Aarhusu sem si kupila rabljeno kolo preko facebook marketa, kar mi je prihranilo veliko denarja pri prevozih. Potem sem se včlanila tudi v odbojkarski klub in kasneje v klub odbojke na mivki, vendar so članarine zelo ugodne, hkrati pa je to dober način spoznavanja novih ljudi. V povprečju sem porabila 1000€ na mesec.

Prijavni postopki
Prijava na izmenjavo je potekala enostavno in hitro. Mednarodna pisarna Univerze v Aarhusu (AU) je zelo odzivna in te dobro vodijo čez postopke potrebne za začetek mobilnosti. Pred prihodom zahtevajo testiranje za MRSA in potrdilo o nekaznovanosti. V tednu pred začetkom potekajo uvodni dnevi, kjer pridobite tudi več informacij o CRP številki, ki jo potrebujete za plačevanje najemnine, zdravstveno zavarovanje in dostop do informacijskega sistema v bolnici. Prav tako vam je dodeljen en danski študent medicine, ki vam je na voljo za vsa vprašanja.

Študij
Na Univerzi v Aarhusu imajo samo en angleški semester, Gynecology, Obstetrics and Pediatrics with Clinical Genetics za 30 ECTS. Doma mi priznajo predmete Ginokologija, pediatrija in 2 izbirna predmeta, skupno 27 ECTS. V ta semester so vključeni tudi manjši sklopi na področju komunikacije, vodenja in etike v medicini. Semester je razdeljen na uvodni teden, 8 tednov predavanj, simpozijev in Team-Based Learning (TBL). Potem sledi še 8 tednov kliničnih vaj, 4 tedne na pediatriji, 2 tedna na porodniškem oddelku in 2 tedna na ginekologiji. Potem sta 2 tedna prosta za pripravo na izpit. Izpit je sestavljen iz 70 MCQ in 10 OSCE postaj, ki potekajo dva dneva. Vsak del prispeva po 50% h končni oceni.

Obremenitev s študijskimi obveznostmi je v primerjavi z ULMF manjša. Študenti imajo kar nekaj prostega časa za samostojno učenje, prav tako je študij medicine je Aarusu bolj osredotočen na klinično odločanje. To se sploh vidi pri načinu ocenjevanja. Zelo malo vprašanj zahteva točne podatke, bolj so osredotočena na diferencialno diagnostiko, diagnostično razlikovanje med različnimi boleznimi, komplikacije, dejavnike tveganje ipd. Osebno se mi zdi, da tako študente medicine bolj pripravijo na delo mladega zdravnika.
Primeri dobre prakse
Primeri dobre prakse, ki bi jih želela prenesti na UL MF je, da bi bil študij organiziran po semestrih namesto po letnikih. Zdi se mi, da tak način študentom omogoča večjo fleksibilnost. Prav tako je pouk bolj klinično in praktično zasnovan in ni tako velikega poudarka na natančnem poznavanju bolezni in njihovem zdravljenju, ampak bolj na različni simptomatiki, diferencialni diagnostiki, kliničnem odločanju in pripravi na zdravniško delo.

12. DANSKA – Univerza v Kopenhagnu (Matic Smolič)

V okviru programa Erasmus+ sem v spomladanskem semestru 2026 opravil študijsko izmenjavo na Københavns Universitet. København je z več kot milijonom prebivalcev največje dansko mesto ter politično, gospodarsko in akademsko središče države. V primerjavi z Aarhusom, kjer sem Erasmus+ izmenjavo opravljal leto prej, je København izrazito bolj mednaroden, dinamičen in metropolitanski. Mesto združuje bogato zgodovino, sodobno arhitekturo, izjemno razvito kolesarsko infrastrukturo in visoko kakovost življenja, zaradi česar predstavlja eno najboljprivlačnih študijskih destinacij v Evropi in je ocenjeno

kot mesto z najvišjo kakovostjo življenja. Na Dansko sem prispel v začetku februarja, v obdobju ene najhladnejših zim v zadnjih desetletjih.

Nastanjen sem bil v študentskem kompleksu UMEUS v mestni četrti Valby, kamor sem bil razporejen preko Copenhagen Housing Foundation. Soba je bila zasebna, kopalnico sem si delil še z enim študentom, kuhinjo pa z več mednarodnimi študenti. Lokacija je omogočala relativno enostaven dostop tako do bolnišnice kot do mestnega središča. Tako kot večina prebivalcev København sem za vsakodnevni prevoz uporabljal predvsem kolo, ki sem ga najel pri ponudniku Swapfiets, saj ta ostaja najhitrejši in najbolj praktičen način premikanja po mestu. Čeprav je bil začetek izmenjave zaradi nizkih temperatur nekoliko manj prijazen za raziskovanje mesta, je København z nastopom pomladi in poletja pokazal svojo lepšo podobo. Junija so dnevi dolgi, prijetne zmerne temperature in živahno dogajanje ob kanalih in različni festivali (Distortion) so ustvarili izjemno prijetno življenjsko okolje, kolesarjenje po mestu pa je postalo eden najlepših delov vsakdana.

Klinični del izmenjave je potekal predvsem v bolnišnici Hvidovre Hospitalet, kjer sem opravljal vaje iz interne medicine in kirurgije. Interno medicino sem opravljal na oddelku za kardiologijo, vaje so vključevale spremljanje in izvajanje vizit, sodelovanje pri ambulantnem delu, obravnavo hospitaliziranih bolnikov ter redne strokovne razprave in učne aktivnosti. Študenti smo bili aktivno vključeni v delo oddelka. Jutranje predstavitve primerov bolnikov so večinoma potekale v danščini, prav tako učne ure in seminarji (organizirani s stani univerze), namenjeni utrjevanju znanja iz interne medicine. Ker je bilo na oddelku prisotnih tudi več mednarodnih študentov, so zdravniki samoiniciativno organizirali individualna izobraževanja (teaching sessions) v angleške jeziku.

Kirurški del izmenjave sem opravljal na oddelku za gastroenterološko kirurgijo. Delo je bilo zelo raznoliko, saj sem poleg spremljanja dela na oddelku in urgentnem kirurškem sprejemu, večino časa pa sem preživel v operacijskih dvoranah. Tam sem imel možnost asistirati pri različnih posegih ter neposredno spremljati organizacijo kirurškega dela v danskem zdravstvenem sistemu. Všeč mi je bila možnost aktivnega vključevanja v operacijsko ekipo, saj sem na tak način pridobil številne praktične izkušnje in boljše razumevanje perioperativne obravnave pacientov.

Vaje iz anesteziologije sem opravljal v Rigshospitalet, največji in najbolj specializirani bolnišnici na Danskem. Večino časa sem preživel v operacijskih dvoranah, kjer sem spremljal delo anesteziologov ter anestezijskih sester, saj na Danskem en anesteziolog nadzira več operacij in pri pacientu ni prisoten ves čas. Dodatno sem dva dni preživel na oddelku intenzivne terapije, kjer sem dobil vpogled v obravnavo kritično bolnih pacientov. V okviru predmeta sem opravil tudi tečaj oživljanja (resuscitation course), ki je združeval teoretično znanje in praktične simulacije urgentnih stanj. Vaje iz anesteziologije so bile zagotovo najbolje organzirane, čeprav sam način dela vključuje veliko čakanja.

Poleg kliničnih predmetov sem, da sem pridobil dovojšnje število ECTS, opravljal tudi Danish Culture Course, namenjen spoznavanju danske družbe, zgodovine in kulture. Program je vključeval predavanja ter tri organizirane ekskurzije, kjer smo obiskali tudi Louisiana Museum of Modern Art in Fredensborg Slot, ki ju je v vsakem primeru dobro obiskati.

Eden izmed najbolj pozitivnih vidikov študija na Københavns Universitet je visoka stopnja vključevanja študentov v klinično delo. Danski mentorji študente obravnavajo kot prihodnje sodelavce in jih aktivno vključujejo v diagnostične in terapevtske procese. Takšen pristop spodbuja samostojnost, kritično razmišljanje in razvoj kliničnih kompetenc. Med prednostmi izmenjave bi izpostavil visoko strokovno raven

kliničnega usposabljanja, sodobno bolnišnično infrastrukturo, dobro organizacijo dela ter odprtost mentorjev do mednarodnih študentov.

København kot mesto ponuja izjemno kakovost življenja, bogato kulturno dogajanje in odlično prometno infrastrukturo. Posebej prijetno je bilo opazovati, kako se mesto z nastopom pomladi in poletja spremeni v živahen prostor, kjer velik del družbenega življenja poteka na prostem. Največja izziva izmenjave ostajata visoki življenjski stroški in prilagajanje na danščino, čeprav večina Dancev zelo dobro govori angleško. Stroški nastanitve, prehrane in javnega prevoza so občutno višji kot v Sloveniji, zato je potrebno dobro finančno načrtovanje. Za najem sobe sem odštel približno 950 EUR mesečno, medtem ko so moji osnovni mesečni življenjski stroški znašali vsaj okoli 500 EUR na mesec. V ta znesek niso vključeni izdatki za obiskovanje restavracij ali nakupovanje, verjamem pa, da je z nekoliko bolj premišljenim načrtovanjem mogoče živeti tudi bolj varčno. Kljub temu menim, da prednosti izmenjave bistveno presegajo omenjene pomanjkljivosti. Nekoliko zahtevnejše je lahko tudi začetno vključevanje v novo okolje, zlasti pri bolj individualno organiziranih programih, kjer ni večjih skupin mednarodnih študentov. To je predstavljalo opazno razliko v primerjavi z mednarodnim semestrom, ki sem ga leto prej opravljal v Aarhusu, kjer smo (približno 30 mednarodnih študentov medicine) večino aktivnosti izvajali skupaj. Tam je bilo okolje bolj povezano in skupinsko naravnano, medtem ko je bila tokratna izkušnja bolj individualna in kozmopolitska. Kljub temu sem tudi v takšnem okolju vzpostavil nova poznanstva ter se uspešno vključil v akademsko in družbeno življenje.

Na koncu lahko zaključim, da je bila izmenjava na Københavns Universitet izjemno dragocena strokovna in osebna izkušnja. København me je navdušil tako kot študijsko okolje kot tudi kot mesto za življenje. Izkušnjo bi brez zadržkov priporočil študentom, ki si želijo kakovostnega kliničnega usposabljanja, novih poznanstev in širšega pogleda na zdravstvene sisteme izven Slovenije.

13. DANSKA – Univerza v Kopenhagnu (Tilen Brečko)

V zimskem semestru 2025/26 sem opravljal Erasmus študijsko izmenjavo v Kopenhagnu, ki je trajala štiri mesece (od začetka septembra do božiča). Opravljal sem Course Package II, ki ga ponuja UCPH in vključuje pet tednov vaj iz interne medicine, pet tednov vaj iz kirurgije ter dva tedna vaj iz anesteziologije. Poleg tega sem se dogovoril za dodaten teden vaj iz kirurgije neposredno z mentorjem na oddelku, saj UCPH te možnosti ne ponuja za polno priznavanje vaj na UL MF. Opravljal sem tudi izbirni predmet "Course in Danish Culture", ki zahteva 80-odstotno prisotnost na predavanjih (enkrat tedensko po dve uri). Po vrnitvi domov sem opravljal vse izpite, vključno s 3 tedni vaj iz interne medicine, seminarjem o množičnih nesrečah pri kirurgiji (1 dan) in simulacijskim centrom pri anesteziologiji (1 dan). Priznali so mi tudi en izbirni predmet (3 ECTS).

Pred izmenjavo je bila komunikacija zelo učinkovita preko e-pošte. Po nominaciji na UL MF sem pravočasno prejemal vse informacije glede uradne prijave, izbire predmetov, možnosti za nastanitev itd. Prav tako sem hitro prejemal odgovore na dodatna vprašanja. Specifičnih oddelkov za praktične vaje nisem mogel izbirati, vendar sem pri kirurgiji prosil, da mi dodelijo abdominalno kirurgijo, travmatologijo ali onkologijo, saj so ti oddelki potrebni za priznanje na UL MF. Na koncu sem vse vaje iz kirurgije opravljal na abdominalni kirurgiji.

Vaje iz interne medicine (pulmologija) in kirurgije (abdominalna) sem opravljal v Hvidovre hospital, vaje iz anesteziologije pa v največji bolnišnici na Danskem, Rigshospitalet. Izbirni predmet je potekal na južnem kampusu UCPH. Na Danskem vsaj 90% prebivalcev govori odlično angleško, tudi starejša populacija. Še posebej v Kopenhagnu je veliko ljudi, ki govori izključno angleško. Glede jezika sem imel le minimalne

težave, saj so nekateri sestanki in izobraževanja potekali v danščini, dokumentacija pa je bila prav tako v danščini, kar sem reševal z uporabo Google Translate. Komunikacija s pacienti je potekala v angleščini. Na vseh oddelkih so me zelo dobro sprejeli, čeprav sem bil večinoma edini internacionalni študent. Kljub temu so raporti potekali v angleščini. Na internističnem oddelku sem imel svoje paciente, ki sem jih lahko diagnostično in terapevtsko obravnaval pod nadzorom. Imel sem tudi dostop do njihovega informacijskega sistema, s pomočjo ChatGPT pa sem prevajal svoje statusne zapise in anamneze v danščino ter tako dopolnjeval dokumentacijo pacientov. Vaje so bile izvrstne, imel sem nepredstavljivo večjo avtonomijo kot na UL MF. Delo v bolnišnicah je bilo veliko bolj sproščeno, manj stresno in počasnejše. Povprečno je vsak zdravnik obravnaval od 3 do 6 pacientov na dan (vključno z urgenco), tako da je bilo dovolj časa za aktivno vključevanje študentov. Na kirurškem oddelku sem imel prav tako veliko priložnosti za asistiranje in aktivno sodelovanje, vse pa je bilo odvisno od individualnega interesa. Daleč najboljše vaje pa so bile iz anesteziologije, kjer sem imel možnost ventilirati paciente, izvajati intubacije, vstavljati IV katetre itd. Anesteziologija je na Danskem precej drugačna, saj zdravniki sodelujejo samo pri indukciji anestezije, med operacijo pa je prisoten le medicinski tehnik ali sestra z naprednim znanjem, zdravnik pa pride le v primeru zapletov. Anesteziologi so odgovorni za celotni ICU in predbolnišnično oskrbo, saj specializacija za urgentno medicino na Danskem ne obstaja. V okviru anesteziologije smo imeli tudi dva dni predavanj, sicer pa je šlo večinoma za klinično delo v bolnišnicah, v povprečju po 37 ur na teden. V bolnišnicah smo prejeli njihove uniforme in omarice. S sabo je bilo potrebno prinesti le čiste čevlje in ključavnico za zaklepanje omarice (lastnih uniform ni dovoljeno nositi, lahko jih pustite doma). Izbirni predmet "Course in Danish Culture" je potekal ob četrtkih popoldne od 13. do 15. ure, kar sem se brez težav udeleževal. Organizirali so tudi tri dnevne izlete, ki jih zelo priporočam, saj predstavljajo brezplačne oglede na Danskem.

Nastanitev sem uredil preko Housing Foundation. Informacije sem prejel neposredno od njihove mednarodne pisarne. Odprli so specifično prijavno okno na določen dan in uro, nastanitev pa si izbereš po principu "prvi pride, prvi melje". Zagotovitev nastanitve je bila precej kaotična, saj sem bil ob kliku na link v čakalni vrsti številka 600, ko pa se mi je končno odprla spletna stran, so bile na voljo le precej drage nastanitve. Po približno 40 minutah osveževanja sem si zagotovil enoposteljno sobo (19 m2) v študentskem domu UMEUS Valby. Kopalnico sem si delil z eno osebo, kuhinjo pa je uporabljalo približno 20 ljudi. Študentski dom je nov, lepo urejen, čist in prostoren. V istem kompleksu je tudi fitness, ki stane približno 30 EUR na mesec. Na voljo sta tudi dve živilski trgovini (Lidl in Fotex), približno 20 metrov od doma. Prav tako je na voljo parkirno mesto v garaži za kolesa. Kopenhagen je izjemno drago mesto, zato sem za to sobo plačal 985 EUR na mesec z vključenimi stroški. Lokacija je bila zelo dobra, saj sem potreboval približno 13 minut s kolesom do Hvidovre hospitala, približno 34 minut do Rigshospitalet in približno 25 minut do centra mesta. Metro postaja je oddaljena le 5 minut hoje, kar predstavlja najboljšo povezavo do letališča (skupno 40 minut, oziroma od decembra 2025 dalje je na voljo direktnej[a povezava, ki vzame le 15 minut). Velika slabost nastanitve preko Housing Foundation je, da se moraš zavezati za celotni semester. Obstaja možnost "shortening offer" (kar stane 400 EUR, če je ponudba sprejeta), s čimer lahko izseliš najkasneje mesec dni prej. V mojem primeru sem imel nastanitev od 01.09.2025 do 31.01.2026, vendar so mi sprejeli shortening offer, tako da sem se moral izseliti najkasneje 24.12.2025. Če bi ponovno iskal nastanitev v Kopenhagnu, bi raje uporabil Airbnb, saj je mogoče najti ugodnejše možnosti brez dodatnih stroškov in izredno visokih depozitov. Že v juliju sem moral plačati depozit (1100 EUR + 3 mesečne najemnine), kar pomeni, da so začetni stroški zelo visoki.

Ob prihodu sem si uredil CPR številko, uradno prijavo nastanitve ter MitID (elektronska identifikacija), ki omogoča urejanje administrativnih stvari preko spleta. Vse informacije sem prejel preko mednarodne pisarne.
Glavno prevozno sredstvo v Kopenhagnu je kolo. Kolesarske poti so zelo dobro urejene, vreme pa je bilo skoraj vedno primerno za kolesarjenje (med mojo izmenjavo skoraj ni deževalo, bilo pa je mrzlo, občasno

rosenje itd.). V bolnišnicah so na voljo tuši, tako da je kolo najboljša izbira, tako iz finančnega kot časovnega vidika. Sam sem uporabljal Donkey Republic (podobno kot naš Bicikelj, a z boljšo pokritostjo in kakovostnejšimi kolesi), za kar sem plačal približno 25 EUR na mesec. Za primerjavo, javni prevoz stane od 100 do 130 EUR na mesec, posamezna vožnja pa kar 3,25 EUR. Kolo je tudi odlična sprostitev in jutranja telovadba.

Kopenhagen je izjemno mesto z visokim življenjskim standardom, vendar to pomeni tudi izjemno visoke življenjske stroške. Živilske trgovine so vsaj 40 % dražje kot pri nas, hrana v restavracijah stane od 25 EUR naprej, storitve pa so zelo drage (moško striženje stane povprečno 40 EUR). Cena kave je skorajda neznosna, saj običajna črna kava stane vsaj 6 EUR, razen v bolnišnicah, kjer je kava brezplačna in na voljo v neomejenih količinah. Erasmus štipendija v višini 674 EUR na mesec ne pokrije vseh stroškov bivanja, zato je treba imeti precej lastnih sredstev, še posebej, če želiš tudi potovati (vstopnine za muzeje so pogosto višje od 20 EUR, cena vlaka za eno uro vožnje je več kot 15 EUR itd.). Sam sem veliko potoval, se udeleževal številnih aktivnosti (padel, bouldering, kino, opera, balet...) in sem v povprečju potreboval nekje dobrih 1000 EUR na mesec, poleg nastanitve. Bonus je izmenjava v zimskem semestru, saj se veseli december začne že v začetku novembra (praznične lučke, christmas markets ...).
Izmenjava je bila izjemno dobra. Vse klinične vaje so bile vrhunske in menim, da sem pridobil dragoceno klinično znanje. Življenje v Kopenhagnu, kljub visokim cenam, je čudovito. Ti štirje meseci so bili eni najboljših v mojem življenju in izmenjavo bi priporočil vsakomur. Za dodatna vprašanja sem dosegljiv na tilenbrecko@gmail.com

14. FINSKA – Univerza v Ouluju (Nina Šerak)

Kot študentka 5. letnika dentalne medicine na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani, sem se v zimskem Na izmenjavo v Oulu sem odšla v poletnem semestru 5. letnika. Pot do severa je dolga, sploh če ne uživaš kupovati dragih letalskih kart. Sama sem se zato odločila za let iz Dunaja v Helsinke in ostalo pot zapolnila z vlaki in avtobusi.

Stanovala sem v študentskem domu Tirolintie, ki je študentski dom, namenjen samo študentom na izmenjavi. Ključe prevzame tvoj tutor, s komur se dogovoriš za predajo. Predvsem če prideš sredi noči, pazi, da se ne zakleneš izven svoje sobe, ker se vrata zaklepajo avtomatsko. Moja soba je bila zelo prostorna, dobro opremljena in, po finskih standardih, cenovno ugodna. Poleg tega domova sta študentom na izmenjavi na voljo še trije drugi študentski domovi. Tirolintie velja za najbolj družabnega, Yliopistokatu zlata sredina in v Routi vlada mirno bivanje.

Takoj po prihodu smo imeli splošni orientacijski dan, ki je bil namenjen vsem študentom na izmenjavi. Tam prejmeš vse najosnovnejše informacije. Za tem je bila naslednji dan organizirana še orientacija na medicinski fakulteti in kliniki (v bistvu vse del enega ogromnega objekta). Na kliniki vsak študent dela v svojem boksu, kjer ima vse kar potrebuje. Vsa papirologija se ureja računalniško, celo asistenta pokličejo preko klika na računalniku. Na splošno bi rekla, da imajo tamkajšni študentje več svobode pri delu, delo poteka bolj umirjeno in bolj organizirano.

Opravljala sem sledeče predmete: Esthetics in prosthodontics, Glass fibers in periodontal and prosthetic treatment, Introduction to orthodontics, Light curing technique for dental exchange students, Literature exam: Fixed prosthodontics, Literature exam: Prosthetic treatment of edentulous patient, Other studies given by the Dental disciplines within the Erasmus-project (predmet, kjer asistiraš svojemu tutorju na kliniki), Pediatric Dentistry for Erasmus Exchange Students, The principles of endodontics, literature exam, Basics in eHealth, Survival Finnish. Nekateri predmeti se opravljajo preko vaj, drugi preko pisnih izpitov.

Vsi izpiti so esejskega tipa in se pišejo na računalnikih v examinariumu (učilnica z računalniki namenjena izključno pisanju izpitov). Izpiti so obsežni, zato moraš študiju literature nameniti kar nekaj časa. Za opravljanje izpita se individualno dogovoriš s profesorjem in lahko sam izbereš, kdaj bi ga želel opravljati. Izpostavila bi njihove knjižnjice, ki so sredi zime pravo sonce, kamor lahko prideš kadarkoli in najdeš prostor v enem izmed neštetih kotičkov.

Oulu kot mesto zagotovo ni mesto lepote. Na srečo imajo ogromno snega, ki prekrije vse, in ko rečem vse, mislim absolutno vse. Mesto ima odlično urejene kolesarske poti, a so seveda tudi te pozimi prekrite s snegom, zato, če vam ni do vožje s kolesom po snegu, bo izbor metode javnega prevoza moral biti avtobus. Za mesečno študentsko karto se odšteje malce več kot petdesetaka. V toplejših mesecih toplo priporočam tudi hojo (mnogi pločniki vodijo skozi gozd in je bolj sprehod v naravi kot boj za preživetje), Oulu res ni tako veliko mesto. Finci kot narod so zelo inkluzivni, z ničelno toleranco za diskriminacijo. Vsakemu dajo občutek, da je dobrodošel. Cenijo osebni prostor, na več kot zgolj fizični ravni, in so vedno spoštljivi.
Za konec - ja, priporočam izmenjavo, ja, šla bi še enkrat.

15. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Tina Podboj)

Poletni semester 5. letnika sem opravljala na Sorbonne Université v Parizu, kjer sem opravila ginekologijo in porodništvo, ORL ter dva izbirna predmeta (francoščino, priznan pa mi je bil tudi izbirni predmet iz ginekologije, zaradi obsežnosti predmeta v Franciji).

Prijavni postopek je bil dokaj preprost, po nominaciji s strani naše fakultete smo izpolnili spletni obrazec. Pred rokom za izpolnitev tega obrazca smo imeli s tamkajšnjo Erasmus koordinatorico, gospo Masse, sestanek prek Zooma, kjer nam je vse razložila. Potrebne informacije so bile tudi jasno opisane v zloženki za prihajajoče študente (Guide entrants). Ga. Masse je bila zelo odzivna in pripravljena pomagati. Predmete smo izbirali na prijavnem obrazcu. Za priznavanje predmeta se je treba prijaviti tako na teoretični del predmeta (cours) z izpitom kot na praktični del (stage). Za opravljanje klinične prakse (stage) smo morali označiti več možnosti, vendar smo večinoma vsi dobili svoje prve izbire. Izbrati je mogoče samo področja, ne pa tudi specifičnih bolnišnic. Sama sem izbrala dva staža, ginekologijo (11 tednov) in ORL (6 tednov). Obstaja tudi možnost opravljanja enomesečnih stažov, s katero lahko opraviš več predmetov. V tem primeru nisi vključen v enak razpored kot francoski študenti.
Tamkajšnja mednarodna pisarna je organizirala tudi welcome week, ki je vključeval vožnjo z ladjico, ogled mesta, tečaj medicinske francoščine ...

Nastanitev nam je uredila mednarodna pisarna, ki nam je ponudila dve možnosti: sobo v študentskih domovih Crous ali sobo v Cité internationale universitaire de Paris, kjer sem stanovala jaz. Sobo smo dobili vsi, ki smo zanjo zaprosili. Cité internationale je bil super, na kampusu smo imeli veliko zelenih površin, menzo, knjižnice, na voljo je bilo mnogo športnih aktivnosti (tenis, fitnes, bazen ...), družabnih dogodkov, zabav ... Vzdušje je bilo zelo prijetno in mi je omogočilo, da sem spoznala ljudi iz vsepovsod. Imela sem prostorno sobo z lastnim umivalnikom, delila pa sem si kopalnico, wc in kuhinjo. Najemnina je znašala 546 € mesečno.
Pariz je mesto, ki ponuja ogromno; najde se kaj za vsakogar. Predvsem spomladi in poleti se res veliko dogaja. Sama sem se v Parizu počutila zelo dobro, izkušnja življenja v tako velikem mestu je bila super. Urnika si namenoma nisem prenasičila, tako da sem imela dovolj prostega časa in sem mesto lahko dobro spoznala.

Mesto je seveda dokaj drago, ampak imajo študenti tam kar nekaj ugodnosti. Obroki v menzah, ki so razpršene po celem mestu, so kakovostni in od letošnjega leta stanejo le 1 €, poleg tega so študenti

medicine plačani za staž in imajo delno povrnjeno mesečno karto za javni prevoz. Izven bolj turističnih predelov se najdejo tudi bari in restavracije, kjer so cene sprejemljive.

Študij je na Sorboni organiziran drugače kot pri nas, dopoldneve študenti preživljajo v bolnišnici na stažu, popoldne pa imajo predavanja, ki niso obvezna, ali praktične seminarje. Staž je pri njih nekakšna strukturirana klinična praksa, ki traja neko določeno obdobje. Sama sem staž opravljala v istih časovnih okvirih kot francoski študenti, tako da sem bila vključena v njihov razpored in sem opravljala enak program kot oni. Staž obsega tudi predavanja in razne prikaze praktičnih veščin, ki jih organizirajo zdravniki, zaposleni na tem oddelku.

Na stažu iz ginekologije smo bili razporejeni na različna delovišča (operacijska dvorana, urgenca, oddelek za patološke nosečnosti, ambulanta), opravljali pa smo tudi 24-urna dežurstva, kjer smo bili v porodnem bloku in operacijski, ko so nas potrebovali. Med dežurstvom smo imeli priložnost, da z babicami spremljamo porodnice in asistiramo pri porodih, imeli pa smo tudi svoj telefon, na katerega so nas poklicali za razna opravila (asistenco pri carskem rezu, anamnezo na urgenci …). V Franciji imajo študenti jasno opredeljeno vlogo, za svoje delo so od 4. letnika dalje tudi plačani (študenti 5. letnika smo bili plačani 267 € na mesec in dodatnih 55 € za vsako dežurstvo). Prisotnost na stažu je bila obvezna, saj mora biti na določenih deloviščih vedno prisoten študent (npr. ekipa za izvedbo carskega reza vedno vključuje študenta, specializanta in specialista), zato je pogosto treba koga zamenjati oziroma poiskati zamenjavo zase. Daljši staž iz ginekologije in porodništva mi je zelo ustrezal, saj me to področje zanima in sem ga tako imela priložnost dobro spoznati.

Staž iz ORL je potekal nekoliko drugače. Študenti smo imeli manj odgovornosti in smo opravljali manj samostojnega dela. Vsak dan sem imela dodeljenega mentorja, 2x tedensko sem bila v operacijski dvorani, 3x tedensko pa v ambulanti. Lahko sem asistirala pri operacijah in v ambulanti izvajala preglede. Tudi tukaj smo imeli v sklopu staža razna izobraževanja, predavanja, tečaj šivanja …
Predavanja, ki niso povezana s stažom in potekajo na fakulteti, so se pri ORL začela že januarja, tako da sem ujela le zadnji dve predavanji, kar ni bila težava, saj so vsa posneta in objavljena na spletni učilnici. Predavanja iz ginekologije so bila v živo le trikrat, preostala pa so bila posneta. Na splošno so predavanja na fakulteti bolj slabo obiskana.

V Parizu sem opravljala tudi izpita iz ginekologije in porodništva ter ORL. Izpiti se tam pišejo na računalnikih, so MCQ (ampak se ne ve, koliko odgovorov je pravilnih) ali pa zahtevajo enobesedne odgovore. Sestavljeni so iz kliničnih primerov, na podlagi katerih sprašujejo, kako bi postopal v različnih primerih (katere preiskave bi naročil, kakšno zdravljenje zahteva stanje …), zraven pa so dodana še razna teoretična vprašanja.
Študenti na Sorboni morajo v študij vložiti več dela, kar se pozna na njihovem praktičnem znanju. Veliko časa preživijo v bolnišnici na stažu, tam so del tima in aktivno vključeni v delo. Njihov način študija je zahteven, a učinkovit. Vsi zaposleni, od specialistov in specializantov do medicinskih sester, so študentov vajeni in jih z veseljem poučujejo, zato lahko iz staža res ogromno odneseš.

Izmenjava je bila zame čudovita izkušnja, tako z akademskega kot z osebnega vidika. Na stažu sem imela priložnost, da se ogromno naučim in veliko dela opravim samostojno. S svojo nastanitvijo sem bila zelo zadovoljna; Cité internationale je ponujal vse, kar bi lahko potrebovala, in je bil idealen za študente na izmenjavi. Skratka, izmenjavo na Sorbonne Université toplo priporočam.

16. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Aglaja Gale-Šparemblek)

Destinacija izmenjave: Odšla sem na študijsko izmenjavo v Pariz v zimskem semestru od septembra do januarja (5 mesecev).
Nastanitev: Nastanjena sem bila v CIUP (Cité Internationale Universitaire de Paris), ki sem jo uspela dobiti preko tamkajšnje univerze (ta ima namreč sklenjena partnerstva z določenimi študentskimi namestitvami). Ob prvem prijavljanju na fakulteto (marec–sredina maja) lahko v prijavnem obrazcu označiš, ali želiš, da ti univerza pomaga pri iskanju nastanitve. Na voljo sta CIUP in CROUS, vendar za študente, ki prihajajo le za en semester, ne zagotavljajo, da bodo dejansko dobili sobo — to je lažje za tiste, ki ostanejo celo leto. Jaz sem imela srečo, da sem dobila nastanitev, vendar sem bila o tem obveščena šele konec julija, kar je precej pozno, če moraš iskati alternativo.
CIUP je velik študentski kompleks z več različnimi hišami, kjer bivajo večinoma mednarodni študentje. Nastanjena sem bila v Fondation Deutsch de la Meurthe, v prostorni sobi z majhno kopalnico; kuhinja je bila skupna za celotno nadstropje. Fondation je razdeljena na glavno zgradbo, kjer so poštni predali, knjižnica, pralni stroji, in na manjše bivalne zgradbe.

Kompleks je res neverjeten. V glavni zgradbi kompleksa (Maison Internationale) so na voljo restavracija CROUS (sklop študentskih restavracij, kjer obrok stane 3,30 €), bazen, knjižnica, fitnes in gledališče. V kompleksu so tudi drugi športni prostori z vodenimi vadbami (joga, pilates, borilne veščine …), stadion, celoten kompleks pa je urejen kot park. Športnih aktivnosti se lahko udeležuješ proti plačilu (približno 96 € na semester). Na voljo je ogromno študentskih skupnosti za različne hobije in interese. Rahlo moteče je le to, da so v kompleksu pogosto organizirani tudi zasebni dogodki zaradi katerih je študentom za krajši čas onemogočen dostop do restavracije ali pralnice.
Okvirni življenjski stroški: Nastanitev v CIUP je stala 686 €/mesec (vključno s stroški), pranje perila pa 4 € na uporabo. To je precej ceneje kot druge zasebne nastanitve v Parizu, kjer se cene hitro gibljejo med 900–1000 €/mesec in več.

Za prevoze večina študentov izbere letno karto Forfait Imagine R Étudiant (392,30 €), ki naj bi jo bilo mogoče preklicati, ko je ne potrebuješ več in dobiti povračilo denarja za neuporabljene mesece, ob predložitvi dokazila o koncu izmenjave.
Obroki v restavracijah CROUS stanejo 3,30 € (na voljo od ponedeljka do petka). Ob sobotah je v CROUS organiziran brunch po višji ceni, 7,70 €. Ostalo hrano in življenjske potrebščine se da ugodno kupiti v Lidlu. Skupni mesečni strošek za hrano znaša približno 180 €.

Prijavni postopki: Prijave potekajo od marca do sredine maja. V tem obdobju oddaš osebne podatke, želje glede nastanitve in zahtevane dokumente (npr. zdravstveno zavarovanje – Generali, zavarovanje odgovornosti, dokazila o cepljenjih …). Nato je treba sredi julija opraviti še uradni vpis v njihov sistem. Prijavni obrazci so lahko nekoliko zmedeni, saj uporabljajo veliko svojih okrajšav in specifičnih izrazov.
Akademski postopek izbire predmetov: Z izbiro predavanj ni težav – omogočajo, da izbereš predavanja iz različnih letnikov. Predavanja se začnejo v 2. ali 3. tednu septembra in trajajo do vključno decembra (odvisno od letnika). To vneseš v OLA in je sprejeto brez težav.
Težje je s praktičnimi vajami, saj so te organizirane v obliki »stagev« (kliničnih praks/staž) in niso neposredno povezane s predavanji, kot pri nas.

Meni se ni uspelo dogovoriti, da bi lahko opravljala več različnih vaj, tako, da sem začela z opravljanjem staža iz Ginekologije in porodništva, ki traja 2 meseca in pol (8 ECTS). Drugi staž se sicer tudi začenja v zimskem semestru, a traja v drugega, kar je neugodno in ga ni mogoče opravljati, če si na izmenjavi za en

semester. Izbor staža je treba opraviti že ob prijavi (marec–maj) in navesti več želja. O sprejetju so nas obvestili sredi julija.
Za nekatere vaje sem se uspela dogovoriti z nosilci predmeta na naši fakulteti UL MF, da jih opravim pred odhodom na izmenjavo ali po vrnitvi nazaj.
Na voljo je tudi FLE (tečaj francoščine v vrednosti 3 ECTS), za katerega se je potrebno prijaviti posebej na spletni strani Sciences Sorbonne Universite.

Način študija: Predavanja so na voljo v popoldanskem času (običajno od 14. ure dalje). Gradiva so naložena na spletno učilnico, načeloma naj bi bilo vsako predavanje tudi snemano in na voljo v video obliki. Za izpite se je potrebno pripravljati predvsem iz njihove zbirke knjig Collèges, ki so narejene za študente.
Na stažu Ginekologija in porodništvo v bolnišnici Tenon sem preživela 2 meseca in pol. Najprej sem bila 5 tednov na oddelku za porodništvo, kjer sem bila bolj v opazovalni vlogi (razen preprostejših praktičnih del – npr. snemanje CTG z babicami, EKG). Dan se je začel z jutranjim sestankom, nato pa smo se študentje razporedili na različne oddelke (urgenca, konzultacije/ambulantni pregledi, GHR - grossesses à haut risque, AMP - assistance médicale à la procréation, porodna soba), v sklopu tega staža so imeli francoski študentje tudi »garde«/dežurstva: za vsak dan v tednu vključno z vikendi so morali zagotoviti, da je eden izmed študentov prisoten 24 h. Meni so dejali, da teh dežurstev ne morem opravljati, saj je za to potrebno res odlično znanje francoščine, lahko pa se pridružim kot opazovalka. Na urgenci je bilo potrebno biti prisoten celoten dan, naslednji dan pa si bil prost, v tednu ko si na urgenci je za oddelati tudi sobota do 12. ure. Na ostalih oddelkih je praksa trajala polovico dneva.

Po teh 5 tednih sem bila 6 tednov še na oddelku za ginekologijo, kjer smo bili študentje predvsem v operacijskih sobah (celotni dnevi) – naša vloga je bila asistiranje (podajanje inštrumentov, pomoč pri štetju kompres, vstavitev urinskega katetra ipd. …). Na voljo so bile tudi ginekološke konzultacije (po pol dneva) in ginekološki bolnišnični oddelek (po pol dneva, pogovor s pacienti po viziti in vpisovanje info v informacijski sistem), v katerem so bile nameščene pacientke po operacijah. V sklopu staža so bila organizirana tudi krajša predavanja iz določenih tem ginekologije in porodništva. Za staž so študentje tudi plačani, različno glede na letnik v katerem so, prav tako smo bili plačani tudi Erasmus študentje.
Sicer se staži precej razlikujejo med različnimi področji in med različnimi bolnišnicami, pri nekaterih stažih so tudi ECOS (preverjanja pridobljenega znanja – teoretično razumevanje na primerih pacientov).

Izpitno obdobje za njihove 3. letnike je bilo v decembru, za 4. in 5. letnike v januarju. Izpite imajo zelo zgoščene, pišejo namreč po 3 izpite v istem dnevu in nato čez nekaj dni (običajno čez 2 ali 5) še naslednje 3 izpite, tudi v istem dnevu. Izpiti se pišejo v popoldanskem času, da je zjutraj še čas za klinične vaje. Izpiti trajajo po 1 uro, nato je pol ure odmora in nato se piše že naslednji izpit. Literature za posamezen izpit (Collèges) je običajno minimalno 300 strani. Izpiti so pisni, rešujejo se na računalnikih, večinoma so MCQ, vendar pa ni ponujenih kombinacij odgovorov – največkrat je potrebno izbirati med 5 ponujenimi odgovori, s tem, da je lahko pravilen od 1 do 5 odgovorov, ni jasno koliko; tako da tudi s tega vidika izpiti niso preprosti. V vsakem izpitu je tudi nekaj vprašanj, pri katerih je potrebno pisno odgovoriti z besedo ali nekaj besedami. Na rezultate izpitov se dolgo čaka, vsaj kak mesec. V zimskem semestru imajo na voljo samo 1 izpitni rok, in nato v poletnem ponovni rok (rattrapage): za vsak predmet sta na voljo le 2 roka v letu. Tako nimaš tekom semestrske izmenjave možnosti opravljati 2. roka, saj je na voljo šele v naslednjem semestru. Jaz sem npr. izbrala skupno 5 »cours« (teoretični predmeti, iz katerih so zgoraj omenjeni izpiti) iz njihovega 4. in 5. letnika, tako da me je žal tudi doletelo pisanje izpitov na isti dan.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF: Predavanj je nekoliko manj kot na UL MF, saj so v ospredju klinične vaje, ki pa so bolj obsežne kot pri nas. Študentje tu so bolj vključeni v delo na oddelkih, k

temu prispeva dejstvo, da je na posameznem oddelku običajno po 1 študent. Zelo - prekomerno so obremenjeni tudi v času izpitov, saj imajo ne glede na izpite tudi klinične vaje in po 3 izpite v istem dnevu.

Jezik izvajanja študijskega programa: Predavanja in staž potekajo v francoščini. Kljub temu, da sem pred odhodom na izmenjavo uspela opraviti DELF B2, je v praksi komunikacija še vedno predstavljala manjši izziv – predvsem jutranjim sestankom je bilo težko slediti, prav tako uporabljajo dosti kratic in izrazov povezanih z določenim področjem, ki se jim moraš najprej privaditi. Samo sledenje interakcij med pacienti in zdravniki na deloviščih pa ni bil problem. Tudi izpiti so v celoti v francoščini, piše se torej povsem iste izpite kot jih francoski študentje. Uporaba slovarja (npr. slovensko-francoski) med izpiti ni dovoljena; večinoma se izpite, kar se jezika tiče, da razumeti.
Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF: Zdi se mi dobro, da naj bi bila predavanja dostopna tudi v video obliki. Pri kliničnih vajah so študentje tudi bolj vključeni v delo.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?
Prednosti:
Zagotovo je to dobra priložnost za izboljšanje francoščine. Všeč mi je tudi to, da imajo dejansko literaturo narejeno za študente v francoščini za vsak predmet (zbirka Collèges). Tudi socialni program, ki so ga pripravili na fakulteti za prihajajoče študente Erasmus+ je bil prijeten. Pariz je mesto polno dogodkov, tako, da se res da doživeti marsikaj (muzeji so za mlajše od 25 let zastonj, veliko je ugodnosti za študente povsod). Priporočam tudi organizacijo Erasmus Place, ki prireja eno- ali večdnevne izlete po Franciji in tudi izven (Amsterdam …) in druge aktivnosti. V CIUP je tudi na voljo mnogo kulturnih in športnih dejavnosti.
Slabosti:
O dodelitvi nastanitve in sprejemu na klinični staž sem izvedela precej pozno, šele konec julija, kar je povzročilo precej negotovosti pri organizaciji bivanja. Prijavni postopki so bili mestoma zapleteni. Načeloma naj bi staži potekali v dopoldanskem času in predavanja popoldne, a temu ni vedno tako, zato se kakšen dan ne moreš udeležiti predavanj. Tudi razporeditev izpitov ni ugodna.

17. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Rebeka Pregelj)

Na Univerzi Sorbona (Université Sorbonne Santé) v Parizu sem opravljala drugi semester 5. letnika. Nastanjena sem bila v Cité Internationale Universitaire de Paris (CIUP) v hiši Fondation Deutsch de la Muerthe, za katero je značilno, da so razmere med posameznimi nastanitvami zelo različne, saj so nekateri pavilijoni prenovljeni, drugi pa ne. Moje bivalne razmere so bile zelo skromne (neurejeni skupni prostori, staro pohištvo, prepišna okna, slabo ogrevanje pozimi, visoka vročina poleti itd.), sem pa bila zelo hvaležna, da sem kot glasbenica imela na voljo sobo za vadenje s koncertnim klavirjem praktično kadarkoli. Najemnina za enoposteljno sobo z umivalnikom v sobi, skupnimi sanitarijami ter kuhinjo je znašala 546 EUR. Je pa vzdušje v CIUP čudovito in tudi okolica zelo mirna, varna in urejena, veliko je športnih in kulturnih dogodkov. Mednarodna pisarna Sorbone je zelo ustrežljiva in pomaga pri iskanju nastanitve bodisi v CIUP ali CROUS. Čeprav je slednji bolj sodoben, zaradi okolice in dodatnih aktivnosti zelo priporočam CIUP.

Glede prehrane je možno jesti v menzah CROUS za 1 EUR/obrok, vendar sama menim, da je hrana tam izredno slabe kvalitete. So pa v vseh bolnišnicah precej boljše menze za cca 3 EUR/obrok, kar zelo priporočam, saj je hrana v Parizu precej draga. Okvirno sem za hrano porabila 250 EUR/mesec, ker je trajalo nekaj časa preden sem izvedela za bolnišnične menze.

Mesečna karta za javni prevoz znaša 90 EUR (če se ne motim AP-HP subvencionira 50% zneska), vendar se sama nisem odločila zanjo, ker sem raje najela kolo pri Swapfiets za cca 22 EUR/mesec in samo občasno

uporabila enkratno vozovnico za metro. Pariz ima veliko urejenih kolesarskih stez in kolesarsko kulturo, je pa vožnja izredno dinamična, včasih tudi nevarna, na kar se je potrebno nekoliko privaditi. Drugi življenjski stroški (kulturni dogodki, muzeji, abonma za športne aktivnosti itd.) so me stali prbl. 200 EUR/mesec.

Prijavni postopek je zelo jasno in korektno izpeljan ter vse poteka na daljavo. V brošuri Sorbone so objavljeni predmeti, ECTS in opisi vsebine, zato ni težko sestaviti OLA. Edina posebnost je, da so klinične vaje v Franciji v obliki prakse/staža in so posledično obravnavane kot ločen s krediti ovrednoten »predmet«. Za priznavanje predmeta na MF je načeloma potrebno opraviti staž in izpit iz istega predmeta. Načeloma trajajo staži za francoske in tuje študente 2,5 meseca na enem oddelku, vendar se je možno individualno dogovoriti, da se opravljajo enomesečni staži. Tako sem se tudi sama dogovorila, da sem lahko opravljala 5 predmetov v semestru, in sicer pri predmetih Endocrinologie, Rhumatologie, Orthopédie in Gynécologie-Obstetrique sem opravljala tako staž kot predmet in izpit, ter samo staž iz predmeta Hématologie. Urnik je zasnovan tako, da zjutraj potekajo staži v bolnišnicah. Začnejo se med 7.30 in 9. uro ter trajajo do prbl. 13. ure, pri nekaterih strokah so celodnevni, vendar to pomeni, da delaš samo nekajkrat tedensko. Za francoske študente so obvezna tudi 24-urna dežurstva, za Erasmus študente pa so fakultativna. Popoldan potekajo predavanja, ki so neobvezna, za veliko predmetov tudi posneta v spletni učilnici.

Količina predavanj je manjša kot na MF, je pa veliko več kliničnega dela, tako da so obremenitve višje kot na MF. Vsak predmet ima svoj uradni učbenik (300-600 strani). Poleg tega imajo odlično zasnovano spletno platformo z objavljenimi starimi izpiti, ki jih je možno reševati in »trenirati«. Izpiti so večinoma sestavljeni iz kliničnih primerov (klinična slika, pot do diagnoze, interpretacija slikovnih metod, diferencialne diagnoze itd.) in so samo pisni, na računalniku, trajajo 1 uro. Večinoma potekajo vsi v istem tednu na koncu semestra, tako da se lahko zgodi, da imaš 3 izpite na isti dan. Vse poteka v francoščini (predavanja, staži, izpiti), tudi z dostojnim znanjem »formalne« francoščine je vsaj na začetku težko slediti delu na oddelku, ker uporabljajo veliko okrajšav in govorijo izredno hitro, vendar so večinoma zelo prijazni in ponovijo/razložijo, če poveš, da česa nisi razumel. Sčasoma pa postane vse lažje in bolj razumljivo. Angleščina ni v uporabi, razen med samimi Erasmus študenti.

Kot primer dobre prakse bi izpostavila, da je celoten študij medicine, vključno z izpiti, v Franciji izrazito praktično in klinično naravnan. Študenti so zelo zgodaj aktivno vključeni v klinično delo in obravnavani kot del zdravstvenega tima. Pri operacijah se pričakuje, da asistirajo, včasih opravljajo celo inštrumentarsko delo. Pri internističnih strokah npr. vsak dan spremljajo spremembe izbranega hospitaliziranega pacienta, sodelujejo pri izpolnjevanju pacientove dokumentacije itd. Občutek imam, da so po zaključeni fakulteti že utečeni in dobro pripravljeni za relativno samostojno klinično delo. Zagotovo je celostna izkušnja izmenjave izredna prednost, privilegij – živeti v Parizu, spoznati francoski zdravstveni sistem, veliko klinične prakse, utrjevanje tujega jezika, spoznavanje različnih ljudi in kultur. Prednost je tudi, da dobijo študentje za klinično delo manjše mesečno finančno nadomestilo. Med slabostmi bi omenila bivanjske razmere v študentskem domu ter na splošno umazanijo mesta, včasih tudi bolnišnične infrastrukture ter veliko več obremenitev zaradi privajanja na nov sistem in jezik. Vendar bi vsekakor izmenjavo na tej fakulteti toplo priporočila vsem z znanjem francoščine.

18. FRANCIJA - Sorbonne Université Paris, Pariz (Kristina Zajec)

V prvem semestru 4. letnika sem se za 5 mesecev odpravila na izmenjavo v Pariz, kjer sem opravljala predmete: prebavila, dihala, duševne bolezni, infekcijske bolezni in dermatologijo ter izbirni predmet – tečaj francoščine. Opravljala sem vse izpite razen dermatologije, ker mi slovenski nosilci predmeta niso želeli priznati izpita.

Organizacija študija in izpiti

V Franciji je sistem študija medicine precej drugačen od našega, njihovi predmeti so ocenjeni z manj kreditnimi točkami, saj dodatne kredite dobiš še s staži, ki so ekvivalent našim kliničnim vajam. Ker so pri nas vaje obvezne, da ti sploh lahko priznajo predmet na izmenjavi, je bilo to dejansko precej neugodno, saj se v prvem semestru lahko prijaviš samo na dva staža. Meni so šli zato precej na roko in mi je njihova erasmus koordinatorka uredila, da sem lahko opravljala 5 stažev v 5ih mesecih, kar je bilo sicer precej naporno, ampak tako vsaj nisem imela več obveznosti v Sloveniji, ko sem se vrnila. Sem pa zato začela s staži že 1. septembra, ko se študijsko leto tam še ne začne. Obstaja pa tudi možnost, da se z našimi nosilci predmetov zmeniš, da vaje opravljaš naknadno ali pred izmenjavo.

Moji staži so potekali v 3 različnih bolnišnicah v Parizu – Pitie Salpetriere, Saint-Antoine in Tenon, ki so precej na različnih koncih v Parizu. Organizacija je precej dobra in tudi znanja lahko veliko odneseš, če se vključuješ, sprašuješ. Od nekaterih drugih študentov, ki so delali izmenjavo na Sorbonne, sem slišala, da jim ni bilo treba na staže prihajati vsak dan, jaz pa sem načeloma hodila skoraj vsak dan od cca. 9ih do 13ih. Manjkaš lahko 2 dni na mesec, vendar se lahko interno tudi dogovoriš drugače. Francoski študenti imajo na koncu staža nekakšen izpit (echos), ki ga meni ni bilo treba opravljati. V okviru staža imaš vsak teden tudi kakšen course, kjer se obravnavajo teme za izpit. Na koncu staža sem dobila tudi oceno od 1-20, večinoma ocenjujejo kar dobro. Nisem vedela, da bo tako, ampak na koncu so mi tudi te ocene upoštevali, kar mi je precej dvignilo končne ocene predmetov!

Staži so dejansko edina obvezna stvar, kar se faksa tiče. Imajo tudi predavanja v popoldanskem času, ampak jih lahko pogledaš tudi online kasneje in načeloma malo študentov hodi na predavanja, ker se popoldne raje sami učijo. Meni se je bilo tudi lažje učiti sami, zato na predavanja nisem hodila.
Izpiti v Franciji potekajo zelo sistematizirano, predvsem mi je bilo všeč, da točno veš, kaj pričakujejo, da znaš. Za vse predmete imajo uradno literaturo, ki je narejena izključno za študente medicine. Kar je zelo grozno in naporno v primerjavi z našo fakulteto, je dejstvo, da imajo vse predmete, ki jih je v posameznem letniku okoli 5-6, v enem tednu. Imela sem srečo, da sem opravljala predmete 3., 4. in 5. letnika, kar je pomenilo, da sem imela dva izpita v decembru, enega v začetku januarja in enega proti koncu januarja. Izpiti so morda malo težji kot pri nas, vprašanja so MCQ tipa. Zelo zelo dolgo se čaka na rezultate, jaz sem jih dobila šele konec februarja. Ponavljaš lahko samo enkrat.

Nastanitev in cene

Stanovanjska situacija v Parizu je kar huda, normalne cene za sobo se običajno začnejo pri 1000 €, vendar imaš kot študent tudi cenejše možnosti. Jaz sem prek Sorbonne dobila zasebno sobo s kopalnico v študentskem naselju Cité Universitaire de Paris na jugu Pariza, kjer sem za sobo plačevala slabih 700 € mesečno. Cité je res super kraj za študente, družabno življenje je zelo razgibano, veliko je možnosti za športne dejavnosti, zabave, društva, res karkoli. Imajo tudi knjižnico, Crous menzo, gledališče in plavalni bazen. Druga še cenejša možnost so Crous nastanitve, ki so precej razpršene po Parizu, ampak sem sama zelo zadovoljna, da sem pristala v Citéju. Tudi največ družabnega življenja sem imela tam, ker se na faksu res bolj malo srečuješ s študenti. Hrana je malenkost dražja kot v Sloveniji, predvsem sadje in zelenjava. Če želiš jesti zunaj, je kar drago, ampak imajo tudi restavracije za študente Crous, kjer plačaš dobre 3 € za kosilo ali večerjo. Ker je bila ena od teh restavracij v Citéju, sem večinoma jedla tam. Kar drag je tudi prevoz, mesečna karta za javni prevoz stane okoli 90 €, ampak lahko od faksa dobiš delno povračilo – okoli polovico. Jaz mesečne karte nisem kupovala, ker sem si kupila kolo. Zelo poceni so karte za kino, zelo priporočam manjše kine s starimi filmi, ki jih je v 5. in 6. okrožju ogromno. Jaz sem si kupila tudi mesečno karto za plezalno telovadnico, ker so v primerjavi s slovenskimi kar poceni, cca. 45 €. Seveda pa imajo ogromno zastonj muzejev za ljudi pod 26, kar se zelo splača izkoristit. Če hočeš v času izmenjave potovati

naokoli ali pa iti na kakšen koncert, je dobro, ta na to misliš vnaprej, ker se karte za koncerte hitro razprodajo, za vlak pa podražijo.

Jezik
Pred izmenjavo sem znala francosko med B1 in B2, saj sem imela maturo iz francoščine, šla pa sem tudi na tečaj. Največ pa sem se naučila na izmenjavi sami. V bolnišnicah se mi niso ravno zelo prilagajali glede jezika, angleško znajo bolj slabo. Najboljše je, če se čimprej navadiš, da se boš pač malo osramotil, in poskušaš. Tako največ odneseš.

Splošen vtis
Izmenjava je bila super, predvsem sem zadovoljna, da so mi večinoma uspeli vsi izpiti. Francija je tudi sicer dobra destinacija za izmenjavo, ker ECTS dobiš že s staži in tako nisi pod tolikšnim pritiskom, da moraš opraviti izpite.
Za dodatna vprašanja sem na voljo na zajec.kristina1@gmail.com 😊

19. FRANCIJA - Medicinska fakulteta Univerze Paris Cite, Pariz (Max Zuliani)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
V prvem polletju 4. letnika sem se odpravil na semestrsko izmenjavo v Pariz - Université Paris Cité. To je ena od dveh pariških univerz, s katerimi ima UL MF pogodbo. Posebnost te univerze je, da je pouk organiziran na tromesečja. Prvi trimester se začenja prve dni septembra. Zato da lahko zbereš dovolj kreditov za semestrsko finančno podporo, pa moraš v Parizu ostati za dve tromesečji, torej za 6 mesecev. Pariz je precej drago mesto. Enoposteljna soba stane med 700 in 1200 evrov na mesec. Zelo zahtevno oziroma skoraj nemogoče pa je sploh dobiti eno sobo. Tako da je nujno se prijaviti na razne študentske domove. Na začetku prijave na pariško univerzo, te vprašajo, ali bi želel se prijaviti za sobo v CROUS. To so razne študentske rezidence okoli po Parizu. Jaz sem se tu prijavil in tudi dobil sobo, kar je bilo idealno, ker sem plačal samo 450 evrov na mesec za majhno garsonjero in bil v rezidenci skupaj z vsemi Erazmus študenti iz iste fakultete. Lahko pa se tudi samostojno prijaviš na Cité Universitaire Paris - to je ogromen kompleks študentskih domov precej blizu centra, kjer je res lepo živahno okolje. Življenje je v Parizu precej drago. K sreči lahko študentje medicine kosimo v menzi bolnice, kjer imamo prakso (na prakso se hodi vsako jutro). To so večinoma res dobre menze in cena je približno 3 evra za raznolik in bogat obrok. Za prevoz lahko študentje do 26 leta kupijo mesečno vozovnico za avtobuse in metro. Jaz tega nisem vzel, zdi se mi pa, da je bilo okoli 40 evrov na mesec. Pozitivna plat vsakodnevnih vaj v bolnici pa je tudi, da dobivajo študentje mesečno plačo v višini približno 200 evrov ter da ti bolnica plača pol mesečne karte za prevoz. Kljub temu pa je hrana v supermarketih dražja kot v Sloveniji.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija
Prijavni postopki so precej jasni, čeprav je Francija država birokracijo in zahtevajo res veliko papirjev. Niso pa tako strogi glede terminov. Na začetku prijave je potrebno tudi izbrati, za katere predmete boš tudi imel prakso, ne izbiraš pa v katero bolnico, jo boš opravil. V Parizu je namreč veliko univerzitetnih bolnic. Université Paris Cité sama jih ima enih 7. Ne zahtevajo uradnega certifikata znanja francoskega jezika. Predmete lahko izbiraš le iz istega letnika in se moraš prilagoditi njihovim trimestrom. V vsakem letniku se vsak trimester ponovi trikrat: na primer od septembra do decembra so na razpolago predmeti iz Trimestra 1, 2 in 3. Študent pa mora izbrati le predmete iz enega semestra in na koncu trimestra bo pisal izpite iz teh predmetov. V primeru neuspeha ne moreš na izpitnem terminu naslednjega semestra ponavljati izpitov iz prejšnjega semestra. Edini termin za ponovitev izpitov je junija. V bistvu je za vsak izpit samo en rok in nato ponavljali rok junija-julija.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF
Pri njih deluje tako, da imajo približno 4 predmete na tromesečje. Imajo pa le eno dolgo prakso, ki traja celo tromesečje. Na koncu tromesečja pa imajo izpite, ki so le pisni: v enem jutru od 9 do 12.30 odgovarjaš na tablicah na vse štiri izpite. Seveda lahko kot Erasmus študente izbereš, da boš imel samo enega ali dva izpita. Predavanja so neobvezna in se odvajajo v popoldanskih urah, saj so vsi študentje zjutraj na praksi v bolnici. Pravzaprav pa skoraj nihče ne obiskuje predavanj, ker dejansko ni časa. V Franciji študijsko gradivo pripravljajo državna združenja kardiologov, pulmologov itd in te knjige ("College") so uradna študijska literatura. To so kar zajetne knjige, a se vsi učijo po teh in vprašanja so sestavljena iz teh virov. V 4. in 5. letniku se francoski študentje učijo ogromno, ker imajo na začetku 6 letnika državni izpit iz vseh predmetov klinike. To pomeni, da imajo v bistvu izpitno obdobje, ki traja dve leti. Zagotovo sem se učil precej več kot bi se v Ljubljani za iste izpite. Po drugi strani francoski študentje dojemajo ocene različno, veliko bolj pomembno je izdelati izpit kot dobiti visoko oceno. V sklopu izmenjave sem opravljal dve dolgi klinični praksi, vsako po 10-12 tednov, in sicer v bolnici Saint Louis - Oddelek za infekcijske bolezni in tropsko medicino ter na Hôpital European Georges Pomidpou na Oddelku za duševne bolezni. Kvaliteta prakse se zelo razlikuje od oddelka do oddelka. Na infekcijah je bilo odlično: bilo nas je približno 6 študentov in smo delali od 9 do 17 en teden ja, naslednji pa ne. Vsak izmed na je imel približno 4 paciente, od katerih smo morali poznati podrobno zgodovino bolezni, obiskovali smo jih vsakodnevno, pisali opazovanja v računalniški sistem bolnice ter jih predstavljali zdravnikom na tedenskih sestankih. Okolje je bilo precej strogo, a si se tudi veliko naučil, nekateri izmed nas so tudi izvedli lumbalno punkcijo ali jemali arterijsko kri. Na psihiatriji pa smo imeli veliko bolj pasivno vlogo in smo le sledili enemu specializantu oziroma psihiatru. Zanimivo je bilo predvsem, ko sem enkrat na teden bil na urgenci s psihiatrom, ki je sprejemal akutne primere.

Jezik izvajanja študijskega programa
Jezik izvajanja prakse in študija je samo francoski. Na oddelku nihče ne spregovori niti ene besede po angleško niti tvoji kolegi študentje. Prvi teden na oddelku sem moral na primer klicati laboratij in v drugem tednu sem že predstavljal pacienta vodji oddelka. Res svetujem, da imate dobro jezikovno podlago. Če pa nečesa ne razumete, lahko vprašate, da ponovijo: vsi so bili do mene zelo prijazni. Nihče ne zahteva od vas, da je vaša francoščina perfektna, a morate biti funkcionalni v kliničnem okolju, ker niste le zunanji opazovalci. Prvi teden septembra lahko opraviš plačljiv intenziven enotedenski tečaj francoščine. Med letom pa se odvija enkrat tedensko tečaj francoščine, ki traja 11 tednov in ga lahko uveljaviš kot izbirni predmet. Lekcije so večinoma kar kakovostne.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na MF
Kakovostna študijska literatura je definitivno dobra stvar, ki je nimajo vsi predmeti na MF. Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli? Slabost izmenjave je bila, da sem lahko opravil prakso le iz dveh predmetov. Vem, da na primer na Sorboni lahko Erasmus študentje imajo več krajših praks, kar je bolj funkcionalno našemu študijskemu sistemu. Prednost je v izkušnji sami: Pariz je res zanimivo mesto. Kolegi iz Erasmusa so večinoma zelo odprti in radovedni, tako da je precej preprosto si ustvariti nova prijateljstva. Poleg tega vsakodnevno delo na oddelku ti daje večjo samostojnost in notranjo gotovost za tvojo študijsko in profesionalno pot. Za več informacij mi lahko pišete na mz45035@student.uni-lj.si

20. FRANCIJA - Univerza v Strasbourgu (Klara Rajšek)

Zimski semester 5. letnika splošne medicine sem opravljala na Univerzi v Strasbourgu v Franciji. Strasbourg je prijetno, ravno prav veliko mesto, ki leži tik ob meji z Nemčijo, in je zaradi svoje bogate zgodovine ter vloge v EU tudi kulturno zelo zanimivo.

Prijavni postopek in študij

Prijavni postopek je bil precej preprost. Vse informacije o študiju za mednarodne študente so zbrane na spletni strani fakultete (https://med.unistra.fr/international/venir-a-strasbourg-etudiants-internationaux/etudiants-en-programme-dechange-erasmus). Po nominaciji je postopek prijave potekal hitro in enostavno, saj je gospa Kopczynska v mednarodni pisarni izredno dostopna in hitro odzivna. Tudi tekom izmenjave je vedno na voljo mednarodnim študentom in je bila tudi meni v pomoč.

Program se izvaja v francoščini – mednarodni študenti se pridružijo Francozom. Študij v Strasbourgu poteka tako, da dva meseca opravljaš staž in dva meseca hodiš na predavanja. Staž lahko opravljaš dva meseca na enem oddelku ali na dveh oddelkih po en mesec. Urnik si vsak študent sestavi sam – izbereš si oddelka za staž in predmete, ki jih boš spremljal na predavanjih in opravljal izpit. Tekom semestra torej ne opravljaš praktičnih vaj pri vseh predmetih, ampak samo pri dveh, vendar tam veliko bolj intenzivno. Sama sem opravljala staž na oddelku za revmatologijo in na ginekološki kliniki. Poleg revmatologije in ginekologije sem opravljala še predmeta Kri ter Fizikalna in rehabilitacijska medicina.
Obdobje stažev mi je bilo osebno bolj naporno kot obdobje predavanj, je pa količina dela odvisna od oddelka. Francoski študenti so v kliničnih letnikih že del tima in imajo svoje zadolžitve. Za študente so odgovorni specializanti.
Na revmatologiji je bil delovnik sicer precej dolg in na začetku naporen, a sem se res veliko naučila. Študenti smo zjutraj sodelovali na raportu, nato smo pomagali specializantom pri pregledih, pisanju odpustnic, prisotni smo bili tudi na vseh vizitah. Poleg tega so nas naučili ogromno kliničnih veščin – lahko smo opravljali biopsije malih žlez slinavk, cepljenja, ultrazvočne preiskave… Približno enkrat tedensko smo imeli tudi predavanja skupaj s specializanti. Ob koncu meseca smo imeli tudi OSCE praktični kolokvij.
Na ginekologiji je bil staž malo manj naporen, večinoma sem s prakso končala bolj zgodaj. Prisotna sem bila v porodnišnici, v urgentni ambulanti, v operacijskem bloku, tudi na oddelku za oploditev z biomedicinsko pomočjo. Največ sem se naučila v dežurni ambulanti, kjer sem lahko opravljala vaginalne preglede, ultrazvoke in brise.

Obdobje predavanj je veliko bolj sproščeno, takrat imaš več prostega časa. Predavanja niso obvezna, so pa precej uporabna. Večinoma gre za predstavitev kliničnih primerov in diskusijo s profesorjem o diagnostiki in zdravljenju.
Izpiti so pisni. Zanje se učiš iz knjig Colleges, ki so zelo dobro strukturirani učbeniki za vse klinične predmete. Snovi za izpit je precej veliko, so pa izpiti zelo klinično usmerjeni, več poudarka je na osnovah in urgentnih stanjih. Ker na naši fakulteti pri ginekologiji moraš opraviti še ustni izpit, sem se sama dogovorila še za ustni del izpita v Strasbourgu.

Nastanitev in okvirni življenjski stroški

Živela sem v najetem stanovanju blizu centra mesta. Stanovanje je sicer v Strasbourgu precej težko najti, zato predlagam, da začnete iskati dovolj zgodaj. Najemnine so zelo drage. Nastanitve v študentskih domovih so možne preko sistema CRUS, vendar so jih večinoma dobili tisti, ki so ostali dva semestra.
Stroški so višji kot pri nas, imaš pa kot študent vseeno precej ugodnosti. Hrana v študentskih menzah je zelo ugodna (3,5€), a vseeno kvalitetna. Prav tako so veliko cenejši vstopi v muzeje in galerije ter prevozi z vlakom. V okviru Univerze v Strasbourgu je na voljo tudi ogromno različnih športnih aktivnosti.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želela prenesti na ULMF

Predvsem se mi zdi dober sistem stažev, kjer so študenti res vključeni v ekipo in jih specializanti ogromno naučijo. Praksa je veliko bolj individualno usmerjena kot pri nas, vsak študent je dodeljen enemu specializantu. Prav tako je študentom omogočeno, da pogosto vadijo klinične veščine. Mislim, da študente bolje pripravijo na dejansko delo po končanem študiju.

Tudi izpiti se mi zdijo dobro zastavljeni, saj so zelo klinično usmerjeni s poudarki na urgentnih stanjih. Všeč so mi tudi učbeniki, saj so napisani zelo strukturirano in vsi osnovani na enak način (osnove bolezni, simptomatika, diagnostika in zdravljenje).
Zaključek

Izmenjava je bila zame res dobra izkušnja. Predvsem sem izboljšala nivo francoščine, se naučila prilagodljivosti ter spoznala način dela in študija v Franciji. Zelo dragocena so tudi številna prijateljstva, ki sem jih spletla tekom izmenjave. Poleg tega je Strasbourg tudi izjemno lepo mesto. Ima bogato zgodovino in je tudi sedež evropskih institucij, ki jih lahko obiščeš in se pobližje spoznaš z delovanjem EU. Tudi preostali deli pokrajine Alzacija so čudoviti in vredni obiska.

21. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Neli Goršek)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški.
Študijsko izmenjavo sem opravila na Univerzi v Splitu na Hrvaškem, kjer sem od konca februarja do julija opravljala poletni semester 5. letnika. Zadnji teden februarja je bil v Splitu ravno Welcome week, kar se mi zdi super priložnost za spoznavanje drugih Erazmovcev in se ga je vredno udeležiti.
Kontakt za namestitev sem dobila od kolegice, ki je bila na Erasmus izmenjavi v Splitu leto pred menoj. Za najemnino sem mesečno plačevala 450 €, mesečni stroški pa so v povprečju znašali približno 50 € na osebo. Stanovanje sem si delila s študentko iz Nemčije, ki sem jo spoznala preko Facebook skupine. Stanovanje je bilo na Bačvicah, enem najbolj zaželenih predelov Splita. Lokacija je za študenta medicine odlična, saj je Bolnica Firule, kjer sem v 5. letniku opravljala večino kliničnih predmetov, oddaljena le približno pet minut hoje. Nekaj preostalih obveznosti smo imeli na Medicinski fakulteti, ki se nahaja ob Bolnici Križine in v neposredni bližini Kampusa. Na voljo je sicer tudi omejeno število mest v študentskem domu, vendar se ta zelo hitro zapolnijo. Priporočam, da vprašalnik oziroma prijavo izpolnite takoj po prejemu obvestila, saj se mesta dodeljujejo zelo hitro.

Življenjski stroški so bili po mojem mnenju primerljivi s stroški v Sloveniji. Študentom je na voljo subvencionirana prehrana, pri kateri lahko z X-kartico dobijo obrok že za približno 1–2 €. Menz je po Splitu več, med drugim na Medicinski fakulteti, v Kampusu in v centru mesta. Sama sem si večinoma kuhala, kadar pa smo imeli obveznosti na fakulteti, sem se pogosto odločila za prehrano v menzi na naši fakulteti. Hrana v trgovini je morda za malenkost dražja kot v Sloveniji.
Mestni avtobus je za Erasmus študente brezplačen. Na začetku je potrebno kartico aktivirati na avtobusni postaji, nato pa jo enkrat mesečno podaljšati. Kot cenovno ugodna možnost prevoza se je izkazal tudi Uber, predvsem pred začetkom glavne turistične sezone, ko so bile cene še posebej dostopne.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija.
Najprej je bilo potrebno izbrati predmete, ki sem jih želela opravljati na partnerski fakulteti, nato pa pridobiti soglasja koordinatorjev posameznih predmetov na domači univerzi. Po pridobitvi vseh potrebnih potrditev sem v oktobru izpolnila spletni Learning Agreement. V Splitu sem opravljala Oftalmologijo, ORL, Klinično onkologijo, Fizikalno in rehabilitacijsko medicino, Ortopedijo, Medicino dela, športa in pomorstva z okoljevarstvom in pa izbirni predmet Plastična in estetska kirurgija obraza. V Ljubljani so mi priznali vse predmete, opraviti sem morala le obvezni seminar iz Travmatologije in skupni izpit Ortopedija in travmatologija. Medicino dela, športa in pomorstva z okoljevarstvom sem si v Sloveniji štela kot izbirni predmet.
Pred začetkom izmenjave je bilo potrebno urediti tudi pridobitev hrvaške osebne identifikacijske številke (OIB) in X-kartice. Za večino zadev na Medicinski fakulteti v Splitu smo Erasmus študenti komunicirali z

njihovo Erasmus koordinatorko Andreo Buzov, ki je bila zelo odzivna, prijazna in vedno pripravljena pomagati pri urejanju potrebne dokumentacije ter drugih vprašanjih.
Študij poteka na enak način kot v Sloveniji, najprej imaš predmet in nato izpit, naslednji dan pa začneš z novim predmetom.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF.
Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF je odvisna od vsakega predmeta posebej. Večinoma imajo 80% prisotnost na predavanjih, seminarjih in vajah, zato je obveznosti načeloma več kot v Sloveniji, saj so tudi predavanja obvezna. Večinoma smo pri vseh predmetih ob 8. zjutraj začeli s predavanji, nato so sledili seminarji in potem še vaje. Pri vseh predmetih smo seminarje izvajali študentje sami, zato si moral pri vseh predmetih pripraviti seminar. Vaje so potekale klinično s pacienti, večinoma v skupinah po 3-4. Težavnost predmetov je zelo primerljiva z ljubljanskimi.

Jezik izvajanja študijskega programa.
Jaz sem izmenjavo opravljala v angleškem programu, kjer nas je bilo vseh skupaj okrog 25. Za redne študente je ta program plačljiv, večina teh študentov pa prihaja iz Nemčije in drugih evropskih držav. Več od njih ima hrvaške korenine in znajo govoriti hrvaško, zato smo se pri vajah z mentorji večkrat pogovarjali kar v hrvaščini. Odločitev za angleški program se mi zdi zelo dobra, saj so v skupini še ostali Erazmovci in tudi redni študenti so nas zelo lepo sprejeli.
Predavanja in seminarji so potekali v angleščini. Prednost znanja hrvaščine se pokaže predvsem na vajah, saj starejši pacienti slabo govorijo angleško, zato so pogovori s pacienti potekali v hrvaščini, nato pa je mentor razložil še po angleško za tiste študente, ki niso razumeli. Če smo bili v skupini na vajah le študenti, ki smo znali hrvaško, smo se pogovarjali kar v hrvaščini.
Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF.
Vsi profesorji so bili zelo prijazni , vedno odprti za vprašanja. Ker nas je bilo v programu vseh skupaj 25, so bila predavanja bolj interaktivna, seminarji pa zelo poučni, saj si pri vsakem predmetu vsaj en seminar pripravil sam, včasih tudi dva. Nekateri profesorji so nas povabili, da smo lahko prišli tudi med vikendom, ko so dežurali, če te je kakšen predmet posebej zanimal. Tudi urnik mi je odgovarjal, saj smo vsak dan začeli ob 8ih in končali okoli 2h, popoldnevi so bili prosti.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?
Z izmenjavo sem bila zelo zadovoljna, tako z mestom samim kot z medicinsko fakulteto. Erasmus izmenjava se mi zdi odlična priložnost za osebnostno rast, pridobivanje samozavesti ter razvijanje samostojnosti. Poleg strokovnega znanja sem pridobila tudi dragocene izkušnje pri delu v drugačnem zdravstvenem sistemu in spoznala različne pristope k poučevanju ter obravnavi pacientov.
Eden najlepših delov izmenjave je bilo spoznavanje ljudi z različnih koncev sveta. Spletla sem številna nova prijateljstva z drugimi Erasmus študenti in lokalnimi študenti, s katerimi smo veliko časa preživeli skupaj, raziskovali mesto in okolico ter spoznavali različne kulture. Prepričana sem, da bom z nekaterimi od njih ostala v stikih tudi v prihodnje.
Velika prednost Splita je tudi pestra ponudba športnih aktivnosti, kar mi je veliko pomenilo, saj se tudi sama zelo rada ukvarjam s športom. Na voljo je aplikacija, preko katere se lahko študenti prijavijo na različne organizirane športne aktivnosti. Študenti medicine vsako soboto organizirajo tudi rekreativno igranje odbojke v dvorani. Sama sem največ prostega časa preživela na plaži Žnjan, kjer smo skoraj vsak dan igrali odbojko na mivki. Tam so na voljo tudi brezplačna teniška igrišča, zato je bilo možnosti za aktivno preživljanje prostega časa res veliko. Šport je bil odličen način za spoznavanje novih ljudi in vključevanje v študentsko življenje.

Večjih ovir med izmenjavo nisem imela. Na začetku je bilo potrebnega nekaj časa za prilagoditev novemu okolju, organizaciji študija in administrativnim postopkom, vendar sem se hitro privadila. Celotno izkušnjo ocenjujem kot izjemno pozitivno in bi jo brez zadržkov priporočila vsakemu študentu, ki razmišlja o odhodu na Erasmus izmenjavo.

22. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Klara Papić)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški.
Svoj Erazmus sem opravljala na medicinski fakulteti v Splitu, hrvaški program.
Nastanitev sem našla prek facebooka, razne skupine (tja sem objavila oglas) Erazmus Split, Trazim stan Split ipd., tam sem našla tudi svojo cimro. Prvo stanovanje sem imela v centru pri Pazar postaji, kar je odlična destinacija ampak sem stanovala z najemodajalko - tega ne priporočam. Kasneje sem se preselila na Žnjan ki je ob plaži ampak bolj oddaljen. Idealno območje za stanovanje so Bačvice, Bol, Split3.
Stroški stanovanja najemnina 350€ + 100€ stroškov. Trgovine so kar drage, najbolj se splača kupovati v Lidlu, Kauflandu, Plodinah. Imajo pa za študente super organizirane menze, kjer osnovni obrok stane 0,68€ (juha, glavna jed, solata) in tam lahko po majhni ceni zraven vzameš še sadje, Corny ploščice.
Javni prevoz je za študente zastonj. Izven sezone sta Uber in Bolt zelo poceni. Jaz sem tam imela kolo in javnega prevoza večinoma nisem rabila, ker je vse blizu - je pa v klanec.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija.
Najprej izbereš predmete, ki se ujemajo z našimi in potem nosilcem predmeta v Ljubljani pošlješ informacije o predmetu na tuji univerzi. Ko oni to podpišejo to pošlješ v mednarodno univerzo in začneš sestavljati svoj OLA. To vse na začetku zgleda zapleteno ampak se vse da uredit in tudi kasneje, če pride do sprememb. Jaz sem v Splitu opravljala predmete ORL, ginekologija, rehabilitacija, onkologija, izbirni predmet Vrtoglavica. Način študija je enak kot pri nas, najprej en predmet, takoj izpit in nato drug. Pri nekaterih predmetih je na srečo tudi nekaj dni fraj pred izpitom.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF.
Popolnoma odvisno od predmeta kot pri nas, nekje je vse obvezno, nekje ne. Drugače je le to, da če na vajah manjkaš moraš to “kolokvirati”. To pomeni, da te profesor vpraša nekaj s tistih vaj ali seminarja. Se pa tudi ob odsotnosti da vse uredit. Pri večini predmetov smo študenti pripravljali seminarje in imeli predstavitev. Je pa tako, da so nekateri predmeti, ki pri nas veljajo za zahtevne tam lahki in obratno.
Po občutku bi rekla da je obremenitev primerljiva z ULMF, težavnost samih predmetov in in izpitov je nekoliko lažja v Splitu (spet odvisno od predmeta).

Jezik izvajanja študijskega programa.
Hrvaščina.
Jaz sem že prej znala hrvaško in po enem mesecu nisem imela več nikakršnih težav. Omenila bi še to, da nas je bili na hrvaškem programu ponavadi zelo veliko v skupinah za vaje (8) in je bila zato kvaliteta vaj veliko slabša. V mednarodnem programu jih je manj v skupinah in so vaje boljše. Ampak tega ne bi zamenjala, ker sem spoznala super sošolce na hrvaškem programu.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF.
Profesorji si zelo domači in sproščeni. Takoj ponudijo pomoč in dodatno razlago in je bolj občutek da smo si enaki, zato jih je tudi lažje kaj vprašat in začet pogovor. Primer dobre prakse je tudi da skupine niso tako rigidne in veliko temelji na medsebojnem dogovoru, na primer pri izostankih. Večinima imaš občutek, da ti želijo it na roko.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?
Izmenjava je res res krasna in koristna izkušnja. Menim, da sem na izmenjavi osebnostno zrasla, razvila disciplino, avtonomijo in nove navade. S toliko različnimi ljudmi spoznaš kdo ti odgovarja, kdo ne in je krasna priložnost sklenit tesna prijateljstva, ki ti polepšajo izmenjavo in tudi kasneje pustijo lepe možnosti za obiske drugih držav. Prednost Splita je tudi to, da je odlično izhodišče za izlete na vse otoke, v Dubrovnik, Bosno… V Splitu imajo tudi našemu Popru podobno aplikacijo za šport - Unisport. Jaz sem obiskovala na primer plezanje in jiujitsu, kar mi je bila tudi ena lepših izkušenj, se najde pa za vsakega kaj.

Slabost je to, da so vaje v bolnici slabše organizirane kot pri nas in je poudarek na praktičnih izkušnjah manjši. Menim, da je raven znanja in praktičnih izkušenj slabša, kot bi jih pridobila v Ljubljani.

Ovir nisem imela, ker je bilo vse možno urediti. Večkrat na primer nisem bila na seznamu za skupine, ampak so to hitro popravili.
Če razmišljaš o Splitu in te še kaj zanima me kontaktiraj.
Klarapapic1@gmail.com ali katero od socialnih omrežjih.

23. ITALIJA – Univerza Sapienza v Rimu (Zarja Skočir)

Februarja letos sem se odpravila na šestmesečno izmenjavo v večno mesto, Rim. Odločitev je bila zame prepreosta saj je bil glavni razlog izbora jezik in velikost učnih ustanov. Prva težava se je pojavila z iskanjem stanovanja v katerem sem nato živela. Različni forumi svetujejo iskanje s pomočjo spletniih platform idealista, housing anywhere ali spotahome. Na eni od teh platform sem se soočila s prevarantom, vendar sem ga dovolj hitro prepoznala. Izjemno srečo sem imela ker sem v erasmus rotaciji spoznala punco, ki je bila na izmenjavi iz univerze v Rimu in mi dala nekaj napotkov. Tako sem našla stanovanje 10 minut peš od univerze.

Življenjski stroški so v Rimu nekoliko višji od Ljubljane. Postelja v dvoposteljni sobi stane okoli 600e/mesec, enoposteljna soba pa okoli 800e/mesec s stroški.

Prijavni sistem je bil meni malo kompliciran, saj so v tistem obdobju preurejali spletno stran in zato nisem mogla dostopati do podatkov kot so režimi študija ali kontakti profesorjev, ki so v vsakem primeru brez študentskega maila neuporabni. Tajnik v Erasmus pisarni je bil izjemno prijazen in dostopen za vprašanja in morebitne zaplete, kar je olajšalo birokratske stvari. Način študija je podoben kot v Ljubljani prva tri leta. Veliko obveznih predavanj in seveda celoten semester je ena enota, na koncu sledi izpitno obdobje, vendar sem opazila, da se študenti že marca učijo za izpite ki so junija. Nekateri izpiti so tu veliko bolj zahtevni kot v Ljubljani in obratno.

Pri njih lahko študent napreduje v naslednji letnik brez določenih izpitov zato je pogosto da se sreča ljudi, ki se snov učijo za izpite prejšnjih let. Časa za učenje zaradi vseh obveznih predavanj ni veliko. Moj urnik je imel eno predavanje od 8-10, naslednje se je že začelo ob 10h in končalo malo pred 14, ob 14 pa je sledilo še predavanje do 17 ali 20. Proste dneve sem porabila za klinične vaje, ki so trajale v povprečju 10 ur na dan, včasih več. Edina razlika je, da ni veliko obveznih kliničnih vaj v sklopu predmetov. Pri enem predmetu imajo povprečno le en dan vaj, zato je potrebno aktivno sodelovanje in prošnja profesorjev za daljše obdobje na določenih oddelkih. Pomaga tudi, če se poleg predmetov opravlja klinične vaje za višje letnike zato se lahko zares dobi vtis o oddelikih in o ustanovi. Policlinico Umberto I je po površini ena največjih bolnic, Univerza Sapienza pa po površini največja v Evropi.

Pacienti govorijo samo italijansko zato je zelo pomembno znanje jezika. Univerza ponuja možnost

tečaja italijanščine od začetnega nivoja do višjega. Profesorji so zelo prijazni tako na predavanjih kot na kliničnih vajah in z veseljem pomagajo odgovoriti na kakšno vprašanje. Znanje italijanščine pa mora biti pri študentu vsaj b2, saj je drugače skoraj nemogoče študirati in slediti predavanjem. Rim ima enega največjih Erasmus središč v Evropi, zato sem tu spoznala ljudi iz vseh kontinentov in spoznavanje novih kultur je bilo eno glavnih pridobitev Erasmusa. Primerjali smo načine izvajanja medicine in študija v posameznih državah in izkušnja je bila edinstvena.

Največ zapletov sem imela prvi teden Erasmusa. Na žalost mi tajnik en mesec pred izmenjavo ni odgovarjal in na izmenjavo sem šla brez podpisanega sporazuma. Nato sem izvedela da je temu tako zaradi kibernetskega napada ki ga je Sapienza bila deležna. Celoten sistem je bil prekinjen. Prve tedne je bilo nemogoče stopiti v stik s tajnikom. Ob prihodu pa je bil izjemno prijazen in težave so bile odpravljene v najhitrejšem možnem času.

Primer dobre prakse ki bi ga želela prenesti v Ljubljano je izjemna sproščenost v vsakršni situaciji. Nihče se ne obremenjuje preveč niti v primeru da se nekaj nepričakovanega zgodi. Ta miselnost je zelo uporabna in pomaga pri reševanju težav, saj je stres in slaba volja le dodaten problem. Prav tako mi je bilo všeč da se je predavanje večinoma začelo 20 minut po urniku, včasih se je zamaknilo za kako uro, v tem času sem lahko spoznala ogromno italijanskih študentov in se pozanimala o njihovi študijski poti. Absolutno ne morem govoriti o nobeni slabosti izmenjave, zato samo pohvale in zahvale tako Ljubljanski Medicinski fakulteti, ki mi je to izmenjavo omogočila in Univerzi Sapienza V Rimu, ki je bila v izvajanju izmenjave odlična. Posebno pa se moram zahvaliti Ajdi Rudel, ki je zelo prijazno in potrpežljivo odgovarjala na vse maile in bila v izjemno pomoč.

24. LITVA - Lithuanian University of Health Sciences (Monika Lisjak, Jan Kocjan)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
Na izmenjavo sva šla v poletnem semestru 5. letnika, in sicer v Kaunas, Litvo. To je za Vilno drugo največje mesto v Litvi in ima približno toliko prebivalcev kot Ljubljana. Samo mesto nama je bilo zelo prijetno, čeprav je pozimi lahko kar mrzlo – februarja je bilo tudi do -25 stopinj (šlo je za eno izmed najbolj mrzlih zim v zadnjih nekaj desetletjih). Kljub temu je bilo skoraj ves čas najine izmenjave, ki je trajala 3 mesece, vreme zelo sončno, razen takrat, ko je snežilo. Dežja je bilo torej neprimerljivo manj kot v Ljubljani, spomladi pa je bilo vreme tudi že malo toplejše – okrog 15 stopinj aprila. V mestu je veliko študentov, tako da je ob večerih glavna ulica vedno polna in kljub bolj “majhnemu” centru se vedno najde kakšen lokal za druženje. Razen tega v Kaunasu vseeno ni toliko aktivnosti kot v kakšnem velemestu, obstaja pa nekaj priložnosti za dnevne izlete ter poceni letalske karte v kakšno od sosednjih držav. Kljub temu nama je bil Kaunas ravno prav velik kraj za prebivanje v času izmenjave. Edina težava je ta, da veliko (predvsem starejših) Litovcev ne zna angleško, zato se je včasih kaj težko zmeniti, mlajši pa po večini dobro govorijo angleško.

Do Litve sva šla z avtom. To se nama je zdel najbolj praktičen in fleksibilen način potovanja, predvsem pa cenejši od potovanja z letalom (skupaj z vso prtljago). Nastanjena sva bila v stanovanju, ki sva ga našla na spletni strani Aruodas. Stran je v litovščini, tako da sva veliko časa porabila s prevajanjem stanovanjskih opisov, ampak vsekakor je na tej strani veliko izbire. Na koncu sva imela stanovanje, za katerega sva plačevala 600 EUR na mesec + stroški, ki so bili februarja zaradi ogrevanja znatno višji kot aprila. Glede na ostala ogledana stanovanja je imel ta povprečno ceno za stanovanje v starem delu mesta. Drugače obstaja tudi študentski dom, ki je kar precej cenejši, in “privatni” študentski domovi, ki so dražji (cca 550 EUR na osebo).

Hrana v trgovinah stane podobno kot v Sloveniji, prav tako so cene v restavracijah podobne tistim v centru Ljubljane; ni torej ravno poceni jesti zunaj. Prav tako je redkokje študentski popust na hrano. Za skoraj vse trgovine pa se da narediti člansko kartico, s katero se da na koncu stroške nakupovanja opazno znižati. Edino, kar je zares cenejše kot v Sloveniji, je javni prevoz – ena karta z mestnim avtobusom za študente (80 % popust) stane 15 centov, mesečna pa 5,60 EUR. Avtobusi tudi zelo pogosto vozijo in skoraj nikoli ne zamujajo, tako da iz centra prideš v skoraj katerikoli del mesta v približno 15 minutah. Tudi za regionalne avtobuse in vlake obstajajo študentski popusti, običajno do 50 %.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov

Pred prijavo na izmenjavo sva morala komunicirati s tamkajšnjo Erasmus koordinatorko, saj njihova univerza na spletni strani nima objavljenih režimov predmetov in točnih urnikov, zato je celoten postopek komunikacije in izbiranja predmetov trajal nekaj tednov. Koordinatorka je bila zelo prijazna in nama dokaj hitro poslala vse, kar sva potrebovala, le včasih se je kakšen najin mail kje zataknil. Z izbiro predmetov sva sicer imela nekaj težav, saj je po najini prijavi na Erasmus tamkajšnja univerza spremenila zaporedje predmetov, in sva zato morala izmenjavo skrajšati na 3 mesece ter izbrati predmete, ki jih sprva nisva imela namena opravljati na izmenjavi. Opravljala sva module ORL, oftalmologija in maksilofacialne bolezni, geriatrija in družinska medicina ter sodna medicina. V Ljubljani morava opraviti izpit za maksilofacialno kirurgijo in delati sodno medicino. Družinske medicine pa nisva niti poskušala priznavati na domači univerzi, saj v Litvi predmet traja samo dva dni.

Študij

V primerjavi z domačo fakulteto se nama je zdela količina obveznosti in splošna obremenitev med izmenjavo precej podobna. Predavanja in seminarji so potekali skoraj vsak dan, prisotnost pa je bila pri večini predmetov obvezna, čeprav se je včasih ni preverjalo. Kljub temu pa se nama je pri nekaterih predmetih zdelo, da je dnevni program trajal nekoliko manj časa kot na domači fakulteti, saj so se obveznosti včasih zaključile že zgodaj popoldne, včasih pa celo do dopoldneva. Pri drugih predmetih pa je bila intenzivnost zelo primerljiva s študijem na UL MF.

Jezik izvajanja študijskega programa je bil angleščina. Profesorji in asistenti so večinoma zelo dobro govorili angleško, zato je bilo predavanja enostavno spremljati in komunikacija ni predstavljala težav. Ker smo bili v skupinah samo mednarodni študenti, se ni dogajalo, da bi se izvajanje pogosto preusmerilo v domači jezik.

Način izvajanja vaj je bil nekoliko drugačen kot na UL MF. Zaradi jezikovne ovire je bilo manj neposrednega dela s pacienti, saj večina pacientov ni dovolj dobro govorila angleško. Posledično smo študenti veliko praktičnih veščin vadili drug na drugem, predvsem pri predmetih ORL in oftalmologija. Občasno je asistent ali profesor pripeljal pacienta, ki smo ga nato skupaj izprašali ali pregledali v skupini. Takšen način dela je sicer omogočil dobro utrjevanje osnovnih tehnik kliničnega pregleda, vendar je bilo manj samostojnega dela s pacienti kot na domači fakulteti.

Pri ORL so obveznosti vključevale obvezna predavanja in seminarje. Del seminarjev so pripravili asistenti, nekaj pa smo jih morali pripraviti tudi študenti sami. Nekaj dni je bilo namenjenih tudi spoznavanju ORL kirurgije prek ogledov različnih operativnih posegov. Na koncu sklopa je sledil praktični kolokvij iz kliničnih veščin. Predmet se je nadaljeval s sklopom maksilofacialne kirurgije, kjer so bila prav tako obvezna predavanja, vendar vaj na pacientih ni bilo. Pri oftalmologiji je bil potek podoben – vsak dan so najprej potekala predavanja, nato seminarji v manjših skupinah. Nekajkrat smo skupaj z asistentom pregledovali paciente in izvajali anamnezo, praktične veščine pa smo ponovno vadili predvsem drug na drugem. Po zaključku ORL, maksilofacialne kirurgije in oftalmologije je za vsak sklop sledil pisni izpit z obkroževanjem. Tudi pri geriatriji so bila obvezna predavanja in seminarji, velik poudarek pa je bil na skupinskem delu z asistenti. Del ocene je predstavljala predstavitev geriatričnega pacienta. Vsak študent je prejel podatke o

pacientu, nato pa je moral sam napisati diagnozo, terapijo, opredeliti geriatrične sindrome in interpretirati laboratorijske izvide ter rezultate različnih kliničnih vprašalnikov. Ob koncu je sledil še praktični kolokvij iz izvajanja kliničnih testov in vprašalnikov ter pisni izpit z obkroževanjem. Pri sodni medicini so prvi teden potekala obvezna predavanja, drugi teden seminarji in vaje, nato pa še pisni izpit. Obremenitev je bila tu v primerjavi z našo fakulteto manjša.

Prednosti in slabosti izmenjave
To, da sva morala izmenjavo skrajšati na 3 mesece zaradi spremenjenega zaporedja izvedbe predmetov, je bila na koncu hkrati slabost in prednost. Žal morava v Sloveniji zaradi tega opravljati več izpitov, kot sva mislila, poleg tega pa bi tudi z veseljem ostala v Litvi do konca semestra, saj se je ravno, ko sva odšla, začelo obdobje toplejšega vremena. Po drugi strani pa sva imela tudi kar nekaj prostih podaljšanih vikendov (pri predmetih z manj obveznostmi in učenja) in en teden počitnic aprila, tako da sva te dneve lahko izkoristila za izlete. Obiskala sva bližnje kraje v Litvi (Vilno, Klajpedo), fakulteta je tudi organizirala izlet v etnografski muzej na prostem. Obiskala sva Stockholm in naredila road trip po Latviji in Estoniji, od koder sva šla s trajektom še na Finsko. Priložnosti za potovanja je torej veliko, iz Kaunasa je na voljo veliko avtobusov in tudi letalskih kart, ki niso drage (za povratno karto v Stockholm sva dala 35 EUR).

25. NEMČIJA – RWTH Aachen (Nejc Papič)

Februarja 2026 sem se odpravil na 5-mesečno izmenjavo na RWTH Aachen v Nemčiji, kjer sem opravljal vaje iz kirurgije, interne medicine in anesteziologije.

PRIPRAVA: v času pred izmenjavo sem izjemno veliko časa posvetil papirologiji. Na vsakem koraku je bilo veliko komplikacij in s tem povezanega pisanja E-Mailov in poizvedovanja. S prvim delom sem začel že skoraj eno leto pred izmenjavo torej spomladi 2025, ko sem s katedrami uskladil vse obveznosti, ki jih bom opravljal v tujini in vse, ki jih bom opravljal doma. Tako nastanejo listine študenta, ki so predpogoj za izpolnjevanje OLA. Pri tem in tudi vsem ostalem kar sledi, je bila zelo odzivna in v pomoč koordinatorica na RWTH univerzi, ki je zadolžena za izmenjave. Njej sem tudi sporočil, katere klinike sem si izbral, na podlagi česar mi je ona kmalu za tem sestavila t.i. “Rotationsplan”, torej urnik oddelkov po tednih. Posredovati sem moral tudi dokazilo o znanju nemščine na nivoju B2. Zadnji del je t.i. enrollment, za kar sem tudi potreboval kar nekaj časa in energije. Načeloma poteka vse preko njihovega online portala (RWTH Online), predložiti sem moral nekaj dokumentov, med drugim tudi zdravstveno zavarovanje. Zadnji pogoj za uspešen vpis je plačilo vpisnine, katere največji del predstavlja semesterska vozovnica, o kateri več informacij v razdelku transport.

ISKANJE STANOVANJA: Iskanje stanovanje je tema zase, ki pa je pri meni na srečo potekala zelo gladko. Prvo stanovanje, na katerega oglas sem na WG-Gesucht odgovoril, sem tudi dobil, in sicer za precej ugodno ceno glede na Nemčijo. Edina ovira je bila t.i. »Haftpflichtversicherung«, ki nam je v Sloveniji slabo poznan, v Nemčiji pa je to kar standard in velikokrat pogoj, da dobiš stanovanje. Gre za zavarovanje za odgovornost, ki ima po navadi zelo velike vrednosti (lahko tudi več deset milijonov), vplačuješ pa dejansko zelo malo (nekaj deset evrov na leto). Ko sem sklenil zavarovanje z nemško zavarovalnico, sem lahko na daljavo končno tudi podpisal pogodbo za stanovanje.

PRIHOD: Iskanje povezav z Aachnom ni bilo težko. Za precej ugodno ceno sem iz Zagreba letel v Köln, od tam pa z vlakom do Aachna. V Aachen sem prišel točno en teden pred uradnim začetkom dela na kliniki, vendar je vseeno bilo časovno kar na tesno, tako da priti kasneje kot to, ne priporočam. Pred začetkom imate namreč dve glavni obveznosti: zdravniški pregled pri Hochschularzt (kjer so pomembna protitelesa in cepljenja) in razgovor z že omenjeno koordinatorko, ki prijazno razloži vse potrebno za začetek in je na

voljo za vprašanja in pomoč. Izvid pregleda lahko prevzamete po nekaj dneh, vendar ga nujno potrebujete pred začetkom dela na kliniki, zato je priporočljivo to opraviti čim prej. Poleg tega pa je seveda še nekaj drugih splošnih stvari, ki jih je potrebno urediti, med drugim tudi »Anmledung«, torej prijava bivališča. Zaradi vsega omenjenega toplo priporočam pravočasen prihod pred uradnim začetkom. Seveda ta teden pride zelo prav, da se človek malo navadi mesta in jezika, pa tudi izkoristi čas za kakšen kratek izlet.

MESTO: Aachen je mesto na zahodu Nemčije neposredno ob meji z Nizozemsko in Belgijo, ki je po velikosti malo manjše od Ljubljane. Mesto je zelo priljubljeno za študij, saj je RWTH Univerza poznana predvsem za tehnične študije, pa tudi za študente medicine, zaradi same velikosti klinike Uniklinik RWTH Aachen. Mesto je torej polno študentov in precej živo, zato ne daje občutka, da je tako majhno, vseeno pa lahko povsod po mestu pridete peš, z izjemo Uniklinik, ki je rahlo odmaknjena iz mesta. Do tja pelje večino avtobusov, kar traja približno 10min, tako da so povezave zelo dobre. Na splošno je Aachen zelo prijazno mesto za bivanje. Sam sem imel do centra mesta 20min peš, med tem ko je bila trgovina sosednja stavba. V kolikor se pojavi želja po večjem mestu, je Köln slabo uro vožnje z vlakom, prav tako številna druga obiska vredna mesta.

DELO NA KLINIKI: kot Erasmus študent 6. Letnika v Nemčiji spadamo med t.i. PJ študente (Pe-Jot-lerji), ki opravljajo »Praktisch Jahr«, torej eno leto (plačane) prakse na kliniki. Prvi dan je bil zame precej stresen, saj gre za novo okolje, kjer nikogar ne poznaš, stavba je velika in se v njej dolgo ne znajdeš, sistem je v marsikaterem pogledu drugačen kot v Sloveniji, navsezadnje pa jezik naredi vse skupaj še težje. Vendar pa je že naslednji dan lažje in vsak novi dan je bolj sproščen, naučiš se osnovnih praktičnih stvari, predvsem pa se znanje jezika izboljšuje iz dneva v dan. Glede tega so vsi zelo razumevajoči. Delo in zadolžitve so se med oddelki razlikovali. Na kirurgiji smo bili študentje bolj ali manj pomočniki, kar pomeni jemanje krvi na oddelku, odstranjevanje drenaž, asistiranje pri operacijah in ostale zadolžitve, za katere se odločijo na viziti (UZ pregledi, punktiranje plevralnih izlivov itd.), pri katerih smo lahko zelo aktivno sodelovali, odvisno od zdravnika. Enkrat tedensko je bil »teaching«, torej seminar za študente, sicer so se razlagam in učenju posvetili bolj priložnostno. Sledila je interna medicina, kjer sem rotiral med oddelki kardiologije, intenzivne medicine in pulmologije. Vsak je imel svoje posebnosti, v grobem lahko rečem, da je bilo manj jemanja krvi in podobnih zadolžitev in več ostalih bolj vsebinskih stvari. Vse skupaj je zelo odvisno od mentorja in zanimanja, ki ga pokažeš. Načeloma smo bili zadolženi za dnevne preglede bolnikov, dokumentiranje vizite, pisanje odpustnic, razne meritve na intenzivi, če sem imel srečo tudi kakšni posegi (CVK, arterijski katetri, itd.). Na večini oddelkov je na voljo ultrazvok, ki si ga načeloma brez zadržkov sposodiš in lahko tudi sam vadiš na bolnikih, kar mi je bilo posebej všeč. Zadnji mesec pa sem bil na anesteziji, kar mi je bil tudi najljubši del. Zdravniki so bili vsi neizmerno prijazni, predvsem pa je bilo veliko možnosti vadbe praktičnih veščin. Sam sem se predvsem posvetil intubiranju in temu primerno iskal čim več priložnosti, pri čemer pa so tudi zdravniki pomagali in me spodbujali. Vsi so bili zelo pedagoško naravnani in so stvari z veseljem razložili in me vključili v proces dela.

TRANSPORT: Vpisnina, ki jo je potrebno plačati v bistvu vsebuje predvsem plačilo za t.i. Semesterticket, ki omogoča prosto uporabo javnega transporta do konca semestra. Po novem je veljavna povsod kjer je tudi t.i. Deutschlandticket, kar pomeni ves javni transport po vseh mestih v Nemčiji in regionalni vlaki, dodatno pa še za javni prevoz v delu Nizozemske do Maastrichta. Vse to omogoča številne možnosti izletov ob koncu tedna predvsem v tej zvezni deželi Nemčije (Nordrhein-Westfalen). Edino kar vozovnica ne pokriva so hitri vlaki po Nemčiji, kar v bistvu pomeni da je čas poti do kašnih bolj oddaljenih destinacij po Nemčiji precej podaljšan, lahko tudi podvojen.

KONČNI VTIS: Izmenjava je bila neprecenljiva življenjska izkušnja, ki jo priporočam prav vsakemu. Življenje v tujini je odlična priložnost za razvoj samostojnosti, širjenje cone udobja, spoznavanje novih perspektiv in

nasploh raziskovanje novega. Vsak dan se znajdeš v situacijah, ki so morda tuje, a utrjujejo osebnost, predvsem pa naredijo celotno izkušnjo bolj zanimivo in zabavno. Na kliniki sem pridobil suverenost v kliničnem okolju in veliko stvari videl iz druge perspektive kot v Sloveniji. Moj glavni cilj izmenjave je bil izboljšanje nemščine, tudi na področju medicine, kar sem zagotovo tudi dosegel. V 5 mesecih sem spoznal ogromno zanimivih ljudi, ki so mi polepšali celotno izmenjavo. Prebivalci tega dela Nemčije so znani kot najbolj »odprti« Nemci, kar lahko tudi sam potrdim. Posebej mi je bilo všeč kako mednaroden je ta del Nemčije, predvsem mesto Aachen. Tudi v bolnišnici dela res veliko priseljencev, kar se mi je zdelo super, saj tako spoznavaš ljudi s celega sveta in širiš perspektive, kar se v Sloveniji praktično ne dogaja. Edino kar obžalujem je, da se na izmenjavo nisem prijavil že prej.

26. NEMČIJA - Univerza Charité Berlin (Valentina Laura Dolenc)

V poletnem semestru 2026 sem študijsko izmenjavo opravljala na Charité – Universitätsmedizin Berlin, kjer sem opravljala 7. semester. Za Berlin sem se odločila predvsem zato, ker sem želela izkusiti študij in življenje v nemško govorečem okolju, saj mi je bila nemščina že od prej blizu. Hkrati sem si želela življenja v večjem in raznolikem mestu. K odločitvi so me dodatno spodbudile zelo pozitivne izkušnje starejših študentov, ki so bili na izmenjavi v Berlinu pred mano in so posebej pohvalili kakovost študija, klinično usmerjenost in pestro življenje izven fakultete.

Prijava in priprave na izmenjavo:
Po nominaciji s strani UL MF je prijavni postopek prevzela mednarodna koordinatorka Charité za incoming Erasmus študente, gospa Nikola Lepom. Komunikacija je potekala predvsem preko elektronske pošte, kjer smo sproti prejemali navodila glede dokumentacije, rokov in drugih obveznosti. Čeprav je bilo pred odhodom potrebno urediti precej administrativnih stvari, je bila koordinacija dobro organizirana. Urediti je bilo potrebno tudi različna cepljenja in potrdila, kar je pomenilo kar nekaj dodatnih stroškov. Poleg tega je bilo potrebno plačati semestrski prispevek, v katerega sta bila vključena tudi študentska kartica in javni prevoz.

Nastanitev in življenjski stroški:
Iskanje stanovanja je bilo eden zahtevnejših delov organizacije izmenjave. Stanovanje sem začela intenzivno iskati približno štiri mesece pred odhodom, predvsem preko spletne strani WG-Gesucht, kjer sem poslala veliko število povpraševanj. Sobe se iščejo tudi preko različnih Facebook skupin in drugih spletnih platform. Na koncu sem našla sobo v WG v Prenzlauer Bergu, ki je sicer nekoliko dražji, vendar meni osebno eden najlepših predelov Berlina. Za sobo sem plačevala med 600 in 700 € mesečno, kar je precej več kot v Ljubljani. Ker je Charité razdeljen na tri kampuse (Mitte, Virchow in Benjamin Franklin), je pri iskanju nastanitve smiselno preveriti razdaljo do vseh treh. Cene hrane v supermarketih so bile večinoma primerljive s Slovenijo, kavarne pa so nekoliko dražje. Zelo uporabne so bile študentske menze, kjer je obrok stal približno 3–5 €. Na študentsko kartico si naložil denar in z njo nato plačeval obroke. Sama sem menze redno obiskovala tudi zaradi druženja z drugimi študenti. Berlin ima zelo dobro razvito mrežo javnega prometa, ki vključuje U-Bahn, S-Bahn in tramvaje. Povezave so zelo pogoste, vendar so bile zaradi del na progah in odpovedi včasih nekoliko nepredvidljive. Ker je mesto zelo veliko, so tudi vožnje do fakultete lahko precej dolge, kar je bilo še posebej opazno zaradi treh različnih kampusov Charité.

Življenje v Berlinu:
Berlin mi je bil zelo všeč predvsem zaradi svoje velikosti, raznolikosti in ogromnega števila možnosti za preživljanje prostega časa. Skoraj vsak teden, pogosto pa tudi vsak dan, se je dogajalo nekaj novega – od koncertov, razstav, sejmov in bolšjih trgov do različnih festivalov in uličnih dogodkov. Tudi po več mesecih sem imela občutek, da lahko vedno odkrijem nekaj novega. Pred začetkom študijskih obveznosti je Charité

organiziral sprejem za Erasmus študente, kjer smo se spoznali z drugimi študenti na izmenjavi. Zelo sem vesela, da je bil ta dogodek organiziran, saj sem tam spoznala ljudi, s katerimi sem se nato družila skozi celotno izmenjavo. Skupaj smo obiskovali različne dogodke in se odpravili tudi na nekaj izletov. Družabno življenje je bilo zato eden izmed pomembnejših in meni osebno najlepših delov izmenjave.
Študij na Charité:

Na Charité sem opravljala 7. semester, ki je sestavljen iz modulov Diseases of the Abdomen, Diseases of the Thorax in Diseases of the Extremities. V povprečju smo imeli obveznosti približno trikrat na teden. Pouk je potekal v obliki seminarjev, praktikumov in kliničnih vaj s pacienti. Praktikumi in seminarji so trajali približno uro in pol, vaje s pacienti pa približno uro in pol do tri ure. Pri seminarjih in praktikumih smo bili razdeljeni v manjše skupine, pri kliničnih vajah pa še posebej v majhne skupine, pogosto skupaj z nemškimi študenti. Večina nemških študentov je bila zelo prijazna in so nas Erasmus študente brez težav vključili v skupinsko delo in pogovor. Nekoliko težje je bilo navezati tesnejša prijateljstva, saj imajo lokalni študenti pogosto že oblikovane svoje skupine.

Zelo mi je bila všeč raznolikost načinov poučevanja. Posebej zanimivi so bili praktikumi, kjer smo delali na dejanskih anatomskih preparatih oziroma kadavrih, saj sem si tako določene anatomske in patološke spremembe veliko lažje predstavljala. Po končanih modulih je sledil teden neobveznih predavanj, nato pa še dva tedna, ko smo lahko izbirali med Famulatur in izbirnim predmetom. Sama sem izbrala izbirni predmet Operative Sportorthopädie und Traumatologie, ki ga zelo priporočam. Večkrat smo bili prisotni v operacijski sobi, na modelih pa smo se učili tudi artroskopiranja. Pri rednih modulih sem bila sicer v operacijski sobi samo enkrat, v sklopu Thoraxa, zato bi si želela nekoliko več priložnosti za spremljanje operacij.

Izpit in jezik:
Na koncu vseh treh modulov je sledil skupen izpit s 60 MCQ-vprašanji, za katerega je bilo na voljo 90 minut. Pri učenju je bila zelo uporabna zbirka starih izpitnih vprašanj, saj se jih precej ponavlja. Sama sem se približno tri tedne pred izpitom učila po eno uro na dan, zadnji teden pa intenzivno. V primerjavi z UL MF se mi je izpit zdel manj stresen in tudi celoten študij je bil manj zahteven. Pouk je potekal v nemščini, kar mi je bilo všeč, saj sem lahko izboljšala predvsem medicinsko terminologijo. Na začetku je bilo nekoliko nenavadno poslušati medicino v drugem jeziku, vendar sem se hitro navadila.

Primerjava z Ljubljano in dobre prakse:
Največja razlika med Charité in UL MF se mi je zdela v pristopu k študiju. V Ljubljani je študij bolj šolsko usmerjen, z več obveznostmi, več obvezne prisotnosti in večjim poudarkom na količini teoretičnega znanja. Na Charité se mi je študij zdel bolj sproščen, klinično usmerjen in z več samostojnosti. Na UL MF bi zato prenesla predvsem več praktičnega in klinično usmerjenega pouka, delo v manjših skupinah, več samostojnosti in bolj fleksibilen način študija. Zelo uporabni so bili tudi praktikumi na preparatih ter možnost neobveznih predavanj. Menim, da bi nekoliko bolj sproščen pristop študentom omogočil, da bi poleg študija imeli več časa tudi za druge aktivnosti, ne da bi to nujno pomenilo slabše znanje.

Zaključek:
Izmenjava v Berlinu je bila zame zelo pozitivna izkušnja tako z akademskega kot osebnega vidika. Izboljšala sem znanje medicinske nemščine, pridobila nove klinične izkušnje, spoznala veliko ljudi in imela možnost živeti v zelo raznolikem mestu. Kljub višjim najemninam, velikosti mesta in dolgim vožnjam med posameznimi kampusi bi Berlin za Erasmus izmenjavo vsekakor priporočila. Za kakršnakoli dodatna vprašanja ali informacije me lahko kontaktirate na valentina.dolenc@gmail.com 😊.

27. NEMČIJA – Univerza Charité Berlin (Ema Zadnikar)

Na izmenjavo v Berlin sem se odpravila v drugem semestru 4. letnika. Na njihovi fakulteti sem opravljala predmete 7. semestra, ki pri nas ustrezajo predmetom Obtočila, Dihala, Prebavila, Sečila, Ortopedija in travmatologija, ter dva izbirna predmeta – enega kot del 7. semestra, kot drugega pa sem uveljavila jezikovni tečaj ob začetku semestra. Svoje življenjske stroške bi ocenila na okoli 800 € na mesec, ampak sem prepričana, da se da živeti tudi bolj varčno.

PRIJAVA

Učni sporazum in prvi del prijave je treba poslati na univerzo že do 1. junija, kar pomeni, da je treba z usklajevanjem predmetnikov začeti precej zgodaj, tudi če gre za poletni semester. Izbira posameznih predmetov ni možna, temveč se izbira sklope modulov, ki sestavljajo en semester. Vsak sklop modulov je mogoče opravljati v zimskem ali poletnem semestru.

Po prijavi pride mail z nadaljnjimi navodili – za poletni semester se potem nič ne mudi. Zahtevajo cepljenje proti hepatitisu A ter obnovitveno cepljenje proti otroški paralizi in oslovskemu kašlju. Vse ostalo je tako kot po slovenskem programu. Uradna prijava na Charité je bila januarja in zanjo smo dobili vsa potrebna navodila. Ob vpisu je treba plačati dobrih 300 € za stroške knjižnic, menze in javnega prevoza, ki je potem čez semester dejansko »zastonj«. Nemška Erasmus koordinatorka je zelo odzivna, zato se lahko vedno obrnete nanjo z vsemi vprašanji.

NASTANITEV, ŽIVLJENJE

Jaz sem v Berlin odšla s svojim fantom, kar je predstavljalo veliko prednost pri iskanju stanovanja. Stanovanje sva našla preko platforme Wunderflats. Do fakultete imam približno 30 minut vožnje, ampak ker je fakulteta razdeljena na različne dele Berlina, se je pametno nastaniti nekje na sredini. Javni prevoz deluje odlično, tako da je praktično katerakoli lokacija znotraj »ringa« dobra. Za precej centralno stanovanje velikosti 47 m² plačujeva 1150 €, stroški so vključeni. Definitivno priporočam, da začnete z iskanjem stanovanja čim prej. Cene hrane so podobne ali celo nižje kot v Sloveniji. Jaz sem si večinoma kuhala doma, sicer pa je za študente na voljo menza, kjer se lahko naješ za manj kot 5 €.

Uradno se pouk v poletnem semestru začne sredi aprila, izpiti pa potekajo v prvi polovici avgusta. Jaz sem prišla v Berlin že marca, ker sem se prijavila na intenzivni tečaj nemščine. Tečaj stane 550 € in meni se je zdel manj intenziven, kot sem pričakovala. Je pa super za spoznavanje ljudi z različnih področij in zelo sem vesela, da sem lahko prišla v Berlin že pred začetkom semestra ter se navadila na mesto. Tečaj ponuja tudi veliko kulturnih aktivnosti, ki so zelo zanimive.

Mislim, da je poletni semester res odličen čas za doživetje Berlina. Zelo pogosto prirejajo dogodke na prostem. Ob mestu je veliko jezer, kjer popolnoma izgubiš občutek, da si v velikem mestu. Takoj ko nastopi pomlad in postane bolj toplo, so jezera pogosta lokacija za druženje in kopanje.

Za šport sem uporabljala Urban Sports Club, kjer za 75 € na mesec dobiš dostop do različnih športnih dejavnosti po celem Berlinu – fitnesov, plezališč, bazenov, pilates centrov, plesnih dvoran, treningov na daljavo … Praktično vse športne dejavnosti v Berlinu lahko preizkusiš in se tako spoznaš tudi z novimi športi, saj imajo skoraj povsod možnosti za začetnike. Tudi univerza ponuja širok nabor cenovno ugodnih športnih dejavnosti.

ŠTUDIJ

V primerjavi z našo fakulteto je na Charité manj obveznih vaj in seminarjev. V povprečju smo imeli eno obvezno stvar na dan, kar vzame približno 1,5–3 ure. Predavanja tako kot pri nas niso obvezna, veliko jih je na voljo tudi v elektronski obliki v spletni učilnici. Erasmus študenti nimamo svoje skupine, ampak smo čez celoten semester vključeni v redni pouk skupaj z ostalimi nemškimi študenti. Jaz sem imela zelo pozitivno izkušnjo z nemškimi študenti, saj so bili vsi zelo prijazni, odprti in pripravljeni pomagati.

Pouk je potekal v celoti v nemščini. Sama sem se precej ustrašila nemščine v medicinskem okolju, kjer govorijo še hitreje kot drugje, poleg tega pa so medicinski izrazi popolnoma novi. Ampak sem bila res presenečena, kako hitro se lahko navadiš na to, in po prvih dveh tednih se je moja nemščina izboljšala bolj kot prej čez celoten intenzivni jezikovni tečaj. Najbolj mi je pomagalo sprotno učenje, saj sem se preko nemških skript že prej spoznala z medicinskimi izrazi, ki so jih potem uporabljali v bolnišničnem okolju in na seminarjih.

Pisni izpit je v nemščini in je tako kot pri nas sestavljen iz vprašanj tipa ABCD. Sestavljen je iz 60 vprašanj, ki pokrivajo snov vseh predmetov enega semestra. V spletni učilnici so na voljo stara vprašanja, ki se potem pojavijo tudi na izpitu, ali pa sestavijo nova na podoben način. Izpita ni težko opraviti, je pa za dobro oceno potrebno nekaj več znanja, tako kot smo navajeni.
Izkušnja Erasmus izmenjave v Berlinu je bila čudovita. Spoznala sem ogromno ljudi in dobila res veliko dragocenih izkušenj. Manj časa, ki sem ga morala preživeti na faksu, mi je omogočilo, da sem zraven lahko počela veliko stvari, za katere v Ljubljani nimam časa. Ob tem pa sem imela vseeno možnost sprotnega učenja in pridobivanja tako nemškega kot medicinskega znanja. Mislim, da bi bila to zelo pozitivna sprememba tudi na naši fakulteti, saj bi si ob manjši količini obveznosti na faksu študentje lahko bolje organizirali prosti čas in učenje, namesto da na koncu zmanjka časa za eno ali drugo.

28. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Helena Godina)

V Freiburgu sem opravljala celoletno izmenjavo. V tem času sem opravljala predmete 5. Letnika: oftalmologija, ORL, ginekologija, geriatrija, medicino dela, rehabilitacijo in izbirna predmeta ter pediatrijo za 6.letnik. Nemških izbirnih predmetov si Erasmovci ne smemo izbrati, tako da sem si izbrala CPC (klinično-patološko konferenco – ki ni konferenca, ampak kratek predmet) in jezikovni tečaj, ki sem ga opravljala v zimskem semestru, ker se septembrskega jezikovnega tečaja nisem udeležila.
Med letom sem doma opravljala še sodno medicino, kri, prehrano, paliativno medicino, endokrinologijo in onkologijo. Primorana sem bila naknadno prilagoditi število predmetov, ki jih opravljam doma, saj zaradi novega programa ob podpisih LA še ni bilo novih režimov študija in se je kasneje izkazalo, da se mi prizna manj predmetov kot prvotno pričakovano. S pomočjo mednarodne pisarne pa sem na koncu vse uspešno uredila. Toplo priporočam, da pred odhodom preverite, ali imate priznane vse posamezne predmete sestavljenega predmeta, saj se vam v nasprotnem primeru za napredovanje v višji letnik šteje 0 KT. Prav tako se med potrebnih 46 KT za napredovanje v višji letnik ne šteje pediatrija.

PRED ODHODOM
Po nominaciji s strani naše fakultete sem od nemške mednarodne pisarne dobila mail z navodili za vpis v Mobility Online, spletno stran, kamor se nalaga dokumente pred, med in po izmenjavi (na spletni strain je tudi zelo uporaben checklist pred prihodom). Če še komu olajša orientacijo: HISinOne je približno kot naš VIS, Medical pa kot spletna učilnica.

NASTANITEV
Stanovala sem v študentskem domu StuSie, ki ga tudi zelo priporočam. Tam smo stanovali skoraj vsi Erasmovci, je blizu jezera, približno 10 min s kolesom od bolnice in 15 min od knjižnice/centra mesta.
Ob prijavi na fakulteto lahko izbirate med različnimi študentskimi domovi v mestu in vrstami stanovanj (garsonjera, WG) in označite najvišjo ceno, ki ste jo pripravljeni plačati. Nato z njihove strani prejmete ponudbo. Jaz sem živela v 4-er WG (imela sem svojo sobo, kopalnico sem si delila še z eno punco, kuhinjo pa s svojimi 3 sostanovalci). V stanovanju je bilo osnovno pohištvo, kuhinja je bila odlično opremljena. Mesečna najemnina je bila 390 evrov.

ŠTUDIJ
Študij se mi je zdel primerljiv z našim, imajo pa manj obveznih vsebin in je zato vse skupaj manj naporno. Predmeti so sestavljeni iz predavanj, ki se izvajajo skozi celoten semester (z
nekaterimi izjemami), in vaj, ki se izvajajo v obliki blokov ter trajajo po večini 2 tedna za vsak predmet, na koncu imajo OSCE. Na koncu semestra (spet z nekaterimi izjemami) sledijo pisni izpiti. Za učenje priporočam powerpointe predavanj in Kreuzmich (spletna stran s starimi vprašanji izpitov). Na Medical so naloženi tudi Anki-ji za veliko predmetov.
Opravljala sem tudi Famulaturo na urologiji. Za Famulaturo se dogovorite preko Xenie Hübner (mednarodne pisarne Freiburga). Na oddelku so me vključili v delo, zjutraj sem po viziti in sestanku jemala kri, potem pa sem pomagala na oddelku in asistirala pri operacijah.

ŽIVLJENJE V FREIBURGU
Freiburg je prekrasno mesto, polno študentov, koles, športa in kafičev. Zagotovo se čuti vpliv množice študentov, saj je mesto sproščeno, ekološko in res prijetno. Prav tako se v mestu dosti dogaja (v študentskih domovih: Mudom bar, Tik – beerpong ob torkih, Uni Cafe Sono; Vaubanfest, Wein am Berg, Hans Bunte (priporočam)…).
Moje naslednje priporočilo je, da si pripeljete/tam kupite kolo, ker sem ga uporabljala ves čas. Študenti imamo tudi zastonj 30 min izposoje Frelota = kot Bicikelj, malo boljša kolesa (brez doplačila lahko izposodiš 2 kolesi naenkrat). Prve pol ure vožnje po izposoji kolesa je brezplačne, nato pa se vsake naslednje pol ure obračuna po 1 euro, električna kolesa pa so 1 euro na 15 min. Po mestu prav tako vozi več linij tramvajev, ki so 19. uri in ob nedeljah brezplačni (letos spletna stran, kjer naj bi si naredili 19Uhr Ticket ni delala)
Kar se tiče jezika, sama nisem imela večjih težav, so pa vsi zelo prijazni in potrpežljivi.
Izmenjava mi je bila super in bi jo priporočala vsakomur, ki si želi življenja v manjšem mestu, polnem študentov ter si želi spoznati nove ljudi in dosti doživeti.

29. NEMČIJA - Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Maja Bernat)

Poletni semester 4. letnika sem opravljala na Univerzi Alberta Ludvika v Freiburgu (Albert Ludwigs-Universität Freiburg). V okviru izmenjave sem opravljala predmete nevrologija, dermatologija in psihiatrija ter izbirni predmet, za katerega sem uveljavljala jezikovni tečaj.

Jezikovni tečaj in začetek izmenjave
Izmenjavo sem začela 3. 3. 2026 z začetkom jezikovnega tečaja. Enomesečni jezikovni tečaj *Intensive Deutschkurse*, ki ga organizira SLI (SprachlehrinsOtut) Univerze v Freiburgu, poteka avgusta za zimski in marca za poletni semester. Tečaj stane približno 800 evrov. Je odličen za osvežitev znanja nemškega jezika in za umirjen začetek izmenjave. Meni se tečaj sicer ni zdel tako intenziven in kakovosten, kot sem pričakovala, vendar sem prav tam spletla najboljša prijateljstva in bi ga zares priporočila vsakemu, ki si ga lahko privošči. Alternativa je jezikovni tečaj, ki poteka med sami semestrom. Ta je brezplačen in poteka dvakrat tedensko, ob ponedeljkih in sredah. Prav tako ga organizira SLI in se ga prav tako lahko priznava kot izbirni predmet. Prijave na ta tečaj potekajo v začetku aprila. V tem obdobju potekajo tudi prijave na študentske športne aktivnosti v okviru *Hochschulsport Uni Freiburg*. Ponujajo ogromno različnih aktivnost, od klasičnih športov do bolj nenavadnih, kot so trampolin, podvodni hokej in polo v kajakih. Naj vas v prvem mesecu ne preseneti še precejšnja količina dokumentacije. Urediti je treba prijavo prebivališča na pristojnem uradu, prijavo za prispevek za radio in televizijo, zdravstveno zavarovanje ter imatrikulacijo. Pred izmenjavo si je potrebno priskrbeti evropsko kartico zdravstvenega zavarovanja. Po prihodu v Nemčijo je treba kartico potrditi oziroma urediti ustrezno potrdilo pri eni od nemških zdravstvenih zavarovalnic. V obdobju od marca do sredine aprila je *winter break*. Posledično je v tem času veliko študentov odsotnih in ni organiziranih družabnih aktivnosti. Poletni semester se je letos uradno začel 20.

4. 2026, vendar so se nekatera predavanja in celo vaje za študente medicine začeli že teden prej. V tednu pred začetkom semestra so potekale tudi prve spoznavne aktivnosti za Erasmus študente.

Študij

Moj semester ni bil preveč natrpan, saj sem opravljala le tri predmete. Predavanja so bila v večini zelo razumljiva, interaktivna in usmerjena predvsem v razumevanje osnov. Semester sem začela 20. 4. s predavanji, prvi *Blockpraktikum* pa sem imela v začetku maja. *Blockpraktikum* je sestavljen iz seminarjev in vaj. Vaje so bile podobne vajam pri nas – anamneza, klinični status in nato skupna razprava o kliničnem primeru. Okviren urnik *Blockpraktikumov* sem prejela že januarja, natančnejši urnik pa še le z začetkom semestra. Kljub temu, da sem opravljala predmete iz različnih sklopov, se moje obveznosti niso prekrivale. Edina slabost takšne organizacije je bila, da sem konstantno menjavala skupine. Posledično je bilo v omejenem času, ki ga ponuja *Blockpraktikum*, nekoliko težje stkati prijateljstva. Poletni semester se je letos končal 24. 7. Izpiti potekajo proti koncu semestra ali celo po njegovem uradnem zaključku, njihove datume pa študenti izvedo šele z začetkom semestra. Sama sem izpita iz nevrologije in psihiatrije opravljala sredi julija, izpit iz dermatologije pa 4. 8., kar je bil tudi zadnji dan moje izmenjave.

Nastanitev

Stanovala sem v študentskem naselju Seepark, imenovanem »StuSie«, kamor sem se vselila 1. 3. 2026. Stanovala sem v stanovanju za štiri osebe, ki je imelo štiri sobe, skupno kuhinjo in dve kopalnici. Pri prijavi za nastanitev, navodila dobiš preko platforme Mobility-Online, lahko izbiraš med različnimi možnostmi glede števila sostanovalcev in mesečne najemnine. Žal pri prijavi ni mogoče izbirati konkretne stavbe. Nekatere stavbe so namreč novejše in precej lepše od drugih. Za nastanitev sem plačevala približno 350 evrov na mesec. Večina sob je nekoliko dražjih, nekatere tudi za približno 130 evrov več na mesec. Moje stanovanje je bilo namreč v eni od starejših stavb. Sama stavba zato ni bila najlepša, vendar glede na ceno primerna. Nastanitev v Seeparku bi zelo priporočala. Nahaja se približno 2 km od centra, gre za največje študentsko naselje v Freiburgu, poleg tega pa leži neposredno ob jezeru, ki omogoča številne športne in družabne aktivnosti. V bližini so trgovine, tramvaj in bazen, kjer večerna vstopnica stane le 2,50 evra.

Življenje v Freiburgu

Freiburg leži v jugozahodni Nemčiji, zelo blizu francoske in švicarske meje, zato je odlična izhodiščna točka za športne in turistične izlete. Po številu prebivalcev je Freiburg skoraj tako velik kot Ljubljana, vendar daje vtis precej manjšega, mirnega in izrazito študentskega mesta. Mesto študentom ponuja ogromno – od menze in velike knjižnice do sistema javnih koles Frelo, ki so za študente do 30 minut brezplačna. Javni transport je zelo dobro organiziran, sama pa sem najraje uporabljala kolo. Svoje kolo sem pripeljala kar od doma, saj sem ga poleg vsakodnevne mestne vožnje uporabljala tudi za daljše izlete v bližnjo Francijo in Švico. Poleg kolesarskih izletov smo s prijatelji izvedli tudi nekaj pohodov in smučarskih izletov v Švicarske Alpe.

Zaključek

Izmenjavo v Freiburgu bi zelo priporočala vsem. Mesto je zaradi svoje lege odlična izbira za vse, ki si poleg študija želijo tudi veliko potovanj, športa in raziskovanja okolice. Hkrati je dovolj veliko, da ponuja veliko možnosti za študentsko življenje, vendar dovolj majhno in umirjeno, da se v njem hitro počutiš domače. Čeprav je bilo na začetku precej administrativnih obveznosti in organizacija nekaterih stvari ni bila vedno najbolj jasna, so pozitivne strani izmenjave to hitro odtehtale. Najbolj pa mi bodo v spominu ostali ljudje in dogodivščine, ki smo jih skupaj doživeli. (Z veseljem odgovorim na kakršna koli dodatna vprašanja: maja.bernat3@gmail.com)

30. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Ema Rijavec)

Na študijsko izmenjavo sem odšla v spomladanskem semestru 2026 v nemško mesto Heidelberg.
Nastanitev je predstavljala precejšni problem. Kljub temu, da po navadi študenti za trajanje izmenjave v Heidelbergu dobijo sobo v študentskem domu, je jaz (kot tudi ostali 2 študentki, ki sta se z mano iz naše fakultete odpravili na Erazmus izmenjavo) nisem dobila. To so nam sporočili šele v februarju, 1 mesec pred začetkom izmenjave, kar je močno otežilo iskanje nastanitve. Na spletni strani kjer so oglasi za študentska stanovanja in Wg-je (stanovanjske skupnosti v katerih imajo študenti v stanovanju vsak svojo sobo, delijo pa si kuhinjo in kopalnico), namreč velikokrat iščejo najemnike za 1 leto ali 2, poleg tega je ponudbe manj kot je povpraševanja. Na koncu mi je uspelo dobiti nastanitev za 1 mesec. Od aprila dalje pa sem bila v študentskem domu, saj so mi naknadno sporočili da so od aprila dalje našli sobo zame (problem je, da njihov zimski semester traja do aprila, zato za marec ni bilo razpoložljivih sob). Dom je bil zelo prijeten. Stanovala sem skupaj še z 1 študentko iz njihovega faksa. Delila sva si kuhinjo in kopalnico vsaka pa je imela svojo sobo. Soba v študentskem domu je stala 340 €, kar je občutno manj kot soba v Wg-ju, ki stanejo nekje 500-700€ na mesec. Stanovanje je bilo sicer manjše a prijetno. Velika prednost je bila bližina bolnišnice, ki je bila oddaljena le 5-10 minut od študentskega doma. Do centra je dlje, približno 20 minut z avtobusom, na srečo pa je avtobusna postaja zelo blizu študentskega doma. Res pa je, da busi vozijo precej po redko, zna se tudi zgoditi, da kateri brez opozorila odpade.
Življenjski stroški v Nemčiji so primerljivi s tistimi v Ljubljani. Osnovna živila v trgovinah (Lidl, Aldi) imajo skoraj enake cene, medtem ko sta hrana in pijača zunaj v restavracijah in barih nekoliko dražji. Za študente so odlično urejene študentske menze, kjer s študentsko kartico dobiš precej kvaliteten in okusen obrok za 5–6 €.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov in način študija
Na njihovi spletni strani je seznam predmetov izmed katerih lahko izbereš katerega koli. Jaz sem izbrala oftalmologijo, orl, ginekologijo in pediatrijo, saj se mi je najbolje skladalo z urnikom. Poleg tega sem kot izbirni predmet izbrala tečaj nemščine. Ko imaš enkrat learning agreement narejen, ti iz univerze v Heidelbergu pošljejo navodila za vpis na fakulteto in pošljejo urnik. Z administracijo ni bilo večjih težav, koordinatorji na univerzi so dobro odzivni in pomagajo v primeru težav.

Izmenjavo sem začela s tečajem nemščine ki traja 4 tedne. Temu je sledila pediatrija nato ginekologija in nazadnje še oftalmologija in orl. Vsak izmed teh 3 sklopov je trajal 4 tedne. Kot je praksa tudi pri nas je tudi tam izpit na koncu vsake rotacije. Izpit je pisni, temu sledi še praktični izpit OSCE. Izpiti se mi niso zdeli težji kot pri nas, na praktičnem izpitu pa so izpraševalci prijazni in razumevajoči.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF
Količina obveznih študijskih obveznosti je na njihovi fakulteti nekoliko manjša kot na UL MF. Predavanja niso obvezna, vendar pa jih priporočam zaradi jezika, med predavanji namreč osvojiš glavne izraze pomembne za posamezen predmet. Obvezni pa so: Seminarji, Klinične vaje (UaK – Unterricht am Krankenbett): potekajo v popoldanskem času (cca. 2 uri), jemanje anamneze in statusa ter pogovor o pacientu z mentorjem, Problem-Oriented Learning (POL): enkrat tedensko reševanje najpogostejših kliničnih primerov v malih skupinah (okoli 5 študentov). Pri vseh predmetih lahko par obveznih obveznosti tudi izpustiš (običajno zahtevajo 80–85 % prisotnost). Vse obveznosti so bile po mojem mnenju dobro izvedene in zelo uporabne tako za pisni kot tudi za praktični/ustni izpit.

Jezik izvajanja študijskega programa
Celoten pouk poteka v nemščini. Na začetku je sicer naporno a v roku tedna ali dveh je že veliko lažje, kot že povedano priporočam obisk predavanj saj je tako veliko lažje osvojiti jezik.

So pa na fakulteti navajenih tujih študentov, saj tudi precejšen del njihovih študentov iz tujine. So zelo razumevajoči in ni nič hudega če kakšnega izraza ne poznaš in so pripravljeni pomagati. Na izpitu imaš kot tujec pravico do uporabe slovarja in 10 dodatnih minut časa, prepričana pa sem, da bi ti vprašanje celo prevedli v angleščino, če ga res ne bi razumel.

Primeri dobre prakse za prenos na UL MF
Tu bi predvsem poudarila POL- torej učenje ob reševanju kliničnega primera v manjših skupinah in komunikacijski treningi, ki smo jih imeli v okviru pediatrije in ginekologije. To poteka tako, da v majhni skupini študent in igralec odigrata primer jemanja anamneze v zahtevnejših situacijah (npr. pogovor s pacientom, ki ne govori dobro jezika, sporočanje težkih diagnoz, pogovor s proticepilci ...). Poleg študentov in igralca sta prisotna še zdravnik in psiholog, ki na koncu podata konstruktivno povratno informacijo o tem, kaj je bilo skomunicirano dobro in kaj bi se dalo izboljšati. To se mi zdi izredno pomembno saj se kot zdravnik srečujemo z bolniki v enih izmed najtežjih trenutkov v njihov življenju, pacientke po splavu, ki imajo probleme z zanositvijo, starši ko izvejo da je njihov otrok zbolel. Zato se mi zdi še posebej pomembno, da se teh veščin uči namerno in sistematično in da se s takimi situacijami prvič sreča z igralci v varnem okolju kjer napaka ne bo veliko pomenila, pri pravem pacientu pa bi lahko povzročila veliko stisko ali pa celo slabšo pridobljeno anamnezo, če pacienta ne bi znali primerno umiriti da se z njim sploh lahko pogovorimo in pridobimo anamnezo.
Predavanja in seminarji potekajo v manjših predavalnicah in so zelo interaktivna. Profesorji pa so razumevajoči in ustvarjajo atmosfero kjer se študenti ne bojijo odgovoriti na njihova vprašanja.

Prednosti, slabosti in praktična opozorila
Izmenjavo v Heidelbergu bi na splošno ocenila zelo pozitivno. Mesto je urejeno, varno in prijetno za življenje, vendar je zaradi svoje velikosti in umirjenega značaja nekoliko manj živahno od večjih Erasmus destinacij kot je na primer Berlin. Tudi nočno življenje je precej omejeno, lokali se na primer zapirajo že ob 12 ih ali 13 ih.
Posebnost, ki jo je dobro upoštevati, je tudi precej tradicionalen način urejanja birokratskih postopkov. Nemčija je na tem področju presenetljivo manj digitalizirana, zato je treba številne obrazce še vedno izpolnjevati ročno, skenirati in pošiljati po elektronski pošti ali postopke urejati osebno. Še pomembno opozorilo o potrdilu za cepljenje. Nam so tik pred koncu izmenjave poslali mail, da moramo vsi v roku parih dni predložiti izpolnjeno potrdilo o cepljenju podpisna s strani osebnega zdravnika. To ni ravno mali zalogaj, ko moraš to urediti prek elektronske pošte, poleg tega zahtevajo tudi titer za hepatitis B in Varicello, zaradi česar si je marsikdo moral samoplačniško plačati določanje titra v Nemčiji. Zato priporočam, da to uredite pred izmenjavo.
Če imate še kakšna vprašanja, mi lahko mirno pišete na: ema.rijavec@gmail.com

31. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Kaja Blažka Žnuderl)

1. Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
Na študijsko izmenjavo sem odšla v spomladanskem semestru 2026 v nemško mesto Heidelberg. Čeprav sem bila pred odhodom prepričana, da bom brez težav dobila mesto v študentskem domu, je bil letos tam neverjetno velik naval. Večina Erasmus študentov je bila zato prisiljena iskati privatne sobe v deljenih stanovanjih (nemški WG, cene se gibljejo med 400 in 700€).
Ker odločitev glede študentskih domov sporočijo komaj en mesec pred začetkom mobilnosti, je bil celoten postopek iskanja sobe precej stresen – večina najemodajalcev namreč išče stanovalce za vsaj 1–2 leti. Po nekaj dneh in ogromno poslanih prijavah mi je vseeno uspelo dobiti sobo za prva dva meseca. Po tem obdobju pa so mi le ponudili mesto v študentskem domu v neposredni bližini kliničnega centra, tako da

sem se spomladi preselila v dom. Tam sem bivala v 4-sobnem stanovanju, kjer smo si delili eno veliko kuhinjo z jedilnico ter dve kopalnici. Soba je bila zelo svetla in prostorna, cena pa 340 € na mesec. Edina slabost je bila, da je bil naš kampus nekoliko oddaljen od centra mesta (40 min peš, 20 min z avtobusom), kjer se odvija večina družabnega dogajanja.
Avtobusi v Heidelbergu vozijo še nekoliko slabše kot v Ljubljani (vsi meme-i o Deutsche Bahn so žal popolnoma resnični), zato je nujno, da si takoj ob prihodu kupite kolo (zelo ugodno se ga da dobiti na njihovem portalu za rabljene stvari). Sama si kolesa nisem kupila, kar sem kasneje zelo obžalovala.
Življenjski stroški v Nemčiji so zelo primerljivi s tistimi v Ljubljani. Osnovna živila v trgovinah (Lidl, Aldi) imajo skoraj enake cene, medtem ko sta hrana in pijača zunaj v restavracijah in barih nekoliko dražji. Za študente so odlično urejene študentske menze, kjer s študentsko kartico dobiš precej kvaliteten in okusen obrok za 5–6 €.

2. Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov in način študija
Glede izbire predmetov so v Heidelbergu izjemno fleksibilni. Kombiniraš lahko praktično vse predmete, ki si jih želiš, in vedno se bodo potrudili ter sestavili urnik, ki funkcionira. Njihova Erasmus koordinatorica, gospa Abra Avono, je zelo odzivna in vedno na voljo za vse dodatne informacije. Njihov predmetnik je dostopen na tej povezavi: [https://shorturl.at/f2r3r].
Sama sem tam v mesecu marcu 4 tedne opravljala tečaj nemščine (pri njih ovrednoten z 8 KT, pri nas se prizna kot izbirni predmet), v aprilu pa začela s kliničnimi predmeti: oftalmologijo, ORL, ginekologijo in pediatrijo. Vsak predmet traja 4 tedne. Na koncu zadnjega tedna sledi pisni izpit, nato pa še praktični izpit OSCE. Izpiti so po mojem občutku nekoliko bolj sproščeni kot pri nas – od študentov zahtevajo predvsem poznavanje najpogostejših kliničnih slik in njihove obravnave.

3. Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF
Količina obveznih študijskih obveznosti je na njihovi fakulteti nekoliko manjša kot na UL MF. Predavanja nikjer niso obvezna, so pa obvezni: Seminarji, Klinične vaje (UaK – Unterricht am Krankenbett): potekajo v popoldanskem času (cca. 2 uri), jemanje anamneze in statusa ter pogovor o pacientu z mentorjem, Problem-Oriented Learning (POL): enkrat tedensko reševanje najpogostejših kliničnih primerov v malih skupinah (okoli 5 študentov). Pri vseh predmetih lahko par obveznih obveznosti tudi izpustiš (običajno zahtevajo 80–85 % prisotnost). Vse obveznosti so se mi zdele izjemno dobro izvedene in zelo uporabne tako za pisni kot tudi za praktični/ustni izpit.

4. Jezik izvajanja študijskega programa
Ves pouk poteka v nemščini. Meni je bilo na začetku kar naporno, saj se moraš na hitro naučiti vse nemške strokovne izraze. Prav zato toplo priporočam obiskovanje predavanj – to je bil zame najlažji in najhitrejši način za osvojitev medicinske terminologije.
Na njihovi fakulteti je vedno veliko tujih študentov in so vajeni, da jezika ne govorimo popolnoma tekoče. Nihče se ne obremenjuje s tem, kako dobro govoriš, vsi so izjemno potrpežljivi in pripravljeni po potrebi kaj razložiti v angleščini. Na izpitu imaš kot tujec pravico do uporabe slovarja in 10 dodatnih minut časa, prepričana pa sem, da bi ti vprašanje celo prevedli v angleščino, če ga res ne bi razumel.

5. Primeri dobre prakse za prenos na UL MF
Zelo mi je bil všeč koncept reševanja kliničnih primerov v manjših skupinah ter komunikacijski treningi, ki smo jih imeli pri ginekologiji in pediatriji. To poteka tako, da v majhni skupini študent in igralec odigrata primer jemanja anamneze v zahtevnejših situacijah (npr. pogovor s pacientom, ki ne govori dobro jezika, sporočanje težkih diagnoz, pogovor s proticepilci ...). Poleg študentov in igralca sta prisotna še zdravnik in psiholog, ki na koncu podata konstruktivno povratno informacijo o tem, kaj je bilo skomunicirano dobro in kaj bi se dalo izboljšati.

Predavanja potekajo v manjših predavalnicah in so veliko bolj interaktivna. Profesorji postavljajo veliko vprašanj, študentje stalno dvigujejo roke in sodelujejo, ni pa jih sram vprašati niti najbolj osnovnih stvari. Pri profesorjih se res vidi, da izjemno radi predavajo in delajo s študenti. Celotno vzdušje je veliko bolj sproščeno kot pri nas.

6. Prednosti, slabosti in praktična opozorila
Na splošno sem se imela na izmenjavi zelo lepo. Heidelberg je čudovito, varno in čisto mesto. Je pa tudi precej umirjeno in morda ni najbolj tipična Erasmus destinacija, če iščete pestro nočno življenje. Samo mesto je manjše od Ljubljane. V začetku aprila so sprejeli celo nov zakon o nočnem miru, po katerem se morajo vsi lokali med tednom zapreti ob polnoči, v petek in soboto pa ob 1. uri zjutraj (kar je za mesto, kjer četrtino prebivalstva predstavljajo študentje, zelo zgodaj).
Nemčija je zelo slabo digitalizirana in se večina birokratskih stvari še vedno ureja osebno na upravnih enotah. Veliko spletnih strani ne deluje optimalno, vse obrazce (tudi npr. za prijavo v študentski dom) pa je treba izpolniti ročno, skenirati in poslati po e-pošti. Ker nisem pričakovala, da se bo vloga za dom izpolnjevala na papirju, sem ob odprtju prijav izgubila približno 15 minut – morda bi študentski dom dobila hitreje, če bi imela vse vnaprej pripravljeno na iPadu.

Par tednov pred koncem izmenjave smo iz Erasmus pisarne prejeli e-pošto, da moramo vsi predložiti dokazila o cepljenosti. To je na daljavo in brez fizične cepilne knjižice precej zapleteno reševati. Zelo priporočam, da ta obrazec izpolnite že pred odhodom in ga date podpisati osebnemu zdravniku (po potrebi pravočasno preverite protitelesa ali prejmete kakšno dodatno dozo). Sama sem imela s tem na daljavo precej težav, par študentov pa si je moralo protitelesa samoplačniško preverjati v Nemčiji.
Če imate še kakšna vprašanja, me lahko mirno kontaktirate na: blazka.znuderl@gmail.com

32. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Lara Havstija)

V poletnem semestru študijskega leta 2025/26 sem od 1. marca do 31. julija 2026 opravljala Erasmus+ študijsko izmenjavo na Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. V času izmenjave sem opravljala obveznosti 5. letnika medicine, in sicer ginekologijo, pediatrijo, otorinolaringologijo in oftalmologijo. Mesec marec sem namenila intenzivnemu tečaju nemščine, ki sem ga uveljavljala kot izbirni predmet. Za Heidelberg sem se odločila predvsem zaradi ugleda univerze in želje po študiju na priznani medicinski fakulteti, hkrati pa sem želela obnoviti in izboljšati svoje znanje nemščine. K odločitvi so pripomogla tudi pozitivna poročila študentov, ki so izmenjavo v Heidelbergu opravili pred menoj.

PRIJAVA IN PRIHOD: Prijavni postopek je bil zelo enostaven in dobro organiziran. Mednarodna pisarna je bila odzivna, navodila smo dobivali pravočasno in so bila jasna, ob morebitnih vprašanjih pa so bili vedno na voljo za pomoč. V primerjavi z izkušnjami kolegov na nekaterih drugih Erasmus destinacijah je celoten postopek potekal zelo tekoče. Po prihodu sem morala na mestni upravi prijaviti začasno prebivališče, kar je bilo hitro in enostavno, ter na univerzi prevzeti študentsko izkaznico in urediti dokumentacijo ob začetku mobilnosti. Tudi pri tem nisem imela težav.

NASTANITEV IN STROŠKI: Ker se poletni semester v Heidelbergu začne šele aprila, intenzivni tečaj nemščine pa sem začela že 1. marca, sem prvi mesec bivala v zasebnem stanovanju, kar je bilo precej dražje. S 1. aprilom sem se preselila v študentski dom v kampusu Im Neuenheimer Feld. Za sobo sem skupaj s stroški plačevala približno 330 € mesečno. Kopalnico in kuhinjo sem si delila z dvema sostanovalcema, v domu pa sta bili na voljo tudi pralnica in sušilnica. Z nastanitvijo sem bila zelo zadovoljna, predvsem zaradi odlične lokacije, saj sem do vseh klinik, na katerih je potekal pouk, potrebovala približno deset minut peš.

Življenjski stroški so sicer precej primerljivi s Slovenijo. Hrana v trgovinah je cenovno podobna, medtem ko so restavracije in kavarne nekoliko dražje. Heidelberg je majhno in zelo prehodno mesto, zato sem večino poti opravila peš ali s tramvajem. Imela sem tudi Deutschlandticket, ki je zelo uporaben tako za lokalni kot regionalni javni prevoz.

ŠTUDIJ: Pouk je bil organiziran nekoliko drugače kot na UL MF. Običajen dan je obsegal približno štiri ure predavanj oziroma seminarjev in dve uri praktičnega pouka. Pri vajah smo bili praviloma razdeljeni v zelo majhne skupine, večinoma po štiri študente, kar je omogočalo veliko neposrednega stika s profesorji. Ti so bili zelo dostopni, spodbujali so vprašanja in aktivno sodelovanje.
Posebej pozitivno bi izpostavila Skills Lab ter uporabo simulatorjev. Velik del praktičnih veščin smo lahko večkrat samostojno vadili v simuliranem okolju, kar je po mojem mnenju ena od dobrih praks, ki bi jo bilo smiselno v večji meri vključiti tudi v študij na UL MF. Poleg klasičnih predavanj in seminarjev smo imeli tudi POL oziroma problemsko usmerjeno učenje in bedside teaching.
Po drugi strani je bilo dejanskega dela s pacienti manj kot v Ljubljani. Večino praktičnih postopkov smo izvajali na simulatorjih, pri pacientih pa smo predvsem jemali anamnezo in sodelovali pri obravnavi. Na UL MF smo po mojih izkušnjah med kliničnimi vajami bolj vključeni v delo oddelka in imamo več neposrednega stika s pacienti. Celotna študijska obremenitev se mi je v Heidelbergu zdela nekoliko manjša kot v Ljubljani. Izpiti iz ginekologije, pediatrije in ORL so bili sestavljeni iz pisnega dela z vprašanji izbirnega tipa ter praktičnega dela v obliki OSCE. Pri oftalmologiji je pisnemu delu sledil praktični izpit. Izpiti so se mi zdeli nekoliko lažji kot na UL MF, saj je bil poudarek predvsem na osnovnem znanju, pri pripravi pa so bila zelo uporabna stara izpitna vprašanja iz zbirke Kreuzmich in gradiva s predavanj. Do tujih študentov so bili profesorji razumevajoči; pri nekaterih izpitih smo imeli podaljšan čas, pri ustnem oziroma praktičnem delu pa je bilo ob težavah z nemškim izrazom mogoče določene stvari pojasniti tudi v angleščini.

JEZIK: Celoten študij je potekal v nemščini. Pred prihodom sem imela približno raven B2, marca pa sem opravila enomesečni intenzivni tečaj nemščine, ki je stal približno 380 €. Tečaj bi bodočim študentom priporočila, saj poleg ponovitve jezika predstavlja dobro priložnost za spoznavanje drugih mednarodnih študentov. Prva dva tedna pouka v nemščini sta bila precej zahtevna, nato pa se na jezik hitro navadiš. Do konca izmenjave se je moje znanje nemščine, predvsem strokovne, občutno izboljšalo.

ŽIVLJENJE V HEIDELBERGU IN KONČNI VTIS: Heidelberg je izrazito študentsko, zeleno in varno mesto z veliko možnostmi za šport in preživljanje časa v naravi. ESN je organiziral druženja, zabave, pohode in nekatere izlete. Slabost našega semestra je bila odpoved orientacijskega tedna zaradi pomanjkanja tutorjev. Prav tako nismo dobili Erasmus tutorjev oziroma kontaktnih oseb, zato smo se predvsem na začetku težje povezali z drugimi Erasmus študenti. Ker smo bili pri rednem pouku razporejeni med nemške študente, je bilo brez organiziranega uvodnega programa nekoliko težje spoznati druge mednarodne študente. Tudi zato se mi zdi udeležba na marčevskem jezikovnem tečaju še posebej koristna.

Heidelberg je tudi dobra izhodiščna točka za potovanja po Nemčiji in sosednjih državah. Sama sem veliko potovala predvsem po Franciji, povezave z vlaki in Flixbusom pa so bile praviloma ugodne.
Izmenjavo v Heidelbergu bi ponovno izbrala. Strokovno mi je omogočila vpogled v drugačen način poučevanja medicine, primerjavo nemškega in slovenskega sistema ter predvsem izboljšanje strokovne nemščine. Osebno pa mi je veliko pomenila izkušnja večmesečnega samostojnega življenja v drugi državi, urejanja vseh obveznosti v tujem okolju ter nova poznanstva in prijateljstva. Heidelberg bi zato priporočila predvsem študentom, ki želijo izkusiti študij na priznani univerzi, izboljšati znanje nemščine in nekaj mesecev živeti v varnem in izrazito študentskem mestu.
Če se zanimate za izmenjavo v Heidelbergu in imate glede tega kakšna vprašanja, sem vam na voljo preko maila: hvastija.lara@gmail.com

33. NEMČIJA - Univerze v Heidelbergu, Mannheim (Lovro Žnidaršič)

Poletni semester 5. letnika sem opravljal v Univerzitetni kliniki Mannheim, ki spada pod Univerzo v Heidelbergu. Opravljal sem Ginekologijo in porodništvo, Oftalmologijo ter Ortopedijo in Travmatologijo. Z jezikovnim tečajem, ki je tam veljal za 8 ECTS, sem opravil izbirni predmet vreden 3 ECTS. Jezikovni tečaj je potekal pred začetkom semestra in drugih obveznosti. Potekal je v Heidelbergu in je trajal štiri tedne. Nastanjen sem bil v študentskem stanovanju v Mannheimu.

Stanovanje sem našel na spletni strani WG Gesucht. Imel sem svojo sobo, stanovanje smo si delili trije. Plačeval sem 400€ na mesec, stroški vključeni. Za študentski dom sem se prijavil pravočasno vendar sobe vseeno nisem prejel kar me je precej presenetilo in sem tako sobo iskal komaj tri tedne pred prihodom. Delni razlog za to je bil moj začetek izmenjave v marcu (zaradi uvodnega jezikovnega tečaja), medtem ko se je semester začel aprila. Predlagam, da napišete, da iščete sobo v študentskem domu od aprila naprej, za marec pa že prej iščete začasno prebivališče. Drugi najvišji strošek je bil 'Deutschland ticket', ki omogoča uporabo javnega prevoza po celi državi in stane 63 €. Ostali stroški bivanja so v povprečju malenkost višji kot v Sloveniji. Prijavni postopki so potekali zelo tekoče. V celoti so mi priznali Oftalmologijo in Ortopedijo, za Ginekologijo pa sem v Sloveniji dodatno opravil še ustni izpit. Način študija je precej podoben. Mogoče imajo nekoliko več seminarjev, ki so obvezni.

Predavanja niso obvezna. Kvaliteta predavanj, vaj in seminarjev je odvisna od mentorja, ampak v povprečju so bili koristni in vredni obiska. Zelo mi je bilo všeč, da so seminarji in vaje precej interaktivni. Vaje so običajno nekoliko bolj strukturirane kot pri nas - na vajah smo vedno imeli določeno temo, ki smo jo obdelali. Nato smo se tudi pogovorili s pacienti s težavami o katerih smo pred tem govorili. Obremenitev v primerjavi z UL MF je podobna, je pri določenih predmetih celo lažje. Izpiti niso bili zahtevni in ponavadi niso zahtevali ogromno priprav. Pomembnejši od rednih izpitov so v Nemčiji ti. ''State Exams'', ki so enaki za celotno Nemčijo. Pouk je potekal v nemščini. Na začetku sem bil na B1 ravni jezika. Moje znanje jezika se je precej izboljšalo tekom izmenjave.

Spremljanje in sodelovanje vaj in seminarjev v nemščini je bilo zame precej zahtevno, pogovori s pacienti prav tako. Na srečo to ni bilo nič nenavadnega za Erasmus študenta in ni nikogar motilo. Nekateri Erasmus študentje so prišli še s precej slabšim znanjem jezika od mene in so uspeli opraviti vse obveznosti. Profesorji so zelo potrpežljivi in vedno pripravljeni tudi v angleščini razložiti če česa ne veš. Prav tako so bili kolegi na vajah vedno v pomoč. Primer dobre prakse je, da je v Mannheimu večji poudarek na praktičnem delu. Nasploh imajo študentje v Mannheimu več praktičnih izkušenj. Lahko rečem, da so v bolnici definitivno bolj domači in spretni. Komunikacija z njihovo mednarodno pisarno je potekala brezhibno, odgovarjali so vedno hitro in mi pomagal z vsemi težavami. Vse lahko urejaš preko e-pošte. Menim, da je izbira programa v Mannheimu ali Heidelbergu dobra izbira, ki ti lahko ponudi veliko lepega.

34. NEMČIJA – Julius-Maximilians-Universität Würzburg

V poletnem semestru 4. letnika sem se odpravila na Erasmus+ izmenjavo na Julius-Maximilians-Universität v Würzburgu. Univerza ima zelo bogato medicinsko zgodovino, prav v Würzburgu je Wilhelm Conrad Röntgen leta 1895 odkril rentgenske žarke, na univerzi pa je deloval tudi Rudolf Virchow. Gre za manjše univerzitetno mesto z okoli 130.000 prebivalci, pri čemer velik delež predstavljajo študenti, zato je vzdušje zelo mlado in študentsko.

Würzburg sem izbrala predvsem zaradi možnosti študija v nemščini in intenzivnega jezikovnega tečaja pred začetkom semestra. Tega tečaja se sama žal nisem mogla udeležiti, saj je potekal že marca, mesto v

študentskem domu pa sem imela zagotovljeno šele od aprila. Poznam pa več študentov, ki so si za ta dva tedna uredili Airbnb. Mesto me je pritegnilo tudi zaradi reke Majne, saj imam zelo rada mesta ob velikih rekah in me je Würzburg nekoliko spomnil na Maribor in Dravo.
Na izmenjavi sem bila od sredine aprila do začetka septembra, ob koncu pa sem ostala še približno teden dni, da sem se lahko v miru spakirala in poslovila od prijateljev.

Nastanitev

Ena največjih prednosti Würzburga je zagotovljena nastanitev v študentskem domu. Ob prijavi lahko sicer izrazite svoje želje glede nastanitve, vendar na koncu ne morete vedeti, v katerem domu boste nastanjeni. Sama sem imela srečo, da sem dobila celo stanovanje zase in na koncu se je prav študentski dom izkazal za eno najboljših stvari, saj sem tam spoznala svoje najboljše prijatelje.
Pomembno je, da morate ključ prevzeti med delovnikom, ko je prisoten hišnik. Jaz sem ga prevzela v ponedeljek ob 7.30 zjutraj, prvo predavanje pa sem imela že ob 9. uri – tako da je bil moj prvi dan kar precej pester.

Prevoz in potovanja

Javni prevoz je v Würzburgu vključen v semestrski prispevek, ki je v mojem času znašal približno 180 €. Od mojega stanovnaja je klinika bila oddaljena približno 15 minut, do knjižnice pa sem imela približno 10 minut hoje. Trenutno lahko študenti, ki se prvič prijavijo v Würzburgu, ob prijavi prebivališča dobijo povrnjene stroške semestrske vozovnice za javni prevoz. Zato se pred prijavo splača preveriti, ali ste do povračila upravičeni. Študenti lahko kupijo tudi Deutschlandticket, s katerim lahko uporabljajo regionalne vlake in javni prevoz po celotni Nemčiji. Z njim sem se na primer odpravila do Rostocka, pot pa je trajala 18 ur v eni smeri. Tako sem ugotovila, da so vse zgodbe o Deutsche Bahnu resnične – in mogoče še malo hujše, kot sem pričakovala. Je pa karta za takšna potovanja zelo ugodna. Würzburg ima odlično lego za izlete. Blizu sta Nürnberg in Frankfurt, ki sta si med seboj zelo različna, priporočam pa tudi München, ki sem ga sama obiskala največkrat.

Študij

Erasmus študenti obiskujejo predavanja skupaj z nemškimi študenti, kar mi je bilo zelo všeč. Predmeti so organizirani podobno kot pri nas v predkliničnem delu študija: ves semester poslušaš predavanja iz več predmetov, nato pa sledijo izpiti. Sama sem opravljala nevrologijo, psihiatrijo, psihosomatsko medicino, onkologijo in dermatologijo.
Predavanja niso obvezna, vaje pa so. Vaje pri vseh predmetih ne potekajo ves semester, zato priporočam, da že ob izbiri predmetov kontaktirate osebo, ki je zadolžena za razporejanje v skupine, in zaprosite, da jih opravite čim prej.
Posebnost sistema je, da ima vsak predmet samo en izpitni rok in ni dodatnih oziroma ponavljalnih rokov. Ker so bili tudi izpiti v nemščini, sem se morala začeti učiti sproti, kar je bilo zame pravzaprav zelo pozitivno. V Sloveniji sem bila vajena učenja tik pred izpitom, v Würzburgu pa to preprosto ni bilo izvedljivo. Veliko več časa sem zato preživela v knjižnici, ki je bila odprta do 22. ure.
Vso študijsko gradivo je bilo dostopno prek spletne učilnice. Bele halje ni treba nositi iz Ljubljane, saj so v bolnišnici študentom na voljo halje, ki jih po uporabi vrneš. Pri mojih predmetih tudi stetoskopa nisem potrebovala. Predmete so mi v Ljubljani priznali skoraj v celoti, izjema je bila nevrologija, pri kateri sem morala po vrnitvi opraviti še praktični izpit.
Ob koncu sem opravila še dva tedna individualnih vaj na oddelku nevroradiologije, skupaj z domačimi študenti. To je bila ena mojih najljubših izkušenj, še posebej zato, ker sem klinično izkušnjo pridobivala prav v mestu, kjer je bil odkrit rentgen.

Jezik in družabno življenje

Glavni cilj moje izmenjave je bil izboljšati nemščino in lahko rečem, da mi je to uspelo. Poleg vsakodnevnega študija v nemščini sem obiskovala še dva tečaja nemščine, udeležila pa sem se tudi tečaja švedščine, ker zakaj pa ne?

Erasmus študenti imajo pri izbiri nemških jezikovnih tečajev prednost, vendar morate biti prisotni na prvi uri, sicer lahko izgubite svoje mesto. Čeprav Würzburg nima lastne ESN sekcije, tega sploh nisem pogrešala. Študenti se zelo dobro organizirajo sami, poleg tega pa je mesto zaradi velikega števila študentov vedno živahno. Zelo priporočam, da se udeležite uvodnih dogodkov, predvsem Ersti Party, saj boste tam zelo hitro spoznali veliko ljudi. Pomembno se mi zdi poudariti, da je Erasmus izmenjava takšna, kot si jo sami naredite. Nekateri študenti so se pritoževali, da se družijo samo z drugimi Erasmus študenti, vendar se mi to zdi predvsem stvar lastne izbire. Sama sem si želela spoznati nemške študente in izboljšati jezik, zato sem se zavestno vključevala tudi v njihovo družbo. Nemci niso nič bolj zaprti kot Slovenci – samo prvi korak moraš včasih narediti sam.

Würzburg bi za Erasmus izmenjavo priporočila brez pomisleka. Mesto je majhno, študentsko, lepo in dobro povezano z ostalimi deli Nemčije, univerza pa ponuja zelo dobro priložnost za vključevanje v redni študij skupaj z domačimi študenti. Sama sem poleg znanja nemščine pridobila veliko več samostojnosti, spoznala ogromno novih ljudi in dobila izkušnjo študija medicine v drugačnem okolju. Če se boste vključili, uporabljali jezik in bili pripravljeni stopiti iz svoje cone udobja, boste domov prišli z veliko več kot samo opravljenimi predmeti.

35. NORVEŠKA – Univerza v Bergnu (Jakob Novak)

V zimskem semestru 5. letnika sem se odpravil na izmenjavo na Norveško, v Bergen. Mesto je drugo največje v državi, po velikosti primerljivo z Ljubljano, leži na zahodni obali in ga obdaja 7 hribov, tako da ne pozabite vzeti tako kopalk kot pohodniških čevljev.

Nastanitev sem uredil preko organizacije Sammen, ki večini mednarodnih študentov dodeli študentski dom Fantoft. Dom je v neposredni bližini tramvaj linije, s katero sem prišel v center v 20 minutah, do bolnišnice pa v 15, mesečna karta je stala 470 NOK. Sobo in kopalnico sem si delil s cimrom, kuhinjo in dnevni prostor pa še s 14 ostalimi sostanovalci. V študentskem naselju je tudi fitnes z dvorano, plezalno steno in savno, blizu pa so tudi lepe sprehajalne poti. Najemnina vključno s stroški je bila 4055 NOK, za kar so norveški študenti rekli, da je najcenejša študentska nastanitev v mestu. Na začetku sem bil seveda malo negotov ob misli, da si bom stanovanje delil s toliko ljudmi, a smo vsi skupaj kmalu ugotovili, da je to res najboljša možnost nastanitve za študente na izmenjavi, saj je bilo zaradi tega tako enostavno spoznati ljudi in zgraditi prijateljstva. Visoke cene sem občutil tudi v trgovinah, a če se držiš cenejših trgovin (Kiwi, Rema, Xtra) in uporabljaš aplikacije s popusti, se stanje precej izboljša. Kuhal sem si doma, občasno šel na kosilo v menzo v bolnišnici, restavracije pa so imele tudi po študentskem popustu občutno previsoke cene. V enem mesecu sem skupno zapravil približno 900 EUR.

Medicinska fakulteta v Bergnu v angleščini ponuja semester MED9, ki vključuje ginekologijo in porodništvo, pediatrijo in klinično genetiko (se pri nas prizna za izbirni predmet) in je vreden 27 ECTS. Postopek prijave se mi zdel v trenutku zamuden in zastrašujoč, a če pogledam nazaj, so bila navodila povsem pregledno podana, pošiljali so obvestila, da ne zamudimo kakšnih rokov in tudi režim semestra s pričakovanimi kompetencami se z lahkoto najde na njihovi spletni strani.

Način študija se mi je pri njih kar dopadel. Semester se začne v drugem tednu avgusta s tremi tedni predavanj, nato 6 tednov vaj v kliničnem okolju in na koncu še 8 tednov predavanj. Ves pouk poteka v

angleščini, ki jo obvladajo, tudi na kliniki se trudijo, nekajkrat se je zgodilo, da se je tudi bolnik strinjal in so izvedli posvet v angleščini. V prvih tednih potekajo tudi vaje v simulacijskih centrih, kjer se pripraviš na vaje na kliniki, ki izgledajo bolj kot naša poletna praksa, torej en mentor na enega študenta. V bolnišnici ostaneš načeloma 8 ur, če se ne dogaja nič posebnega pa te seveda spustijo domov. Namesto prisotnosti se sledi veščinam, ki jih študent opravi, zbirali smo namreč podpise na listu z veščinami, en za ginekologijo in en za pediatrijo. Te veščina so popolnoma izvedljive, na njih se pripraviš v simulacijskem centru in tudi na kliniki ti pomagajo, da zbereš podpise. Lahko jih nekaj izpostavim, treba je bilo izvesti 5 ginekoloških pregledov, pomagati pri 5 rojstvih in spisati 5 sprejemov na pediatrični urgenci (tu si v paru z norveško govorečim študentom). Za vaje potrebuješ le svojo obutev, oblačila prevzameš v bolnišnici, stetoskop, lučko, kladivce, … pa tudi dobiš na oddelku. Med tedni predavanj je bil tudi kak dan obveznega pouka, na primer kot pri nas DOŠ. Izpit smo imeli v drugem tednu decembra, na računalnikih, obsegal je vse predmete semestra, 104 MCQ in 10 vprašanj odprtega tipa. Slednja so bila klinični primeri s podvprašanji, ki so se mi zdela smiselno zastavljena, nič ekstremno težkega, večinoma želijo, da razmišljaš kot da si v vlogi družinskega zdravnika in kaj bi bilo najbolje narediti v določenem primeru, veliko osvojiš na vajah. Izpit traja 6 ur, vmes je dovoljeno iti na stranišče, lahko si prineseš malico. Na izpit se da lepo pripraviti, gradivo s predavanj naložijo v spletno učilnico, na spletni strani pa najdeš tudi MCQ z izpitov s preteklih let.

Ker je izpit na koncu semestra, se najde ogromno časa za izlete in raziskovanje, za kar se Norveška zdi kot idealna država in bi jo priporočal vsakomur. Pohodi, kopanje, smučanje, sankanje in vse zelo dobro dostopno z javnim prevozom, če ni pa imajo veliko možnosti tudi za najem avta. Izpostavil bi še 'welcome week', organizirana druženja in zabave v prvem tednu semestra, kjer sem spoznal ljudi s katerimi sem kasneje hodil na pouk, pa tudi ljudi z ostalih programov fakultete (prehrana, klinična genetika, itd.). Moja izmenjava je močno presegla pričakovanja in jo priporočam vsem, če ne Bergen pa kakšno drugo mesto, sem prepričan, da ni slabih destinacij. Ne vem kako drugače naj povem, ampak tako zelo se splača na začetku ukvarjati s tisto birokracij, da si lahko na koncu ustvariš takšne spomine in prijateljstva, da bi sam definitivno ponovil vse skupaj. Za kakršnakoli vprašanja sem na voljo na e-naslovu jakob.novak55@gmail.com.

36. NORVEŠKA – Univerza v Oslu (Zala Igerc)

Izmenjavo sem v zimskem semestru opravljaja na Universitetet i Oslo, ki se je uradno začel
18. avgusta, zaključil pa 19. decembra. Opravljala sem modul 6 - MED5600, ki združuje več kliničnih in teoretičnih področij, med drugim ginekologijo in porodništvo, pediatrijo, otroško in mladostniško psihiatrijo, farmakologijo, patologijo, klinično biokemijo, medicinsko genetiko, medicinsko etiko, vedenjske znanosti, javno zdravje ter splošno medicino. Celoten semester poteka v angleškem jeziku tako za tuje, kot domače študente. Na domači fakulteti so mi priznali Ginekologijo in porodništvo, Pediatrijo ter dva izbirna predmeta. Celoten prijavni postopek na Univerzo v Oslu je zelo dobro organiziran. Kandidata skozi vse korake vodijo jasna in pravočasna elektronska sporočila, kar močno olajša orientacijo v postopku. Bivala sem v študentskem naselju Kringsjå, ki je na nekoliko bolj severnem delu Osla. Prijava poteka preko sio.no, skozi celoten postopek si lepo voden in pravočasno obveščen o vseh infomacijah. Lokacija je bila odlična, saj si v neposredni bližini metro/bus postaje, jezera, narave ter 20-25 min prijetne hoje do glavne bolnišnice kjer potega večino predavanj. V naselju imaš vse kar potrebuješ, pralnica, trgovina, fitnes, restavracija itd. Izbrala sem si sobo z lastno kopalnico, ki je bila osnovno opremljena, kuhinjo sem si delila z 8-9 drugimi študenti. Mesečno sem za sobo plačala 540€. Če bi se odločala ponovno, bi si brez dvoma izbrala isto študentsko naselje. Mesečni stroški za hrano so znašali okoli 300-400€, pri čemer to ne vključuje prehranjevanja zunaj. Stroški so zelo odvisni od posameznika, koliko se odločiš sam kuhat oz. jesti zunaj, potovati in se udeleževati drugih aktivnosti, pri čemer se pripravi, da boš zapravil nekoliko več. Študentska

mesečna vozovnica za javni prevoz (bus, metro, tram, trajekti) stane približno 45 € in se ureja preko aplikacije Ruter.

Študij poteka v angleščini, tako predavanja kot vaje, pri čemer tudi pacienti večinoma tekoče govorijo angleško. V primerjavi z ULMF je poudarek izraziteje na kliničnem razmišljanju, prepoznavanju znakov in simptomov ter praktičnih veščinah, medtem ko teoretične patofiziologije skoraj ni. Predavanja in vaje potekajo sočasno skozi celoten semester, vendar niso tako natrpano razporejene kot pri nas. Vaje so zelo dobro organizirane, v skupinah pa 4, zelo interaktivne in številčnejše kot pri nas, kar omogoča bistveno več praktičnega dela. Predavanja so dobra, sicer odvisno od predavatelja, a pogosto vključujejo klinične primere, diskusije in interaktivna orodja za boljše sodelovanje.

Obremenitev je primerljiva z ULMF, skozi semester se zdi sicer vse malenkost lažje in bolj sproščeno (ni sprotnih kolokvijev, vendar si sam primoran delati vsaj nekoliko sproti, da si pripravljen na vaje), ampak se pred izpitom kar nabere snovi. Izpit poteka zadnji teden v obliki OSCE postaj in pisnega izpita. Za OSCE moraš opraviti 6/8 postaj, pri čemer moraš pokazati znanje praktičnih veščin naučenih skozi semester (3x gineko/porodništvo, 3x pediatrija, 2x patologija). Pisni izpit poteka 2 dni kasneje v obliki 115 MCQ vprašanj (traja 4h), poudarek je na reševanju kliničnih primerov. Celostno gledano, če se vsaj po večini udeležuješ predavanj in seveda obveznih vaj te za uspešnost opravljanja izpita ni treba skrbeti, saj se res osredotočajo na spredavane in pogosto omenjene ter videne teme.

Na ULMF bi absolutno želela prenesti kvaliteto in število kliničnih vaj. Potekajo v manjših skupinah, na vsaki vaji opraviš najmanj 2 celotna pregleda pacienta in nato zelo podrobno in učinkovito razpravljaš z mentorjem in ostalimi sošolci. Skozi semester je tudi nekaj dežuranj na porodniškem oddelku, kjer lahko (odvisno od lastne angažiranosti) opraviš veliko praktičnega dela. Poleg tega mora vsak študent v semestru samostojno obravnavati več pacientov na pediatrični urgenci, pripraviti diagnostiko in terapevtski načrt ter napisati izvid, ki ga nato pregleda mentor. Tak način dela spodbuja samostojnost, odgovornost in klinično samozavest.

Izmenjava v Oslu je bila zame ena najboljših in najbolj nepozabnih izkušenj, ki jo vsakomur, ki ima to možnost, iskreno in toplo priporočam. Omogočila mi je vpogled v izjemno visoko raven norveškega zdravstvenega sistema, spoznavanje drugačnih pedagoških pristopov ter številnih dobrih praks, pri katerih je posebej opazno, kako veliko pozornosti fakulteta namenja dobrobiti in podpori študentov.
Poleg obsežnega in kakovostnega strokovnega znanja, ki sem ga pridobila tekom semestra, mi bodo še posebej v trajnem spominu ostale številne ob študijske izkušnje. Imela sem priložnost veliko potovati, raziskovati Norveško in odkrivati njene naravne in kulturne posebnosti. Morda pa najdragocenejši del izmenjave predstavljajo nova prijateljstva s študenti medicine z vsega sveta, ki so to izkušnjo naredila resnično neprecenljivo.
Večjih ovir tekom izmenjave nisem zaznala, saj je bila podpora tako s strani univerze kot tudi študentskih služb zelo dobra.
Za dodatne informacije ali vprašanja sem na voljo na elektronskem naslovu: zala.igerc@gmail.com

37. NORVEŠKA – Univerza v Oslu (Klara Zorman)

Na Univerzi v Oslu sem študirala v zimskem semestru 5. letnika. Opravljala sem Module 6 (več o tem v nadaljevanju), v okviru katerega bom imela na domači univerzi priznane predmete Ginekologija in porodništvo, Pediatrija ter dva izbirna predmeta 5. letnika. Poleg tega sem opravljala predmet Introduction to Norwegian 1, ki se mi bo na domači univerzi priznal kot izbirni predmet 6. letnika. Po vrnitvi z izmenjave bom v tekočem šolskem letu zbrala dovolj kreditnih točk, da bom lahko redno napredovala v 6. letnik.

PRIJAVNI POSTOPEK, PRIPRAVA LISTINE ŠTUDENTA IN ŠTUDIJSKEGA SPORAZUMA

S prijavnim postopkom nisem imela težav. Od Univerze v Oslu sem kmalu po nominaciji s strani domače univerze prejela vse potrebne informacije in navodila.

Poleg samega vpisa na Univerzo v Oslu je potrebno opraviti še MRSA bris (2x – enkrat v Sloveniji pred odhodom in enkrat v Oslu pred začetkom študijskih obveznosti) in se prijaviti na policiji. Glede prijave na policiji opozarjam, da kljub temu, da na uvodnem predavanju pred začetkom izmenjave povedo, da lahko študentje iz EU to urejate komaj po prihodu, storite to že pred prihodom, saj je število terminov zelo omejeno. Tudi s pripravo Listine študenta ali OLA nisem imela težav.

ŠTUDIJ

Zimski semester se na Norveškem začne sredi avgusta in traja do sredine decembra. Prvi, spoznavni teden je namenjen izključno dobrodošlici, pouk pa se prične v drugem tednu. Moule 6 (MED5600) zajema ginekologijo in porodništvo ter pediatrijo, poleg tega pa zajema še vsebine nekaterih drugih predmetov na področju omenjenih dveh glavnih predmetov in javno zdravje. Module 6 lahko opravljaš le kot celoto, to pomeni, da vsebinskih sklopov, ki si jih predhodno že opravil na domači univerzi, ne moreš preskočiti. Pouk poteka v obliki predavanj in kliničnih vaj. Na predavanja se splača hodit že zato, ker izpit pokriva izključno snov s predavanj. Poudarek je na kliničnih veščinah in razmišljanju. Vsa predavanja potekajo v bolnišnici Rikshospitalet, ki je tudi osrednja bolnišnica v državi.

Vaje potekajo v štirih bolnišnicah: Rikshospitalet, Ullevål sykehus, Akershus (Ahus) universitetssykehus in Radiumhospitalet. Potekajo v kliničnih skupinah. Mi smo bili v vsaki skupini po en tuj študent in trije norveški študentje. Posebej mi je bilo všeč, da smo se na vajah preoblekli v bolnišnična oblačila, ki smo jih po vajah tudi vrnili.

Izpit na koncu semestra je praktičen (OSCE) in pisni. Zajema vso snov, obravnavano tekom semestra in je izključno sestavljen iz kliničnih primerov.

Meni se je obremenitev na splošno zdela precej nižja kot v Sloveniji, kvaliteta študija pa zelo visoka. Veliko časa je namenjenega samostojnemu učenju, kar mi je tudi zelo ustrezalo.

Introduction to Norwegian 1 (NORINT0105M) je predmet, ki poteka le v prvi polovici semestra in sicer delno prek spleta in delno v živo. Same snovi ni prav veliko, se pa pričakuje globalno razumevanje jezika in je zato v veliko pomoč, če si se pred začetkom izmenjave že sam spoznal z osnovami.

JEZIK

Študij potekaj v angleščini. Vsi po večini zelo dobro govorijo angleško, zato poznavanje norveščine za kvalitetno izkušnjo ni posebej potrebno. Kljub temu sem se sama (delno iz

lastnega interesa, delno pa v želji, da lahko na vajah še bolje sledim ter se še bolje vživim v okolje) odločila še pred odhodom na izmenjavo naučiti osnov jezika, kar se mi je tudi zelo obrestovalo. Uporabljala sem aplikacijo Duolingo in učbenik Complete Norwegian avtorice Margarethe Danbolt Simons, po prihodu pa sem uporabljala še spletno gradivo Medicinske fakultete v Oslo, ki pokriva področje besedišča v zdravstvu.

NASTANITEV

Bivala sem v študentskem naselju Kringsjå, kjer sem imela svojo sobo in svojo kopalnico, kuhinjo pa sem si delila s še sedmini študenti. Soba je bila v grobem opremljena, sama pa sem si morala priskrbeti odejo, vzglavnik in wifi router. Mesečno sem odštela okoli 550 EUR. S študentskim domom sem bila na splošno zelo zadovoljna. Tudi drugim študentom, ki se odpravljate na izmenjavo, bi priporočila ta študentski dom, saj je dobro povezan z javnim prevozom, le 20-25 min hoje oddaljen od bolnišnice Rikshospitalet, poleg tega pa se nahaja ob jezeru Sognsvann in izhodišču v prečudovito področje Nordmarka, ki ponuja obilo možnosti za prosti čas in rekreacijo.

Vsem, ki boste odšli na izmenjavo, priporočam, da se za študentski dom prek portala SiO prijavite čim prej – takoj, ko od mednarodne pisarne UL MF izveste, da ste dobili izmenjavo. Za prijavo ne potrebujete potrdila o vpisu na Univerzo v Oslu.

ŽIVLJENJSKI STROŠKI
Norveška je draga. Sama sem za študentski dom na mesec odštela okoli 550 EUR, za hrano okoli 350-400 EUR, za karto za javni prevoz pa okoli 40 EUR. Že ti osnovni mesečni stroški presegajo znesek finančne pomoči, zato se je vsekakor potrebno zanašati tudi na svoje prihranke.

ŽIVLJENJE V OSLU IN NA NORVEŠKEM
Življenje na Norveškem mi je bilo zelo všeč. Norvežani jemljejo prosti čas zelo resno, kar je v organizaciji družbe in splošnem življenjskem slogu tudi zelo očitno. Vsakdo (tudi študent medicine) ima več kot dovolj časa, da se v miru naspi, se v zadostni meri ukvarja s športom, preživlja čas s prijatelji, se ukvarja s prostočasnimi aktivnostmi in tudi, da se med vikendom ali celo med tednom odpravi na kak izlet.
Po mojih izkušnjah stereotip o 'hladnih in zaprtih' Skadninavcih ne bi mogel biti dlje od resnice. Norvežani so po mojih izkušnjah sicer mirni, ampak topli, odprti ter pristno prijazni in dobrovoljni. Če pokažeš vsaj malo interesa, se teboj z veseljem povežejo, te bolje spoznajo in te tudi kam povabijo.
Oslo je po mojem mnenju eno izmed najlepših in za življenje najprijetnejših krajev, ki sem jih do sedaj obiskala, in bi se tja v prihodnosti z veseljem tudi preselila.

PREDNOSTI IN SLABOSTI, OVIRE
Kar se tiče primerov dobre prakse, bi si na domači univerzi predvsem želela več manevrskega prostora glede nadomeščanja zamujenih obveznosti. Sama sem med semestrom v Oslu namreč imela to nesrečo, da sem nenavadno velikokrat zbolela in sem posledično zamudila kar nekaj predavanj in tudi nekaj vaj, a se je vse to dalo brez problema nadoknaditi. Če bi tolikokrat zbolela med semestrom v Ljubljani, semestra skoraj zagotovo ne bi v celoti opravila.

Kar se tiče prednosti in slabosti, pa lahko povem, da je bila izmenjava zame ena najbolj pozitivnih in najlepših izkušenj v življenju, ki bi jo brez pomisleka še enkrat ponovila. To ne pomeni, da je bilo vse ves čas rožnato, ampak pomeni, da mi je ta izkušnja razširila obzorje in mi omogočila, da sem bolje spoznala sebe in svet in nenazadnje tudi svoj bodoči poklic. Mislim, da takšna izkušnja vsakega človeka osebnostno in profesionalno oblikuje v najboljšem smislu, zato bi vsakemu, ki ima priložnost, iz srca priporočala, da se odpravi na študijsko izmenjavo bodisi v Oslo oz. na Norveško ali kamorkoli drugam.
V primeru dodatnih vprašanj me lahko kontaktiraš na zormanklara@gmail.com:)

38. POLJSKA – Jagiellonska univerza v Krakovu (Ajda Weingerl)

V študijskem letu 2025/26 sem poletni semester 5. letnika medicine opravljala na Poljskem, na Jagiellonski univerzi v Krakovu. Na izmenjavo sem se odpravila v sredini februarja in ostala tam do konca junija. Krakov sem v preteklosti že obiskala, všeč mi je bilo staro mesto, arhitektura, vzdušje in velikost, hkrati pa so ponujali program v angleščini in se je dobro prekrival z našim programom.

PREVOZ
Do Krakova sem odšla z avtom, na voljo pa so tudi direktne povezave s flixbusom. Javni prevoz v Krakovu je cenovno ugoden, vsi deli mesti, z izjemo starega mestnega jedra, so povezani s tramvaji in mestnimi avtobusi. Študentska izkaznica za 15 minutno vožnjo stane 2 zl (okoli 50 centov), za 40 minutno vožnji pa 3 zl. Sama sem si karte kupovala sproti, saj sem v Krakovu imela kolo in razen za prevoz do bolnice, nisem

veliko uporabljala javnega prometa. Erasmus študentje smo imeli možnost naročiti poljsko študentsko izkaznico, s katero smo uveljavljali 51% popust na ves javni prevoz na Poljskem.

NASTANITEV
Živela sem v stanovanju s 3 Poljakinjami, imela sem svojo sobo in zanjo plačevala okrog 280 evrov (kar je bilo za Krakov precej ugodno). Živela sem okrog 20 min peš od starega mestnega jedra, do bolnice pa sem potrebovala nekje 40 min z avtobusom. Oglas za sobo sem videla na Facebook skupini. Z iskanjem stanovanja sem začela konec oktobra in nisem imela večjih težav, saj v Krakov vsak semester prihaja ogromno tujih študentov,. Nisem se odločila za bivanje v študentskem domu, saj sem od prejšnje Erasmus študentke izvedela, da je za študente medicine na voljo le študent, ki se nahaja blizu bolnice in pediatrične klinike. Ker je ta od centra mesta oddaljen okoli 7 km, oziroma nekje 40-50 min vožnje sem raje poiskala drugo nastanitev. Zelo sem zadovoljna, da se nisem odločila za ta študentski dom, saj je res daleč od centra in v njem ni veliko Erasmus študentov, tako da bi vsem priporočila bivanje bližje centru. V Krakovu je sicer tudi veliko privatnih študentskih domov, vendar so ti zelo dragi (okrog 500 evrov).

ŠTUDIJ
V Krakovu sem opravljala oftalmologijo, otorinolaringologijo, ginekologijo, dva izbirna predmeta (pediatrično kirurgijo in poljščino), nekaj vaj iz pediatrije. Kasneje sem ugotovila, da tudi univerza ponuja nekaj izbirnih predmetov, ki jih lahko izberejo vsi študentje in so kreditno ovrednosteni. Pri prijavi sem si pomagala z lanskim urnikom. Imeli smo tudi možnost, da lahko predmete izbiramo iz programa School of Medicine in English, ki je sicer redni študijski program, ampak poteka v angleškem jeziku. Potek prijave je bil nekoliko stresen, saj koordinatorica ni bila vedno najbolj odzivna, urnik pa smo prejeli komaj v sredini avgusta. Po prejetem urniku sem imela nekaj težav glede izbirnih predmetov, ampak se je na koncu vse v redu izšlo. Vaje so bile podobne našim, pri nekaterih predmetih so bile zelo dobro organizirane, nekatere malo manj. Po navadi so se začele neke okoli 8.00-9.00 in končale nekje okoli 12.00-13.00. Zdravniki so dobro govorili angleško, večinoma so se zelo trudili in bili zelo prijazni. Izpiti na koncu predmetov so bili precej lažji kot sem jih navajena, zato se na njih ni bilo treba veliko pripravljati.

SPLOŠNI VTIS
S svojo izbiro mesta sem bila izjemno zadovoljna in bi se brez pomislekov še enkrat odločila za Krakov. Gre za čudovito, živahno in zelo raznoliko mesto. Krakov je tudi zelo priljubljena destinacija med Erasmus študenti, zato mi nikoli ni bilo težko najti družbe in navezati novih prijateljstev. Mednarodno okolje omogoča spoznavanje ljudi iz različnih držav in kultur, kar je bila zame ena najlepših izkušenj med izmenjavo. Prav tako je v Krakovu veliko gostiln, s cenovno zelo ugodno poljsko hrano.

Ena od največjih prednosti Krakova je tudi njegova odlična lokacija za poceni potovanja. Zaradi dobre prometne povezanosti in ugodnih možnosti prevoza je mogoče enostavno obiskati številna druga poljska mesta, v bližini so tudi Tatre, kamor se lahko odpraviš na dnevne pohode.
Krakov bi zato z veseljem priporočila vsakomur, ki razmišlja o Erasmus izmenjavi ali obisku tega mesta, za kakršnokoli dodatno informacijo sem na voljo na weingerl.ajda@gmail.com ali na Facebooku

39. POLJSKA - Medicinska fakulteta Univerze v Lodžu (Jure Kolenc)

Mesto, nastanitev in življenje
Svojo Erasmus izmenjavo sem opravljal na Medicinski univerzi v Lodžu na Poljskem, kjer sem preživel celotno študijsko leto, od oktobra do konca junija. Lodž je četrto največje mesto na Poljskem in leži v osrednjem delu države. V 19. stoletju se je razvil v eno največjih evropskih tekstilnih in industrijskih središč, po drugi svetovni vojni pa je zaradi gospodarskih sprememb in upadanja industrije izgubljal prebivalstvo.

V zadnjem desetletju mesto doživlja izrazit preporod – številne nekdanje industrijske stavbe so prenovljene v sodobne poslovne, kulturne in stanovanjske komplekse, obnavlja se mestno središče, ponovno pa narašča tudi število prebivalcev. Posebnost mesta je ulica Piotrkowska, ena najdaljših mestnih ulic v Evropi, ki predstavlja glavno družabno in kulturno središče Lodža. Ob njej se nahajajo številne restavracije, bari in kavarne, zato je to glavno zbirališče študentov in drugih prebivalcev mesta.

Lodž je izrazito študentsko mesto s tremi univerzami, kar se odraža v živahnem študentskem življenju. Čeprav je mestno jedro lepo urejeno, se zunaj centra še vedno opazi, da mesto prehaja skozi obdobje intenzivne prenove. Mesto najbolj zaživi spomladi, ko se temperature dvignejo in se večina družabnega življenja preseli na prosto. Ker sem bil na izmenjavi skozi vse štiri letne čase, sem izkusil tako zelo mrzlo zimo s temperaturami do –20 °C kot tudi vroče in sončne poletne dni.

Nastanjen sem bil v zasebnem študentskem domu Basecamp, kjer sem imel enoposteljno sobo z lastno kopalnico in skupno kuhinjo. Cena nastanitve je znašala približno 430 € mesečno in je vključevala vse obratovalne stroške ter neomejen dostop do fitnesa, ki se nahaja v isti stavbi. V Lodžu delujeta dva študentska domova Basecamp, kjer prebiva večina Erasmus študentov in številni mednarodni redni študenti, zato je bila nastanitev odlična priložnost za spoznavanje ljudi z vsega sveta. Dom je redno organiziral tudi različne družabne dogodke, ki so še dodatno pripomogli k povezovanju med študenti.
Stroški življenja so primerljivi s Slovenijo. Cene hrane v trgovinah, restavracijah in kavarnah se bistveno ne razlikujejo od slovenskih. Javni prevoz je sicer nekoliko dražji kot v drugih poljskih mestih, vendar imajo vsi študenti 50-odstotni popust, zato je prevoz še vedno cenovno ugoden. Poljska ima zelo dobro razvito železniško omrežje, zato sem za prihod v Lodž in tudi za večino kasnejših potovanj uporabljal vlak. Pot med Dunajem in Varšavo traja približno šest ur, vlaki pa so bili med mojim bivanjem praviloma točni in cenovno dostopni. Zaradi odličnih železniških povezav je bilo enostavno obiskovati tudi druga poljska mesta.

Prijavni postopki in akademski postopek izbire predmetov
Prijavni postopek je potekal brez večjih težav. Erasmus koordinatorka na gostujoči univerzi je bila zelo odzivna, prijazna in prilagodljiva ter je hitro odgovarjala na vprašanja. Poleg osnovnih informacij je posredovala tudi dodatne podatke o posameznih predmetih in njihovem načinu izvedbe, kar je precej olajšalo načrtovanje študija.

Izbira predmetov je bila precej fleksibilna, če so bile želje sporočene dovolj zgodaj. Med semestrom spremembe urnika praviloma niso bile več mogoče, zato je bilo pomembno, da je bil predmetnik dokončno usklajen pred začetkom študija. Predmetnik v četrtem in petem letniku je zelo podoben, posebnost pa je bila ginekologija, ki je razdeljena med oba semestra tako da je potrebno opravljati oba semestra.
Opravljal sem predmete s področij ginekologije, anesteziologije, otorinolaringologije, oftalmologije, endokrinologije, diabetologije, pediatrije, geriatrije, hematologije, onkologije in onkološke kirurgije. Predmeti so bili večinoma krajši kot na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani, zato je bilo med posameznimi kroženji več prostega časa. Nekateri predmeti so se zaključili s končnim izpitom takoj po opravljenih vajah, drugi pa so imeli izpit v rednem izpitnem obdobju. Za večino predmetov je bilo na voljo več različnih terminov izvedbe, kar je omogočalo precejšnjo prilagodljivost pri sestavljanju urnika.

Študij
Splošna študijska obremenitev je bila primerljiva z obremenitvijo na domači fakulteti, čeprav je bila zaradi krajšega trajanja posameznih predmetov nekoliko drugače razporejena. Predavanja, seminarji in klinične vaje so potekali skoraj vsak dan, pri večini predmetov pa je bila prisotnost obvezna, čeprav se je v nekaterih primerih ni dosledno preverjalo.

Študijski program je v celoti potekal v angleškem jeziku. Profesorji in asistenti so angleščino večinoma govorili zelo dobro, zato pri spremljanju pouka ali komunikaciji ni bilo težav. Ker so bile skupine sestavljene izključno iz mednarodnih študentov, se pouk praviloma ni preusmerjal v poljščino.
Klinične vaje so bile organizirane nekoliko drugače kot na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani. Zaradi jezikovne ovire je bilo neposrednega stika s pacienti nekoliko manj, saj večina pacientov ni govorila angleško. Običajno je mentor ali eden od študentov, ki je znal poljsko, pogovor s pacientom prevajal v angleščino. Kljub temu je večina vaj potekala ob pacientih, pogosto pa smo imeli tudi možnost spremljati operativne posege v operacijskih dvoranah.

Večina predmetov je bila sestavljena iz kliničnih vaj in seminarjev, ki so potekali na isti dan. Ob koncu posameznega predmeta je praviloma sledil krajši pisni izpit v obliki vprašanj z več možnimi odgovori (MCQ), pri številnih predmetih pa je bilo treba pripraviti tudi krajšo seminarsko predstavitev.

Prednosti in slabosti
Največja prednost izmenjave je bila zelo dobra organizacija študija in dejstvo, da so mi bili vsi opravljeni predmeti priznani na domači fakulteti, zato po vrnitvi nisem imel večjih dodatnih obveznosti. Zaradi krajšega trajanja posameznih predmetov in številnih možnih terminov izvedbe je bilo mogoče urnik prilagoditi tako, da je med posameznimi kroženji ostalo dovolj prostega časa. To sem izkoristil predvsem za potovanja po Poljski in sosednjih državah. Poleg odličnih železniških povezav so zelo ugodne tudi letalske povezave iz bližnjih letališč. Velika prednost so bili tudi mednarodni študenti, ki so bili zelo odprti in prijazni, zato sem se hitro vključil v novo okolje in ustvaril številna nova prijateljstva.

Po drugi strani Lodž ni turistično najbolj zanimivo poljsko mesto, zato lahko po daljšem bivanju deluje nekoliko manj dinamično kot na primer Varšava ali Krakov. Zimski meseci so zelo hladni, dnevi kratki, sonca pa je malo, zaradi česar je tudi družabnega dogajanja manj. Prav tako je bilo stika s poljskimi študenti razmeroma malo, saj je pouk za mednarodne študente potekal ločeno od rednega študijskega programa.

Na splošno je bila Erasmus izmenjava na Medicinski univerzi v Lodžu zelo pozitivna izkušnja. Poleg kakovostnega študija sem pridobil številne nove strokovne in osebne izkušnje, spoznal ljudi iz različnih držav ter imel veliko priložnosti za raziskovanje Poljske in drugih evropskih držav. Izmenjavo bi priporočil predvsem študentom, ki si želijo dobro organiziranega študija v angleškem jeziku, prijetnega mednarodnega okolja in veliko možnosti za potovanja.

40. POLJSKA - Medicinska univerza v Varšavi (Matija Petrović)

V poletnem semestru 5. letnika (feb-jun 2026) sem se za 4 mesece odpravil na izmenjavo na Medicinsko Univerzo v Varšavi (ang. Medical University of Warsaw, polj. Warszawski Uniwersytet Medyczny, krajše WUM). Originalno bi moral izmenjavo zaključiti 8. maja, a sem izmenjavo podaljšal do 12. junija.

O UNIVERZI GOSTITELJICI:
Medicinska univerza v Varšavi je samostojna univerza, ki je sestavljena iz medicinske fakultete, fakultete za farmacijo in fakultete za zdravstvene vede. Začetki medicinske fakultete segajo v leto 1809. Do leta 2008 je bila del Univerze v Varšavi, nakar je postala samostojna.

NASTANITEV IN ŽIVLJENSKI STROŠKI, JAVNI PREVOZ, POVEZLJIVOST:
V Varšavi sem bil nastanjen v Študentskem domu (DS2), ki je v lasti univerze. Prebival sem v dvoposteljni sobi še z Erasmus študentom dentalne medicine. Oprema sobe je obsegala: 2 omari, 2 postelji, manjšo jedilno mizo in pisalno mizo (le 1). Posteljnina, vzglavnik in odeja, kot tudi ostala oprema (recimo kuhinjska)

niso vključeni, tako je treba v prvih dneh opraviti nekaj nakupov (priporočam trgovine: IKEA, JYSK, Carrefour). Za tovrstne nakupe je ESN zveza organizirala tudi dogodek, kjer smo nakupovali in se družili skupaj.

Soba je imela lastno kopalnico s tuš kabino, obsegala je pa tudi manjši predprostor s kuhinjico (pult, korito, omarice, hladilnik – brez štedilnika in drugih naprav). Vsako nadstropje je opremljeno s skupno kuhinjo, ki obsega 2 štedilnika s pečico, jeklen pult z delovno površino in pomivalno korito ter eno majhno mizo in 2 stola. Na voljo so bili še pralnica oblek (7 zl na pranje), prostori za sušenje oblek, klubska soba, soba za namizni tenis, biliard in manjši fitnes.

Za posteljo v dvoposteljni sobi sem plačeval (1185 zl, kar je okoli 280 EUR). Plačilo najemnine je potekalo prek bančnega nakazila do 15. v mesecu za tekoči mesec. Na izrecno zahtevo je bilo možno plačati tudi za posamezne dni (za junij sem plačal dnevno ceno za 12 dni, saj sem izmenjavo zaključil 12. junija). To se je izkazalo za bolj ugodno kot plačilo najemnine za cel mesec. Z nastanitvijo sem bil relativno zadovoljen.
Javni prevoz je v Varšavi in na splošno na Poljskem zelo ugoden in učinkovit, študenti do vključno 25. leta pa dodatno uživajo 51-odstotni popust na vse karte (posamične in mesečne). Za 3-mesečno karto sem odštel 140 zl (34 EUR). Od št. doma sem do glavnega kampusa (Banacha) potreboval 30 minut s tramvajem, do kampusa Lindleya pa okoli 15 minut. Redko se je bilo treba odpraviti tudi v bolj oddaljeno bolnišnico (od 40 min do 1h vožnje). Tramvaji peljejo redno in so zanesljivi.

Življenjski stroški so obsegali predvsem hrano, prevoz in nakup opreme. Za nakupe živil sem mesečno porabil okoli 180 EUR. Včasih sem jedel zunaj – priporočil bi poljske tradicionalne menze, ki strežejo poljsko hrano srednje kakovosti (polj. Bar Mleczny – v Varšavi jih je zagotovo več kot 3). Omenil bi tudi študentske popuste v izbranih restavracijah in verigah hitre hrane (dostopno ob registraciji na uniperks.pl).

V Varšavo sem potoval z avtobusom (1 presedanje na Dunaju, trajanje potovanja cca 16 ur). Na voljo so leti iz Ljubljane (cenovni rang 100-200 EUR), nizkocenovni letalski prevozi pa so na voljo z letališča Treviso ali Marco Polo. Opcije z vlakom z odhodom iz Ljubljane so bile drage ali pa karte niso bile dostopne na spletu (svetujem povpraševanje pri Slovenskih železnicah).

POTEK IZMENJAVE, ŠTUDIJSKI PROCES:
Po nominaciji s strani UL MF marca 2025, je za poletni semester med 25. 10. 2025 in 25. 11. 2025 sledila prijava na univerzi gostiteljici in oddaja OLA (online learning agreement). Po podpisu OLA z vseh strani je na začetku januarja 2026 sledilo oblikovanje individualnega urnika. Erasmus študenti lahko izbirajo med predmeti, ki se pri njih izvajajo od 4. do 6. letnika (glej urnik English division-a; 4 rotacije v vsakem letniku). E-pošto o ponudbi predmetov sem prejel pred začetkom prijavnega postopka. Priporočam pa tudi, da povprašate koordinatorko o dodatnih možnostih.
V Varšavi sem opravljal: Ginekologijo in porodništvo, Kri, Endokrinologijo (pri njih v obliki 2 predmetov – Endokrinologija in Diabetologija), Onkologijo ter 3 izbirne predmete (Travel medicine, Nutrition in Sports in tečaj poljskega jezika). Opravljanje teh predmetov mi je priznala tudi MF. V Varšavi sem med podaljšanjem izmenjave delno opravil tudi vaje iz predmetov: ORL in Ortopedija in travmatologija. Na svojo željo sem dodatno opravil predmet Urgentna medicina, ki bi ga posebej priporočil, saj se izvaja v obliki 2-tedenske rotacije in je sestavljen iz dobro organiziranih praktičnih seminarjev in vaj na lutkah, kjer sem imel priložnost zvaditi osnovne in dodatne postopke reanimacije. Ob koncu predmeta je potekal praktični in teoretični izpit.

Erasmus študenti smo bili vključeni v mednarodno rotacijo (ti. English division) ali pa je bil pouk organiziran v skupinah samo za Erasmus študente. Večina predmetov je sestavljena iz seminarjev, praktičnih in

kliničnih vaj. Predavanja so izvajali le pri nekaterih predmetih (v mojem primeru pri Hematologiji). Celokupno gledano je obremenitev obveznih oblik pouka v primerjavi z MF manjša, kar pušča več časa za samostojni študij. Zahtevana prisotnost je od 80- do 100-odstotna.
Pouk pri vseh predmetih je potekal v angleščini, vaje ob pacientu so potekale tako, da je vodja vaj prevajal med pacientom in študenti ali pa smo govorili z angleško govorečim pacientom. Pogosto je bilo osnovno komunikacijo opraviti v poljskem jeziku, kjer smo imeli prednost studenti iz slovanskih govornih področij. Pacienti in ljudje na splošno so veseli, ko slišijo tujca govoriti poljsko. Ponekod (z določenimi tajništvi kateder, v trgovini npr.) so zahtevali komunikacijo izključno v poljščini in se niso trudili razumeti angleško, kar je bil manjši izziv, hkrati pa dobra vaja proti perfekcionizmu. Na koncu so bili veseli tudi zelo polomljene poljščine in kakšne besede v slovenščini/srbščini.
Zelo bi izpostavil kakovostno administrativno in informacijsko podporo tako s strani UL MF kot WUM. S strani WUM nam je podporo nudila gospa Katarzyna. Ob njeni podpori smo se študenti počutili varno in kar se da sproščeno, dobro informirano, težave pa smo reševali hitro in z dobro komunikacijo.

PREDNOSTI, SLABOSTI:
Kot prednosti bi izpostavil široko ponudbo predmetov, sproščeno delovno in učno okolje (v primerjavi s SLO), poudarek na kliničnih izkušnjah. Manj predavanj bi lahko bila slabost za nekoga, ki je navajen tovrstnega načina učenja.

PROSTI ČAS:
Varšava nudi bogato ponudbo prostočasnih dejavnosti. Fakulteta nudi obilico športnih dejavnosti, ki so večinoma brezplačne in se jih Erasmus študenti lahko udeležijo pod enakimi pogoji kot domači študenti. Univerza ima tudi olimpijski bazen (plačljivo, a ugodno) in športno dvorano.
ESN zveza medicinske univerze deluje samostojno. V sklopu le-te domači študenti organizirajo raznolike dogodke za Erasmus študente. Prva dva tedna vsakega semestra potekajo uvodne dejavnosti prav vsak dan, kar je čudovita priložnost za spoznavanje kolegov in novega okolja. Dogodki se nadaljujejo tudi med semestrom. Za tiste, ki jih zanima kultura, so na voljo številni muzeji, galerije in spomeniki. Imajo izredno veliko parkov in vrtov, ki so lepo urejeni pogosto pa je v njih tudi jezero / ribnik. Z vlakom so dostopna vsa večja mesta, kot so Kraków, Wrocław in Poznań/Gdańsk. Kraków je dobro izhodišče za obisk najbolj znanega koncentracijskega taborišča v Evropi. Letalske povezave pa so praktične in ugodne tudi za obisk skandinavskih držav. Osebno sicer priporočam, da čas namenite raziskovanju Poljske, saj ima zelo bogato kulturo. Priporočil bi tudi obisk pribaltskih držav.

EVROPSKA in SVETOVNA NOTA:
Na izmenjavo v Varšavo se je skupaj z mano odpravilo okoli 40-50 študentov iz cele Evrope (poleg EU tudi Ukrajina in Turčija), kar je nudilo izjemno priložnost kulturne izmenjave in izmenjave stališč. V english division-u pa so študenti prav s celega sveta: od Tajvana, Vietnama, Pakistana, Indije, afriških držav - vse do Združenega kraljestva, ZDA in Kanade ter držav Južne Amerike. Prav zaradi tega priporočam nastanitev v študentskem domu in ne v zasebni nastanitvi.
Varšava je Erasmus destinacija, ki je najbližje vojnemu območju v Ukrajini. Ob neprecenljivih izkušnjah iz pogovorov z ukrajinskimi študenti mi je uspelo pridobiti občutek o dejanskem stanju in položaju ljudi v tem delu Evrope, kar iz Ljubljane in glede na vse manjšo svobodo informacij na spletu, težko dosežemo. Celotna izkušnja v Varšavi je pripomogla k oblikovanju mojega poslanstva – tako medicinskega kot življenjskega.
Erasmus je projekt, ki resnično krepi evropsko identiteto in sožitje, navdihuje, spodbuja solidarnost, krepi stare in ustvarja nove ideje.

ZAKLJUČEK:

Za zaključek bi povedal, da Varšava ni bila moja prva izbira in od nje nisem imel visokih pričakovanj. Želel sem si v Copenhagen ali na Portugalsko, Kreto. Sedaj sem vesel, da se ni izšlo - saj si ne predstavljam, da bi mi te destinacije lahko ponudile toliko, kot mi je ponudila Poljska.
Upam, da tudi postaneš alumnus/alumna Karolkowe 84 v Varšavi!

41. PORTUGALSKA - Univerza v Portu (Maja Mesarec)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
Izmenjavo sem opravljala v Portu, na Faculdade de Medicina da Universidade do Porto - FMUP. Živela sem v zasebnem stanovanju, v katerem smo bili štirje, za sobo sem plačevala 400€ na mesec + stroški. Stanovanje je bilo 10 min hoje od bolnice in 10 min z metrojem do centra, blizu Polo Universitario. Z lokacijo sem bila izredno zadovoljna in jo priporočam, ker je to miren in varen del mesta, v katerem živijo pretežno študentje. Ostali življenjski stroški so nekoliko nižji kot v Sloveniji. Zelo ugoden je javni prevoz - vsak, mlajši od 24, ga dobi popolnoma zastonj.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija
Prijavila sem se preko njihovega portala, za katerega sem dobila vsa potrebna navodila. Na izmenjavi sem opravljala predmete: Ginekologija in porodništvo, Oftalmologija, Endokrinologija, Imunske in revmatske bolezni ter Ortopedija in travmatologija. Študij poteka v obliki predavanj in seminarjev, ki so ponekod neobvezni, ponekod 75% obvezni, ponekod pa prinesejo bonus točke na izpitu. Vaje so obvezne, pri njih zbiraš podpise mentorjev. Pri večini predmetov si lahko sam izbereš termine vaj.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF
Predavanja so večinoma bila vsak dan po eno uro ali dve zjutraj, po tem so sledile vaje. Vaj je bilo različno veliko glede na predmet, skoraj vsak predmet pa je imel vaje razdeljene na ambulantne vaje, vaje na urgenci in vaje v operacijski. V primerjavi z UL MF se mi je zdela količina predavanj podobna, količina vaj pa večja. Vaje so se mi zdele zelo kvalitetne, večinoma sva bila dva študenta skupaj z enim zdravnikom, včasih tudi samo en. Všeč mi je bilo tudi, da smo pri večini predmetov videli urgenco in operacijsko. Skoraj vsak predmet ima poleg končnega pisnega izpita, ki se piše v juliju, sprotni praktični izpit po koncu predmeta, kjer se preverjajo klinične veščine in pomembnejša teorija.

Jezik izvajanja študijskega programa
Predavanja so potekala v portugalščini, na vajah pa so z mano govorili v angleščini. Ker sem se portugalsko začela učiti kakšno leto prej, sem do izmenjave imela nekaj razumevanja jezika, a daleč od tega da bi lahko sledila predavanjem brez težav. Na izmenjavi sem prva dva
meseca imela intenziven tečaj jezika na FLUP in tako je počasi postalo lažje. Hkrati sem na vajah in predavanjih vsak dan poslušala ‘medicinsko’ portugalščino in se tako naučila razumeti pouk. Na koncu sem opravila dva pisna izpita (Endokrinologijo in Ortopedijo in travmatologijo) v portugalščini, ostale pa v angleščini.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF
Zelo všeč mi je bil sistem vaj, kjer smo si študentje sami izbrali termine. Nasploh so bili zelo razumevajoči, kar se tiče menjave vaj in nadomeščanja odsotnosti. Poleg tega so bile same vaje zelo dobro organizirane, veliko so nas vključevali in redko se je zgodilo, da sva bila več kot dva študenta na enega mentorja.
Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli
Prednosti so seveda čudovito mesto Porto in celotna Portugalska, kvaliteten pouk in veliko praktičnega pouka. Slabost pa žal zahteva po znanju portugalščine, ki pa nikakor ni ovira, če si dovolj motiviran.

42. ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Nana Živič Pavček)

V študijskem letu 2025/2026 sem drugi semester 5. letnika preživela na izmenjavi Erasmus na Kanarskih otokih, na Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

NASTANITEV

Sprva sem stanovanje iskala v starem mestnem jedru Vegueta, saj sem si želela biti čim bližje univerzi. Že kmalu po prihodu pa sem ugotovila, da mi lokacija ne ustreza, saj sem želela poleg študija čim več časa preživeti v družbi ljudi in se čim več ukvarjati s športom. Ker sem imela poleg tega tudi težave s stanovanjem, sem že drugi dan podpisala pogodbo z novo najemodajalko in se mesec kasneje preselila v središče Las Palmasa, v predel Mesa y López.

Kljub strahu, da bo velik del mojega dneva namenjen vožnji z avtobusom, oddaljenost ni predstavljala težav. Mesto ima namreč zelo dobre avtobusne povezave, zato sem nanj le redko čakala, vožnja pa je trajala le 35–40 minut. Za obe stanovanji sem izvedela prek WhatsApp skupin, pomagala pa sem si tudi s spletno stranjo Idealista. Druga nastanitev je bila v bližini Plaza de España, kar mi je omogočalo, da sem bila blizu plaže La Cicer, kjer smo surfali, El Confitala, kjer smo tekli, Las Canteras, kjer smo igrali odbojko, in Santa Cataline, kjer smo se družili. Stanovanje sem si delila še z dvema cimroma, pri čemer je imel vsak svojo sobo. Sicer priporočam iskanje stanovanja v predelih Guanarteme, Mesa y López, San Telmo, Vegueta ali Santa Catalina.

STROŠKI

Za stanovanje sem skupaj s stroški plačevala 400 EUR na mesec, pred prihodom pa sem v višini ene najemnine plačala še depozit. Cena mestnega avtobusnega prevoza s študentsko vozovnico znaša 13 EUR na mesec, za medmestne avtobuse pa sem plačevala med 2 in 6 EUR. Če si uspete urediti residential bonus in pridobiti NIE, imate v okviru kartice WAWAJOVEN vse avtobusne prevoze brezplačne. Cene živil v trgovinah so primerljive s slovenskimi, nekoliko dražja pa sta sveže sadje in zelenjava. Hrana in pijača v restavracijah ter barih sta opazno cenejši, zato priporočam obisk tapas barov in pokušino tradicionalnih jedi.

PRIJAVNI POSTOPKI

Po prijavi sem prejela e-poštno sporočilo z navodili za prijavo, nov šolski e-poštni naslov ULPGC, geslo in dostop do spletnega portala. Prek e-pošte sem oddala študijski sporazum, pri čemer s podpisi nisem imela večjih težav. Priložiti sem morala še potrdilo o nekaznovanosti, ki sem ga naročila elektronsko, potrdilo o znanju jezika in potrdilo o nezgodnem zavarovanju za tujino.

ŠTUDIJ

Vsa predavanja in vaje potekajo v španščini, profesorji pa glede jezika niso posebej prilagodljivi. Erasmus študenti smo bili vključeni v redni študijski proces in nismo imeli nikakršnih olajšav glede študija, izpitov ali podaljšanega časa pisanja. Edina izjema je bila ginekologija, kjer so mi dovolili, da sem pri esejskih vprašanjih kombinirala angleščino in španščino. Pouk je vsak dan potekal od 11.30 do 16.30, dopoldnevi pa so bili namenjeni kliničnim vajam. Petek je bil edini dan brez vaj, zato je bil namenjen izbirnim predmetom. Ker je kanarsko narečje zelo hitro in nerazločno, je bilo sledenje predavanjem precej zahtevno. Sama sem čas predavanj pogosto izkoristila za branje snovi in prevajanje besed, ki jih nisem razumela, kar mi je kasneje pri učenju prihranilo veliko časa. Vaje v bolnišnici so mi bile zelo všeč, saj je bil posameznemu profesorju dodeljen le en študent. Zaradi tega so lahko prilagodili tempo razlage, imela sem možnost veliko spraševati, jih prositi za ponovitev razlage in se od njih naučiti tako jezika kot medicine.

Predavanja večinoma niso obvezna, vendar številni profesorji dobro prisotnost upoštevajo pri končni oceni. Prisotnost preverjajo prek QR-kod, Bluetootha ali podpisov.

GINEKOLOGIJA

Ginekologija je bila zame eden zahtevnejših predmetov, saj smo na vsaka dva tedna pisali kolokvij z esejskimi vprašanji. Na kolokviju smo dobili štiri klinične primere, za vsakega pa pet vprašanj. Dve vprašanji sta bili podčrtani, kar je pomenilo, da je bil odgovor ocenjen z nič točkami, če nanju nisi odgovoril popolno. Vse naloge je bilo treba rešiti v eni uri, zato sem se morala za vseh sedem kolokvijev zelo dobro pripraviti. Literaturo so pripravili profesorji, zato sem ves čas natančno vedela, iz česa se učiti. Če si po sedmih kolokvijih dosegel povprečno oceno nad 6 in nisi imel več kot dveh negativnih ocen, si bil oproščen zaključnega izpita, ki naj bi bil praktično neopravljiv. Na koncu smo vsi z uspešno opravljenimi kolokviji opravili še izpit OSCE, kjer smo obravnavali dva simulirana pacienta (enega iz porodništva in enega iz ginekologije) ter ustno izvedli simulacijo pregleda. Vaje so potekale dva tedna, od ponedeljka do četrtka. Bile so precej naporne, a hkrati zelo poučne in zanimive.

ENDOKRINOLOGIJA

Imeli smo vsakodnevna predavanja in tedenske seminarje. Prisotnost na seminarjih je bila 80- odstotno obvezna, vendar do Erasmus študentov niso bili posebej strogi. Zaradi profesorja iz Madrida je bil to moj najljubši predmet, saj sem brez težav razumela predavano snov. Predmet je zelo obsežen in vključuje tudi metabolizem ter nutricionistiko, vendar sama snov ni pretirano zahtevna. En teden smo imeli klinične vaje v bolnišnici, ki so me zelo pozitivno presenetile. Zdravniki so bili prijazni, pripravljeni počasneje razložiti snov ter študente aktivno vključiti v obravnavo pacientov in delo zdravstvenega tima.

HEMATOLOGIJA IN ONKOLOGIJA

Predmeta sta bila združena v en sklop. Do marca oziroma aprila je potekala onkologija, pri kateri predavanja niso bila obvezna, vaje pa so trajale en teden in bile precej slabo organizirane. Zdravniki pogosto niso vedeli, da prihajajo študenti, zato so nas večkrat pustili čakati, kljub temu pa smo potrebovali njihov podpis za prijavo na izpit. Ker je bila prisotnost na vajah obvezna le v 75 %, sem lahko enkrat manjkala, kar sem tudi izkoristila.

Izpit smo pisali že v začetku aprila. Bil je precej enostaven in podoben izpitom iz preteklih let, vseeno pa priporočam dobro pripravo, saj znanje zelo pomaga pri razumevanju vprašanj.

Hematologija je bila povsem druga zgodba. Predavanja so bila večinoma obvezna, vaje pa odlično organizirane. Vsak dan mi je eden od profesorjev razložil svoj del snovi, kar mi je zelo pomagalo pri učenju. Tudi tukaj je bila prisotnost na vajah obvezna le v 75 %. Izpit je bil zelo zahteven, zato sem se morala nanj temeljito pripraviti. Učila sem se po predavanjih in uradnih zapiskih, v veliko pomoč pa so mi bili tudi videoposnetki na YouTubu.

IZBIRNA PREDMETA

Prvi izbirni predmet je bil Soporte Vital Básico. Kljub obvezni 60-odstotni prisotnosti se predavanj nisem udeležila niti enkrat, saj so se časovno prekrivala s hematologijo. Profesor mi je zato naročil, naj pripravim statistično analizo mnenj študentov, ki so se predmeta udeležili, ter predstavim teme, ki so se jim zdele najpomembnejše. Izpit je bil precej enostaven, čeprav sem se morala naučiti kar nekaj snovi. Drugi predmet je bil Donación y Sustitución de Órganos. Organizacija predmeta je bila odlična. Ob petkih dopoldne smo imeli zelo zanimiva predavanja različnih gostujočih profesorjev, ogledali pa smo si lahko tudi delovanje njihovega centra. Na koncu smo vsi, ki smo se udeleževali predavanj, prejeli enako oceno, zato dodatnih obveznosti ni bilo. Sama sem se predavanj udeležila približno štirikrat.

PRIMERJAVA Z ULMF

Izpiti so zelo stresni in zahtevni. Profesorji pričakujejo veliko znanja, pri skoraj vseh izpitih se odštevajo točke za napačne odgovore, vprašanja pa so zelo podrobna. Izpitna obdobja so precej zgoščena, zato je treba v kratkem času opraviti veliko izpitov. Priporočam, da sproti berete snov in se ne zanašate na učenje

tik pred izpitom. Na ULMF imamo zelo dobro predznanje, zato večina snovi zame ni bila nova ali posebej zahtevna. Ker pa je bilo treba vse prebrati v španščini, je učenje vseeno zahtevalo precej časa.

PRIMERI DOBRE PRAKSE, KI BI JIH ŽELELA PRENESTI NA ULMF
Pozitivno me je presenetil oseben odnos med profesorji, zdravniki in študenti. V bolnišnici te pogosto nagovarjajo z izrazom cariño, zaradi česar sem se počutila zelo sproščeno.
Prav ta manjša distanca se mi zdi pomembna pri pridobivanju znanja, saj sem si zaradi nje upala več spraševati in aktivneje sodelovati. Kanarske otoke bi kot Erasmus destinacijo priporočila vsem, ki radi športate, uživate v naravi in na plaži, odkrivate nove kraje, okuse, kampirate ter spoznavate nove ljudi. Dobro je, da imate tudi vsaj osnovno znanje španščine. Zame je bila to res neprecenljiva izkušnja, ki me je veliko naučila. Za vsa vprašanja sem na voljo na nana.zivic.pavcek@gmail.com.

43. ŠPANIJA – Univerza v Cantabrii (Katarina Tomac)

Izmenjavo sem opravljala na Univerzi v Cantabrii v mestu Santander v poletnem semestru 6. letnika.
V Španijo sem se odpravila 15. januarja, letela sem iz Benetk do Santaderja s prestopom v Madridu. Stanovanje sem našla preko španske spletne strani Idealista, nahajalo se je v centru mesta, bilo je sodobno in dobro opremljeno, najemnina s stroški je bila 410€/mesec. Imela sem dve cimri, ki sta bili tudi Erazmus študentki. Najemodajalka je bila zelo odzivna, pred prihodom mi je dala tudi kontakt takratnega najemnika, da mi je preko videoklica razkazal stanovanje. V bližini našega stanovanja je bilo veliko restavracij, barov, trgovin, morje pa tudi ni bilo daleč stran. Deset minut stran se je nahajal majhen kino, podoben ljubljanski Kinoteki, ki sem ga večkrat obiskala. Santander je mesto, ki je zelo ugodno za življenje, malo manjše od Ljubljane, z arhitekturo in vzdušjem pa spominja na nekakšen pomanjšan Madrid (primerno manjši so tudi življenjski stroški). Center peš hitro osvojiš — ker je teren v nekaterih predelih zelo strm, se tam skoraj nihče ne vozi s kolesom, na ulicah pa so pogosto kar tekoče stopnice. Javni prevoz je dobro urejen, vožnja z avtobusom stane samo 40 centov. Cene v trgovinah in restavracijah so podobne našim, občutno cenejši so pinchosi in pijača v lokalih.

Vse informacije glede prijave, ki poteka online, sem dobila na spletni strani Universidad de Cantabria. Koordinator za medicinsko fakulteto in zaposleni v mednarodni pisarni so zelo odzivni, vendar pa smo si morali izmenjati kar nekaj mailov, preden so razumeli, da želim na izmenjavi opravljati samo vaje in ne izpitov, ampak so na koncu vse odobrili. Opravljala sem 7 tednov vaj Interne medicine na hematološkem in endokrinološkem oddelku in 6 tednov vaj Kirurgije na travmatologiji. Glede vaj svetujem, da čim prej kontaktirate nosilce predmetov, da se dogovorite, na katerih oddelkih lahko opravljate vaje, večino podrobnosti glede organizacije se potem dogovarjaš s predstavnikom letnika. Podobno kot v mednarodni pisarni je bila tudi predstavnica letnika zelo odzivna, nekoliko zmedena, ampak je na koncu vse uredila.

Univerzitetna bolnišnica Valdecilla se nahaja nekoliko izven centra mesta, dobre pol ure peš oz. 20 minut z avtobusom od mojega stanovanja. Glede na velikost mesta je bolnišnica ogromna ter zelo sodobno opremljena. Bolniške sobe so prostorne in opremljene z grafikami, skoraj vsak pacient ima svojo sobo in svojci so pogosto prisotni ves čas hospitalizacije, nekateri tudi prespijo. Na splošno je bilo vzdušje in topel odnos zdravnikov do pacientov zelo osvežujoč.

Vaje potekajo podobno kot pri nas, s tem da sem tako na interni kot tudi pri kirurgiji večinoma začenjala ob 9h, kar je bila dobrodošla sprememba. Zdravstveni delavci imajo med sabo in do študentov zelo sproščen, prijateljski odnos, ki naredi študijski proces zelo prijeten. Prve tedne sem se z jezikom sicer malo lovila, ker sem se špansko nazadnje učila v srednji šoli, ampak so bili z mano potrpežljivi in šlo je vedno lažje. Španski študentje na vajah interne večinoma samo opazujejo mentorje pri viziti, tako da nisem

opravljala veliko praktičnih stvari, na kirurgiji pa so mi po navadi ponudili, če bi asistirala. Posebej me je presenetilo sproščeno vzdušje v operacijskih dvoranah, kjer se nikoli nisem počutila v napoto.

Erasmus združenje v Santanderju organizira veliko dogodkov, na katerih sem spoznala prijatelje, s katerimi smo potem hodili srfat, ven, v kino, na plažo, naokrog na izlete po Kantabriji … Santander je res super mesto za študentsko življenje, ni premajhno in ne preveliko, ima čudovito naravo, odlično hrano, plaže, poceni lokale, skupnostne dogodke in dobre povezave s slikovitimi okoliškimi mesteci in bližnjimi kraji kot so Bilbao, San Sebastian, Oviedo itd.

44. ŠPANIJA – Universidad de Pais Vasco, Bilbao (Julija Andoljšek)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški
V zimskem semestru 4. letnika sem odšla na Erasmus+ izmenjavo v Španijo v Bilbao, natančneje na Universidad de Pais Vasco (UPV), Faculdad de Medicina y Enfermeria. Nikjer v starih poročilih nisem zasledila, da bi šel v Bilbao še kdo drug, tako da mislim, da sem tja odšla prva.
Nekaj o mestu in Baskiji, ki je zagotovo ne gre primerjati z ostalimi deli Španije. V mesto sem se popolnoma zaljubila, je zelo moderno, lepo urejeno, čisto, na splošno se pozna visok standard življenja v Baskiji. Navdušena sem bila na kombinacijo gora z oceanom in peščenimi plažami. Španci pravijo, da samo dežuje in da ni nič sonca, kar zagotovo ne drži za nekoga, ki prihaja iz Centralne Evrope. Vreme se zaradi bližine Atlantika zelo hitro spreminja, lahko da bo zjutraj rosilo, opoldne pa bo že sonce, če ne drugega za par ur. Na plažo se je dalo hoditi še novembra in decembra smo imeli 15 stopinjske tople dneve. Se vseeno je prijetno ker se nikoli ne segreje toliko kot na jugu Španije. Prav tako si v 5-ih mesecih nisem kupila dežnika, s kapuco zadostuje… sedaj pa sami presodite o vremenu. Baskija poleg Katalonije najbolj liberalen in ne-španski del Španije. Imajo drugačno mentaliteto, kar je meni zelo ustrezalo, še posebej, da sem si oddahnila od Slovenije.

Kar se tiče nastanitve – ne ponujajo javnih študentskih domov, obstajajo le privatne rezidence, ki te oberejo po 800eu za sobo z malo kuhinjo. Jaz sem (kot na prejšnjem erasmusu) bivala v deljenem študentskem stanovanju, kar mi je zelo ustrezalo. Plačevala sem 400eu, kar je nekako najmanj za pričakovati glede na to, da smo erasmus študentje. Ponujali so stanovanje preko organizacije Happy Erasmus, kar je preprosta pot do zagotovitve stanovanja, ampak kot sem slišala so bile sobe zelo drage (po 800eu/mesec). Stroški življenja so podobni, ampak vseeno nekoliko nižji kot v Sloveniji, predvsem na hrani se da lepo prihraniti.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija
Opravljala sem predmete Obstetricia y Ginecología (Ginekologija in porodništvo), Radiología y Medicina Física II (Fizikalna in rehabilitacijska medicina ter medicina dela – priznali so mi le FRH, MD moram opraviti v Slo), Medicina Legal y Forense (Sodna medicina), Pediatría (Pediatrija) in kot izbirni predmet španski tečaj jezika, ki so ga izvajali na univerzi.
Izpite sem delala iz Obstetricia y Ginecología, Radiología y Medicina Física II in španščine, pri Pediatriji in Sodni pa sem opravljala le vaje. Odločila sem se delati manj izpitov zaradi zahtevnosti in ovire jezika, ker sem si zmanjšati stres, ki ga ponavadi izkušajo študenje v Španiji in opravljati manj izpitov, ampak te z gotovostjo. Vse to so bili predmeti 5.letnika v Španiji, saj so mi pred izmenjavo rekli, da ni mogoče kombinirati predmetov 4. In 5.letnika, vendar pa so vsi erasmus študenti – razen mene :(- imeli kombinirane urnike na koncu. UPV nima OLA (online learning agreementa) tako da se stvari v pdf LA-ta vnašajo ročno.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF
Imajo sistem semestrov, kar je slabše kot sistem rotacij, ki jih imamo mi. Predmet greš pisati 1x pozimi in 1x poleti – torej je za erasmus studente pomembno, da izpite naredi "v prvo", ni 4 rokov kot v Slo.
Predavanj je več kot v kot na ULMF, ampak niso obvezna in le manj kot polovica študentov jih obiskuje, vaj je manj, le 1 ali max 2 tedna na predmet, saj imajo v 6.letniku celo lepo posvečeno rotacijam vaj. Španski študentje zelo veliko študirajo, navada je že 2.teden pouka začeti hoditi v knjižnico in predelovati stvari vse do izpitnega obdobja. Učila sem se več kot na ULMF, saj sem želela imeti stvari prebrane prej zaradi jezika. Prav tako imajo ogromne količine zapiskov (vsak predmet okoli 1000 strani) so zelo berljivi in imajo odličen sistem urejanja zapiskov, ampak je veliko. Med semestrom sem si brala stvari, intenzivnega učenja je bilo cca 14 dni pred izpitom. Zapiske kot sem že omenila imajo res krasno urejene, ni pa tako širokih bank starih vprašanj kot so pri nas, kar je minus.
Long story short, obveznih vsebin je veliko manj, samostojnega dela pa več.
Klinične vaje lahko v Bilbau opravljaš na 2 lokacijah – v Basurtu ali pa v Cruzes. Jaz sem si izbrala Basurto, saj je bil bližje moje nastanitve. Zelo sem vesela za svojo odločitev, saj je bolnica bližje centra, manjša, lepša – starejša sestavljena iz manjših stavb z barvnimi strehami, zaposleni so bolj family-like. Vaje lahko delaš tudi v drugih 2 glavnih mestih Baskije – San Sebastianu in Vittorii. moj komentar tu bi bil; San Sebastian je ressssss lep, vendar je kar precej dražji in bolj turističen, Vittoria je manjša in manj stvari se dogaja, ampak sem slišala, da so študentje bolj "na izi".

Jezik izvajanja študijskega programa
Vse poteka v španščini, predavanja, vaje, izpiti, konzultacije.. kot erasmus študent nimaš nobenih ekstra ugodnosti, vse opravljaš enako kot domači študentje. Tukaj sem res želela poudariti, kako pomembno je dobro znanje jezika. Moja španščina ob odhodu v Španijo še zdaleč ni bila dobra, imela sem jo v gimnaziji, potem je nisem več uporabljala, razen enega intenzivnega tečaja pred poletjem. Ob prihodu bi svoj nivo ocenila na nekje med A1 in A2, kar niti približno ne bi bilo dovolj za opravljanje izpitov. Ampak bila sem res motivirana in sem se ob pomoči španskih prijateljev ekstremno hitro naučila tekoče jezika, kar bi rekla, da je bolj izjema kot pravilo. Še enkrat bi rada poudarila, da si boste zelo olajšali stvari z dobrih izhodiščnim znanjem španščine.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF
Sproščenost, nehierarhičen odnos študent – profesor. Odnosi na kliniki so prav tako bolj sproščeni in prijateljski.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?
Prednosti: super vreme, odlična hrana - baskija je res biser svetovne kulinarike s paleto pintxosev in ostalih delicij, finančno bolj ugodno. Zelo zelo pozitivna izkušnja, ki bi jo takoj ponovila oz. se tja preselila. Za tiste ki si želite potovati je super izhodišče za obiskovanje ostalih delov Španije ali pa Francije. Do Madrida je 4h vožnje z avtobusom, v bližini je več glavnih mest sosednjih avtonomnih državic Pamplona (Navarra), Santender (Cantabria) in Logrono (La Rioja), ne smemo pozabiti že na vedno dih jemajoči San Sebastian.

Slabosti/ovire: imela sem nekaj težav s komunikacijo z njihovo mednarodno pisarno zaradi ovire jezika. Na koncu se je vse dobro razpletlo, ampak je bilo zadnje tedne kar stresno. !!!Nasvet: pojdite pisati vse izpitem, tudi če veste, da boste padli, saj to šteje kot dokaz opravljenih obveznih vsebin – vaj. Meni na koncu niso želeli podpisati potrdil o opravljanju vaj, kar je težko slišati po vsej energiji, ki si jo v predmet vložil. V kolikor vas zanima več, mi lahko pišete na fb.

45. ŠVEDSKA – Karolinska Institutet, Stockholm (Ana Karolina Starič Drusany)

Predmet Kirurgija sem v sklopu Erasmus izmenjave opravljala na Karolinskem Inštitutu v Stockholmu. Predmet je trajal eno polletje, z začetkom septembra in koncem sredi januarja. Predmet je sestavljen iz več podpredmetov s skupnim izpitom na koncu. Kroži se na oddelkih za kirurgijo abdomna, urologiji, ortopediji, anesteziji, primarnem zdravstvu in urgentni medicini. Izpit jer sestavljen iz pisnega, praktičnega in ustnega dela. Večino dni si na faksu od 8. do 16. ure, vmes je ena ura pavze za kosilo. Če kakšen dan manjkaš, moraš priti čez vikend. Vaje potekajo ena na ena ali v skupinah do šest študentov. V naši rotaciji je bilo skupno 10 mednarodnih študentov, a je bil v vsaki podskupini samo en, tako da so bili moji sošolci Švedi. Pouk poteka v angleščini, splača se znati tudi malo švedsko, ampak definitivno ni nujno. Mentorji so zelo zainteresirani za predajanje znanja in izjemno prijazni. Adinistracija je tudi odlična in imajo super organizacijo na splošno.

Zelo me je presenetilo, ker nimajo nobene hierarhije v zdravstvu in na splošno. Mentorji se zato s teboj obnašajo kot s sebi enakovrednim. To omogoči idealno okolje za učenje. Normalno je, da na primer ješ kosilo s svojim mentorjem in greš skupaj na kavo. Želijo, da jih kličeš po prvem imenu.

Na splošno je v švedskem zdravstvu veliko bolj mirno kot pri nas. Imajo veliko manj pacientov na zdravnika, pogoste pavze in tri izmene. Zdravniki in ostali zdravstveni delavci so sproščeni. Velik poudarek je na življenju izven službe.

Erasmus študenti lahko stanovanje dobijo preko faksa. Karolinski inštitut ima dva kampusa, mi smo skoraj vse vaje opravljali v kampusu Flemingsberg, zato sem se tam nastanila. Kampusa sta povezana z brezplačnim avtobusom, vožnja traja ene 40 min. V drugem kampusu smo bili približno enkrat na teden. Nekateri Erasmus sošolci so izbrali kampus Solna in so se potem vsak dan peljali z avtobusom, res odsvetujem to odločitev. Stanovanje si deliš z vsaj enim cimrom, imaš pa svojo sobo. Stanovanja so v celoti opremljena, imaš kuhinjo in tudi pralni stroj. Nova zgradba. Od bolnice, kjer so vaje, si oddaljen 5 min peš, od trgovine 15 min peš in od postaje za vlak do mesta 10 min peš. Večina ljudi v domu je raziskovalcev.

Pred začetkom semestra je uvodni spoznavni teden, ki ga organizira inštitut. Zelo priporočam obisk, ker spoznaš veliko ljudi in tudi razkažejo ti Stockholm. Prvi teden faksa so predavanja, v nadaljevanju pa štirje dnevi vaj, petek pa je rezerviran za team based learning, kar je v bistvu reševanje testov v skupini.

Na splošno je Stockholm super mesto za izmenjavo, ker ima dober javni prevoz in lahko res veliko vidiš. Lahko se vključiš tudi v ESN, ki organizira razne izlete in druženja. Ponuja tudi mnogo drugih aktivnosti in ima veliko dobrih muzejev ter galerij. Kot študent dobiš vstopnice po nižji ceni.

Erasmus štipendija v večini pokrije vse stroške.
Nisem imela nobenih neprijetnih izkušenj in se tudi nimam o ničemer za pritoževati. Švedi so me lepo sprejeli in imela sem se krasno. Celotno izkušnjo bi ocenila kot odlično, zdi se mi, da sem se zelo veliko naučila, spoznala veliko zanimivih ljudi, čisto drugačen sistem in mnogo doživela. Super je bilo! Izmenjavo srčno priporočam.

46. ŠVEDSKA – Karolinska Institutet, Stockholm (Vladimir Smrkolj)

Od 23. avgusta 2025 do 18. januarja 2026 sem opravljal Erasmus+ študijsko izmenjavo na Karolinska Institutet v Stockholmu. Izmenjava je bila zelo klinično obarvana in zelo koristna. Priporočil bi jo vsem, ne

samo tistim, ki jih zanima kirurgija. Izpostavil bi predvsem sodobni načina poučevanja, vrhunsko organizacijo in študentska stanovanja čisto blizu bolnišnice.

Karolinska Institutet je ena izmed univerz v Storkholmu in ima v lasti več bolnic po mestu. Glavni in najlepši kampus je v četrti Solna, študentje na izmenjavi pa imamo 90% obveznosti na kampusu Huddinge v predmestju v kraju Flemingsberg. Bolnica v Flemingsbergu je bila zgrajena v 70ih in ima temu primeren zunanji videz, znotraj pa je zelo lepo opremljena. Blizu stanovanj sta tudi dva velika supermarketa, ICA Maxi in Williys, ter še manjši Lidl. V supermarketih imajo tudi slovenske in hrvaške izdelke. Povezava z vlaki do mesta je odlična (17 min do centra Stockholma). Javni promet v okolici Stockholma se uporablja z aplikaciijo SL, za študentski popust pa je potrebno imeti še njihovo študentsko kartico Mecenat, ki jo koordinatorka uredi tekom uvodnega tedna. Za prevoz do Uppsale se v aplikaciji doplača še Uppsala fee (4EUR), za prevoz do letališča, pa ta fee ni potreben, saj je najbolje prestopati v mestu Märsta. Sam sem kupil mesečno SL karto (60EUR), saj sem se veliko vozil naokoli, ter izkoristil tudi daljše trajekte, ki so vključeni v mesečno karto. Priporočam, da se udeležite welcome week-a, saj boste spoznali mesto, nove ljudi, predvsem pa boste imeli čas da si uredite KI card, SITHS (e-tjänst kort) access card in KI nahrbtnik. KI card si naredite tako, da v avli KI stavbe naredite sliko (imajo foto station), in jo na istem mestu prevzamete v nekaj dneh. SITHS kartica se vam izdela, ko končate JOBSH online course (navodila dobite po mailu, "ocene" pošljete koordinatorki na mail), to kartico prevzamete v centru Stockholma. KI nahrbtnik pa dobite zadnji dan welcome weeka ali pa tretji teden pouka, ko je termin za zamudnike :). Ne nosite s sabo uniform in majic, saj tukaj dobite vsak dan sveža delovna oblačila. Prinesite čevlje za po bolnišnici.

Nastanitev:
POZOR izberi KI residence Flemingsberg, sicer se moraš vsak dan voziti 2x 40-60min iz kampusa Solna do vaj, kjer ne marajo zamujanja. Sicer obstaja brezplačen KI avtobus med kampusoma, vendar prvi bus ni dovolj zgoden za vaje v operacijskih sobah (7.30). Ob prejemu potrditve izmenjave dobiš tudi povezavo na portal, kjer lahko najdeš nastanitev v njihovih blokih. Lahko izbiraš med studiom (svoje stanovanje – dražje) ali deljenim stanovanjem (stanovanje z dvema sobama). Stanovanja imajo tudi kavč-posteljo, če imate obiske. Stanovanja so 5min peš od bolnice, trenutno plačujem 500EUR za sobo v stanovanju z dvema sobama.
Okvirni življenjski stroški:
- Soba: 500EUR/mesec
- Javni transport: po potrebi (2,4 EUR za posamezno karto, ki velja 75min), za najem avta sem uporabljal aplikacijo GoMore.
- Telefon: domači paket
- Hrana: cena v trgovinah primerljiva s Slovenijo. Hrana v restavracijah je med 0 in 50% dražja, kot v Sloveniji. Večina ljudi si hrano kuha doma in jo prinese s sabo/gre v stanovanje pojest. Imajo tudi menzo (Alle Elva), kjer dobiš študentsko kosilo za cca 6,5 EUR. Na večini oddelkov imajo tudi "fika" odmor, kjer se lahko konkretno naješ "knackerbrod"-a s slanim maslom in sirom. Kavo/čaj/kakav imaš v neomejenih količinah na voljo na oddelkih.
- Prosti čas: preverite "Fritidsbanken", kjer si lahko brezplačno sposojaš opremo za prosti čas (kamp, itd.), brezplačni fitness v KI stavbi z aplikacijo Wondr. Brezplačna izposoja rekvizitov v box-u pri knjižnici z aplikacijo Piffl.

Prijavni postopki:
Čez celoten postopek te vodi švedska mednarodna koordinatorka, ki je celotno trajanje mobilnosti v veliko pomoč študentom. Najbolje je preveriti postopek na "KI Incoming student exchange and traineeships" spletni strani. Potrebno se je prijaviti na spletni obrazec KI, nato pa slediti mailom, ki prihajajo. V večino stvari v katere se je potrebno prijaviti ali jih izpolniti se lahko prijavite šele okoli 1 mesec pred izmenjavo.

Praktično vse razen najema stanovanja pa lahko uredite tudi tekom welcome weeka, če slučajno ne bi znali prej.

Izbire predmetov:
Predmet izbereš ob prijavi na spletnem obrazcu. Nam je na voljo le "2EE134 Clinical medicine 3: Surgery, 30 ECTS credits". Sam sem si priznal predmet kirurgija in perioperativna medicina. Bodoči študenti lahko preučijo možnosti priznavanja enega ali dveh tednov vaj v ambulanti primarnega zdravstva.

Način študija:
Predmet traja od 1. septembra do konca drugega tedna januarja. Okoli novega leta sta dva tedna počitnic. Prvi teden je CRASH week, torej hitri uvod vsega s predavanji 8-17h Ostali tedni so pon-čet vaje in v petek obvezni seminarji. Vaje so na zelo različnih deloviščih, večinoma od 8-15.30. Vse študente razdelijo v skupine po 2 do 3, ki potem skupaj hodijo na vaje. Predmet je razdeljen v več modulov, ki trajajo od enega do tri tedne (npr. kirurgija, ortopedija, urologija, itd.). Načeloma je čisto vse obvezno, vendar se lahko z mentorji dogovorite za kakšne prilagoditve. Zadnji teden je izpitni teden. Piše se pisni izpit, OSCE postaje in ustni izpit. Končna številčna ocena se izda na podlagi truda tekom leta in na podlagi dosežkov na izpitu. Točnih kriterijev in načina določitve te ocene nam niso razkrili.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF:
Predavanj je samo en teden in občasno kakšen petek, ostalo so seminarji, vodeni s strani učiteljev oziroma skupinsko delo. Obremenitve so v primerjavi z vajami na UL MF primerljive in odvisne od dneva, interesa za tisti del vaj in od mentorja.
Jezik izvajanja študijskega programa:
V angleščini. Osebje in bolniki večinoma govorijo angleško, zato ni težav. Tako osebje, kot bolniki so iz zelo različnih držav, tako da se lahko z njimi pogovarjate tudi v katerem drugem jeziku, ki ga obvladate (npr. nemščina, hrvaščina, španščina, in predvsem arabščina).

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF:
- Odmor za kosilo med 12-13h.
- Mentorji naročijo paciente s patologijami primernimi prav za individualnega študenta
- Imenovanje najboljšega "učitelja" (kogar koli, ki ima stik s študenti) vsak mesec glede na nominacije študentov

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?
+ Kampus, ki ima na voljo veliko stvari, od telovadnice, knjižnice, prostorov za učenje, mikrovalovk, tiskalniki
+ Izjemno mednarodno okolje, kjer spoznaš ljudi iz praktično vseh celin in kultur
+ Neskončni gozdovi (tudi v okolici kampusa), kjer se lahko napolnite z energijo, prosto kampirate in nabirate ogromno gob
- Flemingsberg ni posebno razvit in je občasno tudi center strelskega obračunavanja med tolpami
- Zima je mlačna in siva

Prosti čas
Brezplačna izposoja opreme za prosti čas (šotori, spalne vreče, smuči) v Fritidsbanken. Sam sem se veliko potapljal z lokalnimi potapljači. Občasno sem šel plezat v Bouldering Stockholm.

47. TURČIJA – Acibadem Universitesi, Istanbul (Kaja Tominec Hrib)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem svoj poletni semester 5. letnika splošne medicine opravljala v Istanbulu na Acibadem Universitesi.
Istanbul je velikansko in zelo razgibano mesto, ki danes šteje že okrog 20 milijonov prebivalcev. Zdi se nepredstavljivo ogromno in na začetku je to malce strašljivo, a sem se hitro sprijaznila, da ga ni moč odkriti v celoti. Je precej velika sprememba v primerjavi z Ljubljano, a so mesto in njegovi ljudje tako gostoljubni, da se zlahka privadiš.

Na izmenjavo sem se odpravila v začetku februarja, dva tedna pred uradnim začetkom prve rotacije, saj sem želela nastanitev najti v živo. S fantom sva iskala po raznih platformah. Največ študentskih sob se po mojem mnenju najde na Erasmus skupinah na Facebooku. Teh je bilo kar nekaj, prav tako oglasov za nastanitev. Večinoma sicer oddajajo sobe, midva pa sva iskala garsonjero ali enosobno stanovanje. Ogledala sva si še oglase po Airbnb in pa po nekakšni turški verzije nepremičnine.net. Na koncu sva našla enosobno stanovanje prav preko Airbnbja. Cena je bila primerljiva najemu sobe v Ljubljani. Sprva sem mislila, da bo najemnina gotovo cenejša kot doma, pa vendar so se cene za sobo gibale nekje okrog 300-500 evrov mesečno. Stanovala sem v četrti Sisli. Bila je dobra izbira, saj leži približno na sredini mesta in je najbolje povezana z javnim prevozom. Okrog 10 minut sem potrebovala do metroja in 15 do metrobusa, ki se mi je zdel najboljši za transport, saj ima svoj poseben pas na cestah/obvoznici in je tako daleč najhitrejši način prevažanja, ki je lahko v Istanbulu precej zapleteno. Javni prevoz ponuja več možnosti - avtobus, metro, metrobus, tramvaj in trajekt. Zaradi velikosti mesta je skoraj neizbežno, da se za transport porabi več časa kot doma. Študentje imajo posebno študentsko vozovnico (istanbulkart), ki za okrog 10 evrov nudi 200 voženj na mesec (kar je bilo več kot dovolj). Vključuje pa vsa zgoraj omenjena prevozna sredstva. Preostali stroški so primerljivi z bivanjem doma. Hrana v nekaterih supermarketih je bila skorajda dražja, a obstajajo ugodnejše trgovine npr. Bim, Sok. Restavracije so prav tako ugodnejše, predvsem te s tradicionalno turško hrano. Za obrok zunaj bi zapravila med 5-10€. Pametno je sicer treba izbrati lokacijo, saj je v bolj turističnih delih mesta tudi cena bolj turistična.

Prijavni postopek sam po sebi ni bil zapleten, vendar mednarodna pisarna na gostujoči univerzi žal ni bila preveč odzivna, tako da sem svoje potrebne dokumente uredila šele januarja. Pozneje pa so bili zelo prijetni in v veliko pomoč. Uredili so mi dovoljenje za prebivanje, sama sem le dostavila potrebne dokumente npr. novo turško zavarovanje, fotografije in pa pogodbo za stanovanje. Priporočam, da to uredite čim prej, časa je sicer več kot dovolj tudi pozneje (90 dni), a je takrat mednarodna pisarna bolj obremenjena z drugimi podobnimi zahtevami.

Na izmenjavi sem opravljala predmete Ortopedija in travmatologija, Fizikalna in rehabilitacijska medicina ter medicina dela, Otorinolaringologija, Oftalmologija in Ginekologija in porodništvo. Študij je potekal podobno kot pri nas - v obliki rotacij. Te so trajale 3-7 tednov s podobno ureditvijo kot doma. Pri večini predmetov smo začeli s predavanji in zatem nadaljevali z vajami. Tako predavanja kot vaje so bila obvezna, kar je bila občutna razlika od domačega študija. Predavanja so večinoma trajala od 8.30-17h. Pogosto so bila vodena kot študentske diskusije in predstavitve ali pa case based learning. Profesorji so v večini govorili zelo dobro angleščino, a so bila predavanja včasih v turščini na račun domačih študentov. V tem primeru je profesor le nam Erasmus študentom vsebino predavanja razložil pozneje v angleščini. Na splošno se mi zdi, da je bilo tako profesorjem ljubše. Tudi rotacije so bile veliko manjše kot doma (v vsaki je bilo okrog 15 študentov), vaje pa v celoti potekajo individualno, en študent na enega mentorja. Tukaj je bilo opaziti, da je univerza zasebna. Pouk je potekal v različnih bolnišnicah. Acibadem ima po mestu namreč več ustanov, a je "študijskih" bolnišnic le par (jaz sem bila v petih), ki pa so precej razsejane po mestu, tako da priporočam, da si na podlagi teh (in ne kampusa) najdete nastanitev. Vse bolnišnice so nove, izjemno lepo

urejene in opremljene. Študentom in zaposlenim ponujajo brezplačna kosila in večerje ter zelo ugoden zajtrk (za kaka dva evra). V popoldnevu pa je ponujen tudi turški čaj. Mentorji na vajah so bilo res prijazni in zelo zagnani, da mi razložijo čim več. Velik del vaj je žal potekal v turščini, saj je to način komunikacije s pacienti, ampak so zatem mentorji vse obnovili v angleščini. Vaje so večinoma trajale od 9-15h, približno enako kot doma. Velik poudarek je bil na operacijah. Kirurgija jih je bolj zanimala tudi na končnem ocenjevanju. Rekla bi, da je bila študijska obremenitev precej podobna, v Istanbulu pa je potrebno prišteti še kake 3 ure za transport, kar je dneve malo podaljšalo.

Primer dobre prakse, ki bi ga želela prenesti na UL MF je predvsem ta individualen pristop, ki je zares omogočal bolj kvaliteten pouk/klinične vaje. Zavedam se sicer, da je to malce nerealistično za javni zdravstveni sistem. Zdravniki, zaposleni v Acibadem bolnišnicah, imajo skoraj idealne pogoje za delo in si lahko vzamejo čas, da se vsakemu študentu posebej posvetijo.

Na izmenjavi sem imela priložnost videti le eno stran spektra turškega zdravstva. Bilo je skoraj idilično, zagotovo prijetno okolje za delo. Hkrati pa nisem uspela spoznati njihovega javnega zdravstvenega sistema, a so bile pripovedi o njem žal kar črnoglede. Opaziti je mogoče jasne neenakosti v sistemu. Čeprav je bil standard zelo visok, so bili pacienti med seboj manj raznoliki. A če potegnem črto, je bila izkušnja v takšnem okolju neprecenljiva in verjetno neponovljiva. Naučila sem se mnogo novih spretnosti, spoznala delčke nove kulture in religije, potovala v nove kraje in spletla življenjska prijateljstva. Turki so izredno gostoljuben narod, vedno odprti za pogovor, pripravljeni pomagati in super kuharji. Ovira v tej izkušnji je bil le jezik, pa še to le redko, saj se danes skoraj vse da dogovoriti s pomočjo telefona. Počutila sem se varno in lepo sprejeto. Zares se ne morem spomniti ene same negativne izkušnje. Tako da bi takšno doživetje z vsem srcem priporočala prav vsakomur.

POROČILA – PRAKTIČNA USPOSABLJANJA

1. AVSTRIJA – AKH Dunaj (Nina Pavčič)

Na AKH (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Wien) na Dunaju sem opravljala dvomesečno prakso (december 2025 in januar 2026) na oddelku za radioonkologijo. Prvi dan sem se udeležila predavanju o sevanju in ustrezni zaščiti pred sevanjem. Na radioonkologiji imajo več ambulant, vsak teden sem bila v eni izmed ambulant (dojka, prostata, pljuča in CŽS, glava in vrat, koža), prihajali so pacienti na prvi posvet, vmesne preglede tekom sevanja ter končne posvete po končani terapiji. En teden sem bila tudi na brahiterapiji, kjer sem lahko opazovala posege in spremljala načrtovanje obsevanja. Poleg tega sem bila tudi pri radioloških tehnikih, ki poleg biofizikov na oddelku oblikujejo načrte sevanja, pri sestrah v ambulantah, ki so oskrbovale kožo in sluznice poškodovano od sevanja in pri sestrah na LINAC napravah, kjer sem opazovala kako se pacienta obseva ter kako delujejo naprave. Poleg ambulant sem bila tudi na oddelku, kjer so pacienti, ki zaradi slabega zdravstvenega stanja sevanja ne morajo opravljati ambulantno. Vsak teden sem bila z drugim zdravnikom, saj imajo na oddelku tako razdeljeno delo, da se vsak ukvarja z enim področjem. Vaje so bile podobne, kot v Sloveniji. Zdravniki so bili prijazni, ampak niso imeli veliko časa za razlago. Večinoma sem samo sledila pregledom. Poleg tega sem se lahko udeležila tudi tumor board-ov, kjer so bili prisotni radioonkologi, onkologi, radiologi, patologi in kirurgi. Predstavili so paciente in debatirali o najboljši izbiri zdravljenja.

Stanovala sem v 8. Bezirku v študentskem domu STUWO Strozzigasse. Za ta študentski dom sem se odločila po priporočilu kolega, katerega sem spoznala na Erasmus izmenjavi 2024. S prijavo sem se lotila šele avgusta in sem komaj dobila stanovanje (sprva sem bila na čakalnem seznamu), zato bi drugim priporočila, da se z iskanjem in prijavami lotijo prej. Imela sem sobo z lastno kopalnico in kuhinjo, kar je bilo 751 evrov mesečno, vključno s stroški. Lokacija študentskega doma je dobra, saj sem do AKH potrebovala okoli 20 minut peš, prav tako pa je dobra povezava s tramom in podzemno. Trgovine sem imela blizu, Billa, Hofer in dm so bili vsi par minut hoje oddaljeni. Center je prav tako blizu (30 min peš), glavna nakupovalna ulica (Mariahilfer) je 10 min peš, v okolici doma je prav tako veliko nočnega življenja, razni bari, biljardi in podobno. Kupila sem si semestrsko karto za javni transport (velja za S-Bahn, U-Bahn, buse in tramvaje) za 75 evrov, saj je bila cenejša od dveh mesečnih. Kosila sem jedla v bolnici, kjer je cena obroka za študente 6,4 evre (glavna jed, solata ter ali juha ali sladica).

Potek prijave na Erasmus prakso je enostavnejši, kot za Erasmus študijsko izmenjavo. Oddelku sem pisala že v marcu 2025. Poslati sem morala potrdilo o cepljenjih ali zadostnem titru protiteles, katerega sem imela že od leta 2024, ko sem na Dunaju opravljala študijski Erasmus. V podpis sem dobila par dokumentov (varovanje osebnih podatkov). V juliju sem pisala še mednarodnim pisarnam (naši in na Dunaju) in uredila Learning Agreement.

Pred odhodom na Dunaj sem se udeležila tečaja na Goethe inštitutu v nivoju B2. Udeležbo na tečaju nemščine ali par ur konverzacij bi priporočala vsakomur.
Dunaj je poln kulture. Priporočila bi uporabo aplikacije Ticket Gretchen, kjer lahko kupiš vstopnice za opere, gledališke predstave, koncerte in druge dogodke. Za velik delež dogodkov imajo na voljo znižane karte za tiste mlajše od 27 let (15-20 evrov, tudi za najboljše stole). Prav tako bi priporočila Kunstfreude aplikacijo, kjer si lahko kupiš letno karto za številne muzeje in galerije za 40 evrov (med drugim tudi vstop v Albertino in Sigmund Freud muzej). Veliko muzejev (npr. Kunsthistorisches Museum ter Oberes Belvedere) na Dunaju ponuja prost vstop na določen dan v mesecu. Poleg kulturnih vsebin bi priporočala tudi Stadtwanderwege in und um Wien (Mestne pohodniške poti na Dunaju in okolici), predvsem sprehod številka 1a, ki vodi na Leopoldsberg in Kahlenberg. Priporočala bi tudi patološki muzej Narrenturm in Josephinum.

Na izmenjavi sem pridobila veliko znanja in izkušenj, zaradi česar bi Erasmus prakso priporočala vsakomur.

2. AVSTRIJA – Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien, Dunaj (Gregor Valentinčič)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal od 4. maja do 31. julija 2026 na očesnem oddelku Bolnišnice usmiljenih bratov na Dunaju (Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien). Bolnišnica je del mednarodne mreže zdravstvenih ustanov katoliškega reda usmiljenih bratov. Za Dunaj sem se odločil zaradi želje po pridobivanju kliničnih izkušenj v nemško govorečem okolju in spoznavanju avstrijskega zdravstvenega sistema. Očesni oddelek ima obsežno ambulantno in kirurško dejavnost ter je eden največjih centrov za operacije sive mrene v Avstriji, saj letno opravijo približno 9.000 takšnih posegov.

Med bivanjem na Dunaju sem bil nastanjen v Akademiji za dialog in evangelizacijo, ki je povezana z mednarodno krščansko skupnostjo Emmanuel. Ustanova si prizadeva za dialog med različnimi družbenimi skupinami, političnimi pogledi in verskimi nazori ter organizira številne dogodke. V skupnosti je živelo še približno deset študentov, večinoma iz Avstrije, Nemčije in Švice, zato je bilo to odlično okolje za druženje, izboljševanje nemščine in osebno rast. Imel sem lastno sobo in dostop do skupne kuhinje ter drugih skupnih prostorov, kopalnico in stranišče pa sem si delil še z enim študentom. Mesečna najemnina je znašala 410 evrov, kar je za nastanitev v središču Dunaja zelo ugodno. Nižja cena je bila povezana tudi z vključevanjem stanovalcev v življenje skupnosti in pomočjo pri organizaciji dogodkov.

Dunaj je nekoliko dražji od Ljubljane, vendar so cene živil v trgovinah primerljive ali le nekoliko višje. Javni prevoz je zelo dobro organiziran, zlasti podzemna železnica, zato je mogoče hitro priti do vseh delov mesta. Dunaj ponuja tudi veliko kulturnih dogodkov, pri čemer so študentom pogosto na voljo ugodne vstopnice za opero, Musikverein in druge prireditve.

Institucijo gostiteljico sem poiskal samostojno in se z oddelkom neposredno dogovoril glede opravljanja prakse. Po sprejemu je bilo treba pripraviti in podpisati Learning Agreement for Traineeships ter urediti dokumentacijo, ki sta jo zahtevali Medicinska fakulteta Univerze v Ljubljani in bolnišnica. Med drugim sem moral predložiti potrdilo o cepljenjih in podpisati izjavo o varstvu osebnih podatkov. Postopek je zahteval nekaj samostojnosti in pravočasno urejanje dokumentov, vendar je bila komunikacija z bolnišnico hitra in učinkovita.

Ker je šlo za praktično usposabljanje, nisem izbiral klasičnih študijskih predmetov ali obiskoval rednih univerzitetnih predavanj. Celotno usposabljanje je potekalo na očesnem oddelku. Čeprav sem bil formalno na Erasmus+ praksi, sem bil v delo vključen na ravni, primerljivi s študenti avstrijskega kliničnega praktičnega leta oziroma KPJ. Delovni dan se je praviloma začel med 7.30 in 8.00 ter trajal do približno 14. ure. V bolnišnici sem imel zagotovljeno tudi brezplačno kosilo.

Med prakso sem opravljal meritve refrakcije in očesnega tlaka, biometrijo pred operacijo sive mrene, meritve sprednjega očesnega segmenta in preiskave OCT. Sodeloval sem pri pripravi in izvedbi fluoresceinske angiografije ter odstranjeval šive s pomočjo špranjske svetilke. Sodeloval sem tudi pri pogovorih s pacienti in pripravi informiranih soglasij za operacije sive mrene, laserske posege in intravitrealno zdravljenje. V operacijskem bloku sem pomagal pri pripravi pacientov in instrumentov ter asistiral pri okuloplastičnih posegih, kot so operacije ptoze, blefaroplastike in odstranjevanje sprememb vek.

Ob koncu prakse sem za zdravnike na oddelku pripravil kratko strokovno predstavitev. Predstojnik oddelka namreč spodbuja redna tedenska izobraževanja, pri katerih eden izmed članov ekipe predstavi izbrano oftalmološko temo na podlagi aktualne strokovne literature.

Ker sem tri mesece preživel na istem oddelku, sem dobro spoznal organizacijo dela in osebje ter postopoma pridobil več samostojnosti. Takšna kontinuiteta je bila pomembna prednost v primerjavi s krajšimi kliničnimi vajami, pri katerih pogosto ni dovolj časa za resnejše vključevanje v delo oddelka. Zelo koristno je bilo tudi, da študent ni bil zgolj opazovalec, ampak je lahko pod nadzorom opravljal konkretne diagnostične in klinične naloge.

Delovni jezik je bil nemški. Jutranji sestanki, komunikacija z zdravstvenim osebjem, medicinska dokumentacija in pogovori s pacienti so večinoma potekali v nemščini, občasno pa tudi v angleščini. Zaradi velikega števila prebivalcev z območja nekdanje Jugoslavije sem nekaterim pacientom lahko pomagal tudi v slovenščini oziroma sorodnih južnoslovanskih jezikih. Pred odhodom zato priporočam najmanj dobro znanje nemščine na ravni B2, zelo koristno pa je tudi poznavanje nemške medicinske terminologije. V prvih tednih sem moral nekoliko več truda nameniti razumevanju avstrijskih izrazov in hitrega strokovnega govora.

Glavne prednosti mobilnosti so bile pridobivanje praktičnih oftalmoloških izkušenj, izboljšanje nemščine, spoznavanje avstrijskega zdravstvenega sistema ter življenje v mednarodnem in kulturno bogatem mestu. Na oddelku sem bil zelo lepo sprejet, osebje je bilo profesionalno, delovno vzdušje pa prijetno. Kot največji začetni izziv bi izpostavil stalno sporazumevanje v nemščini, ki je bilo v kombinaciji z novim okoljem in novimi ljudmi sprva precej naporno. Ker program za tuje študente ni bil povsem standardiziran, sem moral biti pri iskanju učnih priložnosti občasno tudi samoiniciativen. Prav premagovanje teh začetnih ovir pa mi je dalo dodaten občutek samozavesti in samostojnosti.

Erasmus+ praktično usposabljanje na Dunaju je bilo zame zelo dragocena strokovna in osebna izkušnja. Priporočil bi ga študentom, ki si želijo intenzivnejšega praktičnega dela, izboljšati znanje nemščine in spoznati delo v avstrijski bolnišnici. Svetujem dovolj zgodnjo prijavo, pravočasno iskanje nastanitve in najmanj raven B2 znanja nemščine. Brez dvoma bi opravljanje takšne prakse priporočal
Za morebitna vprašanja sem na voljo na e-mail naslovu: gregor.valenticic@gmail.com oz na soc. omrežjih.

3. BELGIJA - Gent University Hospital (Žan Starič)

Letos od konca aprila to konca junija sem se odpravil na 9-tedensko praktično usposabljanje v mesto Gent v Belgiji. Prakso sem opravljal v njihovi Gent University Hospital in sicer 4 tedne na urgentnem oddelku in 5 tednov na oddelku za radioterapijo – onkologijo.

Mesto Gent se nahaja v flamskem delu Belgije, torej v predelu, kjer v glavnem govorijo nizozemsko (v primerjavi z valonskim delom, kjer prevladuje francoščina). Mesto je malo večje od Ljubljane, a ne dosti, in zelo obvladljivo. Vsebuje zelo lepo staro mestno jedro, po katerem vozijo tramvaji in avtobusi, najpogostejši način prevoza pa so kolesa. Prevladujoča populacija v Gentu so študentje. Ko se sprehajaš po mestu so povsod okoli tebe ljudje podobne starosti in za vsakim vogalom je svoja fakulteta. V mestu so številni lokali, bari, restavracije, ki so polni ljudi, saj je mesto zelo živahno. V Gentu sem bival v študentskem domu Home Göttingen na lokaciji Kantienberg, kjer so še domovi Uppsala, Groningen, Canterbury (ti trije so enake stavbe, med seboj povezane), Vermeylen in Fabiola. Nekaj domov je še na drugi lokaciji. Bival sem v studio apartmentu, za katerega sem moral plačati 720 evrov na mesec. Studio apartment pomeni večja soba s kopalnico in straniščem ter svojo kuhinjo, za razliko od Room plus, ki stane 560 evrov na mesec, ki ima tudi svojo kopalnico, kuhinjo pa si deli en hodnik. Žal imajo takšna

pravila, da si, če tvoja izmenjava traja manj kot 4 mesece, upravičen le do »študija« sicer bi izbral cenejšo opcijo. Dom je od bolnice oddaljen 10 minut s kolesom. Zraven je trgovina, kjer večina študentov nakupuje, ko nima motivacije za kolesarjenje do Lidla. Hrana je v primerjavi s Slovenijo nekoliko dražja. Kava stane 3+ evre, pivo med 5 in 6 evri. Zraven doma teče reka in staro mestno jedro je oddaljeno 20 minut peš.

Za prijavo na izmenjavo te mora nominirati tvoja fakulteta. Če se prav spomnim je bil rok za to nekje sredi novembra. Če te izberejo se lahko prijaviš preko njihove spletne strani OASIS, ki je kot naš VIS, kamor je potrebno naložiti podpisani Learning agreement. Na njihovi spletni strani je seznam oddelkov, na katerih ponujajo izvajanje prakse. Zaradi velikega števila erazmus študentov, ti lahko želeni oddelek tudi zamenjajo in ponudijo drugega, kar se je zgodilo meni. Načeloma ponujajo izvajanje 4-tedenskih praks na posameznem oddelku z začetkom zadnji teden aprila in naprej. Ker je 8 tednov izmenjave prekratko obdobje za pridobitev finančne pomoči, za 12 tednov pa nisem imel časa, sem napisal prošnjo za opravljanje dodatnega tedna na enem izmed oddelkov. Na urgenci sem bil skupaj s še štirimi drugimi belgijskimi študenti. Bilo je zanimivo, skupaj greš do pacientov oziroma sam, če govorijo angleško, narediš anamnezo in status ter poročaš enemu od zdravnikov, ki bo bolnika pregledal. Lahko greš zraven tudi na teren z rešilcem in zašiješ kako manjšo poškodbo. Na radioterapiji sem bil večino časa z mentorico, ki je dosti prevajala, ali pa sem delineiral slike bolnikov, ki bodo obsevani. Po izkušnjah drugih erasmus študentov je zelo odvisno od ljudi na oddelku, podobno kot pri nas. Študentje na oddelku za interno medicino so bili nezadovoljni, ker se za njih nihče ni zmenil. V Gentu vaje za študente medicine trajajo dlje, kot pri nas. Dan za študenta naj bi potekal od 8ih zjutraj do 5ih popoldne, kar zna biti dolgo, če nimaš nič za delati. V tem primeru načeloma tudi ne opazijo, da te ni tam. Urnik na urgentnem oddelku je malo bolj začinjen, izmene trajajo od 8ih-15ih, 15ih-22ih, 10ih-22ih in 22ih-9ih. Soboto in nedeljo ter dan po nočni izmeni si frej. Večina zdravnikov govori dobro angleščino, od bolnikov pa večina zna vsaj nekaj.

Organizacija je dobra, vsak študent ima kartico, ki mu dovoli dostop po celi bolnici. Največja ovira je bilo brezdelje, takrat ko ni bilo angleško govorečih bolnikov. Za opravljanje prakse bi odsvetoval izbiro strogo internističnih oddelkov, saj se hitro naveličaš poslušanja konzultacij v nizozemščini. Sicer je bila izmenjava super, Gent je za izmenjavo super mesto in sigurno ga bom obiskal še kdaj.

4. ČEŠKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Polona Ušaj)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem kot mlada diplomantka februarja in marca 2026 opravljala v Pragi, v Thomayer University Hospital, ki deluje v okviru 1. medicinske fakultete Karlove univerze. Prvi mesec (februar) sem preživela na Oddelku za kirurgijo, drugi mesec (marec) pa na Oddelku za onkologijo. Za opravljanje prakse v Pragi sem se odločila na podlagi dobrih izkušenj in pozitivnih poročil študentov iz prejšnjih let ter zaradi hitrega in enostavnega postopka prijave, saj sem se za prakso odločila relativno pozno.

Prakso sem si uredila preko mednarodne pisarne 1. medicinske fakultete Karlove univerze. Koordinatorka, ga. Eva Baschiera, je bila zelo odzivna in pripravljena pomagati pri vzpostavljanju kontaktov z oddelki ter pri vseh organizacijskih postopkih. Že v začetku sem pripravila seznam oddelkov, ki so me zanimali; nato je ga. Baschiera stopila v stik s predstojnikom kirurgije, sama pa sem kontaktirala predstojnico onkologije. Oba oddelka sta se strinjala z enomesečno prakso v želenih terminih.

Sledilo je izpolnjevanje dokumentacije, predvsem Learning Agreementa za praktično usposabljanje, ki sem ga našla na spletni strani domače fakultete. S pomočjo koordinatork, ga. Baschiere in ga. Rudel, sem uredila vse potrebne formalnosti. Celoten postopek je potekal hitro in brez zapletov, od prvega

kontakta do podpisanega dokumenta in urejenih terminov prakse sta minila približno mesec in pol do dva meseca. Dodatno sem morala urediti le zavarovanje odgovornosti (Liability insurance) ter poslati potrdilo o cepljenju proti hepatitisu B.

Ena večjih prednosti opravljanja prakse v Pragi je možnost bivanja v študentskih domovih Karlove univerze, ki je na voljo vsem Erasmus študentom. Cena bivanja znaša približno 200 evrov na mesec, zato sem se po priporočilih preteklih udeležencev hitro odločila za to možnost. S tem sem si prihranila tako čas kot stroške, ki bi jih porabila za iskanje in plačevanje lastnega stanovanja oz. sobe. Prijavo za dom sem uredila preko njihove spletne platforme, kjer so bila navodila jasno podana. Stanovala sem v študentskem domu Kolej 17. listopadu (Troja), ki je od bolnišnice in mestnega središča oddaljen približno 40 minut vožnje z javnim prevozom. Sobe so večinoma dvoposteljne, kopalnico in kuhinjo pa si delijo štirje stanovalci. Dom sicer ni najmodernejši, vendar ponuja lastno menzo (kjer lahko dobiš primeren obrok po nižji ceni), sobe pa so prostorne, zato sem bila z nastanitvijo zadovoljna in bi jo priporočila tudi drugim študentom.

Ob prihodu sem si uredila ISIC kartico, ki mi je omogočila nakup mesečne vozovnice za javni prevoz po zelo ugodni ceni (okoli 5 evrov). Vozovnica velja za tramvaj, avtobus in metro brez omejitev glede števila voženj. Kartica je uporabna tudi za različne študentske popuste, npr. pri vstopninah in prevozih po državi. Javni prevoz v Pragi je zelo dobro organiziran in deluje tudi ponoči (metro in tramvaj). Stroški življenja so primerljivi s Slovenijo. Do Prage sem prišla s Flixbusom, ki te pripelje v samo središče mesta (postaja Florenc), nato pa sem prvi in zadnji dan za pot od avtobusne postaje do študentskega doma uporabila Uber.

Prvi mesec sem prakso opravljala na Oddelku za kirurgijo pod mentorstvom dr. Robina Strnada. Ob prihodu me je sprejela tajnica in me pospremila v operacijski blok, kjer me je eden izmed medicinskih tehnikov seznanil s potekom dela. Vsak dan sem se lahko sama odločila, katere operacije bom spremljala, pri čemer je bila izbira večinoma med abdominalno kirurgijo in travmatologijo. Opazovala sem številne laparoskopske odstranitve žolčnika, hemikolektomije zaradi različnih patologij ter travmatološke posege, kot so naravnave in fiksacije zlomov. Mentorja sem srečala le ob začetku prakse, sicer pa sem večinoma samostojno spremljala delo v operacijskem bloku. Občasno sem se pridružila tudi anesteziologom, ki so mi predstavili svoje delo; enkrat sem imela priložnost tudi poskusiti intubacijo.

Drugi mesec sem opravljala prakso na onkološkem oddelku, kjer me je sprejela mentorica prof. dr. Radka Lohynská. Ob začetku mi je predstavila oddelek ter mi posredovala razpored mentorjev, s katerimi sem sodelovala posamezne dni. Dneve sem začenjala z jutranjimi raporti, nato pa spremljala delo dodeljenega zdravnika, večinoma v ambulantah, občasno tudi na oddelku. Pogosto sem sodelovala pri računalniškem načrtovanju radioterapije ter se udeleževala multidisciplinarnih konzilijev, kjer so sodelovali specialisti različnih strok.

Zdravniki na kirurškem oddelku so večinoma dobro govorili angleško in so bili pripravljeni razložiti potek operacij, zlasti ob izraženem interesu. Na onkološkem oddelku je bila komunikacija še bolj odprta in dostopna. Nekoliko več izzivov je bilo pri komunikaciji s sestrami in pacienti, saj mnogi niso govorili angleško, vendar se je situacija sčasoma izboljšala, saj sem osvojila nekaj osnov češkega jezika, tako da je potekala komunikacija v kombinaciji češčine in slovenščine.

Zaradi večjega obsega prakse v primerjavi z rednim študijem sem imela priložnost poglobiti tako teoretično kot praktično znanje s področja kirurgije in onkologije ter pridobiti vpogled v diagnostične in terapevtske pristope. Z obema oddelkoma sem bila zelo zadovoljna; organizacijsko mi je bil nekoliko bližje onkološki oddelek, vendar sem tudi na kirurgiji pridobila dragocene izkušnje.

Erasmus+ praktično usposabljanje v Pragi je bila izjemno pozitivna izkušnja, ki bi jo z veseljem priporočila tudi drugim. Praga je lepo, dinamično in študentom prijazno mesto, z obilico dogodkov (predvsem v pomladnih in poletnih mesecih) ter odličnimi možnostmi za izlete po Češki in širše. Za več informacij me lahko kontaktirate na mail: polona.usaj@gmail.com.

5. ČEŠKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Monika Seliškar)

Moja dvomesečna izmenjava je potekala na 1. medicinski fakulteti Karlove univerze v Pragi, na Češkem. Tam sem v oktobru in novembru 6. letnika opravljala 6 tednov vaj iz kirurgije in 3 tedne vaj iz primarnega zdravstva.

Med bivanjem sem bila nastanjena v študentskem domu Kolej Otava, ki se nahaja na obrobju mesta. Dom je precej preprost, pohištvo staro, sobe pa slabše ohranjene. Od centra mesta je oddaljen cca 45 min z javnim prevozom. To me je sprva kar motilo, zato sem se poskušala premestiti v drug študentski dom, kar je bilo zaradi neodzivnosti sprejemnih pisarn drugih študentskih domov neuspešno. Kljub temu sem bila na koncu zadovoljna s tem, da sem bila nastanjena prav v tem domu. V primerjavi z ostalimi je namreč organiziran tako, da si sobo deliš z eno osebo, dve takšni sobi pa si skupaj delita kuhinjo in kopalnico in tako sestavljata eno skupno bivalno enoto. Ta sistem mi je veliko bolj ustrezal kot sistem v drugih domovih, kjer si celotno nadstropje deli kopalnico in kuhinjo, kar se posledično odraža tudi na higienskih standardih. Ker je javni prevoz v Pragi izjemno učinkovit, tudi vožnja v mesto in nazaj na koncu ni predstavljala problema. Mesečni strošek nastanitve je bil približno 190 €, mesečna karta za javni prevoz pa s študentskim popustom le dobrih 5 €. Stroški prehrane v restavracijah so podobni kot pri nas, cene v trgovinah mogoče malenkost višje. Kava je dražja, običajno sem zanjo odštela okoli 4 €.

Prijavni postopek na Karlovo univerzo je potekal zelo gladko, saj je gospa Eva Baschiera iz mednarodne pisarne izjemno potrpežljiva, odzivna in ažurna. Z njo sem že okoli marca stopila v stik preko e-pošte in skupaj sva oblikovali moj program izmenjave. Izbrala sem vaje iz kirurgije, ki sem jih opravljala v bolnišnicah Motol in Thomayer ter vaje iz primarnega zdravstva, ki sem jih opravljala pri predstojniku oddelka primarnega zdravstva, dr. Norbertu Kralu. Izbiranje predmetov je bilo preprosto, saj fakulteta nudi jasno razdelane termine, med katerimi sem lahko prosto izbirala.

Ker je bila moja izmenjava usmerjena predvsem v klinično delo, sem imela večino vaj organiziranih individualno in ne z drugimi Erazmus študenti. Na oddelkih sem bila zato večinoma edina študentka, kar mi je omogočalo več stika z mentorji in priložnosti za sodelovanje. En teden primarnega zdravstva sem se pridružila tudi študentom angleškega programa, kjer je pouk potekal v obliki predavanj in simulacijskih vaj. Večinoma so vaje potekale od 8.00 ali 8.30 pa do okoli 11.30. Kadar sem bila na urniku razporejena za asistiranje v operacijski dvorani, pa sem v bolnici ostala do 14.00 ali 15.00.

Klinično delo na oddelkih je potekalo v češčini. Čeprav sprva nisem poznala jezika, je češčina še vseeno slovanski jezik, zato sem sčasoma razumela dovolj, da sem lahko dojela, o čem se pogovarjajo. Mentorji so vedno govorili angleško ter mi sproti razlagali kaj se dogaja.
V ambulanti družinske medicine je komunikacija z bolniki potekala v celoti v češčini, a sem razumela večino konteksta, česar pa nisem, pa mi je dr. Kral kasneje razložil v angleščini. Sprva me je bilo malce strah, da se zaradi jezikovne bariere ne bom nič naučila, a sem na koncu od teh vaj odnesla več, kot sem pričakovala. Opravljala sem tudi osnovne ambulantne preiskave: jemanje krvi, otoskopijo, avskultacijo srca in pljuč, merjenja vitalnih funkcij, telesne preglede. Opravila sem tudi hišni obisk ter obisk ambulante v ruralnem okolju zunaj Prage, kar mi je omogočilo vpogled v delo družinskih zdravnikov izven mesta. Poleg tega smo imeli v sklopu tedna predavanj iz primarnega zdravstva tudi

simulacijske vaje. Naučili smo se uporabe obposteljnega ultrazvoka ter drugih kliničnih veščin, ki so ključne pri delu družinskega zdravnika.

Izmenjava v Pragi je bila ena najbolj koristnih praktičnih izkušenj mojega študija. Pridobila sem nova znanja, več samozavesti v kliničnem okolju pa tudi izven njega, spoznala drug zdravstveni sistem ter si razširila obzorja. Praga je čudovito mesto, ki vsak dan ponuja nekaj novega, prav tako se ogromno dogaja tudi na področju socialnega življenja v sklopu študentskih organizacij. Za izmenjavo je dovolj znanje angleščine, zato je Erasmus na Češkem še posebej primeren za vse, ki ne znajo dovolj dobro kakega drugega tujega jezika. Izmenjavo bi zagotovo priporočila vsem, ki želijo del kliničnih vaj opravljati v tujini, obožujejo šarm evropejskih mest in si ob tem želijo tudi bogatega socialnega programa.

6. ČEŠKA - 2. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Katarina Bajc)

Na izmenjavi sem bila od 10.4. do 10.6.2026. Prakso sem opravljala na univerzitetni bolnišnici Motol v Pragi skupaj z mednarodno rotacijo 2. Medicinske fakultete Karlove univerze. Po opravljeni 8-tedni praksi so se mi štele obveznosti predmeta Kirurgija 6. Letnika, doma sem se nato morala udeležiti le še seminarjev.

Prijava
Za izmenjavo v Pragi sem se odločila, ker sem želela opravljati vaje iz kirurgije v tujini in na podlagi izkušenj prejšnjih študentov me je bolnišnica Motol prepričala. Kar mi je bilo všeč pri programu je to, da vključuje tri tedne pediatrične kirurgije in pa na splošno večjo razgibanost programa kot pri nas, kjer si lahko ogledamo samo dva različna oddelka. Z administrativnimi postopki sem začela že septembra, saj nisem bila prepričana ali bom na izmenjavo odšla v zimskem ali spomladanskem času in kako naj to združim s svojim urnikom na ULMF. Kontaktirala sem gospo Pavlo Byrne, koordinatorko za izmenjave na 2. Fakulteti v Pragi, ki je bila v veliko pomoč in hitro odzivna. Nato sem uredila LA z našo mednarodno pisarno in listino študenta s kirurško katedro.

Prihod in nastanitev
V Prago sem prišla z avtom, saj se mi je za prvi vikend tam pridružila še najboljša prijateljica, nazaj pa sem odšla s Flixbusom – cena okoli 30-40 EUR, čas potovanja med 9-12 ur, odvisno kdaj v dnevu greš. Univerza nudi nastanitev v študentskem domu, o čemer sem najprej razmišljala tudi sama, saj gre za zelo cenovno ugodno rešitev – če se ne motim je cena okoli 200 EUR/mesec. Sama sem se odločila za iskanje nastanitve drugod, saj si nisem želela deliti sobe. Tako da sem se za nastanitev zmenila preko Airbnbja, ta je bila zelo draga, cca 1400EUR/mesec. Zame je bila to vredna odločitev, saj sem lahko tako na obisku imela tako družino kot kasneje prijateljice, za daljši čas. Iskanje drugih možnost, npr. sobe v stanovanju, je malo zahtevnejša saj sem jo iskala samo za 2 meseca, kar pa ni ravno idealno s strani najemodajalcev. Tako da je to malo težje, tu pa so bile cene med 600-900EUR/mesec, za kar bi se seveda raje odločila, ampak kot rečeno nisem našla nobene nastanitve za samo dva meseca. Druga stvar – nisem se zavedala kako učinkovit je javni transport v Pragi, če bi vedela, bi iskala nastanitev tudi dlje od bolnice, in bi verjetno tudi za stanovanje lahko našla ugodnejšo rešitev.

Potek vaj/prakse
Predmet je pri njih razdeljen na tri tedne pediatrične kirurgije, en teden nevrokirurgije, en teden kardiokirurgije in tri tedne splošne kirurgije. Znotraj vsakega sklopa so dnevi deljeni na seminarje/predavanja in pa praktični del – tu si deljen v pare/manjše skupine/samostojno delo. V neseminarskem delu dneva si razdeljen ali na oddelek, v operacijsko dvorano, specialistične ambulante – proktologija, bolezni dojke etc. Skupen program torej traja 8 tednov. Osebno mi je sistem zelo odgovarjal, seminarji so bili dobro vodeni in na njih sem se naučila ogromno, načeloma sem bila v

bolnišnici vsak dan od 7h do okoli 12h tekom pediatričnega dela in od 8.30 do okoli 13h v času ostalih segmentov. Zdravniki so prijazni in želijo predajati znanje, v primeru da vas kaj posebej zanima se mi zdi da se brez problema zmeni za dodatno popoldansko delo/več možnosti asistiranja. Delo se je razlikovalo po posameznih oddelkih, vsak dan nas je imel drug zdravnik z izjem jutranjega raporta pri pediatriji, kjer smo bili za jutranji del razporejeni po oddelkih z dnevnimi rotacijami zadolžitev za post-seminarski del. Zdravniki govorijo dobro angleško, komunikacija s sestrami pa je bila bolj skopa – tudi glede prijaznosti/želje pomagati je bila tu razlika med zdravniki in sestrami kar očitna. Pouk pa poteka v angleščini, saj sem bila pridružena mednarodni rotaciji. Češčina je in ni podobna slovenščini, razumela sem kar nekaj, govor pa je predstavljal večjo oviro, vendar se je nekako dalo. V primeru da bi bila tam dlje kot dva meseca, bi se bolj potrudila z učenjem jezika, tako pa sem nekako shajala s svojim (neobstoječim) predznanjem in improvizacijo.

Destinacija
Praga je res čudovito mesto, polno dogodkov, restavracij in kavarn. Predvsem te so me res navdušile, saj je v praktično vsako možno priti s knjigo ali računalnikom in delati v mestu. Prav tako imajo lepe knjižnice, nekatere potrebujejo člansko izkaznico – kot npr NUK pri nas – večina pa ima prost vstop. Za transport po mestu je najlažje imeti aplikacijo na telefonu s katero imaš pokrite avtobuse, tramvaje in metroje. Cena je cca 6 EUR na mesec za študente z veljavno ISIC kartico mlajše od 26 let. Kartico sem si uredila v starem mestu na sedežu univerze v petih minutah, stane pa okoli 10 EUR če se ne motim. Trgovin s hrano je dosti – sama sem največ hodila v Lidl (ker je poceni) in Tesco (ker imam kartico zvestobe in imajo bagels). Hrana zunaj je podobne cene kot pri nas, vendar vseeno cenejša, ne pa dosti. Npr v kavarni za kavo in tortico/sladico odšteješ cca 6-8EUR, kar je glede na trenutno situacijo v Ljubljani kar poceni :) Za glavne obroke pa okoli 10-15 EUR, hrana je dobra in imajo polno različnih opcij. Sama sem začela tudi redno obiskovati Life Drawing srečanja 2x tedensko, prepričana sem pa da se najde polno drugih aktivnosti, če niste toliko za risanje.

Finance
Za hrano sem mesečno porabila okoli 250 EUR, to je z vključenimi kavami in postanki v mestu, prevoz tja in nazaj me je stal okoli 150 EUR, ampak to zaradi vožnje z avtom v eno smer, sicer bi bilo vse skupaj bolj okoli 60-70 (Flixbus). Mesečna je kot sem rekla okoli 6 EUR, če ste pod 26, za nas ki smo pa imeli kakšne pavze in tako pa je cena kot v Ljubljani torej cca 20 EUR na mesec.

Opravljane vaj iz kirurgije v Pragi je bila najboljša odločitev ki sem jo sprejela to leto (poleg opravljanja vaj interne v Celju, manj eksotično, ampak vseeno toplo priporočam). Praga je čudovita, program je dobro zasnovan in ljudje s katerimi sem bila tam so bili vsi krasni (z izjemo kakšni jeznih sester, ampak dobro). Če lahko komu, ki razmišlja o opravljanju vaj v Pragi karkoli pomagam me kontaktirajte na katarina.bajc.kb@gmail.com.

7. HRVAŠKA – Univerza na Reki (Karin Hvala)

V svojem absolventskem letu sem odšla na Reko, na praktično usposabljanje, ki je trajalo skupno 2,5 meseca. Za Reko sem se odločila, ker sem večkrat slišala, da je tamkajšnji medicinski program dober in seveda, ker sem tako lahko bila na obali. Na spletni strani medicinske fakultete sem poiskala podatke o mednarodni pisarni in jih kontaktirala. Bili so zelo odzivni in prijazni, hitro in brez težav smo se uspeli dogovoriti vse, kar je bilo potrebno.

Med sredino marca in koncem maja sem tako svoj čas preživljala v Dječji bolnici Sušak, ki je bila odprta pred nekaj leti in je zato infrastrukturno odlična. V tem času sem krožila po celotni bolnici in torej obiskala več ali manj vse oddelke pediatrične bolnišnice. Zelo sem bila zadovoljna z odnosom osebja, večinoma so bili vsi prijazni, profesionalni in pripravljeni, da me čim več naučijo.

Povprečen dan se je začel ob 8:00. Ob cca 9:00 smo z osebjem na oddelku odšli na vizito. Število pacientov je bilo zelo variabilno, nekateri oddelki so bili kak dan skoraj prazni. Po viziti sem z mentorjem opravljala sprejeme na oddelek, naredila anamnezo in status in o tem poročala mentorju. Na določene dneve sem bila tudi v dnevni bolnišnici, kjer sem bila prisotna pri splošnih kliničnih pregledih, pri kardiologiji tudi pri UZ srca. Tekom kroženja na gastroenterološkem oddelku sem videla več gastroskopij in imela »srečo«, da so se zapovrstjo zvrstile različne patologije z jasno vidnimi spremembami požiralnika. Nekaj dni sem preživela tudi na urgentnem oddelku. Delovni dan se je zaključil okvirno ob 16:00. Možno je tudi, da prideš v popoldansko izmeno ali v nočno dežurstvo. Vse skupaj je potekalo v hrvaščini, s tistimi, ki so govorili angleško (z mano je bila še kolegica z Madžarske) pa smo komunicirali tako. Osebje dobro govori angleško, tako, da glede tega brez skrbi. Sama hrvaško dobro razumem, govorim pa bolj slabo, ampak smo se vse uspešno dogovarjali.

Za prevoz sem sama izbrala Flixbus, na voljo je tudi vlak, vendar je časovno in finančno Flixbus boljši (vsaj trenutno). Flixbus linija je sicer super, ker je brez vmesnih postankov in si v dobrih dveh urah v centru Reke. Jaz sem se sicer vračala prijatelji, ki so bili ravno na hrvaški obali, ampak obojestransko potovanje s Flixbusom stane nekje med 25 in 30 evri – vključen nahrbtnik in en velik kovček.

Nastanitev sem sama iskala prek različnih spletnih strani, pred glavno poletno sezono z iskanjem ne bi smeli imeti težav – poleti je zgodba seveda drugačna. Več kolegov je iskalo tudi po FB, morda prvo poglejte tam, da se izognete plačilu provizije agentu. Za 2,5 meseca bivanja sem plačala 1000 evrov najemnine in 250 evrov provizije agentu. Vam pa polagam na srce, da se kar mirno pogajajte za ceno, saj je v turistično neatraktivnem delu leta vsem v interesu oddati stanovanje pa tudi, če za kak evro manj (V mojem primeru so mi sprva ponudili stanovanjce za 1250 evrov in 500 evrov provizije). Bivala sem na glavni reški ulici, Korzo, kar je meni osebno ustrezalo, je pa res, da sem se zato vozila v bolnico kake 20 min z avtobusom. KBC Rijeka se nahaja na hribu, ki se imenuje Sušak. Mesečna avtobusna karta po subvencionirani ceni naj mi ne bi pripadala (pripada za izmenjavo, prakso ne), ampak so mi prijazne gospe na Autotrolej Rijeka naredile »uslugo« in mi jo vseeno uredile za slabih 9 evrov mesečno. Enkratna vožnja sicer stane 2,5 evra, tako, da je računica jasna.

Hrana na Hrvaškem je nekoliko dražja, vsaj po mojem občutku, najceneje jo dobite v kakem Lidlu, vendar so ti večinoma na robu mesta. Hrana na tržnici in v ribarnici pa je cenovno enako ali malo bolj ugodna kot pri nas. V splošnem rečeno so cene zelo primerljive slovenskim. Imajo nekaj menz, vendar kot gostujoči študent na praksi nisi upravičen do njihove študentske cene – morda je za izmenjavo drugače. Če je možnost, da ješ tam po študentski ceni, se ti finančno absolutno najbolj splača.

Reka je izredno študentsko mesto, na medicinski fakulteti imajo tudi mednarodni razred, zato je dosti Nemcev in drugih tujih študentov. Veliko je organiziranih aktivnosti, večinoma preko ESN-ja, o čemer sproti obveščajo v Whatsapp skupini. Aktivnosti variirajo od klasičnih zabav, pohodov in do ustvarjalnih delavnic. Jaz sem se v tem času udeležila nekaj delavnic gline v Likovnem centru Rijeka (v lastni režiji), ki jih res toplo priporočam. Obiščete lahko tudi reško zavetišče in sprehajate njihove pse.

Osebno prakso na Reki priporočam, če vam ugaja, da je vzdušje sproščeno in da ste na obali (plavanje v morju sicer pride v poštev od druge polovice maja dalje). Glede na to, da imajo tudi mednarodni razred večina zdravnikov mentorjev dobro govori angleško (nekateri bolje, drugi slabše), za komunikacijo z ostalimi pa je fino, da znate vsaj malo hrvaško. Posebej pohvalim komunikacijo z njihovo mednarodno pisarno in tajnico Katedre za pediatrijo, saj so res vsi izredno ustrežljivi in odzivni.
Če imate še kakšno vprašanje, mi brez težav napišite na Facebook.

8. HRVAŠKA – Univerza na Reki (Saška Vitez)

Drugič med študijem na UL MF sem se odločila za opravljanje Erasmus+ praktičnega usposabljanja, tokrat na Medicinski fakulteti Univerze v Reki. Za Reko sem se odločila predvsem zaradi možnosti pridobivanja novih praktičnih izkušenj na področjih kardiologije in pedijatrije ter zaradi znanja jezika in okolja, kar mi je omogočilo lažje vključevanje v vsakodnevno delo na kliničnih oddelkih.

Gostujoča ustanova (naziv, naslov, kontaktna oseba)
Medicinska fakulteta Univerze v Reki , Braće Branchetta 20, 51000 Reka, Rebublika Hrvaška
ga. Božana Savić, mail: bozanas@medri.uniri.hr, telefon: +385 (0)51 651 167
Obdobje opravljanja praktičnega usposabljanja
Od 1. 7. 2026 do 31. 8. 2026.
Lokacija opravljanja praktičnega usposabljanja (naziv, naslov, kontaktna oseba-mentor)
Klinični bolnišnični center Reka-KBC Sušak; Klinični oddelek za pedijatrijo in klinični oddelek za kardiologijo; lokacija: ul. Tome Strižića 3; mentor: izr. prof. dr.sc. Kristina Lah Tomulić, dr.med in doc. doc. dr.sc. Zlatko Čubranić, dr.med.
Jezik izvajanja študijskega programa: Vse poteka izključno v hrvaščini.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF:
Na prakso sem prihajala vsak delovni dan in ostajala sem do pol treh popoldne, čez vikende sem bila prosta. Teško primerjam Erazmus+prakso z UL MF, ampak se mi zdi dosti podobno vajam iz interne medicine (jemanje anamnez in statusov, sodelovanje pri vizitah, uključevanje v bolnišnično obravnavo bolnikov, …)

Kratek opis ustanove v kateri je potekalo praktično usposabljanje:
KBC-Sušak v Reki je eden od zdravstvenih in učnih centrov na Hrvaškem in zdravniki se ukvarjajo s zdravstveno, znanstveno in raziskovalno dejavnost. KBC Reka lokalitet Sušak je učna baza Medicinske fakultete in Zdravstvene fakultete na Univerzi v Reki in zagotavlja študentom medicine in študentom zdravstvenih ved praktično izobraževanje v okviru njihovega rednega študija, medtem ko v okviru programov mobilnosti tujih študentov ponuja možnost praktičnega. KBC v Reki ima dva lokaliteta, eden je v centru mesta in drugi na področju Sušaka.

Program in potek praktičnega usposabljanja
Dvomesečni program praktičnega usposabljanja na področju pedijatrije in kardiologije zajema delo v timu specialistov in specializantov klinične kardiologije in pedijatrije. Delovna obveznost na klinični praksi je 30-40 ur na teden. Delo se opravlja na različnih oddelkih.

Osnovni cilj praktičnega usposabljanja na oddelku za klinično pedijatrijo so: pridobitev kliničnih znanj in veščin na področju pedijatrije in neonatologije. Potek je bil naslednji: vsakodnevno prihajanje na oddelek intenzivne nege, sodelovala na viziti in če ni bilo novih sprejemov sem šla na druge oddelke kot so neonatologija, urgenca, pulmologija, gastroeneterologija, nefrologija in kardiologija. Jemala sem anamneze in statuse pri otrocij kot tudi heteroanamneze, sodelovala na jutranjih sestankih in vizitah, pridobila praktične izkušenje pri interpretaciji UZ srca, pljuč, ambdomena pri otocih in UZ možganog pri novorojenčkih, potem spoznavanje s diagnostičnimi in terapevtskimi pristopi pri bolnikih s diabetično ketoacidozo, pri hemolitičnem uremičnem sindromu, pri možganski kapi, mekonijskem ileusu in drugih kliničnih stanjih pri doječkih in otrocih. Načila sem se pregleda novorojenčkov, cepljenja in jemanja krvi.

Osnovni cilj praktičnega usposabljanja na oddelku za karidiologijo so: pridobitev novih kliničnih znanj in veščin na področju interventne in klinične kardiologije z namenom lažjega prepoznavanja,

diagnosticiranja zdravstvenih stanj in stanj, ki zahtevajo takojšnje interventno zdravljenje. Oddelek kardiologije združuje obravnavo bolnikov z akutnimi in kroničnimi srčnimi boleznimi, s posebnim poudarkom na prepoznavo akutnega koronarnega sindroma, srčnega popuščanja, obravnavo akunega miokardnega infarkta, motenj srčnega ritma ter zapletenih kardioloških primerov. Potek je bil naslednji: vsakodnevno prihajanje na klinični oddelek, jemanje anamnez in statusov pri sprejemih, sodelovanje na jutranjih sestankih in vizitah, pridobitev praktičnih izkušenj pri interpretaciji EKGposnetkov,

24 urnih holterov srca, spoznavanje s diagnostičnimi in terapevtskimi pristopi pri bolnikih s srčnim popuščanjem, miokarditisom, endokarditisom, akutnim koronarnim sindromom inaritmijami, sodelovanje pri izvedbi in analizi ehokardiograma srca.

Pridobljeno znanje in klinične veščine po končanem praktičnem usposabljanju.
Opravljeno praktično usposabljanje v Reki mi je omogočilo pomembno nadgradnjo teoretičnega znanja in pridobivanje novih praktičnih ter kliničnih izkušenj. Na področju pediatrije sem pridobila več izkušenj pri jemanju anamnez, opravljanju kliničnih pregledov in sodelovanju pri vsakodnevni obravnavi otrok. Delo na intenzivnem oddelku, neonatologiji, urgenci in ostalih pediatričnih oddelkih mi je omogočilo, da sem spoznala različne načine obravnave pediatričnih pacientov in se srečala z različnimi kliničnimi scenariji. Posebej pomembna izkušnja je bilo delo z novorojenčki na neonatologiji, kjer sem se srečala z ultrazvočnim pregledom možganov pri novorojenčkih, fototerapijo in cepljenjem novorojenčkov, kot tudi obravana novorojenčka v prvih dnevih življenja. Prav tako sem pridobila dodatne izkušnje na področju ultrazvočne diagnostike srca, interperetcije acido-baznega statusa v intenzivni enoti in ukrepanja pri otrocih, ki rabijo hitro diagnostiko in zdravljenje.

Na področju kardiologije sem svoje znanje še dodatno poglobila. Vsakodnevno delo z ultrazvokom srca pod nadzorom supervizorja mi je omogočilo, da sem izboljšala svoje praktične sposobnosti in bolje razumela anatomijo ter funkcijo srca v povezavi s kliničnimi ugotovitvami. Poleg tega sem utrdila znanje interpretacije EKG-posnetkov, jemanja anamnez in opravljanja kliničnih statusov. Veliko mi je pomenilo tudi spremljanje dela v urgentni službi in prisotnost pri različnih invazivnih posegih. Pri ablacijah, koronarografijah, TAVI ter zamenjavah mitralne in trikuspidalne zaklopke sem dobila boljši vpogled v sodobno zdravljenje kompleksnih kardioloških bolezni. Ob tem sem spoznala tudi pomen dobrega sodelovanja celotnega zdravstvenega tima.

Erasmus+ praktično usposabljanje mi je bilo v veliko pomoč tudi pri razvijanju samozavesti pri kliničnem delu. Posebej pozitivno izkušnjo mi je predstavljalo delo z zdravstvenim osebjem, saj so bili vsi zelo prijazni, dostopni in pripravljeni pomagati. Tudi sama sem se trudila biti čim bolj aktivna, zainteresirana in vključena v delo, kar so mentori prepoznali in mi vsakič dali nekaj novega za naučiti se, opazovati in izboljšati znanje, ki sem primnesla s seboj tja. Pri tem mi je zelo pomagalo poznavanje jezika, saj sem se lahko brez večjih težav sporazumevala tako s pacienti kot z zdravstvenim osebjem. Zaradi tega sem se v klinično okolje hitro vključila in se počutila res kot del ekipe. Vsem od srca priporočam KBC-Sušak. Počutje, da si del tima, da sodeluješ, da si koristen, da tvoje teoretično znanje prehaja v real time dogajanja, vse t tisto povečuje samostojnost, samozavest in boljši vpogled v vsakodnevno delo zdravnika.

Rijeka mi ni bila le kraj, kjer sem opravljala prakso, ampak mesto, v katerem sem za dva meseca živela, se učila, spoznavala nove ljudi, pridobila nove prijatelje, ljudje ki imajo dušo, ki vejo pomen besede “guštanje”, ki nikamor ne hitijo in uživaj v pogledu na morje iz svojih ambulant in zdravniških sob. Jaz iz Reke odhajam bogatejša za izkušnjo, ki jo bom odnesla s seboj naprej. “Volim grad koji teče-Rijeka. “

9. HRVAŠKA - Klinična bolnišnica Dubrava, Zagreb (Miha Sever)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal v času absolventskega leta študija dentalne medicine na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani. Praksa je potekala od aprila do sredine junija 2026, skupaj približno deset tednov. Opravljal sem jo na Kliniki za maksilofacialno kirurgijo Klinične bolnišnice Dubrava v Zagrebu.

Za prakso na področju maksilofacialne kirurgije sem se odločil predvsem zaradi zanimanja za to področje. Že pred odhodom me je maksilofacialna kirurgija precej zanimala, zato sem si želel področje spoznati tudi v drugem okolju in predvsem dobiti čim več praktičnih izkušenj. Kontakt z mentorjem, izv. prof. Emilom Dediolom, sem vzpostavil neposredno, saj so mi ga priporočili na maksilofacialnem oddelku v Ljubljani. Nato sem uredil še ostale formalnosti s tajnico in predstojnikom klinike, prof. Lukšićem, nadaljnja organizacija pa je potekala po protokolu brez večjih težav.

Moj običajni delovni dan se je začel okoli 8.10 z jutranjo vizito po oddelku. Ob 8.30 je sledil raport, ki je trajal približno do 9.00. Po raportu se je začelo delo na oddelku oziroma operativni program. Glede na razpored sem spremljal delo na oddelku, sodeloval pri pregledih pacientov in pomagal tudi v ambulantah. Imel sem možnost jemati anamneze, pregledovati paciente ter spremljati njihovo obravnavo. Pri operativnem delu sem bil precej aktivno vključen.

Spekter operativnega dela je bil zelo širok. Spremljal sem operacije tumorjev, rekonstrukcije, obravnavo poškodb obraza, ortognatske operacije ter različne plastične posege. Posebej zanimive so mi bile tudi operacije razcepov ustnice in neba. V primerjavi z delom, ki sem ga bil vajen spremljati v Ljubljani, je bilo v Zagrebu opazno večji poudarek tudi na plastični in rekonstruktivni kirurgiji, medtem ko se pri nas študenti na tem področju pogosteje srečamo predvsem z oralno kirurgijo. Zaradi velikosti oddelka je bilo tudi več kadra in posledično večji obseg operativnega programa.
Z mentorjem, izv. prof. Emilom Dediolom, sem delal nekajkrat na teden, predvsem takrat, ko je imel operativni program. Bil je zelo dostopen in naklonjen moji vključitvi v delo. Tudi sicer sem se na oddelku zelo dobro počutil. Od specialistov in profesorjev do specializantov in medicinskih sester so bili vsi zelo prijazni in pripravljeni pomagati. Vzdušje na oddelku je bilo zelo prijetno in domače, kar mi je precej olajšalo vključitev v novo okolje.

Praksa je potekala v hrvaškem jeziku, vendar pri komunikaciji nisem imel večjih težav. Ker je hrvaščina podobna slovenščini, sem se lahko brez večjih problemov sporazumeval tako z zdravstvenim osebjem kot tudi s pacienti. Zelo pomemben del izkušnje je bila neposredna vključenost v zahtevne operativne primere. Prav to mi je bilo pri praksi najbolj všeč. Čeprav sem nekatere stvari že poznal iz študija oziroma iz kliničnega okolja v Sloveniji, je bilo opazovanje in sodelovanje pri večjem številu zahtevnih maksilofacialnih posegov zelo koristno. Praksa mi je omogočila boljši vpogled v delo maksilofacialnega kirurga in mi dala predstavo o tem, kako široko je področje v resnici.

Izkušnja v Zagrebu je pomembno vplivala tudi na moje razmišljanje o nadaljnji karierni poti. Že pred odhodom me je maksilofacialna kirurgija zanimala, vendar me je praksa v tej usmeritvi še dodatno utrdila. Predvsem kombinacija zahtevnih kirurških posegov, dentalne medicine, rekonstruktivne kirurgije in dela z različnimi vrstami pacientov mi je bila zelo zanimiva. Po koncu prakse zato na področje gledam še bolj pozitivno in si želim, da bi bil tudi v prihodnje povezan z njim.

V Zagrebu sem bil nastanjen v Airbnb apartmaju, približno 15 minut hoje od bolnišnice. Nastanitev me je stala približno 600 € na mesec. Ker sem bil nastanjen relativno blizu bolnišnice, sem se do prakse večinoma odpravil peš, po Zagrebu pa sem se prevažal s tramvajem in avtobusi. Javni potniški promet je dobro urejen in mi je omogočal enostavno premikanje po mestu. Življenjski stroški so se mi zdeli

precej primerljivi s slovenskimi. V prostem času sem Zagreb raziskoval predvsem peš, obiskoval parke in znamenitosti ter spoznaval različne dele mesta in okoliške četrti.

Na splošno sem bil s prakso zelo zadovoljen. Najbolj bi izpostavil veliko količino operative, zahtevnost primerov in predvsem zelo prijetno okolje na oddelku. Prav zaradi tega bi prakso na Kliniki za maksilofacialno kirurgijo KB Dubrava priporočil tudi drugim študentom dentalne medicine. Menim, da je za študenta, ki ga zanima maksilofacialna kirurgija, to zelo dobra priložnost za spoznavanje področja v okolju, kjer je veliko operativnega dela in različnih zahtevnih primerov.
Bodočemu študentu, ki bi se odločil za podobno prakso, bi predvsem svetoval, naj bo samoiniciativen, radoveden in odprt za interakcijo z zaposlenimi. Mislim, da je pri takšni praksi pomembno, da ne ostaneš samo opazovalec, ampak pokažeš zanimanje, postavljaš vprašanja in se v delo vključiš, kadar je to mogoče. Sam sem imel zaradi takšnega pristopa zelo dobro izkušnjo.

Erasmus+ prakso v Zagrebu bi zato brez večjih zadržkov ponovil. Ni nujno, da bi se naslednjič odločil prav za Zagreb, vendar bi se zagotovo ponovno odločil za prakso na področju maksilofacialne kirurgije. Celotna izkušnja mi je poleg strokovnega znanja dala tudi boljši vpogled v delo na tem področju in me dokončno prepričala, da je to smer, ki me v prihodnosti zelo zanima.

10. ITALIJA – Studio Dentistico Dr. Fischer, Trst (Ines Fabris Piščanec)

Mobilnost sem opravljala v Trstu v Italiji, kjer sem prakso izvajala v zasebni zobozdravstveni ambulanti. Nastanitev sem si uredila samostojno, življenjski stroški pa so bili primerljivi s stroški v Sloveniji. Nekoliko višji so bili predvsem stroški prehrane in prevoza, vendar so bili še vedno obvladljivi za obdobje mobilnosti.
Prijavni postopek je bil jasen in dobro organiziran. Ker je šlo za praktično usposabljanje, ni bilo klasične izbire predmetov, temveč je delo potekalo neposredno v ambulanti pod mentorstvom izkušenega zobozdravnika. Delo je bilo organizirano tako, da sem lahko spremljala vsakodnevno delovanje ambulante, sodelovala pri različnih aktivnostih ter opazovala širok spekter kliničnih posegov.

Ena izmed največjih prednosti te mobilnosti je bila možnost spremljanja zelo raznolikih zobozdravstvenih postopkov. V relativno kratkem času sem imela priložnost videti številne posege z različnih področij zobozdravstva, od konservativnega zdravljenja in protetike do implantoloških ter kirurških postopkov. To mi je omogočilo širši vpogled v sodobno zobozdravstveno prakso in povezovanje teoretičnega znanja s kliničnim delom.
Posebej bi izpostavila, da je bila ambulanta izjemno sodobno opremljena in da je zobozdravnik pri svojem delu uporabljal napredne diagnostične in terapevtske pristope. Njegovo strokovno znanje, natančnost pri delu ter stalno spremljanje novosti na področju zobozdravstva so name naredili zelo pozitiven vtis. Skozi prakso sem dobila vpogled v uporabo modernih tehnologij in materialov ter v način organizacije dela, ki je bil zelo učinkovit in usmerjen v kakovostno oskrbo pacientov.

Obremenitev med mobilnostjo je bila primerljiva s kliničnim delom na UL MF, vendar sem zaradi intenzivnega vsakodnevnega dela in velikega števila pacientov pridobila veliko praktičnih izkušenj. Poleg strokovnega znanja sem izboljšala tudi svoje komunikacijske spretnosti ter sposobnost opazovanja in kliničnega razmišljanja.

Jezik dela je bil izključno italijanski, kar mi je omogočilo, da sem dodatno izboljšala svoje jezikovne kompetence in se seznanila s strokovno zobozdravstveno terminologijo v italijanščini. Delo v takšnem okolju je pomembno prispevalo k mojemu strokovnemu in osebnemu razvoju ter mi omogočilo pridobivanje izkušenj v mednarodnem okolju.

Kot primer dobre prakse, ki bi ga bilo smiselno prenesti tudi na UL MF, bi izpostavila uporabo sodobnih tehnologij, dobro organizacijo dela v ambulanti, učinkovito razporejanje pacientov ter velik poudarek na komunikaciji in individualnem pristopu k pacientu. Prav tako se mi zdi zelo koristno spodbujanje stalnega strokovnega izobraževanja in spremljanja najnovejših smernic v zobozdravstvu.

Med največje prednosti mobilnosti uvrščam pridobivanje novih strokovnih znanj, vpogled v drugačne organizacijske in klinične pristope ter možnost osebne in strokovne rasti. Mobilnost mi je omogočila širši pogled na poklic zobozdravnika in me dodatno motivirala za nadaljnje izobraževanje. Večjih težav med izmenjavo nisem imela, manjši izziv je predstavljala komunikacija v italijanskem jeziku, vendar sem se nanjo hitro prilagodila in jo uspešno premagovala skozi vsakodnevno delo.

11. ITALIJA - Bolnišnica Sapienza, Rim (Andraž Zalogar)

Spomladi sem za dva meseca (april, maj) odšel v Rim, da bi opravil vaje iz interne medicine. Rim je ogromno mesto z mnogimi turisti in tudi mednarodnimi študenti, saj so tam vsaj 3 javne univerze in še več zasebnih univerz. Iskanje namestitve je podobno težavno kot v drugih večjih mestih po Evropi - drage najemnine, oddaljene lokacije, goljufije ipd. Največ ponudb se najde na portalu idealista.it, še lažje pa je sobo za krajši najem najti v Facebook ali Whatsapp skupinah, kar je uspelo tudi meni. Stanovanje, v katerem sem najemal sobo, je bilo v neposredni okolici Koloseja, zato sem imel blizu vse glavne znamenitosti Rima, glavno železniško postajo Termini in tudi bolnišnico Policlinico Umberto I. Mesečni stroški so cca 1000e ali več (najemnina 600e, karta za javni prevoz 35e, hrana 300e + ostalo), vseeno pa je transport do Rima lahko kar ugoden, avtobus v eno smer stane 50-60e.

V Rimu so vsaj 3 javne univerze in še več manjših zasebnih, jaz sem vaje opravljal v univerzitetni bolnišnici Sapienze, ki je med najstarejšimi in največjimi univerzami v Evropi. Prijavni postopek ni zapleten, vendar je bil precej dolgotrajen. Najprej je treba kontaktirati njihovo mednarodno pisarno, ki hitro posreduje navodila za prijavo na pripravništvo, ki jih sprejemajo od decembra dalje. Potem se začne dogovarjanje o časovnem terminu in dodelitvi oddelkov, ki je trajalo najdlje časa in so bili kar slabo odzivni. Lažje kot preko maila se je dogovarjati preko telefonskih klicev, za kar pa že priporočam znanje italijanščine, da je to usklajevanje bolj učinkovito. Z dodelitvijo mentorjev ti pošljejo Preliminary Acceptance Letter, potem je treba kontaktirati profesorje za podpis Študijskega sporazuma, za dokončno potrditev izmenjave pa dobiš še dostop do univerzitetnega portala, kjer je treba izpolniti še nekaj dodatnih obrazcev. Ko sem prišel v Rim, sem moral pred začetkom dela do mednarodne pisarne, kjer te popišejo in ti naredijo izkaznico, za vse ostale informacije so na voljo mentorji, ki so mi sporočili, kam in kdaj naj pridem prvi dan ter da rabim prinesti belo haljo in stetoskop. Prvi mesec sem vaje opravljal na gastroenterološkem oddelku pod nadzorom profesorice Severi, ki pa me je že prvi dan prepustila specializantom, s katerimi sem potem preživel vsak dan. Gastroenterološki oddelek ima veliko postelj in zato tudi zanimivih oz. kompliciranih kliničnih primerov, zato spoznaš tudi specialiste drugih področij. Vsak dan pred vizito smo študentje obiskali paciente in jim izmerili vitalne znake, potem smo skupaj s profesorico opravili vizito, preostanek dneva pa je bil odvisen od specializanta, s katerim si tisti dan delal. Naučili so nas jemati arterijsko kri za plinsko analizo, posneti in brati EKG, vstaviti nazogastrično sondo in izvesti paracentezo, kdaj pa kdaj pa si samo prevažal paciente na dodatne preiskave. V tem mesecu sem opravil tudi izmeno na urgenci in nočno izmeno. Drugi mesec sem odšel na diabetološki oddelek k profesorju Maddaloni, kjer pa je bilo delo večinoma ambulantno, z njihovo ekipo pa sem odšel tudi na posvete po celi bolnišnici, gledal UZ ščitnice in vratnih žil ter oddelal par dni na internističnem oddelku. Kot študent nisem imel priložnosti veliko delati, so me pa zelo veliko naučili o prehranskih nasvetih in optimizaciji diabetične terapije, ki je velikokrat vključevala že najnovejše agoniste GLP-1. Na gastroenterološkem oddelku sem v povprečju preživel 8 ur dnevno, na diabetološkem pa sem kakšen dan lahko odšel prej, tako da je po količini ur precej primerljivo z

vajami doma. Za vaje interne medicine od katedre prejmeš obrazec, kaj vse je treba opraviti v tem času, kar je precej podobno, kot če vaje opravljaš doma.

V bolnišnici načeloma slabo govorijo angleško, tudi profesorji, zato res priporočam vsaj osnovno znanje italijanščine, ker drugače je težko slediti sami viziti, kaj šele pogovoru s pacienti. Jaz sem pred odhodom opravil tečaj iz italijanščine, vendar se je na začetku poznalo, da rabim še kar nekaj vaje, preden bi lahko sproščeno komuniciral z zdravniki in pacienti. Vseeno pa se iz dneva v dan naučiš toliko novih besed in besednih zvez, da postane komuniciranje v bolnišnici skoraj rutinsko, kasneje pa se to prenese tudi izven. Večina mednarodnih študentov, ki sem jih spoznal sploh ne zna italijansko, saj njihova predavanja potekajo v angleščini in se družijo z drugimi mednarodnimi študenti, zato bi se lahko reklo, da gre bolj za "težavo" študentov medicine in zdravstvene nege.

Zdi se mi, da vaje potekajo dokaj podobno kot doma, treba je pokazati veliko samoiniciative, drugače pozabijo nate in je lahko kar dolgočasno. Sicer pa delovni dan v Rimu poteka bolj sproščeno in so tako zdravniki kot bolniki bolj strpni, kot sem jih navajen doma. Iz vidika študija ne bi znal izpostaviti ničesar, da bi priporočil študentom, ki se odločajo za izmenjavo, vendar pa je Rim res edinstveno mesto, ki ponuja ogromno in še več. Zelo aktivne so študentske organizacije, ki skrbijo za družabno življenje mednarodnih študentov - vsak dan je organizirana zabava, športne aktivnosti, občasno tudi kuharski tečaji, umetniške delavnice itn. Moja izmenjava je bila kratka, pa sem vseeno videl toliko skritih kotičkov Rima in spoznal nešteto novih ljudi, ki so mi popestrili vsakdan.

12. NEMČIJA – Alexianer St. Hedwig Krankenhaus, Berlin (Filip Korošec)

Prakso sem našel tako, da sem iz seznama učnih bolnišnic Charité pisal večini predstojnikom kirurških oddelkov. Pozitiven odgovor sem dobil z oddelka za abdominalno kirurgijo in onkološko kirurgijo v bolnici St. Hedwig. Prakso sem opravljal v oktobru in novembru 2025.

Delovni dan se je začel ob 7:00 in končal ob 15:00, čas za malico je bil vedno na voljo. Ob 7:00 se je pričela vizita pacientov na oddelkih, na kateri sem sodeloval. Oddelčne zdravnice so mi določile, katerim bolnikom in bolnicam naj kasneje vzamem kri. Patologije so bile zelo raznolike – večina bolnikov je okrevala po abdominalnem kirurškem posegu (holecistektomija, resekcija črevesa, analne fistule, zapleti KVČB itd.), veliko pa je bilo tudi žilnih in splošnih kirurških pacientov.
Sledil je raport, ki je trajal od 7:45 do 8:15, kjer se je ekipa dogovorila za plan dela in urnik v operacijski dvorani. Tukaj me je potem po navadi “pobral“ tisti kirurg, ki je za ta dan rabil asistenco. Pred tem sem moral vzeti kri vsem pacientom, ki so mi jih določili na viziti. V bistvu so “naše” kirurške pacientke ležale na dveh ločenih oddelkih (abdominalna kirurgija in paliativni oddelek), tako da sem moral večino dni obiskati oba oddelka – vsak dan sem opravil približno 5 odvzemov krvi.
Pogosto je raportu sledilo tudi izobraževanje – predavanje ali praktični kurs. Najbolj zanimiv praktični kurs je bil odstranjevanje plakov v karotidnih arterijah. Za to je prišel predstavnik nekega podjetja (ki je prodajal nek kirurški material) in je prinesel realistične modele arterije karotide s plakom, ki smo ga skupaj s specializanti odstranili in arterijo zašili. Bil sem navdušen, da sem tudi jaz arterijo zadovoljivo dobro zašil. Prav tako sem imel praktični tečaj šivanja.

Po navadi sem prišel v operacijsko dvorano okoli 10:00. V operacijski dvorani sem se počutil zelo dobro – ekipa me je v vseh aspektih tretirala kot polnopravnega člana medicinskega tima (najverjetneje tudi zato, ker sem bil razpisan tja, kjer so dejansko potrebovali asistenco). Pogosto sem asistiral žilnemu kirurgu pri strippingu varic in manjših amputacijah (najpogosteje prsti na nogi). Z abdominalnim kirurgom sem večinoma asistiral pri laparaskopskih operacijah abdomna – najpogosteje holecistektomija, intestinalne hernije, apendektomije. Večinoma sem kirurgu držal kamero ali druge

instrumente. Velikokrat so me tudi prosili naj zašijem rano z intradermalnim šivom, česar pa nisem rad počel, ker nisem bil dovolj samozavesten glede svojih veščin.
Včasih so operacije trajale do 15:00, torej do konca dneva, včasih pa so se končale že prej. Ko so se končale prej, so me poslali ali na urgenco ali v ambulanto. Na urgenci sem pomagal ekipi pri oskrbi kirurških pacientov – najpogosteje ureznine ali kontuzije. Vzel sem anamnezo in jo poročal specializantu, kjer sva se skupaj odločila o naslednjih korakih (npr. če je potrebno slikanje), planu zdravljenja (šivanje, sprejem na oddelek, oskrba rane) in poročilu v primeru poškodbe na delu.

V ambulanti sem prisostvoval posvetom o elektivnih kirurških posegih, najpogosteje abdominalnih in proktoloških, pogosto pa tudi o odstranitvah ščitnice. Tukaj sem spoznal celotnejšo sliko bolničine bolezni in se naučil, kako bolnice podučiti o elektivnih operacijah in ustvarjati pomirjujočo atmosfero.
Lahko rečem, da sem spoznal kirurško delo z vseh plati (v operacijski dvorani, na urgenci, v ambulanti in na oddelku). Z ekipo specializantov sem se zelo dobro ujel in bil navdušen nad njihovimi raznolikimi življenjskimi zgodbami (npr. kolegi*ce iz Mehike, Turčije itd.)
Delo je bilo pogosto naporno in resno, kakor se v Nemčiji na splošno tretira študente starejših letnikov. Kljub temu sem se zelo zabaval in sem izjemno vesel, da sem prakso opravljal v bolnici St. Hedwig.

13. NEMČIJA - McKensie in Stadler, München (Janko Starič)

Praktično usposabljanje sem opravljal v zobozdravstveni ordinaciji McKensie in Stadler v Münchenu. Nastanitev se najlažje najde preko portala WG-Gesucht, Studierendenwerk München, kjer so privatni oglasi posebej za Erasmus študente ali preko FB oglasov, saj kot praktikant nisi vpisan na nemško univerzo in posledično nimaš možnosti pridobitve mesta v javnem študentskem domu. Od zgornjih opcij se mi zdi najboljše iskanje preko Studierendenwerk München, saj gre večinoma za družine ali starejše posameznike, ki živijo sami in oddajajo sobo. Posledično so cene po navadi nižje, hkrati pa imaš kot tuj študent več možnosti pridobiti sobo, saj so oglasi že iz štarta namenjeni pretežno tujim študentom. Cene se gibljejo od 600 eur plus za svojo sobo v večsobnem stanovanju oz. pri družini oz od 1200 eur naprej za garsonjero, seveda odvisno od lokacije. Okvirni življenjski stroški so podobni, če ne cenejši kot v Sloveniji, saj so živila po navadi cenejša, kot pri nas.

S prijavnim postopkom nisem imel težav, ker sem v omenjeni ambulanti že asistiral na moji študijski izmenjavi v Münchenu pred 2 letoma. V resnici se gre samo za podpis Študijskega sporazuma za praktično usposabljanje (neka verzija Learning Agreementa pri študijskih izmenjavah), ostalo pa je sprotna stvar dogovarjanja s tvojim delodajalcem. Rekel bi, da se lahko v Nemčiji relativno lahko najde mesta za praktično usposabljanje, saj kadra v zobozdravstvu primanjkuje. Če kontaktirate ordinacije, priporočam, da jih najprej kontaktirate preko maila, kjer pripnete tudi življenjepis in podobno, nato pa jih morda tudi pokličete ali pa ponovno pošljete mail, če ne odgovorijo. Mogoče se splača tudi kontaktirati ordinacije, kjer delajo tudi zobozdravniki iz tujine, saj bodo ti verjetno imeli več posluha za študente iz tujine, ki bi opravljali prakso.

Obremenitve v primerjavi s študijem težko primerjam – najbrž je delo bilo podobno stažiranju ali pa asistiranju v ambulanti. Opravljal sem namreč administrativno delo na recepciji, asistiral pri posegih, kakšne posege izvedel tudi sam, ter tudi pomagal pri delu v laboratoriju (izlivanje modelov, izdelovanje opornic in podobno). Delo je bilo tako veliko bolj razgibano in naporno kakor vaje na faksu, a definitivno tudi bolj zanimivo. Praktično usposabljanje se mi zdi super, da spoznaš tuji sistem zavarovalnic, vodenja ordinacije in birokracije. Med študijem na faksu se mi zdi, da ne razumeš zares sistema napotnic, obračunanja storitev in naročanja pacientov – s tem se spopadaš šele kot samostojni zobozdravnik mogoče že kot stažist. Če pa pred tem že spoznaš drug sistem, ti je potem veliko lažje se znajti v celotni birokraciji ne glede na to, kje delaš, pa tudi bolj kritično presoditi, katere stvari morda bolje

funkcionirajo pri nas, katere v tujini in kako bi sam rad vodil svojo ambulanto, če jo boš v prihodnosti imel.

Zdelo se mi je predvsem super, da je za razliko od faksa in študijske izmenjave, praktična izmenjava nekako bolj svobodna glede urnika, krati pa bolj intenzivna in s sabo nosi več odgovornosti, saj v bistvu lahko delaš kot asistent. Na koncu je bolj podobno študentskemu delu, s tem da je super, da dobiš štipendijo za to, lahko pa si, glede na dogovor z delodajalcem še dodatno plačan za svoje delo. Pri tem samo pazite, da se prej pozanimate o različnih oblikah zaposlitvenih pogodb in prispevkih, ki jih morate nato plačati v Nemčiji oz. o davkih, ki jih morate nato plačati v Sloveniji. Kar se mi je zdelo super je tudi možnost, da izkoristiš ZHS – neke vrste športne dejavnosti za študente kot pri nas preko sistema POPR. Pogoj je, da si v Ljubljani še zmeraj študent, nato pa moraš na njihov naslov poslati Študijski razum za praktično usposabljanje in potrdilo o vpisu. Nato lahko za okoli 25 eur + na semester koristiš široko ponudbo športnih aktivnosti preko fakultete v Münchenu.

14. NIZOZEMSKA - Tandartspraktijk Jacob Obrecht, Amsterdam (Karmen Jošt)

V absolventskem letu sem se odločila za opravljanje Erasmus+ praktičnega usposabljanja, pri čemer sem izbirala med več državami ter se na koncu odločila za Nizozemsko. Ta me je pritegnila zaradi visokega nivoja zobozdravstva, želela pa sem živeti v Amsterdamu, saj me je mesto zaradi svoje raznolikosti in pestrega dogajanja od nekdaj zanimalo. Na praktično usposabljanje sem odšla za pet mesecev, od začetka aprila do konca avgusta 2026.

ISKANJE KLINIKE
Iskanja klinike sem se lotila kar nekaj časa pred začetkom izmenjave z brskanjem po spletu ter uporabo Google Zemljevidov, kjer sem iskala meni zanimive in dobro ocenjene klinike. Poslala sem precej prošenj, preden sem dobila pozitiven odgovor - dva meseca za tem, ko sem ordinacijo prvič kontaktirala. Po dogovoru sva se z glavnim zobozdravnikom slišala prek videoklica ter se pogovorila o pričakovanjih, željah in pogojih dela. Za lažjo komunikacijo sva si izmenjala tudi kontakt za WhatsApp, ki je na Nizozemskem gotovo ena najbolj priljubljenih aplikacij.

DELO
Tandartspraktijk Jacob Obrecht je zasebna zobozdravstvena ordinacija, ki se nahaja v neposredni bližini Vondelparka, verjetno najbolj znanega parka v Amsterdamu, ter Museumpleina, kjer se nahajata zelo obiskana Rijksmuseum in Van Gogh museum.
Že s prvim delovnim dnem sem začela z asistiranjem, sterilizacijo instrumentov, pripravo in pospravljanjem, nato pa sem se postopoma uvajala še v samostojno intraoralno skeniranje, lokalno rentgensko slikanje (bitewing, solo), intra- in ekstraoralno fotografiranje ter izvajanje oralno-higienske faze s čiščenjem zobnega kamna in peskanjem. Z mentorjem sva skupaj naredila tudi več zalivk; naučil me je tehnik izbire dentinske in skleninske barve pri estetskih posegih v interkaninem sektorju ter stamp tehnike na molarjih. Videla sem tudi veliko protetičnega dela, predvsem preparacij in skeniranja za različne vrste kron. Delovni dnevi so bili sicer kar dolgi (v ordinaciji sem preživela tudi po 10 ur), vendar nisem delala vseh dni v tednu, poleg tega pa je bil urnik zelo prilagodljiv in sva se z mentorjem vedno sproti dogovarjala o obveznostih za posamezen teden.
Ekipa ordinacije je bila dinamična, mlada in vedno pripravljena pomagati. Sestavljali so jo trije zobozdravniki, higieničarka in dve asistentki. Kogarkoli sem lahko prosila za pomoč ali nasvet, ne glede na to, za kaj je šlo, kar je pripomoglo k sproščenemu vzdušju. Ker ordinacija deluje šele drugo leto, so v obdobju mojega prihoda sprejemali veliko novih pacientov in imeli več prvih pregledov, zato je bilo vedno zelo pestro. V zadnjih dveh mesecih moje izmenjave se je ekipi pridružil zobozdravnik, ki je bil včasih zaposlen na univerzi kot asistent. Z mano je lahko delil veliko uporabnih napotkov ob začetku

karierne poti, opozoril na napake, ki se pogosteje pojavljajo pri mlajših zobozdravnikih, ter predal veliko praktičnih nasvetov.
V ordinaciji je bilo poleg Nizozemcev veliko tujih pacientov oz. »expatov«, tako da sem obravnavam brez težav sledila; v primerih, ko so bili obravnavani domači pacienti, pa je bil klinični primer npr. povzet po končani obravnavi. Včasih so pacienti sami začeli govoriti angleško, ko so videli, da ne govorim nizozemsko.

ŽIVLJENJE
Amsterdam sem doživela kot varno, mlado in živahno mesto, saj je dom ogromnemu številu študentov in mladih, ki so tja prišli zaradi kariernih priložnosti, poleg tega pa ponuja veliko parkov, muzejev, zanimivih okrožij itd. Je verjetno eno najbolj raznolikih mest glede narodnosti, saj je teh kar prek 700, zato res predstavlja konglomerat različnih kultur. Verjetno je vsesplošna priljubljenost mesta eden glavnih razlogov za veliko stanovanjsko problematiko in precej visoke cene, sploh če stanuješ znotraj »ringa« oz. centra (najem manjše sobe stane vsaj 750 €, običajno brez stroškov). Namestitev sem iskala na več spletnih straneh, nekaterih tudi plačljivih (npr. Kamernet), ter na koncu pristala na Facebooku, kjer se mi še vedno zdi izbira največja. Je pa tam na žalost največ prevar in »najemodajalcev«, ki to v resnici niso ter od bodočega najemnika zahtevajo precej visok depozit, ne najdejo časa za videoklic ipd., zato je treba biti pozoren na vse podrobnosti. Kljub večmesečnemu iskanju sem do odhoda uspela dobiti le dve sobi za krajši najem (angl. sublet), kar je pogosta praksa mladih, ki gredo npr. na potovanje in za ta čas oddajo svojo namestitev. Na koncu sem se po več neuspelih ogledih v živo, ki naj bi sicer možnosti za najem povečali, za pomoč obrnila na ordinacijo, v kateri sem delala. Na srečo je imel glavni zobozdravnik v lasti neopremljeno nepremičnino v neposredni bližini ordinacije, ki smo jo skupaj z dvema sodelavkama opremile (pohištvo smo zelo ugodno dobile preko kontakta enega izmed pacientov) ter se nato vse tri tja vselile, saj smo bile v enaki bivanjski situaciji.

Življenje v Amsterdamu je na splošno precej drago, vendar je s premišljenimi nakupi in drugimi izdatki vseeno obvladljivo. Javni prevoz je organiziran odlično, eno ugodnejših rešitev pa gotovo predstavlja najem kolesa, za kar priporočam podjetje Swapfiets. V primeru kakršnih koli popravil ali servisa kolesa to na točkah Swapfiets v mestu uredijo brezplačno, v sklopu mesečne naročnine oz. najema.
Glede sporazumevanja ni bilo težav, saj skoraj vsi Nizozemci (in drugi priseljenci) tekoče govorijo angleško ter so do tujcev odprti, zato s komunikacijo nisem imela nobene slabe izkušnje.

MNENJE
Celotna izkušnja je bila nepozabna in si jo bom zapomnila za vedno. Hkrati je bila super priložnost za pridobivanje novih znanj in sklepanje poznanstev s tujimi strokovnjaki s področja dentalne medicine. Zahvaljujoč ESN organizaciji sem imela možnost spoznati ogromno pripravnikov iz drugih držav, ki so v Amsterdam prav tako prišli za nekaj mesecev, ter domačinov, ki se radi pridružijo ESN dogodkom in spoznavajo nove ljudi. Priložnosti za druženje je tako res veliko in ob delu, raznoraznih dogodkih v mestu ter številnih možnih aktivnostih čas (pre)hitro mine.

15. NIZOZEMSKA - Erasmus Universitair Medisch Centrum, Rotterdam (Lan Vukolić)

Od novembra 2025 do aprila 2026 sem opravljal 4 mesečno praktično usposabljanje v Erasmus Universitair Medisch Centrum (Erasmus MC) Rotterdam.
Pridobitev nastanitve na nizozemskem je precej zahtevna, saj imajo tu precejšnjo stanovanjsko krizo (podobno kot v Ljubljani). Sam sem za najemnino odštel veliko denarja, saj sem si želel nastanitev blizu bolnišnice. Sobo boste v Rotterdamu dobili za od nekje 500 evrov, za manjše stanovanje pa boste morali odšteti okoli 1000 – 1500 evrov mesečno. Zelo bodite pazljivi pri iskanju stanovanja in nujno preverite legitimnost ponudbe, začuda je na Nizozemskem ogromno prevarantov, ki plenijo na mednarodne najemnike.

Mesto ima odlično urejene kolesarske steze, za najem kolesa vam najbolj priporočam SwapFiets – na mesec boste za kolo s prestavami odšteli 25 evrov. Rotterdam ima tudi izjemno dobro mrežo tramvajev, metroja in busov, tako da premikanje po mestu je precej manjši izziv kot uporaba LPPja v Ljubljani. Javno transport na nizozemskem je odlično urejen, vendar so lahko cene potovanja z vlakom lahko precej drage, zato vam priporočam, da si pri NS (Nizozemske železnice) uredite mesečno naročnino – imajo različne ponudbe, zato boste morali naročiti OVchipcard (kartica z vašo sliko, ki jo lahko naročite prek spleta, za to ne potrebujete nizozemskega bančnega računa, uporabite lahko npr. Revolut). Za neomejena potovanja čez vikend in 40 % off-peak popust boste odšteli 34 evrov na mesec (kar če imate v načrtu vikend izlete izpade zelo poceni).

Cene izdelkov v trgovinah so podobne kot v Sloveniji, nekatera hrana je dražja, druga cenejša - sam sem pojedel na mesec res veliko – zato sem za hrano odštel 600 evrov (vse sem si kuhal doma), v Sloveniji za isto količino hrane po mojih izračunih odštejem podobno.

Iskanje oddelka, ki bi me kljub mojem neznanju Nizozemščine sprejel je bilo zahtevno. Po napornem pošiljanju ogromnega števila mailov, sem pridobil odgovor iz oddelka za kardio-torakalno kirurgijo v Erasmus MC, ki je največji klinični center na Nizozemskem. Ko sem pridobil pozitivno mnenje oddelka, je prijava stekla gladko.

Nizozemski študentje študij medicina opravljajo po programu 3 + 3 (bachelor + masters). Tekom zadnjih treh let opravljajo internshipe in krožijo po oddelkih. Sam sem opravljal neko verzijo internshipa za kardiotorakalno kirurgijo. Delavniki so precej zahtevni, študente na oddelku pričakujejo ob 7.15, delavni dan pa se zaključi ob 5 – obremenitve dela so tako znatno večje kot pri pouku na MF. Jutro se začne s pripravo na jutranjo predajo, ki poteka od 7.45 do 8.00 (kirurška predaja) in od 8.00 do 8.15 (predaja intenzive). Ob 8.00 se začnejo operacijske, ki trajajo različno dolgo, vendar načeloma do 16.00, ko se začne popoldanska predaja, ki traja do cca 17.00.

Prvi mesec sem preživel na oddelku, kjer vidiš predvsem bolnike, ki okrevajo po srčni/pljučni operaciji in različne zaplete operacijske rane (dehiscenca, neceljenje, okužba rane...). Naslednje 3 mesece sem preživel v operacijskih, večinoma se, opazoval operacije, glede na zanimanje pa tudi umil.

Erasmus MC je izjemno velika in moderna bolnišnica, v primerjavi z UKC LJ izgleda kot vesoljska ladja, ogromni hodniki, vsak bolnik ima zasebno sobo ... Sicer je po površini prostorov dvakrat večja od UKC LJ, vendar opravi za polovico manj operacij in pregledov – zakaj – večinoma zato ker se ukvarjajo predvsem s terciarno obravnavo najbolj kompleksnih stanj, nasprotno z UKC LJ, kjer opravijo veliko dela tudi na sekundarnem nivoju (zaradi pomanjkanja splošne bolnišnice v Ljubljanski regiji). Ce bi imel čarobno palčko bi v UKC LJ in MF LJ prenesel modernost in visoko stopnjo organizacije dela in pouka, poleg tega pa so tu precej bolj nagnjeni k poučevanju - vsak študent dobi priložnost asistirana včasih tudi pri zelo kompleksnih operacijah.

Glavna ovira je neznanje nizozemščine, zato vsem, ki se odločajo priporočam intenzivno učenje jezika pred izmenjavo. Rotterdam je odlično mesto za raziskovanje Nizozemske, od tu imate železniške povezave na praktično katerikoli konec nizozemske, veliko je tudi dogodkov. Erasmus+ praktično usposabljanje bi priporočil , življenje na nizozemskem ti definitivno poda vpogled na drugačen način razmišljanja in drugo kulturo, drugače urejen zdravstveni sistem

16. NORVEŠKA - Tromso, The Artctic University of Norway (Katja Kores)

Prva stvar, ki so me jo ljudje vprašali, ko so izvedeli, da sem zimski semester 6. letnika preživela na Norveškem, je bila, ali sem videla severni sij. Iskreno sem na to že čisto pozabila, saj je za mene

opravljanje Erasmus prakse v majhnem, čarobnem kraju Tromsø na daljnem severu Norveške, pomenilo veliko več kot lov na turistične znamenitosti. Pomenilo je čas, ki sem ga smela preživeti daleč stran od svojega običajnega, obveznosti polnega in kaotičnega življenja študentke medicine. Pomenilo je neprecenljive spomine na kraj, ki je bil kot ustvarjen zame. Čeprav sem imela vsak dan prakso in se naučila veliko novega, se mi je zdelo, kot da je debela snežna odeja Tromsø izolirala od stresa in nemira, ki ga običajno čutim v Ljubljani. Na Norveškem sem našla skromno, umirjeno in z naravo povezano življenje, ki sem ga nevede iskala. Po približno treh mesecih, ki so kar prehitro minili, sem se v Slovenijo vrnila srečna, spočita, polna energije in motivirana za nove izzive. Spet sem pripravljena, da pri vsaki stvari dam od sebe 100%; spet sem nazaj dobila motivacijo, ki sem jo med dolgotrajnim študijem v Ljubljani izgubila.

Prijavila sem se pravzaprav na izmenjavo, ki so mi jo pozneje spremenili v prakso. Po izpolnjeni listini študenta s podpisi izvajalcev predmetov in nominaciji s strani naše mednarodne pisarne sem dobila goro elektronskih obrazcev iz Norveške, preko katerih sem se tudi vpisala za opravljanje »predmetov« oz. tedenskih praks – izbrala sem jih tako, da sem z njimi pokrila 7 tednov kirurgije in 7 tednov interne medicine. Pozor: za Norveško je potrebna viza tudi za prebivalce EU, če tam ostanejo več kot 90 dni.
Po navodilih iz UiT sem takoj (še preden sem bila sprejeta) preko spletne strani Samskipnaden izpolnila prijavo za študentski dom, saj je povpraševanje veliko, odpoved pa brez posledic. Ker imajo najboljše možnosti tisti, ki pridejo na UiT za cel semester (z začetkom v avgustu), sobe najprej nisem dobila in sem šla začasno v Airbnb. Nato sem se vselila v študentski dom Prestvannet, kjer sem imela lastno sobo s kopalnico, kuhinjo pa sem si delila z vsemi ostalimi sobami v istem nadstropju. Soba je bila prostorna in je vključevala posteljo, pisalno mizo s stolom, regal ter naslanjač in majhno mizico. Okno ni imelo zaves, zato sem si jih izdelala sama. Čisto ob študentskem domu je bila avtobusna postaja, od koder sem do bolnišnice z avtobusom potrebovala 20-40 minut s prestopom. Avtobusne povezave so bile sicer po celem otoku zelo dobre, običajno na 10-15 minut.

Življenjski stroški so bili po pričakovanjih na Norveškem precej višji kot v Sloveniji, zato sem vse, vključno s posteljnino in posodo, prinesla s sabo iz Slovenije. Kupiti sem morala le mesečno vozovnico za avtobus (približno 3x dražja kot v Ljubljani), zimske škornje ter nekaj derezam podobnega, da mi ni drselo na ledu. Tromsø namreč leži na hribovitem otočku, kjer je veliko ulic kratkih in strmih, kar je jeseni in pozimi še posebno nevarno za zdrse. Presenetile pa so me cene živil (trgovina Kiwi) in izdelkov za osebno higieno (drogerija Normal), saj so bile primerljive s slovenskimi! Tako sem lahko s kuhanjem doma veliko prihranila. Glavna in največja stroška sta predstavljala potovanje (Tromsø ima svoje letališče, ki je v enem popoldnevu dosegljivo s prestopnim letom iz Ljubljane) in nastanitev (600 eur mesečno). Mobilni podatki za EU delujejo tudi na Norveškem.

Prakso sem opravljala v učni bolnišnici UNN (Universitetssykehuset Nord-Norge) na robu študentskega kampusa, ki je bila svetla, moderna, z lepim razgledom na morje ter dobro energijo zaposlenih. Osnovni jezik je bil norveščina, vendar so se z mano pogovarjali angleško, sčasoma pa sem razumela tudi vedno več norveščine. Na pljučnem oddelku sem bila od 8. do 14. ure, na kirurških pa od 7. do 17. ure (na lastno željo, ker je bilo zanimivo). Mentorji so bili prijazni, strpni, razumevajoči in spoštljivi. Bili so mnenja, da se človek nauči predvsem s tem, da nekaj sam poskusi, so me pa pri tem vedno usmerjali in mi dali natančna navodila. Od mene nikoli niso pričakovali, da vse obvladam že v prvem poskusu, in so mi z veseljem kaj pokazali ali razložili, tako da sem od prakse res veliko odnesla. Predavanj in drugih zadolžitev razen prostovoljnega tečaja norveščine (ki ni bil kreditno ovrednoten) nisem imela, praksa pa se mi je zdela podobno naporna kot pri nas.
Glede prostočasnih aktivnosti je norveška kultura zelo podobna slovenski, saj so ljudje radi zunaj in športno aktivni. Tudi narava je precej podobna naši, zato sem se počutila kot doma (z izjemo velike količine snega, ki ga v Sloveniji pogrešam). Celoten otoček, na katerem leži Tromsø, je prepreden s širokimi urejenimi zasneženimi potmi, ki predstavljajo raj za zimske pohode, sankanje in tek na smučeh;

možno je bilo tudi drsanje, alpsko smučanje in kolesarjenje. Ker sem šla na prakso sama, sem imela v prostem času veliko časa zase, s tem namenom sem Tromsø tudi izbrala. Kljub temu se nikoli nisem počutila osamljeno, saj nas je študentska organizacija vsak teden obveščala o dogodkih.

Glede študija oz. prakse mi je bil zelo všeč praktični način učenja, ki je omogočal odprto, sproščeno, svobodno okolje s spoštljivo komunikacijo; kjer se napak ni obsojalo, in kjer se od študentov ni pričakovalo, da so popolni in so se pred vajami vse naučili že sami. Vsaj meni je takšen način učenja ustrezal veliko bolj kot na pritisku temelječ sistem UL MF. Glede bolnišničnega okolja je bilo zaposlenih dovolj, da so si naloge med seboj porazdelili in nihče ni bil preobremenjen, zato so si lahko brez slabe vesti vzeli bolniško, če so jo potrebovali. Zato so bili dobro razpoloženi, energični, nasmejani in vedno pripravljeni pomagati. Prav tako se je spodbujalo ekipno delo in komunikacija, mnenje vseh pa se je spoštovalo enako, ne glede na delovno mesto in stopnjo izobrazbe (norveščina sploh ne pozna vikanja, vsi se naslavljajo kar s »ti«, kar ljudi združuje in jih opominja, da so vsi vredni enako). Sodelovanja med različnimi specialisti je bilo veliko več kot pri nas. Pozitivna se mi je zdela tudi mednarodna naravnanost– veliko osebja je prihajalo iz drugih evropskih in izvenevropskih držav. Na raportu so imeli zdravniki enkrat tedensko predavanja za osvežitev znanja, kjer so vsi aktivno sodelovali in pozorno poslušali; nihče ni bil aroganten v smislu, da ne bo poslušal, ker že vse obvlada.

Glavne ovire, na katere sem naletela, so bile administrativne narave – v resnici mi postopek prijave na prakso in štipendijo kljub pripravljalnemu predavanju ni bil popolnoma jasen in sem potrebovala veliko administrativne pomoči tako iz slovenske kot iz norveške strani. Vse ostalo je potekalo super in brez težav. Vsekakor mi je ta izkušnja pomagala, da sem postala bolj samostojna in odgovorna oseba, ki lažje, bolj aktivno in z večjo samozavestjo premaguje ovire, ki se ji postavljajo na pot. Pridobila sem veliko praktičnih izkušenj s področij kirurgije in interne medicine in se naučila, da imam pravico zaprositi za pomoč ali razlago, tudi če zaradi tega naletim pri kom na slabo voljo. Spoznala sem, kako poteka bolnišnično delo v drugih državah Evrope, in doživela moč komunikacije in skupinskega dela v primerjavi z individualnim. Ponosna sem, da sem uspela priti od želje po opravljanju prakse v tujini do dejanske izvedbe, saj zdaj vem, da zmorem dosegati zadane cilje ter, da si lahko zaupam. Erasmus praksa v Tromsu je bila zares najlepša izkušnja, ki sem jo doživela v času študija, in takoj bi se za njo odločila še enkrat.

17. NORVEŠKA - Tromsø, The Arctic University of Norway (Jakob Jeverica)

V spomladanskem semestru sem na Arktični univerzi UiT v Tromsøju opravljal drugi semester 6. letnika medicine v okviru Erasmus+ izmenjave. Izmenjava je trajala 16 tednov in je bila organizirana predvsem kot klinična praksa. Krožil sem na oddelkih urgentne medicine (Akuttmottak), endokrinologije in ortopedije. Večino časa sem spremljal mlade zdravnike pripravnike, veliko časa pa sem preživel tudi v ortopedski ambulanti in urgentnem centru, kjer sprejemajo nove bolnike. Poleg tega sem skušal čim pogosteje obiskovati operacijske dvorane, saj sem v okviru študijskih obveznosti zbiral podpise za kirurške vaje in imel priložnost spremljati številne zanimive operativne posege.

Klinična praksa
Klinično delo na UiT je bilo zelo praktično naravnano. Kot študent sem bil aktivno vključen v delo z bolniki, predvsem na oddelkih, kjer poteka sprejem novih pacientov. Imel sem priložnost samostojno izvajati številne osnovne medicinske postopke, kot so odvzem venske in arterijske krvi, vstavljanje urinskega katetra, snemanje EKG-ja in druge praktične veščine, ki so del študijskih obveznosti pri interni medicini in kirurgiji.
Posebej bi pohvalil odnos zdravstvenega osebja do študentov. Zdravniki in medicinske sestre so bili zelo prijazni, pripravljeni pomagati in redko zavrnejo prošnjo, če želiš sodelovati pri zanimivem primeru ali posegu. Delovno okolje je sproščeno in brez izrazite hierarhije, kar omogoča dobro učno izkušnjo.

Večina komunikacije s pacienti je potekala v norveščini. Zdravniki so mi praviloma prevajali pomembne dele pogovora, kadar pa sem moral sam opraviti anamnezo ali enostavnejši pogovor, so pacienti večinoma brez težav govorili angleško. Kljub temu bi priporočal, da se bodoči študenti pred odhodom naučijo vsaj osnov norveščine, saj to precej olajša delo na oddelkih in vsakdanje življenje. Univerza ponuja tudi kakovosten tečaj norveščine, kjer lahko spoznaš veliko novih ljudi.
Delo v bolnišnici me je navdušilo predvsem zaradi odlične organizacije. Opazno je bilo, da imajo zdravniki za posameznega pacienta več časa kot smo ga vajeni doma, zato je obravnava bolj umirjena in temeljita. Celotno okolje deluje zelo mirno, učinkovito in prijazno tako za paciente kot za zaposlene.

Nastanitev
Nastanjen sem bil v študentskem domu v naselju Ordalen na naslovu Tunvegen 11. Najemnina je znašala približno 4500 NOK mesečno. Z nastanitvijo sem bil zelo zadovoljen, saj je lokacija mirna in hkrati blizu univerzitetne bolnišnice ter avtobusnih povezav. Kot dobro alternativo bi priporočil tudi študentske domove v bližini postaje Stakkevollan, kjer je v neposredni bližini tudi trgovina.
Prijava za študentsko nastanitev ni posebej zahtevna, vendar priporočam, da jo oddate čim prej.

Mesto in prosti čas
Tromsø je srednje veliko mesto, obdano s čudovito arktično naravo. Kljub razmeroma majhnemu številu prebivalcev ponuja praktično vse, kar človek potrebuje – veliko univerzitetno bolnišnico, nakupovalna središča, kino, športne objekte, cerkve, plezalne centre, savne in številna društva. Mesto je zelo mednarodno in zaradi velikega števila študentov ter raziskovalcev srečaš ljudi z vsega sveta. Največja prednost Tromsøja je zagotovo narava. Že kratek sprehod iz mesta omogoča čudovite razglede na gore in fjorde, okoliški hribi pa ponujajo nešteto možnosti za pohodništvo in turno smuko. Pri zimskih aktivnostih velja biti previden zaradi nevarnosti snežnih plazov, še posebej v času taljenja snega.

Med dejavnostmi bi posebej priporočil:
- nedeljska bogoslužja v cerkvi Frimisjonen, kjer se zbere veliko mladih in tudi precej zdravstvenih delavcev;
- odprte šahovske turnirje v šahovskem klubu vsak četrtek zvečer;
- študentsko plezanje v Boulder Terminalu ob sredah v sodelovanju s študentsko športno organizacijo TSI;
- savno Pust, ki ponuja čudovit razgled na pristanišče, most in znamenito arktično katedralo;
- obisk nogometnih tekem kluba Tromsø IL na stadionu Alfheim, kjer je vzdušje zelo prijetno in navijaška kultura precej boljša kot v južnejših državah.

Ena od glavnih znamenitosti severne Norveške je seveda severni sij. Sam ga sicer nisem uspel videti, predvsem zato, ker sem bil preveč zaposlen z drugimi dejavnostmi in ga večkrat pozabil spremljati, vendar ga je v okolici Tromsøja mogoče opazovati precej pogosto ob jasnem vremenu.

Praktične informacije
Življenjski stroški na Norveškem so višji kot v Sloveniji, zato Erasmus štipendija ne pokrije vseh stroškov. Kljub temu je mogoče s premišljenim načrtovanjem živeti dokaj ugodno.
Pred odhodom priporočam:
- da se naučite osnov norveščine;
- da s seboj vzamete dovolj toplih oblačil;
- da izkoristite brezplačen tečaj norveščine na univerzi;
- da se pri zimskih aktivnostih dobro pozanimate o nevarnosti snežnih plazov.

Norvežani so v marsičem drugačni od Slovencev, vendar zelo prijazni, spoštljivi in pripravljeni pomagati. Na začetku se lahko njihova zadržanost zdi nenavadna, vendar hitro ugotoviš, da so iskreni in odprti za nova poznanstva.

Končna ocena
Izmenjavo na Arktični univerzi UiT v Tromsøju bi brez zadržkov priporočil vsem študentom medicine. Klinična praksa je zelo kakovostna in praktično usmerjena, zdravstveni sistem odlično organiziran, okolje pa sproščeno in prijazno do študentov. Poleg strokovnega znanja izmenjava ponuja tudi edinstveno priložnost za spoznavanje arktične narave, norveške kulture in drugačnega načina življenja. Zame je bila to izjemno pozitivna izkušnja, ki bi jo brez pomisleka ponovno izbral.

18. NORVEŠKA - Tromsø, The Arctic University of Norway (Anja Rupar)

Od sredine februarja do konca aprila 2026 sem opravljala ERASMUS+ praktično usposabljanje v univerzitetni bolnišnici The Arctic University of Norway v Tromsu.
Za prakso sem se dogovorila s pomočjo tamkajšnje mednarodne pisarne v začetku junija, ko se je odprl razpis za izmenjave (moja kontaktna oseba je bila Elin Holm), komunikacija pa je potekala gladko in bili so zelo odzivni. Za prijavo tako na prakso kot študij na UiT je potrebna predhodna nominacija s strani naše fakultete, ki poteka v jesenskih mesecih za pomladanski semester, pri meni je bilo to avgusta – septembra, podpisan LA sem nato morala do konca septembra oddati. Dogovorila sem se za 10 tednov prakse, od tega sem jih 5 opravila na oddelku za plastično kirurgijo, 5 pa na oddelku za kirurgijo dojk in endokrinih organov. Pred začetkom prakse v bolnišnici sem morala predložiti MRSA test.

Moj dan je potekal na obeh oddelkih podobno, začenjali smo z raportom ob 7:30 ali ob 8:00, glavne stvari so povedali v angleščini, da sem jih tudi jaz razumela. Po raportu mi je mentor navadno povedal, kaj imamo tisti dan na programu in sem si lahko sama izbrala komu se bom pridružila in kaj si želim videti. Prakso sem končevala med 14 in 16 uro. Na plastični kirurgiji so me zdravniki res lepo sprejeli. Ogromno so me učili, mi razlagali in me pripeljali do popolnoma samostojnega dela. Sama sem lahko opravljala manjše posege v mali operacijski dvorani, izrezovala znamenja, kožnega raka ter lipome. Asistirala sem pri večjih operacijah npr. DIEP flap rekonstrukciji dojke in abdominoplastiki. Lahko sem poskusila delati liposkucijo in tudi zašila rano na koncu operacije. Na oddelku za kirurgijo dojk in endokrinih organov so me ravno tako lepo sprejeli, le komunikacija je bila na momente nekoliko slabša, manj so govorili angleško. Tukaj sem sicer manj samostojno delala, včasih sem asistirala pri operacijah ščitnice, obščitnic ali dojk, včasih pa sem le opazovala, ker je bilo ravno v času moje prakse na oddelku več specializantk. Videla sem tudi zanimivo robotsko asistirano operacijo obščitnice in nadledvičnice. Na dneve, ko ni bilo operacij, sem bila z zdravniki v ambulanti na polikliniki. Operacije so se običajno začele ob 9.00, pavze med operacijami so bile dolge, lahko so trajale tudi več kot 1 uro. Sicer vlada v bolnišnici prijetno vzdušje, med seboj se kličejo po imenih, zdravniki pa obravnavajo specializante in študente kot sebi enakovredne. Prvi dan v bolnišnici sem dobila kartico za odklepanje vrat in dostop do informacijskega sistema. Omarice pa nisem prejela, zato sem svoje stvari puščala v eni od zdravniških sob. Uniformo sem dobila čisto vsak dan v bolnišnici, čisto obutev pa sem morala prinesti s sabo.

Živela sem v študentskem domu Åsgårdvegen na jugozahodu otoka, ki je od bolnišnice in univerze oddaljen 15 min z avtobusom ali 50 min peš. Živela sem v bloku, imela sem svojo sobo z umivalnikom, kuhinjo smo si delili v devetih. V nadstropju so bili 4 skupni tuši in 4 skupna stranišča. Kupiti sem si morala odejo, vzglavnik in zaveso (v Jysk-u jih prodajajo po ugodnih cenah). Študentski dom je sicer precej tih, v mojem nadstropju je bilo več tujih študentov, vendar se nismo veliko družili v skupnih prostorih. Za študentski dom sem se prijavila preko portala (https://samskipnaden.no/en), pred pričetkom izmenjave sem večkrat dobila mail za prijavo v dom. Plačevala sem 4950 NOK mesečno, kar je približno 450 evrov.

Tromsø ponuja ogromno možnosti za preživljanje prostega časa, predvsem za ljubitelje narave in športa. Otok je obdan z zasneženimi gorami in ponuja številne pohodniške poti ter izlete v naravo.

Pozimi je posebej priljubljen tek na smučeh, saj je po otoku urejenih več kot 10 km prog, ki so brezplačne in pogosto tudi osvetljene. Velika prednost je možnost brezplačne izposoje športne opreme v centru Turbo, kjer si lahko sposodite smuči, dereze in drugo opremo. Za izposojo potrebujete norveško telefonsko številko, ki jo lahko enostavno uredite z nakupom predplačniške SIM kartice (približno 5 €). Na voljo je tudi veliko organiziranih dejavnosti, kot so opazovanje kitov, vožnja s pasjimi vpregami (huskiji), hranjenje severnih jelenov, vendar boste za vsako odšteli vsaj 100€ na osebo. Ostali študentje so obiskali še Lofote, Nordkapp, Rovaniemi, sama sem šla do Sommarøy-a in Senje (avto sem si enostavno izposodila preko aplikacije GetAround). Študentske organizacije redno pripravljajo dogodke, športne aktivnosti in druženja, glede vseh dogodkov si obveščen preko maila.

Izmenjava v Tromsøju je bila zelo pozitivna in edinstvena izkušnja. Mesto leži znotraj polarnega kroga, kar pomeni, da lahko doživiš polarno noč pozimi in zelo dolge dneve proti pomladi. Posebno doživetje je tudi opazovanje severnega sija, ki je pogosto viden že iz mesta. Do konca marca je vsekakor potrebno jemati vitamin D. Praksa je omogočila pridobitev veliko novega znanja in praktičnih izkušenj ter vpogled v dobro organiziran zdravstveni sistem. Na splošno je Tromsø odlična izbira za vse, ki imajo radi naravo, zimo in mirnejše okolje, ter si želijo nepozabne mednarodne izkušnje.

STROŠKI:
Najemnina v študentskem domu 450€ /mesec
Hrana okrog 300€/ mesec (kuhala sem si sama, priporočam trgovini Rema 1000, Extra) Vozovnica za avtobus 32€/mesec (kupiš preko aplikacije Svipper)
Letalske karte (23kg +8 kg prtljage) cca. 270€ (z Lufthanso iz Ljubljane).
Za več informacij sem na voljo: ruparanja@gmail.com

19. POLJSKA – Univerzitetni klinični center v Varšavi (Tjaša Šikonja)

Po koncu 6. letnika v času absolventa sem se odločila za prostovoljno klinično prakso na Univerzitetnem kliničnem centru v Varšavi (Warszawski uniwersitet meyczny) v mesecu maju, juniju ter začetku julija, skupaj 10 tednov. Z dogovarjanjem prakse sem začela približno 5 mesecev prej in sicer tako da sem samostojno naključnemu profesorju z oddelka, ki me je zanimal (elektrokardiologija) napisala mail, po potrditvi prakse pa je ta v komunikacijo vključil še mednarodno koordinatorko gospo Katerzyno z medicinske fakultete, ki mi je napisala katero dokumentacijo potrebujem za prakso pri njih. Od dodatnih dokumentov sem potrebovala potrdilo o nekaznovanosti overjeno in prevedeno v poljščino. Poslala mi je tudi obrazec za namen pridobitve študentske izkaznice, ki mi je kasneje prinesla do 50% popusta na vstop v muzeje, mestni in intermestni prevoz. O nadaljnjem poteku prakse, pričetku le-te, sem se kasneje individualno dogovarjala s svojim mentorjem.
Medicinska fakulteta v Varšavi ima kar nekaj sporazumov z različnimi državami, zato sem na praksi spoznala kar nekaj tujih študentov, ki tam niso bili preko Erasmusa iz Ukrajine, Japonske in Velike Britanije.

Moj dan se je začel ob 8h zjutraj v kuhinji s kavo z ostalimi pripravniki in študenti. Okrog 9h so se Začele katetrske operacije v dveh operacijskih sobah, poljubno sem si lahko izbrala katero bom opazovala. Osebje je zelo prijazno, njihovo znanje angleščine pa odlično. Vedno, ko sem bila prisotna, so se tudi med sabo pogovarjali v angleščini in mi sproti razlagali, saj gre za dokaj sub specifično področje kardiologije. Drugi teden izmenjave sem imela tudi možnosti udeležbe predavanj za specializante na elektrokardiološkem oddelku, ki so mi dala boljši vpogled in razumevanje ablacij. Ker se operacije večinoma ponavljajo, sem se s profesorjem dogovorila, da nekaj tednov preživim tudi na oddelku za invazivno kardiologijo, kjer sem bila dodeljena specializantu, ki me je spoznaval s tamkajšnjim delom.

Stanovala sem v stanovanju blizu centra, ki sem ga najela preko prijatelja iz Varšave. Stanovanja je možno najti tudi na raznih platformah (npr. Facebook), kjer je veliko prevarantov, zato svetujem previdnost. Za stanovanje sem odštela 400 evrov mesečno, delila sem si ga še z eno osebo. Tudi sicer je cena sob v privat stanovanjih med 300-500 evrov. Možno se je prijaviti tudi za študentski dom medicinske fakultete, ki ga sama nisem dobila. Cena zanj je okrog 150 evrov.

Javni prevoz v Varšavi je precej enostaven. Poleg dveh metro linij imajo še tramvaje in avtobuse. Mesečna karta s študentsko karto je okrog 13 evrov, napolniš pa jo lahko na vsaki večji postaji, ki ima avtomat. Študentska karta ti da popust tudi na vlak med Poljskimi mesti (uporaba aplikacije Koleo), ki so z Varšavo odlično povezana. Ima tudi dva letališča z ugodnimi povezavami v večino držav. Stroški življenja so sicer primerljivi s Slovenijo.

Priznati moram, da Varšava ni bila moja prva izbira za izmenjavo (želela sem si Berlina), a sem vesela, da sem jo konec koncev opravljala prav tukaj. Mesto in Poljska na splošno me je pozitivno presenetilo, saj je v zadnjih letih doživela očiten razcvet. Varšava je evropska metropola, polna tujcev, ki tukaj študirajo in delajo. Bolnišnica je opremljena z najsodobnejšo opremo, oddelki v popolnosti prenovljeni, osebje pa zelo prijazno in odprto do sodelovanja. V mestu se praktično vsak dan nekaj dogaja, polno je muzejev, poleti je v centru pred Palace of Culture and Science vsak dan tudi kino na prostem, ki je brezplačen vsem, veliko je tudi ostalih Brezplačnih aktivnosti. Vsak dan v tednu ima kak od muzejev ali galerij brezplačen vstop za vse. Poljaki so sicer nekoliko posebni, a vseeno zelo prijazni in družabni. Spoznala sem veliko novih prijateljev tako iz poljske, kot tudi od drugod. Izmenjavo v tujini (Varšavi) bi priporočila vsakemu, saj te nauči samostojnosti, te potisne iz cone udobja in ti da možnost spoznavanja samega sebe in novih prijateljev.

20. POLJSKA - Univerzitetna bolnišnica v Lodžu (Thomas Peric)

Erasmus+ mobilnost sem opravil v Lodzu na Poljskem, kjer sem preživel dva meseca na oddelku za dermatologijo, pediatrično dermatologijo in onkologijo.

Nastanjen sem bil v zasebnem stanovanju, kjer sem imel svojo sobo, mesečna najemnina pa je znašala približno 410 evrov. Obstaja tudi možnost bivanja v študentskih domovih, vendar žal niso imeli prostih mest. Življenjski stroški so bili v primerjavi s Slovenijo le nekoliko nižji. Za hrano v trgovinah sem tedensko porabil približno 40–50 evrov. Cene v restavracijah pa so bile nižje kot pri nas, vendar na Poljskem nimajo študentskih bonov, zato je potrebno obroke v celoti kriti sam.

Za premikanje po mestu so še kar dobro organizirani, saj imajo tako tramvaje kot avtobuse. Cena mesečne vozovnice znaša približno 20 evrov, pri čemer je potrebno imeti veljavno ISIC študentsko izkaznico, ki se jo pri nas da kupiti pri Nomagu. Lokacija mesta je v osrednjem delu države in omogoča enostavno potovanje v druga večja mesta, kot so Varšava, Gdansk in Wrloclaw.

Prijavni postopek za mobilnost je bil enostaven in dobro organiziran. Potekal je preko njihove Erasmus pisarne, ki je bila odzivna in v pomoč pri vseh administrativnih vprašanjih.

Poudarek je bil predvsem na praktičnem delu. Mentorji so me skušali čimbolj vključiti v vsakodnevno klinično delo. Delo na oddelku se je običajno začelo ob 8.30 z jutranjo vizito pacientov na oddelku, nato pa je sledila razporeditev v razne ambulante ali pa na enodnevne hospitalizacije.

Študijski program je potekal v angleškem in poljskem jeziku. Z zdravniki sem se večinoma pogovarjal v angleščini, vendar je bila v praksi večina komunikacije na oddelkih v poljščini, saj veliko pacientov in

tudi zdravstvenega osebja ne govori tekoče angleško. To je sprva predstavljalo oviro, vendar sem se z osnovnim znanjem poljščine in sprotnim učenjem jezika hitro prilagodil in izboljšal razumevanje.

Kot eno izmed najboljših praks, ki bi jih bilo smiselno prenesti na UL MF, bi izpostavil predvsem aktivno vključevanje študentov v klinično delo. Na oddelku so mi omogočili izvajanje različnih praktičnih posegov, kot so biopsije, aplikacija injekcij in celo uporaba laserske terapije. Poleg tega sem bil vključen tudi v raziskovalno delo, kar je dodatno poglobilo moje znanje.

Med prednostmi izmenjave bi posebej izpostavil izjemno prijazen in podporen tim na oddelkih in pridobljene praktičnih veščine. Poleg tega bi še izpostavil možnost spoznavanja redkih genetskih dermatoloških bolezni, saj se na tem oddelku intenzivno ukvarjajo s tem področjem. Imel sem priložnost videti različne oblike ihtioze, bulozne epidermolize in ektodermalne displazije, kar predstavlja zelo dragoceno izkušnjo, ki je v Sloveniji težje dostopna.

Med slabostmi oziroma ovirami pa bi izpostavil predvsem jezikovno bariero. Kljub temu da je študij formalno potekal v angleščini, je bila komunikacija v praksi pogosto otežena zaradi slabšega znanja angleščine. Vendar pa se je z nekaj truda in osnovnim učenjem poljskega jezika situacija izboljšala.

Na splošno ocenjujem izmenjavo kot zelo pozitivno izkušnjo, ki mi je omogočila tako strokovno kot osebno rast. Pridobil sem številne praktične izkušnje, izboljšal svoje komunikacijske sposobnosti in razširil znanje na področju dermatologije. Izmenjavo bi toplo priporočil vsem študentom, ki si želijo prakse in mednarodne izkušnje.

21. PORTUGALSKA - Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Vesna Bukovec)

V absolventskem letu sem v septembru in oktobru 2025 opravila dvomesečno klinično prakso v Univerzitetni bolnišnici Coimbra na Portugalskem. Prakso sem opravljala na treh oddelkih, na vsakem sem bila po tri tedne, in sicer na kardiotorakalni kirurgiji, pediatrični kardiologiji in anesteziologiji.

Eden glavnih razlogov zakaj sem izbrala Coimbro so moje navdušenje nad Portugalsko, pozitivne izkušnje študentov, ki so tu že opravljali prakso in bilateralna pogodba med univerzama, kar zelo olajša prijavni postopek. Coimbra je izredno lepo mesto z reko, parki, botaničnim vrtom, prijetnim vzdušjem. Občuti se, da je to univerzitetno mesto, saj med tednom povsod srečaš študente, prav tako se vsak večer odvijajo študentski dogodki, med vikendom pa je mesto bolj mirno. Morda bi samo omenila, da tam ne začnejo s študijskim letom 1. septembra, nekatere fakultete začnejo en teden kasneje, druge pa dva, tako da je bilo prva dva tedna moje izmenjave mesto še bolj prazno. Pri nastanitvi sem imela srečo, saj sem sobo dobila preko poznanstev, tako sem zanjo na mesec odštela 250€. Na začetku sem se še trudila iskati nastanitev prek spletnih strani in Facebook skupin, vendar je to kar težko, še posebej za dva meseca. Veliko Erasmus študentov živi v Erasmus hišah kot je npr. YellowHouse, vendar se te že par mesecev pred začetkom študijskega leta zapolnijo.

Življenje na Portugalskem je v primerjavi s Slovenijo nekoliko cenejše. V bolnišnični menzi in kantini lahko dobiš zelo poceni obrok za 2,4€. Živila v trgovinah so večinoma cenejša kot v Sloveniji, odvisno pa od trgovinske mreže. Za rekreacijo je na voljo veliko fitnesov, bazenov, letos so odprli tudi plezalno dvorano z balvani, preko univerze se lahko zelo poceni rezervira odbojkarsko/nogometno/tenis igrišče. ESN skupina v Coimbri vsak teden organizira veliko dogodkov, za nekatere potrebuješ ESN kartico, ki ti prinese veliko ugodnosti, med njimi tudi pri Ryanairu, kot je popust pri letalskih kartah in brezplačno 20kg prtljago.

Prijavni postopki so bili kar hitri in enostavni. Z urejanjem prijave sem začela v drugi polovici maja 2025 in vse uredila v roku enega meseca. Najprej te mora naša mednarodna pisarna nominirati. Napišeš željene oddelke in časovna obdobja, nato se z mednarodnim koordinatorjem v Coimbri Jorgetom Correio (grii@fmed.uc.pt) dogovoriš glede oddelkov in poteka prakse. Mojim željam so ugodili, izvedela sem le, da pediatrična onkologija, pulmologija in psihiatrija niso na voljo Erasmus študentom. Ko sem imela načrt prakse, sem po njihovih navodilih naredila prijavo na njihovi spletni strani in prijavo v VIS-u.

Pred začetkom prakse sem prejela imena svojih mentorjev, ki so bili v bistvu predstojniki oddelkov. Ti so me nato na oddelku dodelili drugim zdravnikom, ali pa sem si mentorje poiskala vsak dan na novo (na pediatriji in kardiotorakalni kirurgiji). S prakso sem začela na kardiotorakalnem oddelku, ki se v bistvu deli na kardio krg in torakalno krg, tako sem na vsakem preživela teden in pol. Delo se je na obeh oddelkih začelo ob 7.30-8.00 ure z vizito in raportom. Večino časa sem preživela v operacijski dvorani, kjer sem videla veliko različnih in zanimivih operacij. Prakso sem nato nadaljevala na kardiološkem oddelku v pediatrični bolnici. Tja sem vsak dan prihajala okoli 8. ure. Vse tri tedne sem preživela v ambulantah z različnimi zdravniki. Prakso sem zaključila na anesteziologiji. Tam sem imela super mentorico, ki je imela zelo raznolik urnik in se je na mojo željo tudi dogovorila s kolegi, da sem res videla različna področja anesteziološkega dela. Domov sem odhajala med 12. in 14. uro, odvisno od dneva in dogajanja na oddelku. Večinoma se je lahko zmeniš za kakšen prost dan. Večina zdravnikov in specializantov govori angleško, vendar se nivo razlikuje, kar občasno lahko predstavlja manjšo prepreko v komunikaciji.

Zelo mi je bilo všeč, da sem lahko preživela več časa na oddelkih iz področji, s katerimi v času študija nisem imela toliko stika. Tako na kardio kirurgiji kot na pediatrični kardiologiji sem videla redkejše prirojene srčne napake, saj ima bolnica dogovor z Zelenortskimi otoki, da težje primere prepeljejo in zdravijo na Portugalskem. Coimbra je res super mesto za izmenjavo, saj je živahno študentsko mesto z veliko obštudijskimi dogodki. Prav tako je zaradi svoje lege odlično izhodišče za razne izlete po Portugalskem.
Za vse ostale informacije me lahko kontaktirate preko FB ali maila: vesna.tbukovec@gmail.com

22. PORTUGALSKA – Fakulteta za farmacijo, Univerza v Lizboni (Nina Bernat)

Po opravljenih vseh obveznostih 6. letnika sem se v dodatnem letu odpravila v Lizbono, kjer sem opravila dvomesečno predklinično Erasmus prakso na Institute for Medicines, Fakultete za farmacijo, Univerze v Lizboni.
Za izmenjavo v Lizboni sem se odločila, ker sem imela možnost izkusiti raziskovalno delo in življenje v velikem, barvitem in živahnem mestu.

PRIJAVNI POSTOPEK: Pred odhodom je bilo potrebno urediti običajne postopke, povezane z Erasmus izmenjavo, ter se dogovoriti za opravljanje prakse z gostujočo institucijo. Pri izbiri laboratorija in področja raziskovanja mi je bilo pomembno predvsem, da sem lahko pridobila praktične izkušnje na področju, ki me je zanimalo. Pred začetkom prakse sem se dogovorila z mentorico glede vsebine in poteka dela. Ker je šlo za raziskovalno prakso in ne za klasično izmenjavo, pri kateri bi obiskovala predavanja in opravljala izpite, je bil poudarek predvsem na vključevanju v delo raziskovalne skupine in izvajanju oziroma spremljanju laboratorijskega dela.

NASTANITEV: Stanovala sem v stanovanju blizu fakultete (15 min hoje). Ker sem imela zelo malo časa, da najdem nastanitev, sem to poiskala preko portala Spotahome. Nastanitve so precej drage, predvsem glede na to, kakšen standard je nuden (poleti brez klime, pozimi brez ustreznega gretja, a to

je njihova normalnost). V poletnih mesecih so najemnine nekoliko ugodnejše, saj ni toliko študentov kot med semestrom.

ŽIVLJENJSKI STROŠKI: Življenjski stroški v Lizboni so bili v primerjavi s Slovenijo precej visoki, predvsem na račun nastanitve. Za nastanitev sem mesečno plačevala približno 550€, za hrano približno 200€ mesečno, dodatni strošek pa so predstavljali predvsem prevoz, prosti čas in izleti. Povratna letalska karta LJ-LIS pa je stala dobrih 300eur.
TRANSPORT: Do fakultete sem se vsak dan odpravila peš, saj je bila relativno blizu in sem imela dovolj časa, da sem imela jutranji sprehod. Drugače pa ima Lizbona dober sistem metroja in avtobusov, ki so do 23. leta za prebivalce in študente zastonj. Pogosto sem uporabljala tudi Bolt ali Uber, saj sta precej ugodna. Za potovanja po Portugalski sem uporabljala avtobuse, ki so bili cenovno zelo ugodni, tudi pri last minute rezervacijah.

DELO V LABORATORIJU: V laboratoriju sem imela mentorico, ki je bila hkrati profesorica in vodja ene izmed raziskovalnih skupin na inštitutu. Večino časa sem preživela z magistrskimi in doktorskimi študenti različnih strokovnih področij, predvsem farmacije, nevroznanosti in biokemije. Enkrat tedensko smo imeli sestanke z mentorico, na katerih smo se pogovarjali o rezultatih in napredku raziskovalnega dela ter načrtovali nadaljnje delo. Vsaka dva tedna je potekalo tudi srečanje celotne raziskovalne skupine, na katerem so člani predstavljali in razpravljali o svojih raziskovalnih projektih.
Sodelovala sem pri raziskovalnem delu, ki je bilo usmerjeno v proučevanje proteinopatije TDP-43 na celičnih linijah in živalskih eksperimentalnih modelih amiotrofične lateralne skleroze (ALS). Pri delu sem uporabljala vzorce tkiv simptomatskega živalskega modela TDP-43 (A315T) ter celično linijo motoričnih nevronov NSC-34, s katerimi smo raziskovali patološke mehanizme, povezane s proteinom TDP-43. Eksperimentalno delo je vključevalo imunohistokemično barvanje rezin tkiva hrbtenjače in hipokampusa ter imunocitokemijsko barvanje celic NSC-34. Pri tem sem se seznanila s konfokalno fluorescenčno mikroskopijo, analizo mikroskopskih slik ter kvantitativnim vrednotenjem rezultatov imunohistokemijskih analiz. Poleg tega sem izvajala oziroma spremljala protokole za gojenje, vzdrževanje in diferenciacijo celičnih kultur ter inkubacijo celic z različnimi stresorji. Seznanila sem se tudi z metodami vrednotenja proteinov z metodo Western blot ter analize izražanja genov z metodo RT-qPCR.
Pomemben del mojega praktičnega usposabljanja je predstavljala tudi interpretacija pridobljenih eksperimentalnih rezultatov ter sodelovanje pri tekočih raziskovalnih aktivnostih laboratorija. Celotna praksa mi je omogočila boljše razumevanje raziskovalnega dela na področju nevrodegenerativnih bolezni ter pridobivanje praktičnih izkušenj z različnimi laboratorijskimi metodami, obdelavo in interpretacijo eksperimentalnih podatkov ter sodelovanjem v raziskovalni skupini.

JEZIK: Delo v laboratoriju je večinoma potekalo v angleškem jeziku, kar mi je omogočilo, da sem svoje strokovno besedišče in komunikacijo v angleščini uporabljala v vsakodnevnem raziskovalnem okolju. Portugalščina za delo v laboratoriju ni bila potrebna, kar mi je olajšalo vključevanje v raziskovalno skupino, seveda je zanje portugalščine prednost predvsem pri vključevanju v portugalsko družbo, saj kljub temu, da mladi govorijo odlično angleščino, se med sabo raje pogovarjajo v portugalščini.

PROSTI ČAS, KULTURA IN ŽIVLJENJE NA PORTUGALSKEM:V času izmenjave sem imela veliko priložnosti za spoznavanje portugalske kulture in načina življenja. Na Portugalskem sem bila ravno v obdobju praznovanj svetnikov, ki so pomemben del življenja v različnih mestih. Ob teh praznikih se odvijajo večtedenski festivali, ki nekoliko spominjajo na naše gasilske veselice, vendar potekajo skoraj vsak večer in trajajo več tednov. Še posebej mi je bil všeč praznik São João v Portu, ki ga res priporočam vsakomur, saj takrat celotno mesto dobesedno zaživi in je polno ljudi, glasbe, hrane ter različnih dogodkov. Poleg tega sem veliko prostih vikendov izkoristila za izlete v bližnja mesta in obmorske kraje

ter obisk različnih plaž, ob tem pa sem imela priložnost poskusiti tudi veliko tradicionalne portugalske hrane.
Lizbona je zelo veliko in mednarodno mesto, kjer skoraj nikoli ne zmanjka dogajanja. Zelo enostavno je spoznati ljudi iz različnih držav in si ustvariti pestro družbo, še posebej, če se pridružiš kateremu izmed številnih run clubov, outdoor telovadnic ali različnih družabnih in športnih dogodkov. Ob vseh prednostih živahnega in mednarodnega mesta pa sem opazila tudi njegovo drugo plat. Zaradi naraščajočega turizma in priseljevanja postaja življenje v Lizboni za domačine vse težje dostopno, zato se številni selijo na obrobje mesta ali v manjša okoliška mesta. Tudi to mi je omogočilo, da sem na življenje v mestu pogledala z drugačne perspektive in bolje razumela izzive, s katerimi se danes sooča Lizbona.

ZAKLJUČEK: Zelo sem vesela, da sem se odločila za izmenjavo v Lizboni, saj mi je omogočila številne nove izkušnje tako na strokovnem kot osebnem področju. Zelo zanimivo mi je bilo spoznati raziskovalno delo v drugačnem okolju, se vključiti v novo raziskovalno skupino ter spoznati drugačen način dela in kulturo na delovnem mestu. Izmenjava mi je omogočila tudi, da sem pridobila nova znanja in izkušnje, ki mi bodo koristile pri poklicni poti.
Poleg strokovnega vidika mi je bila izmenjava pomembna tudi zaradi spoznavanja portugalske kulture, načina življenja in vsega, kar ponuja Portugalska. Lizbona me je navdušila s svojo živahnostjo, raznolikostjo in prijetnim vzdušjem.

PREDNOSTI in SLABOSTI: Kot največjo prednost izmenjave bi izpostavila možnost, da sem raziskovalno delo spoznala neposredno v tujem okolju in se vključila v mednarodno raziskovalno skupino. Poleg strokovnega znanja sem pridobila tudi več samostojnosti, samozavesti in izkušenj pri prilagajanju na novo okolje. Pomembna izkušnja mi je bila tudi možnost spoznavanja ljudi iz različnih držav in kultur. Med slabostmi bi izpostavila predvsem visoke stroške nastanitve in nekoliko slabši standard glede na ceno bivanja. Na začetku je bilo potrebno tudi nekaj časa, da sem se navadila na drugačen način dela, njihovo ležernost in novo okolje in vsakodnevno organizacijo.
Z veseljem bom vedno pomagala in delila nasvete o izmenjavi (nina.bernat@gmail.com)

23. ŠVEDSKA - Karolinska Institutet (Ana Klinc)

Opravila sem dvomesečno Erasmus+ praktično usposabljanje na Karolinska Institutet (KI) in v Univerzitetni bolnišnici Karolinska v Stockholmu na Švedskem. Izmenjava je trajala od sredine aprila do sredine junija 2026, kar se je tako po mojem mnenju kot po mnenju domačinov izkazalo za najboljši del leta za obisk švedske prestolnice. Za opravljanje Erasmus+ praktičnega usposabljanja sem se dogovorila neposredno z mentorjem, profesorjem endokrinologije, ki sem ga kontaktirala preko maila. Strinjala sva se, da bi izmenjavo zasnovala predvsem kot raziskovalno delo, katerega cilj bi bila objava strokovnega članka, ob tem pa bi dobila tudi vpogled v klinično delo na Karolinski.

Nastanitev v Stockholmu sem po predlogu mentorja dobila preko KI Housing sistema, kamor sem vlogo, ki jo mora podpisati tudi mentor iz Karolinske, oddala približno štiri mesece pred izmenjavo. Približno dva meseca pred mojim prihodom, so mi ponudili nastanitev, ki je ustrezala vlogi in nato sem preko portala KI Housing podpisala pogodbo. Bivala sem v študentskem domu Strix, kjer sem imela enoposteljno sobo s svojo kopalnico in skupno kuhinjo. Mesečno sem za namestitev plačala približno 460 evrov, ob prvi najemnini pa sem morala plačati tudi 300 evrov depozita. Moja namestitev je bila med najcenejšimi, ki jih ponuja KI Housing, ostale najemnine pa znašajo tudi do dvakratnika te, ki sem jo plačevala sama.

Ostali stroški bivanja v Stockholmu zraven najemnine so znašali okvirno 450-600 evrov mesečno. Hrana v živilskih trgovinah je približno 30 do 50 % dražja v primerjavi s slovenskimi cenami, precej velik strošek

je pa tudi mesečna karta za javni prevoz, ki znaša okrog 100 evrov. Sama sem javni prevoz veliko uporabljala, in sicer za 15-minutno avtobusno vožnjo od Strixa do Karolinske in pa za vožnje z metrojem do centra mesta. Tudi nekaj krajših trajektnih linij po Stockholmu in okolici je vključenih v karto za javni prevoz, kar predstavlja priročno opcijo za transport med številnimi otoki tega mesta.
V ospredju mojega praktičnega usposabljanja je bil raziskovalni projekt, ki je vključeval predvsem analizo podatkov in pisanje strokovnega članka, raziskovalno delo pa sem nekaj dni v tednu kombinirala s kliničnim delom. Raziskovalni projekt je temeljil na analizi registra pacientov s feokromocitomom ali paragangliomom, ki so bili obravnavani na Karolinski med letoma 2005 in 2026. Pri projektu smo se osredotočili na paciente z metastatsko boleznijo. Njihove značilnosti smo primerjali s tistimi pri ne-metastatskih primerih in poskušali poiskati napovedne dejavnike za metastatski razsoj feokromocitomov in paragangliomov. Tekom izmenjave sem se naučila programiranja v programu R in RStudio, kjer sem izvedla celotno statistično analizo podatkov, program pa sem uporabila tudi za risanje grafov. Skupaj s soavtorji smo interpretirali rezultate, nato pa sem spisala prvi osnutek strokovnega članka.

Dva do tri dni na teden sem bila prisotna pri mentorjevem kliničnem delu ali pa sem spremljala specializante pri njihovem delu. Večinoma je šlo za ambulantne obravnave endokrinoloških pacientov in za multidisciplinarne konzilije na temo endokrinoloških tumorjev. Vse klinične aktivnosti, pri katerih sem bila prisotna, so se mentor in drugi zdravniki potrudili izvajati v angleščini. Tudi za paciente na Švedskem obravnava v angleščini ni predstavljala nobene ovire. Na splošno sem večinoma opazovala obravnavo pacientov oz. diskusijo o načrtovanju obravnave, aktivno pa sem sodelovala pri meritvah vitalnih znakov. Spremljala sem tudi obravnave v sklopu različnih raziskav s področja endokrinologije, ki so trenutno potekale na oddelku. V ambulanti sem se podrobneje spoznala s kongenitalno adrenalno hiperplazijo pri odraslih, s katero se raziskovalno ukvarja moj mentor. Zaposleni na oddelku so me zelo lepo sprejeli in so me redno vabili na tedenska predavanja o aktualnih raziskavah in primerih, ki so jih v času moje izmenjave pripravili v angleščini.

Stockholm kot mesto me je zelo navdušil s svojim slikovitim in barvitim starim mestnim jedrom, številnimi zanimivimi muzeji in pestrimi prireditvami na glavnem mestnem trgu. Obdobje od aprila do junija bi res priporočila kot idealno obdobje za obisk mesta, saj je vreme zelo stabilno in že precej toplo. Od muzejev, ki so se mi zdeli posebej kvalitetni, bi izpostavila muzej na prostem Skansen, Vasa museum, Fotografiska museum in Moderna museet. Zelo lepa izkušnja je pa tudi vožnja z ladjico po Archipelago – številni mali otočki, ki se nahajajo vzhodno od Stockholma.

V povezavi s tem, da je bilo moje praktično usposabljanje osredotočeno na raziskovalni projekt, bi izpostavila, da imajo študenti na Švedskem v kurikulumu tudi raziskovalno delo. Šest tednov v enem izmed zadnjih semestrov je namenjeno zasnovi in izvedbi raziskovalnega projekta, kar se mi zdi primer dobre prakse, ki bi jo lahko uvedli tudi na naši fakulteti, kjer je raziskovalno delo sicer prepuščeno zgolj samoiniciativi študenta. Zdi se mi namreč koristno, da bi tekom študija na praktičnem način spoznali raziskovanje v medicini, saj je le-to osnova na dokazih temelječe medicine.

24. TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Anita Tara)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem v študijskem letu 2025/2026 na Univerzi Acibadem (School of Medicine) v Istanbulu opravljala dvomesečno Erasmus praktično usposabljanje. Za izmenjavo v Istanbulu sem se odločila, ker sem si želela spoznati drugačen zdravstveni sistem, izkusiti posebno vzdušje mesta ter se osebno in strokovno izpopolnjevati.
Za izmenjavo sem se odločila že nekaj mesecev pred začetkom mobilnosti. Najprej sem obiskala mednarodno pisarno domače fakultete, kjer so mi podrobno razložili celoten postopek prijave. Nato sem stopila v stik z gostujočo univerzo, kjer so bili zelo prijazni in so me hitro pomirili, da me z veseljem

sprejmejo. Kljub temu mi je precej težav povzročalo dejstvo, da se administrativni postopki odvijajo precej počasneje, kot smo vajeni doma. Potrebno je bilo poslati več sporočil, preden sem dejansko prejela uradno potrdilo o sprejemu. Nadaljnji postopek prijave, pridobivanja podpisov in ureditve štipendije je nato potekal hitro in brez zapletov (celoten postopek je trajal približno tri dni).

Iskanje nastanitve prek spleta predstavlja velik izziv, zato sem se odločila, da to uredim neposredno na lokaciji. Sprva sem prek platforme Airbnb najela manjše stanovanje, ki mi je zadostovalo za prvi teden bivanja. V tem času sem prek Facebook skupin (tj. Erasmus Istanbul) poiskala več primernih nastanitev, se med tednom udeležila nekaj ogledov ter se ob koncu tedna preselila v novo stanovanje. Pri izbiri sta bili ključnega pomena lokacija in cena. Opozorila bi, da so se cene nastanitev v Istanbulu v zadnjih letih močno zvišale, zato svetujem previdno razporejanje finančnih sredstev, ki jih dodeli sklad. Za občutek vam povem, da sem za stanovanje plačevala 550 evrov/mesec. Kar se tiče lokacije, močno priporočam bivanje v bližini metroja (tj. linija M2), saj to bistveno olajša vsakodnevno življenje in prevoz v zelo prometnem Istanbulu. Hkrati priporočam bivanje na evropski strani Istanbula, saj so tam cene stanovanj praviloma nižje, večina turističnih znamenitosti pa se nahaja prav na tej strani, kar omogoča lažje usklajevanje prostega časa z dopoldansko prakso.

Oddelke za opravljanje prakse sem izbrala sama. Usposabljanje sem opravljala na oddelkih za pediatrijo, kardiologijo ter kardiovaskularno kirurgijo. Na pediatriji sem bila razporejena na oddelek za pediatrično hemato-onkologijo. Dan se je začel z jutranjim raportom, na katerem so obravnavali vse paciente na oddelku. Čeprav je potekal v turščini, so se večkrat ustavili in mi vsebino dodatno razložili v angleščini. Sledila je jutranja vizita, pri kateri sem lahko paciente tudi sama pregledala. Ker gre za zasebno in zelo priznano bolnišnico, je bilo na oddelku veliko tujih pacientov, med njimi tudi nekaj z Balkana, zato sem občasno prevzela vlogo prevajalke. Po jutranji viziti je sledil odmor za kosilo. Zaposlenim v bolnišnici je na voljo brezplačen topel obrok, kar je veljalo tudi za študente na praksi. Nato je potekala še popoldanska vizita. Na oddelku sem bila običajno od 9. do 16. ure. Na kardiologiji sem preživela dva tedna v ambulanti, nato pa še dva tedna v kateterskem laboratoriju. Tam sem lahko spremljala različne posege, kot so stentiranje, implantacija srčnega spodbujevalnika, TAVI, 3D mapiranje in ablacija. Zadnji oddelek je bila kardiovaskularna kirurgija, kjer mi je bilo še posebej všeč. Mentor mi je dovolil, da sem pri posegih redno asistirala. Če povzamem, mentorji so bili večinoma zelo prijazni, dobro so govorili angleško in so mi omogočili aktivno spremljanje njihovega dela. Na vsa vprašanja so mi z veseljem in potrpežljivo odgovarjali.

Kot slabost izmenjave bi izpostavila, da sem vso potrebno dokumentacijo (npr. študentsko izkaznico) prejela šele dva tedna po začetku izmenjave. Posledično si nisem mogla urediti mesečne študentske vozovnice za javni prevoz, kar je pomenilo precejšnje dnevne stroške za prevoz. Prav tako mi oddelki niso bili potrjeni pravočasno; koordinatorica mi je pogosto poslala ime mentorja in oddelek šele večer pred začetkom nove rotacije. To je bilo precej moteče, saj univerza izvaja vaje v kar petih različnih bolnišnicah, ki so razporejene po celotnem Istanbulu. Za predstavo: Istanbul ima približno 20 milijonov prebivalcev, zato je razdalja do bolnišnice ključna pri organizaciji dneva in prevoza. Prav tako bi vas rada opozorila, da je znanje angleškega jezika med prebivalci precej omejeno, zato priporočam, da imate vedno pri roki dostop do spletnega prevajalnika. Kot sem že omenila, so se cene v Istanbulu v zadnjih letih močno zvišale; za orientacijo lahko navedem, da kosilo v restavraciji stane več kot 7 evrov. Meni je pri obvladovanju stroškov močno pomagalo dejstvo, da smo imeli v bolnišnici na voljo brezplačen obrok.

Kljub vsem omenjenim pomanjkljivostim bi Erasmus+ izmenjavo v Istanbulu vsekakor priporočila. Ena izmed večjih prednosti izmenjave je dejstvo, da poteka v veliki verigi bolnišnic, kjer je mogoče srečati zelo raznolike paciente. Ker gre za ugledno in prepoznavno bolnišnico, je tam tudi veliko tujih pacientov. Zdravniki so zelo odprti in prijazni. Prednost Istanbula je tudi to, da gre za izjemno veliko in

živahno mesto z ogromno možnostmi za raziskovanje, zato vam zagotovo ne bo dolgčas. Priporočam, da si uredite Müzekart za študente, ki stane 50 TL (približno 1 evro) in omogoča zelo ugoden ali celo brezplačen vstop v večino muzejev, palač in drugih turističnih znamenitosti.

25. TURČIJA - Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Dijana Šarić)

V obdobju med 6.10 in 12.12. sem se odločila za opravljanje Erasmus+ prakse v Istanbulu. Akademski program izmenjave je bil vnaprej določen in razdeljen po posameznih kliničnih oddelkih, pri čemer je praksa potekala v bolnicah Acibadem, v sklopu Univerze Acibadem in njene medicinske fakultete.

Destinacija izmenjave, nastanitev in življenjski stroški
Istanbul je eno največjih mest v Evropi in Aziji ter pomembno medicinsko in akademsko središče države. Med izmenjavo sem bivala v zasebnem Airbnb stanovanju, ki sem ga iskala preko Facebook skupin. Stroški nastanitve se gibljejo med 250 in 500 evri mesečno, odvisno od lokacije in standarda. Stanovanja na azijski strani so praviloma dražja, vendar novejša in bolje povezana z bolnišnicami.

Javni prevoz je učinkovit in dobro organiziran; za vožnje sem uporabljala Istanbulkart, ki velja za metro, vlak, avtobus in trajekt, cena posamezne vožnje pa je približno 35 turških lir. Mesečna vozovnica za študente stane približno 10 € in omogoča 200 voženj.
Prehrana je bila večinoma zagotovljena v bolnišnicah – zajtrk je stal 2–3 evre, kosilo pa je bilo za študente brezplačno. Zunaj bolnic so obroki cenovno zmerni, kosilo v restavraciji stane med 10 in 15 evri.

Prijavni postopki, akademska organizacija in način dela
Prijavni postopek je potekal preko matične fakultete in gostujoče institucije ter je vključeval oddajo zahtevanih dokumentov (Learning Agreement, motivacijsko pismo). Za oddelke sem se zmenila z njihovo koordinatorico. Opravila sem 2 tedna pediatrije v bolnici Altunizade, 2 tedna kardiologije v bolnici Ataşehir in 5 tednov pulmonologije v bolnici Maslak. Način dela je temeljil na vsakodnevni klinični prisotnosti, sodelovanju pri vizitah, opazovanju diagnostičnih in terapevtskih postopkov ter spremljanju poteka zdravljenja bolnikov. Praksa je običajno potekala med 9. in 17. uro, pri čemer je bilo po dogovoru z mentorjem mogoče kakšen dan zaključiti prej ali izostati za raziskovanje mesta oziroma opravljanje drugih aktivnosti.

Jezik izvajanja programa
Uradni jezik izvajanja programa za tuje študente je bila angleščina, medtem ko je v vsakodnevni klinični praksi prevladovala turščina, kar je omejevalo neposredno komunikacijo z bolniki. Znanje angleščine v Turčiji je na splošno omejeno – nekateri mentorji govorijo zelo dobro angleško, drugi manj, vendar je večina pripravljena razlagati in podajati znanje v angleščini, kadar je to potrebno. Večina preostalega bolnišničnega osebja ne govori angleško, zato je bilo koristno poznati nekaj osnov turščine za lažjo komunikacijo in učinkovito sodelovanje.

Primeri dobre prakse
Kot primer dobre prakse bi izpostavila visoko stopnjo vključenosti študentov v klinično delo, odprt mentorski odnos ter velik obseg kliničnega materiala. Študenti so bili aktivno vključeni v različne klinične posege, vključno z diagnostiko, operacijami in interpretacijo izvidov, pri čemer so mentorji pogosto zastavljali vprašanja, s čimer so spodbujali dodatno učenje in klinično razmišljanje. Pozitivna je bila tudi dobra organizacija dela na oddelkih ter poudarek na timskem in interdisciplinarnem pristopu k obravnavi bolnikov.

Prednosti, slabosti in morebitne ovire

Glavne prednosti izmenjave so bile pridobivanje kliničnih izkušenj, spoznavanje drugačnega zdravstvenega sistema in razvoj medkulturnih kompetenc. Imela sem priložnost srečati redke in posebne patologije ter se prvič spoznati z nekaterimi diagnozami. Praksa mi je omogočila vpogled v zdravljenje bolnikov brez finančnih omejitev, zlasti na pediatriji (hematologija in onkologija), kardiologiji in pulmonologiji, kjer sem spremljala sodobne posege, diagnostiko in zdravljenje z najsodobnejšimi metodami.
Med slabostmi izmenjave izpostavljam jezikovno oviro in občasno manj jasno strukturiran urnik. Med praktično izmenjavo sem se srečala tudi z administrativnimi in logističnimi izzivi ter prilagajanjem na tempo in velikost mesta, kar pa je hkrati predstavljalo pomembno učno izkušnjo.

Praktična izmenjava v Istanbulu je bila izjemno koristna in je pomembno prispevala k mojem strokovnem ter osebnem razvoju. Med izmenjavo sem pridobila številne dragocene izkušnje in znanje, ne le na področju medicine, temveč tudi glede življenja, kulture in vsakdanjih izzivov v velikem mestu. Istanbul je eno največjih mest na svetu s približno 16 milijoni prebivalcev, kjer se prepletajo različne kulture, narodi in tradicije; leži na dveh kontinentih – Evropi in Aziji – vsaka stran pa ima svoj edinstven čar, ki ga je bilo mogoče opazovati in doživeti na vsakem koraku. Tako veliko in raznoliko mesto ponuja tako pozitivne kot manj ugodne izkušnje, vse pa so pomembne za osebni razvoj, prilagajanje in razumevanje medkulturnih razlik.

V bolnicah sem pridobila obsežno klinično znanje na različnih medicinskih področjih, sodelovala pri diagnostiki, operacijah in interpretaciji izvidov ter imela priložnost spoznati nove tehnike in sodobne metode zdravljenja. Prav tako sem spoznala številne zdravnike, kolege in druge študente, s katerimi sem lahko izmenjala znanje in izkušnje, kar je dodatno prispevalo k kvaliteti moje izmenjave.
Izmenjava v Istanbulu je bila zame izjemno pozitivna izkušnja. Izmenjavo bi priporočila tudi drugim študentom Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani, saj predstavlja priložnost za rast, učenje in širjenje obzorij tako v medicinskem kot življenjskem smislu.

26. TURČIJA – Univerza v Izmirju (Tina Sluga)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški.
2-mesečno praktično usposabljanje sem opravljala v mestu Izmir, Turčija. Izmir je tretje največje mesto v Turčiji in velja za eno bolj mednarodnih, odprtih in sekularnih mest. Je več milijonsko, obmorsko mesto na zahodu države. V mestu je veliko mladih ljudi, saj ima kar 7 univerz. V bližini so znamenite turistične točke kot antično mesto Ephesus in naravni bazeni Pamukale. Vzdušje mesta je zelo sproščeno in prijetno, ljudje se veliko družijo, predvsem v parkih ob morju in v barih v modernem centru mesta. Nikoli se nisem počutila neprijetno ali nevarno, tudi če sem domov hodila ponoči, le v nekatere dela mesta (npr. staro mestno jedro Konak) bi odsvetovala obisk v zelo kratkih hlačah ali oblekah, če se želiš izogniti strmenju.

Stanovanje sem si preko kontakta, ki so mi ga dali na univerzi, našla v soseski Bostanli, ki je znana po številnih barih, restavracijah in obmorskih sprehajalnih poteh. Živela sem z mlado Turkinjo in njeno hčerko, ki sta poleg mene v svojem stanovanju gostili še dve dekleti iz Azarbejana in Ukrajine. Za sobo v tem stanovanju sem plačevala 330 EUR na mesec. Avtobusne povezave do bolnice, ki se nahaja v soseski Karsiyaka, so bile zelo dobre, v povprečju mi je pot vzela 30 minut. V dele mesta na drugem koncu zaliva sem potovala s trajekti, ki so pri njih tako pogosti, kot avtobusi, ena vožnja pa stane približno 80 centov. Stanovanje se je nahajalo 100 m od morja, v bližini pa je bilo vse kar sem potrebovala.
Turčija ima zaradi hude inflacije v zadnjih letih precej višje življenjske stroške kot sem pričakovala. Kosilo v povprečju stane med 10 in 15 EUR, kavo pod 3EUR sem pila redko, pijače v barih pa imajo približno takšne cene kot v Sloveniji. Splača se najti kakšne bolj fast food variante, kjer za kebab plačaš

3-5 EUR, za cig-kofte (njihov »vegetarijanski kebab«) pa tudi po 1,5 EUR. Javni prevoz kot rečeno ni drag, po 80 centov na vožnjo, prestop velja 90min. Tudi prevozi v druga mesta so relativno poceni, npr. Do Istanbula 30 EUR, do bližnjih plaž in obmorskih mest pa 20 EUR.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija.
Za možnost prakse v Izmirju sem izvedela iz starih erasmus poročil. Kontaktirala sem študentko, ki je bila tam 2 leti pred mano in posredovala mi je kontakt njihove mednarodne pisarne, s katero sem se potem vse dogovarjala. Bili so zelo prijazni, odgovarjali so neverjetno hitro in mi nudili veliko pomoči. Na praksi sem opravljala vaje iz kirurgije, ki so se mi tudi priznale, kot opravljene obveznosti za ta predmet doma. Ko so mi potrdili, da imajo zame mentorja v izbranem terminu, sem njihov opis predmetnika posredovala naši katedri za kirurgijo. Z urejanjem dokumentacije tako nisem imela nobenih težav, Učni sporazum sem imela podpisan marca, kar je bilo dva meseca pred začetkom izmenjave.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF.
Razen uvodnega predavanja prvi dan tekom svoje prakse nisem imela nobenih drugih predavanj. Vsak dan sem preživela s svojim mentorjem v operacijski dvorani, ob petkih pa v ambulanti. Ker je bila bolnica, kjer sem opravljala prakso, privatna, pacientov ni bilo zelo veliko, tako da se je zgodilo, da sem bila kdaj tudi po več dni v kosu brez dela in sem lahko potovala okoli Izmirja. Kadar so bile na urniku operacije, sem skupaj s svojim mentorjem opravljala pred- in pooperativne preglede in opazovala operacijo, včasih sem lahko tudi asistirala in opravila kakšne manjše posege. Menim, da je bila obremenitev podobna obremenitvi v Ljubljani.

Jezik izvajanja študijskega programa.
Moj mentor je govoril tekoče angleško, žal pa to ni držalo za večino drugih članov kirurškega tima. Marsikateri zdravnik ni govoril niti besede angleško, prav tako ne medicinske sestre, tehniki in tudi nekateri drugi študentje. Zaradi tega je bilo nekoliko oteženo moje delo na oddelku in na splošno zunaj operacijske dvorane.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF.
V teh dveh mesecih sem veliko časa preživela s turškimi študenti, ki so mi povedali nekaj o njihovem sistemu študija. Všeč mi je bilo, da so pri njih študentje 6ga letnika že veliko bolj vključeni v klinično delo kot pri nas. Po razporedu opravljajo nočne in dnevne izmene, kjer so zadolženi za opazovanje in reševanje manjših zapletov (vročina, slabost, bolečina) pri pacientih na oddelku, znotraj katerega trenutno opravljajo vaje. Za svoje delo so tudi že nekaj plačani. Zdi se mi, da so zato nekoliko bolj samozavestni in samostojni.
Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Všeč mi je bila izkušnja države, o kateri prej nisem vedela veliko. Zdi se mi, da je dober vpogled v turško kulturo. Ker Izmir ni zelo popularna destinacija Erasmus študentov, sem večino časa preživela z lokalci. Sprejeli so me zelo lepo, bili gostoljubni in prijazni. Ta izmenjava mi je zato dala veliko več razumevanja te države kot prejšnje izmenjave, ki sem jih opravila, saj se drugje veliko družiš z drugimi mednarodnimi študenti.
Glavno oviro je zame predstavljal jezik. Bila sem zelo presenečena nad deležem ljudi, ki ne govori angleško. To mi je otežilo marsikatero stvar, predvsem sodelovanje v kliničnem okolju, ko je bil moj mentor odsoten. Če se odločaš za izmenjavo v Turčiji predlagam, da se naučiš vsaj nekaj osnov turščine (seveda bo šlo tudi brez, ampak mislim, da je tako veliko lažje).

27. TURČIJA - Erciyes university, Kayseri (Kaja Klemenc)

V bolnišnici Erciyes v mestu Kayseri sem od oktobra do januarja 2025 opravljala 3-mesečno praktično usposabljanje. Na izmenjavo sem se prijavila v avgustu po predhodnem dogovoru z administratorjem na Erciyes university ter mednarodno pisarno na MF. Poslala sem motivacijsko pismo, potrdilo o vpisu.

NASTANITEV IN BIVANJE:
Stanovala sem v študentskem domu Safir rezidans, ki je od bolnišnice oddaljen okoli 3 km. Kontaktirala sem jih preko Whatsappa in povprašala po prostih. Za kratkotrajne nastanitve je cena najemnine na mesec 300€.

PRAKTIČNO USPOSABLJANJE:
Do bolnišnice je imel dom organiziran prevoz, vožnja traja okoli 10minut. Možen je tudi prevoz z avtobusom ali tramvajem. Prvi dan sem pri administratorki prejela napotke, urnik sva planirali z mentorico sproti glede na moje želje in prostor na oddelkih. Oddelčni administratorji so bili zelo pozorni in prijazni, ustregli so tudi moji želji, da bi več časa preživela v specialističnih ambulantah.
Na oddelkih so me lepo sprejeli in z veseljem delili znanje in nasvete. Delo se je razlikovalo do oddelka do oddelka, večinoma sem začenjala ob 9h in po želji ostajala do 17h ali 18h. Začela sem na oddelku za nefrologijo, spremljala vizite ter delo v specialističnih ambulantah. Nadaljevala sem na oddelkih za revmatologijo, infekcije, hematologijo in onkologijo. Več časa sem preživela na oddelku za kardiologijo, predvsem v specialistični ambulanti za UZ ter EKG, spremljala sem tudi nekaj posegov ter vizite. Nato sem preživela zadnji mesec na urgenci ter na oddelkih za endokrinologijo in nevrologijo.
Na oddelkih mi je bil omogočen dostop do dokumentacije pacientov, mentorji pa so mi pokazali slikovno diagnostiko zanimivih kliničnih primerov in bili odprti za vprašanja in diskusijo.

PROSTI ČAS:
Prosti čas smo preživeli s prijatelji in kolegi iz bolnišnice. Udeležili smo se znanstvenega festivala in letalske demonstracije Soloturka, obiskala sem nekaj muzejev, sosednja mesta ter Istanbul. Okolica je lepo urejena s številnimi malimi parki. Prijeten je tudi mesni center z bazarjem, muzeji ter mestnim gradom. Za ljubitelje smučanje je popolno smučišče na gori Erciyes.
Ljudje so izredno prijazni in topli, od njih se lahko naučiš marsikaj o medicini, pa tudi o okoliščinah v Turčiji.

Izmenjavo toplo priporočam vsem bodočim internistom, pediatrom in infektologom, predvsem tistim, ki se na Erasmus odpravljate primarno za raziskovanje in učenje.
Kontakt v primeru vprašanj: kaja.klemenc@gmail.com.

28. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Andraž Možina)

Od 15. 12. 2025 Do 9. 1. 2026 sem pod mentorstvom dr. Igorja Gregoriča, dr. med. opravljal štiritedensko praktično usposabljane. Praksa je potekala je v bolnišnici Memorial Hermann v Houstonu na inštitutu za kardiovaskularno kirurgijo, ki velja za eno izmed vodilnih zdravstvenih ustanov v ZDA na področju srčno-žilne kirurgije. Bolnišnica se nahaja znotraj Texas Medical Center (TMC), največjega medicinskega kompleksa na svetu. Namen prakse je bil poglobiti teoretično znanje, pridobiti vpogled v klinično delo ter se seznaniti z organizacijo dela in sodobnimi kirurškimi pristopi v mednarodnem okolju. Med prakso sem bil vključen v vsakodnevno delo na oddelku za kardiovaskularno kirurgijo. Sprva sem se seznanil z lokalnimi pravili in organizacijo dela ter prejel vsa potrebna navodila in strokovno literaturo. Pred začetkom dela na oddelku sem moral uspešno opraviti vse obvezne kvize v spletni učilnici, ki so bili pogoj za začetek opravljanja prakse. Sledila je demonstracija osnovnih kirurških veščin,

pri kateri sem moral pokazati pravilno kirurško umivanje, sušenje in razkuževanje rok, nadetje sterilnih rokavic, odpiranje sterilnega kompleta ter pravilno nadetje operacijske tunike.

Delovno okolje v Memorial Hermann Hospital je bilo izjemno profesionalno, organizirano in spodbudno, bolnišnično osebje pa zelo prijazno in korektno. Moj delovni dan se je začel okoli 6:30 z jutranjo vizito na oddelku. Dobil sem tudi dostop do bolnišničnega informacijskega sistema, kar mi je omogočilo podrobnejši pregled izvidov hospitaliziranih bolnikov in boljše razumevanje njihove patologije. Operacije so se večinoma začele ob osmi uri zjutraj.
Skupaj s kolegi študenti medicine smo se razporedili v operacijske dvorane, kjer smo do konca trajanja programa asistirali kirurgom. Ta je obsegal številne kompleksne operativne posege, kot so vstavitve mehanskih podpor srca (LVAD, Impella), koronarne premostitvene operacije (CABG), menjave in rekonstrukcije srčnih zaklopk ter posegi na aorti. Pogosto so bili v popoldanski program naknadno vključeni dodatni posegi, kar sem z veseljem izkoristil za pridobivanje dodatnih praktičnih izkušenj in v bolnici preživel skoraj cel dan.

Kirurgi so od nas pričakovali aktivno udeležbo, zato je bilo zaželeno, da smo asistirali pri čim več operacijah in v bolnišnici ostajali dlje časa. Prav tako smo bili obveščeni, ko se je pojavila možnost za transplantacijo pri pacientih na čakalni listi. V takšnih primerih smo študenti lahko spremljali ekipo na odvzem organa in/ali asistirali pri sami implantaciji. Sam sem se udeležil ene izmed teh operacij, in sicer asistence pri transplantaciji pljuč, ki je bila moja najdaljša operacija – trajala je približno devet ur.
Vsaj enkrat tedensko je potekal multidisciplinarni konzilij, na katerem so obravnavali najzahtevnejše klinične primere. Teh sestankov sem se v času prakse redno udeleževal. Občasno so v operacijskih dvoranah Inštituta za kardiovaskularno kirurgijo potekale tudi operacije, ki so jih izvajali gostujoči kirurgi, saj je bil transport nekaterih kritično ogroženih bolnikov v druge bolnišnice preveč tvegan. Tako sem imel priložnost asistiratii tudi pri carskem rezu, kar je bila zame zelo zanimiva in poučna izkušnja.
V sklopu rotacije sem se udeležil tudi delavnice kirurškega šivanja, organizirane posebej za študente medicine. Prav tako je bil organiziran ogled bolnišničnega heliporta in enega izmed helikopterjev, ki se uporabljajo za nujni transport pacientov.

V posebej lepem spominu mi bo ostalo tudi osebno srečanje s prof. dr. Igorjem Gregoričem, ki je z gostujočimi študenti delil izkušnje svoje bogate strokovne in raziskovalne kariere ter odgovarjal na številna vprašanja. Zelo sem hvaležen Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani, da mi je omogočila to klinično prakso, saj sem pridobil neprecenljive kirurške izkušnje in dragocen vpogled v delovanje ameriškega zdravstvenega sistema.

29. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Ema Lanišnik)

Konec oktobra 2025 sem se odpravila na 4-tedensko prakso na kardiološkem intenzivnem oddelku Heart and Vascular Institute v Memorial Hermann Hospital v Houstonu, Texas, ZDA.

Prijavni postopki
Po izboru iz strani fakultete je sledilo prijavljanje na UTHealth (McGovern School of Medicine) in zbiranje dokumentacije za pridobitev obrazca I-20 in študijske vize. Postopek je naporen in slabo označen v navodilih, ki jih prejmeš, zato priporočam pregled navodil, ki so objavljena na spletni strani ULMF (napisana s strani študentov). Dokumentacijo je potrebno poslati vsaj 4 mesece pred uradnim začetkom. Potrebno je urediti zdravstveno zavarovanje, zavarovanje poklicne odgovornosti, pridobiti priporočilna pisma in dobiti potrdilo banke o stanju na bančnem računu. Potrebno se je testirati za tuberkulozo, predložiti titer protiteles proti hepatitisu B in VZV ter predložiti datume cepljenj (dokument mora podpisati osebni zdravnik). Prav tako je potrebno izpolniti poseben obrazec, ki ga mora podpisati dekan naše fakultete. Vse papirje je potrebno poslati po pošti! Za pridobitev vize

obstaja poseben obrazec in predložitev bančnega potrdila o stanju. Ko ti njihova mednarodna pisarna potrdi dokumente se začne prijavni postopek, katerega prvi del poteka preko spleta (DS-160), ob tem je potrebno plačati SEVIS Fee 350 dolarjev. Nato se prijaviš na intervju na ameriški ambasadi, ki stane 180 dolarjev. Priporočam, da se naredi kopije vseh dokumentov in pa dva originala bančnega potrdila. Priporočam tudi prijavo na štipendijo 'Sofinanciranje gostovanj slovenskih strokovnjakov iz tujine na slovenskih visokošolskih zavodih in raziskovalnih organizacijah ter študijskega oziroma znanstvenega obiska študentov v tujini'. Potrebno je pridobiti podpisano potrdilo dr. Gregoriča o sprejetju na program, kar se pridobi preko koordinatorke Savannah Torres.

Transport in nastanitev

Cene letalskih kart so različne, jaz sem imela let iz Graza s letalsko družbo Lufthansa, saj sem lahko izbrala različni mesti destinacije in povratka (torej v Houston in nazaj iz New Yorka), odštela sem okoli 700 eur.

Nastanitev smo si delile s študentkami, ki so odhajale isti mesec. Stanovale smo v Airbnb v območju Texas Medical Center, kompleks se je imenoval Latitude Center, Airbnb host pa Burak. Kompleks je imel recepcijo, telovadnico, bazen in »shuttle«, ki nas je vsako jutro odpeljal do bolnišnice in nazaj. Načeloma je območje dokaj varno, vendar je Houston sam po sebi znan kot nevarno mesto (tudi javni prevoz) in niti ni zgrajeno za veliko pešhoje, zato se v večini priporoča uporaba Lyfta ali Uberja.

Potek prakse

Prakso sem opravljala na kardiološkem intenzivnem oddelku na 5. nadstropju, ostale punce pa na kardiokiruškem oddelku na 7. nadstropju. Posebnih navodil o mojem delovnem dnevu nisem prejela, zato sem ponavadi šla na oddelek okoli 7:30, saj so »fellowi« prihajali okoli 7 ure, nadzorni zdravniki (»attending«) pa okoli 8 do 9 ure. Vizita se je začela ko je prišel attending in je trajala različno dolgo (pogosto cel dan), odvisno od attendinga, ki so se pogosto menjavali. Na oddelku sta kardiološka in pulmološka (oz. intenzivna) ekipa. Načeloma spadamo pod kardiološko, vendar so pulmologi nekoliko bolj pedagoški. Od McGovern School of Medicine dobiš dostop do Epica, v katerem si lahko ogledaš informacije o pacientih. Toplo priporočam, da si pogledaš pred vizito, saj je drugače lahko težko slediti informacijam. Izkušnja je lahko precej odvisna od fellowov, ki so tvoj najbližnji stik in zahteva nekoliko samoiniciativnosti. Načeloma lahko pregledaš paciente, njihove laboratorije in spremembe stanja čez noč in nato poročaš tekom vizite. Vsi zaposleni so zelo prijazni in pripravljeni razlagati stvari ter odgovarjati na vprašanja. Možno si je ogledati posege v kateterskem laboratoriju in opazovati reanimacije ter vstavitve naprave ECMO. Poleg oddelčnih del smo bili povabljeni tudi ne tedenske sestanke: mortality&morbidiy, Fellow lectures in Multidisciplinary meetings.

Prosti čas

Tekom tedna je bilo redko dovolj časa za raziskovanje Houstona, obiskale smo nekaj restavracij in trgovskih centrov. Med vikendi sem obiskala Nasa Space Center, New Orleans in Pittsburgh. V bližini kompleksa bolnišnice so Houston Zoo, Hermann Park, Museum of Natural Science in Museum of Fine Arts, prav tako se priporoča obisk košarkarskih tekem.

Zaključek

Praksa v Houstonu je zagotovo bila nepozabna izkušnja, naučila sem se veliko novega o mehanski podpori srca in intenzivni medicini. Prav tako sem dobila vpogled v ameriški zdravstveni sistem in delo zdravnikov ter drugega osebja.

30. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Hana Feguš)

Med 15. decembrom 2025 in 9. januarjem 2026 sem opravila študijsko mobilnost v obliki klinične prakse na področju srčno-žilne kirurgije v Center for Advanced Heart Failure na Heart and Vascular Institute bolnišnice Memorial Hermann v Texas Medical Center v Houstonu (ZDA).

Šlo je za štiritedensko izobraževanje s področja kirurškega zdravljenja napredovalega srčnega popuščanja. Študenti smo pod mentorstvom specialistov srčno-žilne kirurgije sodelovali pri jutranjih vizitah in pri delu v operacijski dvorani. Ekipa za napredovalo srčno popuščanje je delovala v dveh operacijskih dvoranah, pri čemer je bil v delo v vsaki dvorani vključen en študent. Po jutranji viziti in pred odhodom v operacijske dvorane smo imeli študenti praviloma dovolj časa, da smo pregledali zdravstveno dokumentacijo bolnikov, ki so imeli za tisti dan načrtovan operativni poseg, do katere smo imeli po opravljenem ustreznem izobraževalnem modulu dostop na bolnišničnih računalnikih, kar je poleg razlag mentorjev pripomoglo k boljšemu razumevanju kirurškega zdravljenja posameznega bolnika. V času klinične prakse sem imela priložnost sodelovati pri različnih operativnih posegih, med drugim pri vstavitvi mehanske podpore levemu ventriklu (left ventricular assist device, LVAD), vstavitvi in odstranitvi naprave Impella 5.5, vzpostavitvi in dekanilaciji zunajtelesne membranske oksigenacije (extracorporeal membrane oxygenation, ECMO), obvodih na koronarnih arterijah (coronary artery bypass graft, CABG), vstavitvi srčnega spodbujevalnika, perkutani traheostomiji, kirurški oskrbi okuženih ran in implantiranih materialov ter pri transplantaciji pljuč – v okviru slednje sem sodelovala tudi pri odvzemu organa v drugi bolnišnici.

Poleg dela v operacijski dvorani sem se udeležila tudi več oddelčnih konferenc in konzilijev, opravila izobraževanje s področja uporabe kirurških šivalnih materialov in osnovnih tehnik ter se seznanila z delovanjem helikopterske nujne medicinske pomoči (Life Flight).

Opravljeni študijski obisk v tujini je pomembno prispeval k poglobitvi že pridobljenega znanja in k pridobitvi novih kliničnih izkušenj s področja srčno-žilne kirurgije, zlasti kirurškega zdravljenja napredovalega srčnega popuščanja. Podobne terapevtske možnosti, kot sem jih imela priložnost spoznati na študijskem obisku v Houstonu, so na voljo tudi bolnikom v Sloveniji, in verjamem, da je pridobljeno znanje tudi iz tega razloga neposredno uporabno v domačem kliničnem okolju.
Poleg strokovnega vidika mi je študijski obisk omogočil tudi vpogled v zdravstveni sistem, ki se precej razlikuje od slovenskega. Izkušnja dela v mednarodnem in visoko specializiranem okolju je pomembno prispevala k širjenju mojih strokovnih obzorij ter k osebni in akademski rasti, za kar sem iskreno hvaležna.

31. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Zara Gradecki)

V študijskem letu 2025/26 sem dva meseca – februar in marec 2026 – opravljala klinično prakso v bolnišnici Memorial Hermann – Texas Medical Center v Houstonu. Prvi mesec sem delala na Intenzivni enoti (ICU) za srčno-žilne bolnike, drugi mesec pa na kardiotorakalnem kirurškem oddelku, oboje pod okriljem Heart and Vascular Institute (HVI).

PRIPRAVE NA ODHOD
Izmenjavo je omogočala povezava Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani z prof. dr. Igor Gregoričem, vodjo HVI. Po izboru s strani fakultete je sledil obsežen administrativni postopek, s katerim nam je pomagala Savannah Torres, koordinatorka programa. Pravočasno sem zbrala vso dokumentacijo za vizo F-1, opravila intervju na ameriški ambasadi v Ljubljani ter poravnala vizne stroške. Prav tako sem uredila zdravstveno zavarovanje in zavarovanje osebne odgovornosti na delovnem mestu, ki ga

zahtevajo gostujoče ustanove v ZDA. Potrebovala sem tudi zdravstveno dokumentacijo o cepljenju za gripo, hepatits B in quantiferon test za tuberkulozo.

NASTANITEV IN POTOVANJE
Po pridobljeni vizi sem kupila letalske vozovnice (Turkish Airlines) in prek Airbnb smo rezervirali stanovanja za čas bivanja v ZDA. Prvi mesec sem stanovala skupaj s 3, drugi mesec pa 5 kolegi. Oba stanovanja sta bila oddaljena od HVI približno 30 minut peš. Večinoma smo hodili peš, saj je bilo vreme temu primerno. Strošek bivanja je znašal približno 2200 EUR za oba meseca.

POTEK PRAKSE – PRVI MESEC (INTENZIVNA ENOTA)
Prva dva dni sta bila namenjena uvedbi: ID kartice, varnostna izobraževanja, kvizi za dostop do EPIC sistema in seznanitev z enoto. Na intenzivni enoti sem spremljalja kariološko ekipo. Sodelovala sem pri vsakodnevnih vizitah, the je bilo približno 3 na dan – jutranji "huddle", ki je potekal s kardiološko, pulmonarno in kirurško ekipo. Druga vizita je potekala samo z kardiološko ekipo. Bila najbolj podrobna ter trajala 2 do 5 ur. Zadnja, glavna vizita je potekala ob 15. uri skupaj s kirurgi, kjer so se skupaj oddločili katere bolnike bodo operirali v bližnji prihodnosti. Imela sem priložnost videti bolnike z ekstrakorporalno membransko oksigenacijsko napravo (ECMO), po implantaciji LVAD in po transplantaciji srca. Ob 8.00 zjutraj v torek so vsak teden potekali Medical Board Review (MRB) sestanki, kjer so se različni strkovnjaki odločali o tem kateri pacienti so primerni za transplantacijo ali implentacijo LVAD.

POTEK PRAKSE – DRUGI MESEC (KARDIOTORAKALNI KIRURŠKI ODDELEK)
Na kirurškem oddelku sem začela ob 6.30 s predoperativno pripravo bolnikov. Operacije so se začele ob 7.30. Asistirala sem pri koronarnih obvodih (CABG), menjavi aortne in mitralne zaklopke, vstavitvi Impelle in LVAD. Prisostvovala sem 2 transplantacijam pljuč, kar je bilo najbolj navdušujoče. Vsak popoldan je sledila popoldanska vizita in pregled laboratorijskih izvidov. Odhajala sem med 17.00 in 18.00. V okviru rotacije je organizirana tudi delavnica kirurškega šivanja ter predstavitev helikopterske enote Life Flight.

PROSTI ČAS
Kljub napornemu urniku sem si vzela čas za sprostitev. S kolegi smo hodili v Hermann Park, telovadili, v četrtek obiskovali trivia kviz v bljižnjem baru univerze Rice. V vikendih sem si ogledala NASA Space Center, Muzej umetnosti (MFAH) in košarkarsko tekmo Houston Rockets. V enem od vikendov smo obiskali tudi mesto New Orleans, v sosednji zvezni državi Lousiana.

ZAKLJUČEK
Izmenjava je bila izjemno naporna, a zato še bolj dragocena. Dva meseca v največjem medicinskem centru na svetu sta mi dala neprecenljive izkušnje pri kritično bolnih srčnih bolnikih, kirurški asistenci in timskem delu. Toplo priporočam vsem, ki želijo poglobiti znanje iz kardiovaskularne medicine in kirurgije ter spoznati ameriški zdravstveni sistem v praksi.

32. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Živa Zidarn)

Marca 2026 sem se odpravila na študijski obisk v Houston, kjer sem štiri tedne opravljala klinično rotacijo iz kardiologije na intenzivnem oddelku. Vaje so potekale na Heart and Vascular Institute v okviru bolnišnice Memorial Hermann Hospital, ki je del Texas Medical Center.

Prijavni postopek

Postopek prijave je bil precej zahteven in časovno obsežen. Po potrditvi s strani domače fakultete je bilo treba zbrati in poslati številna dokazila, med drugim o cepljenjih, opravljenih študijskih obveznostih, znanju angleščine ter ustreznem zavarovanju.
Pomemben del je predstavljalo tudi urejanje vize, ki je vključevalo oddajo dodatne dokumentacije in razgovor na ameriški ambasadi. Pred prijavo na razgovor je potrebno poravnati SEVIS fee, ki trenutno znaša 350 ameriških dolarjev, poleg tega pa je potrebno plačati še dodatnih 160 evrov na ambasadi.

Potek kliničnega dela
Začetek rotacije je bil namenjen uvodnim izobraževanjem in pridobitvi dostopov do bolnišničnih sistemov. Opraviti smo morali obvezna usposabljanja s področja varovanja podatkov (HIPAA), varnosti na delu in uporabe sistema EPIC, ki predstavlja osnovno orodje za delo s pacienti.
Klinično delo je nato potekalo na oddelku intenzivne medicine za bolnike z napredovalim srčnim popuščanjem. Delo je bilo izrazito timsko in je vključevalo sodelovanje kardiologov, kirurgov, pulmologov ter drugih specialistov glede na potrebe posameznega pacienta.
Moj vsakdan je bil vezan predvsem na spremljanje dela kardiološkega tima. Dan se je začel zgodaj z jutranjim pregledom pacientov, ki so ga vodili “fellows”, čemur je krajša skupna vizita celotnega tima. Osrednji del dneva je predstavljala glavna vizita, kjer smo podrobno obravnavali vsakega pacienta, analizirali potek zdravljenja in načrtovali nadaljnje ukrepe.
Popoldne je sledila še dodatna vizita, vmes pa sem imela možnost spremljati delo v katetrskem laboratoriju in operacijskih dvoranah.
Redno so potekali tudi interdisciplinarni sestanki, kjer so obravnavali kompleksne paciente in usklajevali zdravljenje. Poleg kliničnega dela so bila organizirana tudi dodatna izobraževanja, kot so delavnica kirurškega šivanja, predstavitev transporta kritično bolnih pacientov ter strokovna predavanja.
Posebej bi izpostavila odprtost in dostopnost mentorjev, ki so nas aktivno vključevali v delo ter spodbujali k razmišljanju in postavljanju vprašanj.

Življenje in organizacija bivanja
Bivanje v Houston se precej razlikuje od življenja v Sloveniji, predvsem zaradi odvisnosti od avtomobilskega prevoza. Za vsakodnevne poti sem uporabljala predvsem Uber in Lyft, saj javni prevoz ni vedno najbolj praktičen, poleg tega pa so nam ga zaradi varnosti v glavnem odsvetovali, z izjemo rdeče linije metroja čez dan.

Stroški bivanja so relativno visoki, zlasti nastanitev in prehrana. Za stanovanje (kjer smo menjajoče spali tudi na kavčkih) smo odšteli 900 evrov na osebo. Tudi hrana se mi je zdela nekoliko dražja, v bolnici so sicer povedali, da so se stroški hrane v zadnjem času precej podražili. Za prehrano sem v enem mesecu odštela približno 400 evrov, nekajkrat smo jedli zunaj, kar je nekoliko dražje kot pri nas, predvsem zaradi visokih napitnin, vendar ni prehudo.
Skupno sem za izmenjavo porabila približno 3000 evrov, od tega je polovico pokrila štipendija Ad Futura.

Zaključni vtis
Študijski obisk mi je omogočil neposreden vpogled v obravnavo kompleksnih kardioloških in kardiokirurških pacientov ter delo na oddelku intenzivne medicine. Pomemben del izkušnje je predstavljal tudi vpogled v organizacijo dela in delovno kulturo, ki se v primerjavi s slovenskim okoljem bistveno razlikuje. Delovnik zdravnikov na intenzivnem oddelku je bil praviloma dolg najmanj 12 ur, pogosto brez prostih vikendov, zaradi česar bom gotovo bolj cenila poudarek, ki ga dajemo v Sloveniji na zdravo ravnovesje med zasebnim in poklicnim življenjem.
Izmenjavo bi posebej priporočila študentom, ki jih zanimajo kardiologija, kardiokirurgija ali intenzivna medicina, saj omogoča poglobljen vpogled v delo na teh področjih in stik s raznoraznimi pacienti.

Menim, da takšna izkušnja pomembno prispeva k strokovnemu razvoju ter lažji odločitvi glede nadaljnje specializacije.

33. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Skupno poročilo termin 12.1. - 6.2.2026, študenti UL MF: Sara Čebron, Pia Mohorič Tomažin, Nika Kodelja, Miha Polanc, Luka Petrovič)

Klinično prakso smo v študijskem letu 2025/2026 opravljali v bolnišnici Memorial Hermann Hospital, ki se nahaja v Texas Medical Centru v Houstonu. Bolnišnica je specializirana za bolnike s terminalnim srčnim popuščanjem. Vsak mesec se lahko na klinično prakso odpravi šest študentov, trije na srčno-žilno kirurgijo in trije na kardiološki intenzivni oddelek.

Prijavni postopek, stroški in štipendija
Prijave za naslednje študijsko leto potekajo v mesecu maju prejšnjega šolskega leta. Prijavo je potrebno oddati preko VISa, kamor je potrebno oddati CV, motivacijsko pismo in potrdilo o znanju angleškega jezika (iz mature). Po izboru s strani naše fakultete sledi obsežen administrativni postopek, ki se ga je priporočljivo lotiti čim prej. Pri tem so lahko v veliko pomoč navodila, ki so jih slovenski študentje pripravili in so dostopna na spletni strani: https://www.mf.uni-lj.si/o-studiju/mednarodne-izmenjave/utrinki-iz-tujine/hermann-memorial-hospital-houston-zda?q=%2Fo-studiju%2Fmednarodne-izmenjave%2Futrinki-iz-tujine%2Fhermann-memorial-hospital-houston-zda
Navodila s potrebnimi dokumenti so objavljena tudi v spletni učilnici. Za opravljanje prakse je potrebno pridobiti študentsko vizo F1 (350$), za katero je potrebno opraviti tudi intervju na ameriški ambasadi v Ljubljani (170€). Potrebno si je urediti ustrezno zavarovanje (health insurance in malpractice insurance). Potrebno je tudi potrdilo o precepljenosti, titrih, testih, ki jih lahko opravite na infekcijski kliniki. Vse potrebne dokumente je potrebno vsaj 4 mesece pred začetkom prakse preko pošte poslati v Ameriko. Skupaj z letalsko karto in nastanitvijo tako odšteješ kakšnih 2500€ že preden prideš v Ameriko.

Za obisk v ZDA je možna pridobitev državne štipendije AdFutura, ki pa je namenjena zgolj študentom, ki se v ZDA odpravljajo opravljati vaje v okviru rednih študijskih vsebin (opravljanje vaj iz interne medicine ali kirurgije). V primeru opravljanja klinične prakse v okviru dodatnih študijskih obveznosti, štipendija ne pripada in si si primoran vse stroške obiska kriti sam.

Nastanitev in varnost
Stanovanje smo rezervirali preko Airbnb aplikacije. Stanovali smo v stanovanjski stavbi Latitude Med center apartments, ki se nahaja v Medical centru Houstona. Lokacija je bila super, saj je bila bolnica oddaljena peš 15-20 minut, imeli pa smo tudi možnost shuttla, ki je bil na približno vsako eno uro. Poleg tega smo imeli v stavbi na voljo tudi fitnes in bazen. Za en mesec bivanja smo odšteli 1050€ na osebo. Do centra Houstona (Downtown) se lahko zapelješ z metrojem (red line), cena ene vožnje je 1,3$. Najbližja trgovina je bila oddaljena kakšne pol ure peš, ampak smo lahko z Ubrom razmeroma hitro in cenovno ugodno lahko prišli kamorkoli.
Medical center je razmeroma varen predel mesta in se nikoli nismo počutili v nevarnosti. Nekateri predeli Houstona sicer veljajo za manj varne, vendar lahko ob upoštevanju osnovnih varnostnih ukrepov varno opravite prakso.

Transport
V Houston smo leteli z letalsko družbo KLM, in sicer iz Benetk preko Amsterdama. Za povratno karto smo odšteli slabih 1000€, kupili pa smo jih približno en mesec pred odhodom. Večinoma smo se za prevoze po mestu posluževali aplikacije Uber, v Downtown Houston pa smo vedno odšli z metrojem Red Line, ki je razmeroma ugoden (približno 1,3$), vendar vsaj ob večernih urah nekoliko manj varna opcija, sploh če potujete sami. V bolnišnico smo večino časa hodili peš, včasih pa smo se poslužili tudi

shuttle prevoza, ki ga je ponujala naša nastanitev. Za izlete, na katere smo se odpravili v prostem času (vikendi in po zaključku mobilnosti), smo najeli avto preko ponudnika Sixt, s katerim smo bili zelo zadovoljni. Cena goriva je v Texasu kar ugodna, tako da najem avtomobila ne predstavlja tako velikega stroška in je odlična opcija za kakšen izlet, še posebno če se nanj odpravite v skupini.

Vtisi iz bolnice
Polovica naše skupine je prakso opravljala na kardiološkem oddelku intenzivne nege (ICU), druga polovica pa na kirurgiji. Kljub temu smo lahko prosto prehajali med oddelkoma in si tako ogledali kakšno operacijo tudi tisti, ki smo bili razporejeni v intenzivno enoto. Na ICU smo po navadi prihajali okrog 8.00 in se pridružili enemu od zdravnikov, ki je skrbel tudi za skupino ameriških študentov. Okrog 8.30 se je pričel raport, nato pa je sledila daljša in podrobna vizita.
Na oddelek za srčno-žilno kirurgijo in transplantacije smo prihajali ob 7.00. Operativni program se je običajno pričel ob 7.30, ob četrtkih in petkih pa ob 8.30. Vsak dan smo imeli možnost asistiranja pri različnih operativnih posegih, kot so vstavitev LVAD, Impell in menjava srčnih zaklopk. Odhod domov je bil vsak dan ob različni uri, odvisno od trajanja operacijskega programa.

Aktivnosti v prostem času
Vikende smo izkoristili za daljše izlete in potovanja v sosednja mesta. V okolici Houstona priporočamo ogled Nasa centra, za katerega je dobro, da si vzamete celoten dan, ogled NBA tekme (karte se da kupiti preko ticketmasterja, za registracijo pa je nujno potrebna ameriška telefonska številka, ki si jo lahko uredite pri ameriških ponudnikih npr. AT&T), ogled downtowna, muzejev ali pa sprehode po Herman parku in živalskem vrtu, ki sta v neposredni bližini bolnišnice. Mi smo en vikend izkoristili tudi za ogled New Orleansa, ki se ga v januarju oziroma začetku februarja splača ogledati, saj je celotno mesto v paradnem utripu prihajajočega mardi grasa.

34. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Enja Bančov, Matija Barba, Vesna Devetak, Sandra Lipovec, Vladimir Smrkolj, Aljoša Škorjanc)

Med 6. aprilom in 1. majem 2026 smo opravljali klinično izmenjavo v Memorial Hermann Hospital na Larry D. Johnson Heart and Vascular Institute v sklopu Texas Medical Centra. Na oddelku za srčno-žilno kirurgijo in zdravljenje napredovalega srčnega popuščanja smo delali pod mentorstvom dr. J. Marcana, saj dr. Igorja Gregoriča v času našega obiska ni bilo v Houstonu.
Naš delovni dan se je običajno začel med 7.30 in 8.30. Operacije se praviloma niso začele pred 8.30, zato smo se zjutraj glede na razpored pridružili bodisi viziti na oddelku intenzivne terapije bodisi kirurški ekipi v operacijski dvorani. Študenti smo imeli možnost, da smo pri posegih tudi asistirali in aktivno sodelovali. Čeprav je bilo ob pacientu pogosto veliko osebja – physician assistant kot prvi asistent ter več inštrumentark – so nas kirurgi in ostali člani ekipe zelo spodbujali k sodelovanju. Pri posegih smo lahko pomagali oziroma samostojno naredili vse od šivanja, do vstavljanja Impelle 5.5. Kadarkoli smo pokazali interes, so si vzeli čas za dodatna pojasnila in nas vključili v delo. Celo zdravstveno osebje je bilo do nas izjemno prijazno. Še posebaj nam je v spominu ostala sestra Mary, ki nas je vedno pričakala z nasmehom in vedno poskrbela za dobro vzdušje ter kakšno malenkost za »pod zob«.

Kot prejšnje skupine študentov smo se tudi mi redno udeleževali torkovih MRB (Medical Review Board) sestankov in petkovih »Complex Case« konferenc, kjer so obravnavali zahtevnejše klinične primere in multidisciplinarno odločali o zdravljenju pacientov. Ti sestanki so nam omogočili boljši vpogled v organizacijo dela ter kompleksnost obravnave pacientov z napredovalim srčnim popuščanjem in srčnimi transplantacijami.

Posebej dragocena izkušnja za vse nas je bila možnost uporabe DaVinci simulatorja za robotsko kirurgijo (nadzornik: Dave Valdez1, +1 713 70 45 058). Na simulatorju smo lahko vadili praktično neomejeno in tako pridobili osnovni občutek za delo z robotskim sistemom, kar je bila za večino prva takšna izkušnja. Organizirali so nam tudi delavnico kirurškega šivanja in »Life Flight« programa. Prav tako smo se vsi lahko udeležili transplantacijskega programa. Uspešno smo se dogovoriti, da se pri odvzemu srca timu vedno pridružita dva študenta in ne le eden. Prvi je pri posegu aktivno asistiral, drugi pa opazoval. Poleg odvzemov smo lahko spremljali tudi implantacije organov, kar je bila izjemna izkušnja in eden najbolj nepozabnih delov celotne izmenjave.

Zanimivo je bilo spremljati tudi celotno pot pacientov skozi ameriški zdravstveni sistem – od sprejema in zdravljenja do organizacije odpusta. Kljub razlikam v organizaciji in financiranju zdravstva smo ugotovili, da sama obravnava pacientov in kakovost zdravstvene oskrbe v osnovi ne odstopata bistveno od tiste v Sloveniji. Seveda v ZDA ta nivo oskrbe ni dostopen vsem.
Poleg strokovnega dela smo imeli priložnost spoznati tudi Houston in ameriško kulturo. Obiskali smo NASA Space Center, NBA tekmo, rodeo in baseball tekmo univerze Rice, med vikendom pa
1 To številko je potrebno nujno klicati, ker ne more prejemati SMS.
smo obiskali tudi Austin in San Antonio. Kulinarično bi še posebej izpostavili »Texas BBQ«, ki izjemno okusen. Stanovali smo v kompleksu Latitude Med Center znotraj medicinskega centra. Čeprav stanovanje ni bilo najbolj primerno za šest oseb, smo se uspeli prilagoditi. Kompleks je imel rooftop bazen, fitnes, prostor za druženje z žarom in pečjo za pico, sobo za igre ter zelo prijazno osebje in voznika kombija, ki nam je pogosto olajšal prevoze po okolici.
Izmenjava v Houstonu je bila za vse nas izjemno dragocena izkušnja. Poleg pridobljenega praktičnega znanja in vpogleda v delovanje ameriškega zdravstvenega sistema smo dobili tudi dodatno motivacijo za nadaljnje delo v medicini ter številne izkušnje, ki nam bodo koristile pri nadaljnjem strokovnem razvoju.
Pripravili: Enja Bančov, Matija Barba, Vesna Devetak, Sandra Lipovec, Vladimir Smrkolj in Aljoša Škorjanc

Primer posegov in dela na izmenjavi (A. Škorjanc)
- zamenjava aortne zaklopke – odprta
- zamenjava ali popravilo mitralne zaklopke – robotska (3x)
- zamenjava ali popravilo aortne zaklopke – robotska
- popravilo ASD – robotsko
- CABG z endoskopskim odvzemom v. saphena
- izpiranje rane (4x)
- vstavitev Impella 5.5 (2x)
- vstavitev LVAD (2x)
- transplantacija srca: eksplantacija (1x), implantacija (1x), opazovanje (1x)
- kateterska zamenjava mitralne zaklopke (AltaValve)
- robotska ablacija (konvergentna) za atrijsko fibrilacijo z elektromapiranjem srca s sistemom EnSide NavX
- totalna resekcija aortnega loka in popravilo z eksperimentalnim Nexus graftom
- vaje na DaVinci robotu (skupno ~20h)
- učenje šivanja in predstavitev industrijskega partnerja Johnsson & Johnsson
- predstavitev LifeFlight

35. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Katja Jerič)

V mesecu marcu 2026 sem se odpravila na študijski obisk v Houston, Texas v ZDA. Tam sem štiri tedne opravljala vaje iz interne medicine (kardiologije) na Heart and Vascular Institute (HVI) v bolnišnici Hermann Memorial Hospital v Texas Medical Center.

Prijavni postopki
Prijavni postopek je precej obsežen. Po potrditvi s strani domače univerze je treba po pošti poslati različne dokumente (potrdilo o cepljenjih, potrdila o opravljenih obveznostih, certifikat znanja angleščine, potrdila o zavarovanju odgovornosti in osebnem zavarovanju ipd.), ki jih nato tuja univerza pregleda in uradno potrdi sprejem na program.
Sledi urejanje vize – v tem koraku je treba po elektronski pošti poslati dodatne obrazce (osebni podatki, kopija potnega lista) ter potrdilo banke o zadostnih finančnih sredstvih za bivanje v ZDA. Nato sledi še intervju na ameriški ambasadi v Ljubljani, s čimer je postopek pridobitve vize zaključen.
Priporočam, da z birokratskimi postopki začnete pravočasno, saj se lahko čakanje na podpise, dokumentacijo ali izvide (npr. za tuberkulozo) zavleče. Prav tako je treba poskrbeti za cepljenje proti gripi, veljaven je odmerek iz sezone v istem letu, kot odhajate na izmenjavo.

Potek prakse
Prvi in drugi dan sta namenjena urejanju formalnosti z mednarodno pisarno ter pridobitvi dostopov do bolnišničnih sistemov. Opraviti je treba tudi kvize, s katerimi se seznaniš s HIPAA in programom Epic, ki ga kasneje uporabljaš za pregled pacientov. V tem času poteka tudi orientacija v operacijski sobi, vključno s kirurškim umivanjem in oblačenjem. Za slovenske študente so pomembna 3 nadstropja HVI: 7. nadstropje – operacijski blok, 5. nadstropje – heart failure ICU in 2. nadstropje – cath lab.
Na vajah iz kardiologije je tipičen dan zasnovan tako: jutro se začne s kirurško vizito, kjer sodeluje celoten tim. Nato se vizita nadaljuje znotraj tima kardiologa specialista in dveh fellows (podobno kot specializanti pri nas). Jutranja vizita je pogosto dolga, saj je intenzivna enota velika, obravnava pacientov pa zelo poglobljena.
Druga vizita se začne ob 15. uri, po kateri je internistični delovnik zaključen. Če je vizita prekinjena ali prestavljena, lahko vmes obiščeš katetrski laboratorij, kjer ves čas izvajajo zanimive posege. Prav tako si vedno dobrodošel na operacijah, kot so CABG, vstavitve LVAD, RVAD, Impella ter menjave zaklopk. Osebno me je najbolj navdušila robotska menjava mitralne zaklopke.
Ob torkih zjutraj pred vizito poteka MRB (Medical Review Board), kjer sodelujejo strokovnjaki različnih področij (internisti, kirurgi, psihiatri, nutricionisti, ekonomisti, socialni delavci in koordinatorji nege). Predstavijo se potencialni kandidati za vstavitev naprav ali transplantacijo.
Ob četrtkih poteka Morbidity and Mortality meeting, kjer obravnavajo kompleksne primere pacientov z intenzivne enote. Ob petkih opoldne pa imajo sestanek, na katerem pregledajo paciente in določijo nadaljnje možne posege.
V okviru rotacije je organizirana tudi delavnica kirurškega šivanja ter predstavitev helikopterske enote Life Flight.
Poudariti moram, da so vsi zaposleni v bolnišnici zelo prijazni in vas po predstavitvi obravnavajo kot del tima. Vprašanja so vedno dobrodošla, zdravniki pa v večini zelo radi poučujejo – slovenski študenti smo glede tega morda nekoliko sramežljivi, vendar smo bili pri postavljanju vprašanj vedno spodbujeni. Na splošno smo imeli občutek, da smo lepo sprejeti in da so si prizadevali, da bi nam zagotovili čim boljšo izkušnjo z rotacijo.

Življenje, transport, nastanitev, stroški
Življenje v Houstonu je zanimivo, vendar precej drugačno od tistega, na katerega smo navajeni v Sloveniji. Medtem ko je pri nas gibanje na prostem večinoma varno ob običajni previdnosti, je v Houstonu treba biti bolj pozoren in se izogibati določenim situacijam. Smiselno je poslušati lasten

notranji občutek glede varnosti.
Američani večinoma uporabljajo avtomobile, javni prevoz je možen, a pogosto odsvetovan, z izjemo rdeče linije tramvaja, kjer za varnost skrbijo policisti. Hoja ponoči je močno odsvetovana, prav tako gibanje v določenih predelih mesta tudi podnevi (npr. Third Ward).
Za prevoz sem večinoma uporabljala Uber in Lyft, ki sta cenovno dostopna. Pri nastanitvi priporočam iskanje v varnejših soseskah, predvsem v bližini Texas Medical Center. Sama sem za nastanitev plačevala približno 900 € na mesec.
Hrana v trgovinah je nekoliko dražja kot pri nas. Sama sem zanjo namenila nekoliko več, saj mi je kakovost pomembna, možno pa je kupovati tudi cenejše izdelke. Ljubitelji hitre hrane bodo imeli veliko izbire. V bolnišnici sta na voljo dve menzi (Arboretum in Hermann Cafe), kjer obrok stane približno 5 – 10 €.
Za telefonske storitve sem izbrala paket pri US Mobile, v katerega je vključen e-Sim z neomejenimi podatki in ameriško telefonsko številko za 40 USD. Stroški pridobitve študijske vize F-1 znašajo približno 500 €. Letela sem s Turkish Airlines na relaciji
Ljubljana – Istanbul – Houston; povratna karta je stala okoli 800 €, čeprav sem jo kupila šele tri tedne pred odhodom (priporočljivo je počakati na izdajo vize).
Skupni mesečni strošek izmenjave ocenjujem na 3500–4000 €. Če želite opravljene obveznosti priznati kot del študija na UL MF, lahko zaprosite za štipendijo Ad Futura za študijske obiske, ki je običajno razpisana konec decembra za naslednje leto. Sama sem to možnost izkoristila, vendar je treba poudariti, da štipendija pokrije le del stroškov, zato so lastni prihranki nujni.
V prostem času smo s kolegi raziskovali Houston, si ogledali NBA tekmo, rodeo ter za en vikend obiskali New Orleans. Najeli smo tudi avto, za kar priporočamo aplikacijo Turo (brezplačno dodajanje več voznikov, vključeno zavarovanje). Preizkusili smo tudi različne ameriške restavracije in trgovine, kjer nas je pogosto presenetila široka ponudba zdravil, dostopnih brez recepta.

Z izkušnjo sem zelo zadovoljna in hvaležna za priložnost, da sem bila lahko del tima v tako visoko specializirani ustanovi, kot je Heart and Vascular Institute, Hermann Memorial. Imeli smo možnost od blizu spoznati delovanje ameriškega zdravstvenega sistema ter sodelovati s specialisti za napredovalo srčno popuščanje. Prav tako smo bili vsak dan priča kompleksnim primerom, ki jih v domačem okolju težko srečamo. Izkušnjo bi priporočila predvsem tistim, ki jih zanimata intenzivna interna medicina ali kardiovaskularna kirurgija, menim pa, da ima takšna mobilnost dodano vrednost za vsakega študenta. Meni osebno je prinesla svež pogled na medicino ter me dodatno motivirala za bodoči poklic.

36. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Sabina Likar in Živa Nardin)

Poročilo z izmenjave v Houstonu (Hermann Memorial Hospital)
1. Pred izmenjavo
Pred izmenjavo sva si pomagali z vodnikom, ki so ga lansko leto po obisku Houstona januarja 2025 napisali najini kolegi, in je dostopen na spletni strani Medicinske fakultete. Če se držiš točk, ki so jih napisali, bo tvoja prijava popolna in (razen, če se konzularne zadeve zaradi novih odredb trenutega političnega vodstva ZDA spet zakomplicirajo in/ali ustavijo) brez preglavic. Pomembno je le, da se birokracije lotiš res mnogo prej, kot bi se ti zdelo potrebno, saj se zbiranje vseh potrdil (vklj. s testiranjem protiteles itd.) res zavleče in na koncu vseeno loviš rok za oddajo prijave - vso dokumentacijo je potrebno fizično poslati po pošti v Houston, priporočava poštno službo DHL, ki dokumente s povratnico dostavi v roku enega tedna. Prav tako je kar precej vnaprej potrebno rezervirati nastanitev - priporočljivo je že pred potrditvijo o sprejemu s strani McGovern Medical Schoola, saj se cenovno relativno ugodne nastanitve na varnih lokacijah v bližini bolnice in bližnje Rice University res hitro zapolnijo. Seveda je to smiselno le, če obstaja možnost brezplačne odpovedi.

2. Štipendija

Prijavili sva se na štipendijo Ad Futura "Sofinanciranje gostovanj slovenskih strokovnjakov iz tujine na slovenskih visokošolskih zavodih in raziskovalnih organizacijah ter študijskih oziroma znanstvenih obiskov študentov v tujini" iz 367. javnega razpisa, ki sva jo obe dobili. Štipendija je znašala 250 eur na teden in 1000 eur za potne stroške. Za prijavo na štipendijo je potrebno izpolniti vlogo, ki je na voljo v razpisni dokumentaciji na spletni strani Javnega štipendijskega sklada, in dodati zahtevane priloge. Te dobiš na mednarodni pisarni (LA) in preko maila od kontaktne osebe v Houstonu - Savannah J. Torres. Vse skupaj je potrebno pravočasno oddati po pošti ali osebno na Skladu v času uradnih ur. Sredstva sva dobili v roku 60 dni od odobritve vloge, kar je za nekatere od nas pomenilo že po povratku iz ZDA. Po končani izmenjavi je potrebno oddati še potrdilo o zaključeni izmenjavi (dobiš od Savannah Torres) in poročilo v obliki obrazca, ki je prav tako del razpisne dokumentacije. Je pa celotna izmenjava precejšen finančni zalogaj, tako da je na koncu štipendija zares pokrila le nastanitev in osnovno potrebne letalske karte.

3. Potovanje v/po/iz ZDA

V Houston sva leteli z letalsko družbo Turkish Airlines iz Ljubljane, s prestopom v Istanbulu. Po ZDA sva leteli z United, Frontier in Southwest Airlines, med katerimi je definitivno najboljši United, ki ni nizkocenovnik, sva pa imeli z vsemi odlično izkušnjo. Do bližjih destinacij se iz Houstona da peljati tudi z Uberjem/Lyftom (npr. do Nasa Space Centra) - za enodnevni izlet mnogo ceneje, kot z najemom avta - in s Flixbusom (npr. do New Orleansa).

V Slovenijo sva se vrnili ena s povratnim letom Turkish Airlines po enaki poti, kot sva prišli, in druga z letom iz New Yorka s Swiss Airlines s prestopom v Zurichu. Sam interkontinentalni let je boljši s Turkish, je pa letališče v Zurichu neprimerljivo bolj potniku prijazno, kot tisto v Istanbulu. Po Houstonu je priporočljiv prevoz z Uberjem ali Lyftom (splača se imeti obe aplikaciji, saj so cene zelo spremenljive), znotraj TMC sva se veliko peljali tudi s shuttle-om stanovanjskega kompleksa (več spodaj).

4. Namestitev

Namestitev smo štirje študentje, ki smo bili hkrati na izmenjavi, našli skupaj, kar bi priporočili tudi bodočim študentom, saj je organiziranje vseh ostalih aspektov tako precej lažje. Stanovanje, ki smo ga najeli preko Airbnb-ja (naš gostitelj je bil Burak iz Houston Upscale Rentals), je stalo približno 1000 evrov na osebo na mesec, stanovali pa smo kar v TMC, kar je olajšalo vsakodnevno pot do bolnice, hkrati pa TMC velja za varen del mesta, kar je pri izbiri nastanitve v Houstonu zelo pomembno. Bivali smo v stanovanjskem kompleksu Latitude Med Center Apartments, naše stanovanje pa je bilo v 30. nadstropju, zato smo imeli res čudovit pogled na TMC in Downtown. V kompleksu smo imeli tudi brezplačen dostop do bazena na strehi, lepo urejenega fitnesa in sobe za druženje, kjer je bil na voljo tudi biljard, business centra s tiskalnikom, parkirnega mesta v stavbi. Dodatna prednost je bila tudi 24-urna recepcija, ki poleg varnosti omogoča tudi sprejem paketov in ostale pošte ter dostave hrane, špecerije. Vsak dan je bil iz kompleksa na približno 20 minut organiziran shuttle prevoz do bolnice in nazaj, kar smo s pridom tudi uporabljali, saj hoja v temi po Houstonu ni priporočljiva.

5. Hrana

V strahu pred stereotipno nezdravo ameriško hrano smo se s cimri dogovorili, da si bomo poskušali čim več obrokov pripraviti sami, kar nam je v veliki meri tudi uspelo. V trgovinah Trader Joe's ali Target smo nakupili večje količine osnovnih živil in si večino obrokov kuhali v stanovanju, kar je bilo tudi cenovno daleč najbolj ugodno. Ker pa smo želeli izkusiti tudi nekaj avtentične kulinarike smo poskusili tudi Texas Bbq (priporočamo Truth ali Pinkerton BBQ) in vse mogoče oblike hitre hrane (npr. Chick-fil-A, Chipotle, Domino's Pizza, Shake Shack) in značilno Deep Dish Pizza v Chicagu. Za zahvalni vikend smo si kar doma pripravili tradicionalno zahvalno večerjo, ki je med drugim vključevala polnjenega purana, pire krompir, glazirano korenje, brusnično omako in mac and cheese. Sestavine lahko kupiš v veliki meri vnaprej pripravljene v Targetu. Kar se tiče hrane in pijače je vredno imeti najnižja pričakovanja za kavo, ki v ameriki res ni po evropskih standardih, se pa da to do neke mere reševati z njihovimi coffee

creamerji raznoraznih okusov (v ZDA se da dobiti čisto vse v tisoč različnih okusih - včasih je težje najti hrano brez dodanih umetnih arom). Pripravite se tudi na odtegnitev od dobrega, svežega kruha - to krizo se da prebroditi z bagelsi iz trgovine, ki so nas prijetno presenetili.

6. Delo v bolnici

Dnevi klinične prakse so potekali praktično točno tako, kot so opisali že kolegi v svojem temeljitem poročilu iz januarja 2025. Večino časa se preživi v 5. in 7. nadstropju Heart and Vascular Institute bolnišnice Hermann Memorial. Naše jutranje kirurške vizite so se začele na oddelku za intenzivno terapijo (ICU) v 5. nadstropju HVI med 6. in 6.30 zjutraj, nato smo si ponavadi priskrbeli kavo, okoli 7.30 do 8. pa smo se odpravili v kirurški blok v 7. nadstropje oziroma nazaj na ICU. Pri kirurškem delu prakse je zaželjeno, celo pričakovano, da se študent umije in asistira pri operacijah, spored zanje se ponavadi sestavi po popoldanski viziti (je pa seveda objavljen tudi vsak dan na tabli v operacijskem bloku). Zaradi dolgotrajne narave večine posegov se res splača nosit kompresijske nogavice, saj res izrazito izboljšajo tudi po 10+ urno stanje ob operacijski mizi. Priložnost sva imeli sodelovati pri celi paleti naprednega kardiokirurškega zdravljenja, od vstavljanja in odstranitve LVADov in drugih naprav za mehansko podporo srca, operacij in menjav srčnih zaklopk, do dekanulacij ECMO in transplantacij srca in pljuč. Če se lepo dogovoriš z ostalimi
kolegi na praksi, se da odlično izkusiti tako odvzem organov kot tudi odvzem in vsaditev na prejemniku. Na ICU se večino dneva odvijajo dolgotrajne internistične vizite, ki so temeljitejše narave, kot pri nas, in vključujejo tudi obposteljne posege. Priključiš se lahko kardiološki ekipi, intenzivistom pulmologom, nefrologu, kliničnemu dietetiku, perfuzionistu itd. Priporočava, da od Savannah Torres dobiš spored nadzornih kardiologov in aktualni seznam fellow-ov, ki se jim nato lahko priključiš. Pri celotni praksi je pomembna samoiniciativa, ki jo tam tudi res cenijo, zato lahko dobiš absoluten maksimum od svojega časa v bolnici, če le imaš energijo. Na splošno so ljudje res odprti in ustrežljivi, zato se z zdravo mero motivacije daleč pride na vseh področjih življenja v Ameriki. Občasno se da tako npr. dogovoriti za asistenco v kakšni drugi ekipi, pri posegih, ki jih opravljajo vaskularni kirurgi v kateri od preostalih operacijskih, za delo v dežurstvu, “samostojno” vodenje pacientov na ICU (to se da zlasti pod mentorstvom Dr. Akkanti, intenzivistke pulmologinje), ogled posegov v katetrskem laboratoriju s kardiologi,... Priložnost, da si tako intenzivno vključen v delo na tem nivoju je res neprimerljiva, zato je vsa obširna birokracija in morebitne začetne preglavice ob organizaciji izmenjave res res vredna odhoda v Houston.

7. Prosti čas

Prostega časa med tednom ni veliko, domov večino dni prideš pozno in precej utrujen (mi smo se večino dni vračali med 16. in 18. uro, marsikdaj pa tudi veliko kasneje). Kljub temu smo si s cimri krajšali čas z igranjem taroka, biljarda, obiski fitnesa in gledanjem filmov. Več prostega časa je med vikendi ali prazniki - mi smo recimo imeli kar 4 proste dni za zahvalni vikend. To smo izkoristili za skok v Chicago, ki ga je ravno med našim obiskom zajel snežni metež in je bilo res lepo in vredno ogleda (za povrh pa smo imeli še srečo in je bil naš povratni let eden izmed edinih, ki niso bili odpovedani). Sicer smo med enim izmed vikendov obiskali tudi Nasa Space Center, obisk katerega vzame cel dan. Ogledali smo si tudi Downtown Houstona, obiskali food court, poskusili avtentičen Texas BBQ in se sprehodili skozi Bayou in Hermann park. Lahko se sprehodiš tudi po kampusu Rice University in Rice Village, ki je eden redkih “walkable” delov mesta. V božičnem času se splača pogledat bogataško sosesko River Oaks, kjer lastniki vil praktično tekmujejo med sabo v tem, čigava posest bo bolj ekstravagantno okrašena z lučkami in drugimi okraski. Višek ameriškega potrošništva, res zanimiva adventna izkušnja za Evropejce. V lastni režiji se da med vikendi kar dosti potovati, zato res priporočava, da si počitek pustite za čas po vrnitvi v Slovenijo in svoj čas v ZDA kar najbolje izkoristite. Po opravljeni izmenjavi imate v sklopu F-1 vizuma tudi t.i. “grace period”, ki vam omogoča, da ostanete v državi še 60 dni, ki se jih splača izkoristiti za potovanje, če le imate sredstva in čas, da si to privoščite.

37. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Jan Kukavica)

Med 9. marcem in 3. aprilom 2026 sem opravljal 4 tedne vaj iz kardiovaskularne kirurgije na Oddelku za napredovalo srčno popuščanje in transplantacije v bolnišnici Memorial Hermann v Houston, Združene države Amerike.

Prijavni postopki
Postopek prijave je obsežen in se začne oddajo potrebnih dokumentov (motivacijsko pismo, CV) v VIS. Po potrditvi, da si na mobilnost sprejet se začne zbiranje dokumentov, ki jih je potrebno v Houston poslati po pošti do določenega datuma, ki je odvisen od začetka vaj. Z zbiranjem dokumentov začnite čimprej, saj lahko čakate na podpise nekaterih dokumentov in izvide testiranja za tuberkulozo. Po potrditvi vseh potrebnih dokumentov s strani gostujoče univerze sledi urejanje vize. Iz Houstona so nas kontaktirali po elektronski pošti na katero smo morali odgovoriti z zahtevanimi dokumenti (kopija potnega lista, potrdilo o sredstvih na bančnem računu). Postopek se zaključi z intervjujem na ameriški ambasadi, po katerem vam domov pošljejo potni list z vizo.

Potek prakse
Praksa je potekala na Heart and Vascular Institute (HVI) bolnišnice Memorial Hermann v okviru Texas Medical Centra. Prvi dan je bil namenjen urejanju administrativnih formalnosti na gostujoči univerzi ter pridobitvi dostopa do bolnišničnih sistemov, vključno s sistemom za izposojo delovnih oblačil in programom Epic. Opravili smo tudi ogled operacijskega bloka, kjer je potekal praktični del vaj, ter ponovili pravilno kirurško umivanje rok. V sklopu uvajanja je bilo potrebno opraviti tudi spletne module, namenjene seznanitvi z zakonodajo o varovanju zdravstvenih podatkov (HIPAA) ter osnovami uporabe programa Epic. Naslednje jutro je sledil sestanek s koordinatorko mobilnosti, gospo Savanno Torres, ki nam je podala dodatne informacije in odgovorila na vsa vprašanja. Ob 8. uri smo se udeležili sestanka MRB (Medical Review Board), kjer multidisciplinarna ekipa specialistov razpravlja o posameznih primerih in sprejema odločitve o najprimernejšem načinu zdravljenja pacientov. Po sestanku smo se odpravili v operacijski blok, kjer smo v naslednjih štirih tednih skupaj z drugimi študenti aktivno sodelovali pri kirurških posegih. Na vaje smo prihajali okoli 7. ure zjutraj. V sedmem nadstropju HVI se nahaja avtomat za izdajo sterilnih oblačil (“scrub machine”), kjer smo si z identifikacijsko kartico vsak dan izposodili delovno obleko in jo po koncu dneva tudi vrnili.

Operacijski blok obsega šest operacijskih dvoran. Slovenski študenti smo sodelovali predvsem v operacijskih dvoranah OR 1 in OR 2, kjer delujejo kirurgi oddelka, na katerem je potekala naša praksa. Aktivno smo sodelovali pri različnih posegih, med drugim pri transplantaciji pljuč, vstavitvi mehanske podpore levega prekata (LVAD), vstavitvi naprave Impella, zamenjavi mitralne zaklopke, resekciji anevrizme leve anteriorne descendentne arterije (LAD), koronarnem obvodu (CABG) in mnogih drugih. V okviru rotacije je bila organizirana tudi delavnica kirurškega šivanja ter predstavitev helikopterske nujne medicinske službe Life Flight. Zaposleni v bolnišnici so nas prijazno sprejeli in so nam bili že v prvih dneh v veliko pomoč. Zdravniki so bili naklonjeni poučevanju, zato so bila vprašanja vedno dobrodošla. Počutili smo se dobrodošle in vključene kot del njihovega tima.

Življenje, transport, nastanitev
Življenje v Houstonu se precej razlikuje od tistega, ki smo ga vajeni v Sloveniji. Najbolj opazna je izrazita prevlada avtomobilskega prometa ter omejene možnosti za pešce. Za prevoz smo kot skupina najpogosteje uporabljali aplikaciji Uber in Lyft, ki sta cenovno dostopni in praktični. Mestni javni prevoz sicer obstaja – rdeča linija tramvaja povezuje Texas Medical Center z predelom Downtown Houston, poleg tega pa so na voljo tudi številne avtobusne linije, ki omogočajo dostop do širše okolice. Gibanje v dnevnem času je varno, prav tako uporaba javnega prevoza, medtem ko so nam za nočni čas svetovali dodatno previdnost in

uporabo storitev, kot sta Uber ali Lyft.

Cene hrane v trgovinah so nekoliko višje kot v Sloveniji, vendar so trgovine zelo dobro založene. Večino obrokov sem pripravljal sam, pogosto tudi vnaprej za naslednji dan, saj so vaje nemalokrat trajale do večernih ur. Nastanitev smo poiskali preko platforme Airbnb.
Strošek bivanja je znašal približno 900 € na mesec, stanovanje pa je bilo od bolnišnice oddaljeno približno 30 minut hoje, kar se je izkazalo za prijeten sprehod skozi Hermann Park, ki se nahaja na severni strani Texas Medical Center. Pred prijavo na intervju za vizum je potrebno plačilo SEVIS pristojbine v višini približno 350 USD, dodatno pa se ob intervjuju plača še okoli 70 € v gotovini. Povratne letalske karte na relaciji Ljubljana–Istanbul–Houston, kupljene pri Turkish Airlines, so znašale približno 700 €. Za mobilne storitve je na voljo več ponudnikov eSIM paketov. Sam sem izkoristil možnost pri Telekom Slovenije, kjer je za 15 € na mesec na voljo 10 GB prenosa podatkov.

Če želite opravljene obveznosti priznati kot del rednega programa UL MF, lahko zaprosite za štipendijo Ad Futura za študijske obiske v tujini, ki je običajno razpisana konec decembra za naslednje leto. Sam sem to možnost izkoristil, vendar je treba poudariti, da štipendija pokrije le del stroškov, zato so lastni prihranki nujni.
V prostem času smo s kolegi raziskovali mesto Houston. Med drugim smo si ogledali tekm
lige NBA ter obiskali znameniti rodeo, ki je bil res edinstvena in nepozabna izkušnja. Preizkusili smo tudi različne ameriške “specialitete”, kot sta chicken and waffles ter teksaški BBQ, ki sta nas presenetila z bogatimi okusi in velikimi porcijami.

Za to priložnost sem izjemno hvaležen, saj mi je omogočila pridobitev dragocenih strokovnih in osebnih izkušenj. Prepričan sem, da mi bodo znanja, vpogledi in izkušnje, ki sem jih pridobil med izmenjavo, zelo koristili pri nadaljnjem študiju in poklicni poti Mobilnost bi priporočil vsem, ki jih zanima kirurgija, saj predstavlja edinstveno priložnost za neposredno spoznavanje kardiovaskularne kirurgije ter srečevanje s kompleksnimi primeri, ki jih v Sloveniji ne vidimo vsak dan.

38. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Maša Pečnik)

Konec oktobra leta 2025 sem se odpravila v Združene države Amerike, kjer sem opravila 4 tedensko prakso iz kardiovaskularne kirurgije na Heart in Vascular Institute v Memorial Hermann, v sklopu Texas Medical Center v Houstonu.

Prijavni postopki
Na izmenjavo smo se prijavljali v sredini maja istega leta, po internem izboru s strani fakultete je sledilo še prijavljanje na UTHealth na McGovern School of Medicine. Za samo prijavo svetujem, da se sledi navodilom študentov, ki so izmenjavo že opravili (objavljena na spletni strani UL MF). Vso zahtevano dokumentacijo je potrebno poslati vsaj 4 mesece pred začetkom izmenjave in to v fizični obliki po pošti v ZDA. Potrebno je pridobiti 2 priporočilni pismi, potrdilo banke o bančnem stanju ter urediti zdravstveno zavarovanje za tujino in zavarovanje poklicne odgovornosti. Poleg tega je potrebno predložiti cepilno knjižico in titre protiteles za dana cepljenja (sledite uradnem obrazcu, ki ga pošljejo iz ZDA), predlagam, da čimprej kontaktirate prof. Tomažiča za testiranje. S strani naše fakultete je potrebno pridobiti potrdilo s strani dekana, da je študent »v dobrem odnosu« s fakulteto in da ima zadostno znanje angleškega jezika. Ko je izmenjava potrjena s strani UTHealth, vam pošljejo obrazec I-20, s katerim lahko začnete prijavo za študijsko vizo za ZDA. V prvem delu prijavnega postopka izpolnete DS-160 obrazec preko spleta (ob tem je potrebno plačati SEVIS Fee, ki znaša 350$). Z DS-160 obrazcem se lahko online prijavite na termin za intervju na ameriški ambasadi, ki ga plačate v živo na ambasadi (168€ v gotovini, zahtevajo točen znesek). Sabo prinesete vse dokumente, ki jih zahtevajo na spletni strani ambasade.

Da je izmenjava »nekoliko manjše« finančno breme, se lahko prijavite na štipendijo za Sofinanciranje gostovanj slovenskih strokovnjakov iz tujine na slovenskih visokošolskih zavodih in raziskovalnih organizacijah ter študijskega oziroma znanstvenega obiska študentov v tujini. Za pridobitev štipendije je potrebno izpolniti prijavni obrazec in pridobiti potrdilo prof. dr. Gregoriča o sprejetju na program, ki vam ga pridobi koordinatorka programa Savannah Torres.

Transport in nastanitev

Cene letalskih kart so zelo različne, sama sem karto kupila zelo pozno, saj sem študijsko vizo dobila šele mesec pred odhodom (v času naše prijave so zamrznili postopke pridodobivanja študijskih viz). V ZDA sem potovala s Turskish Airlines z Brnika, s prestopom v Istanbul. Letela sem v Chicago, saj sem pred izmenjavo še nekoliko potovala po ZDA. V Slovenijo sem se vračala iz Houstona, ponovno s prestopom v Istanbulu. Letalske karte so me stale približno 1100€.

Nastanitev sem si delila z ostalimi študentkami, ki so v istem času opravljale izmenjavo v Houstonu. Preko spletne strani Airbnb smo najele stanovanje v kompleksu Latitude Center, ki se je nahajal znotraj Texas Medical Center. Kompleks je imel številne komoditete kot so 24/7 recepcija, telovadnica, bazen in »shuttle service«, s katerim smo se vsak dan vozile v bolnico in nazaj. Meni osebno se je območje zdelo dokaj varno (ponavadi sem se iz bolnice vračala peš, čeprav domačini to odsvetujejo), sicer pa je Houston znano kot bolj nevarno mesto. Sistem javnega prevoza je praktično neuporaben, zato smo za transport po Houstonu po večini uporabljale Uber ali Lyft.

Potek klinične prakse

Prakso iz kardiovaskularne kirurgije sem skupaj z dvema sošolkama opravljala na 7. nadstropju Heart and Vascular Institute v bolnici Memorial Hermann. Dan se je ponavadi pričel ob 6:15 z jutranjo vizito. Med jutranjo vizito in začetkom operacij smo ponavadi imeli dve uri in pol časa, medtem smo si lahko podrobneje ogledali paciente, na katerih smo operirali v preteklih dneh in se pripravili na operacije v tistem dnevu. Operacije so se ponavadi začele okoli 9:00. Sodelovale smo lahko pri operacijah, ki so potekale v operacijski sobi 1 in 2. Sodelovale smo lahko pri posegih kot so vstavitev/menjava LVAD, CABG, vstavitev/menjava srčnih zaklopk, odstranitev ECMO, zdravljenje kirurških okužb...Večina operacij je dolgih, v povprečju trajajo med 6 in 8 ur. Načeloma približno enkrat mesečno izvedejo transplantacijo srca, pri kateri lahko sodelujemo tudi slovenski študenti, vendar v času naše izmenjave do transplantacije žal ni prišlo. V primeru, da planirane operacije na dan odpadejo ali pa so zelo kratke (zdravljenje kirurških okužb), smo se s kolegicami odpravile na 5. nadstropje, kjer je kardiološki intenzivni oddelek. Tam smo se priključile kardiologom, ki so nas z veseljem vzeli sabo na vizito. Dan se je običajno končal okoli 18:00, saj smo popoldne čakali na popoldansko vizito, kjer smo šli čez paciente, za katere je bil planiran poseg naslednji dan. Čez teden smo prisostovale tudi na številnih sestankih kot so Mortality and Morbidity, Fellow lectures in Multidisciplinary Meetings.

Prosti čas

Tekom tedna nismo imele veliko časa za raziskovanje Houstona, saj smo bile v bolnici približno 12 ur in smo se domov vračale utrujene. Obiskale smo nekaj restavracij in trgovskih centrov. V samem Houstonu sicer ni nekih pravih turističnih atrakcij, smo pa si čez vikend ogledale NASA Space center, ki se nahaja na obrobju Houstona. Za en podaljšan vikend smo odšle v New Orleans.

Končni vtisi

Moram priznati, da me izmenjava v Hostonu ni tako navdušila, kot sem pričakovala. Pri tem je potrebno izpostaviti, da je bil za prvo polovico naše izmenjave odsoten dr. Jay Patel, ki je načeloma glavni kirurg, ki je odgovoren za slovenske študente in da so se razmere znatno izboljšale, ko se je vrnil z dopusta. Poleg tega je bil en teden praktično brez operacij (z izjemo krajših operacij zdravljenja kirurških okužb), v tistem tednu smo večinoma časa preživele na intenzivnem oddelku, ki pa je bil zelo poučen (dr. Bindu Akanti je ena izmed najboljših pedagoginj, kar sem jih spoznala). Sicer pa sem hvaležna za izkušnjo,

predvsem da sem lahko dobila vpogled v ameriški (privatni) zdravstveni sistem. Kot po drugih izmenjavah pa me navdaja občutek, da nikjer lepše ni, kot doma

39. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Maša Pečnik)

Konec oktobra leta 2025 sem se odpravila v Združene države Amerike, kjer sem opravila 4 tedensko prakso iz kardiovaskularne kirurgije na Heart in Vascular Institute v Memorial Hermann, v sklopu Texas Medical Center v Houstonu.

Prijavni postopki
Na izmenjavo smo se prijavljali v sredini maja istega leta, po internem izboru s strani fakultete je sledilo še prijavljanje na UTHealth na McGovern School of Medicine. Za samo prijavo svetujem, da se sledi navodilom študentov, ki so izmenjavo že opravili (objavljena na spletni strani UL MF). Vso zahtevano dokumentacijo je potrebno poslati vsaj 4 mesece pred začetkom izmenjave in to v fizični obliki po pošti v ZDA. Potrebno je pridobiti 2 priporočilni pismi, potrdilo banke o bančnem stanju ter urediti zdravstveno zavarovanje za tujino in zavarovanje poklicne odgovornosti. Poleg tega je potrebno predložiti cepilno knjižico in titre protiteles za dana cepljenja (sledite uradnem obrazcu, ki ga pošljejo iz ZDA), predlagam, da čimprej kontaktirate prof. Tomažiča za testiranje. S strani naše fakultete je potrebno pridobiti potrdilo s strani dekana, da je študent »v dobrem odnosu« s fakulteto in da ima zadostno znanje angleškega jezika. Ko je izmenjava potrjena s strani UTHealth, vam pošljejo obrazec I-20, s katerim lahko začnete prijavo za študijsko vizo za ZDA. V prvem delu prijavnega postopka izpolnete DS-160 obrazec preko spleta (ob tem je potrebno plačati SEVIS Fee, ki znaša 350$). Z DS-160 obrazcem se lahko online prijavite na termin za intervju na ameriški ambasadi, ki ga plačate v živo na ambasadi (168€ v gotovini, zahtevajo točen znesek). Sabo prinesete vse dokumente, ki jih zahtevajo na spletni strani ambasade.

Da je izmenjava »nekoliko manjše« finančno breme, se lahko prijavite na štipendijo za Sofinanciranje gostovanj slovenskih strokovnjakov iz tujine na slovenskih visokošolskih zavodih in raziskovalnih organizacijah ter študijskega oziroma znanstvenega obiska študentov v tujini. Za pridobitev štipendije je potrebno izpolniti prijavni obrazec in pridobiti potrdilo prof. dr. Gregoriča o sprejetju na program, ki vam ga pridobi koordinatorka programa Savannah Torres.

Transport in nastanitev
Cene letalskih kart so zelo različne, sama sem karto kupila zelo pozno, saj sem študijsko vizo dobila šele mesec pred odhodom (v času naše prijave so zamrznili postopke pridodobivanja študijskih viz). V ZDA sem potovala s Turskish Airlines z Brnika, s prestopom v Istanbul. Letela sem v Chicago, saj sem pred izmenjavo še nekoliko potovala po ZDA. V Slovenijo sem se vračala iz Houstona, ponovno s prestopom v Istanbulu. Letalske karte so me stale približno 1100€.
Nastanitev sem si delila z ostalimi študentkami, ki so v istem času opravljale izmenjavo v Houstonu. Preko spletne strani Airbnb smo najele stanovanje v kompleksu Latitude Center, ki se je nahajal znotraj Texas Medical Center. Kompleks je imel številne komoditete kot so 24/7 recepcija, telovadnica, bazen in »shuttle service«, s katerim smo se vsak dan vozile v bolnico in nazaj. Meni osebno se je območje zdelo dokaj varno (ponavadi sem se iz bolnice vračala peš, čeprav domačini to odsvetujejo), sicer pa je Houston znano kot bolj nevarno mesto. Sistem javnega prevoza je praktično neuporaben, zato smo za transport po Houstonu po večini uporabljale Uber ali Lyft.

Potek klinične prakse
Prakso iz kardiovaskularne kirurgije sem skupaj z dvema sošolkama opravljala na 7. nadstropju Heart and Vascular Institute v bolnici Memorial Hermann. Dan se je ponavadi pričel ob 6:15 z jutranjo vizito. Med jutranjo vizito in začetkom operacij smo ponavadi imeli dve uri in pol časa, medtem smo si lahko

podrobneje ogledali paciente, na katerih smo operirali v preteklih dneh in se pripravili na operacije v tistem dnevu. Operacije so se ponavadi začele okoli 9:00. Sodelovale smo lahko pri operacijah, ki so potekale v operacijski sobi 1 in 2. Sodelovale smo lahko pri posegih kot so vstavitev/menjava LVAD, CABG, vstavitev/menjava srčnih zaklopk, odstranitev ECMO, zdravljenje kirurških okužb...Večina operacij je dolgih, v povprečju trajajo med 6 in 8 ur. Načeloma približno enkrat mesečno izvedejo transplantacijo srca, pri kateri lahko sodelujemo tudi slovenski študenti, vendar v času naše izmenjave do transplantacije žal ni prišlo. V primeru, da planirane operacije na dan odpadejo ali pa so zelo kratke (zdravljenje kirurških okužb), smo se s kolegicami odpravile na 5. nadstropje, kjer je kardiološki intenzivni oddelek. Tam smo se priključile kardiologom, ki so nas z veseljem vzeli sabo na vizito. Dan se je običajno končal okoli 18:00, saj smo popoldne čakali na popoldansko vizito, kjer smo šli čez paciente, za katere je bil planiran poseg naslednji dan. Čez teden smo prisostovale tudi na številnih sestankih kot so Mortality and Morbidity, Fellow lectures in Multidisciplinary Meetings.

Prosti čas
Tekom tedna nismo imele veliko časa za raziskovanje Houstona, saj smo bile v bolnici približno 12 ur in smo se domov vračale utrujene. Obiskale smo nekaj restavracij in trgovskih centrov. V samem Houstonu sicer ni nekih pravih turističnih atrakcij, smo pa si čez vikend ogledale NASA Space center, ki se nahaja na obrobju Houstona. Za en podaljšan vikend smo odšle v New Orleans.

Končni vtisi
Moram priznati, da me izmenjava v Hostonu ni tako navdušila, kot sem pričakovala. Pri tem je potrebno izpostaviti, da je bil za prvo polovico naše izmenjave odsoten dr. Jay Patel, ki je načeloma glavni kirurg, ki je odgovoren za slovenske študente in da so se razmere znatno izboljšale, ko se je vrnil z dopusta. Poleg tega je bil en teden praktično brez operacij (z izjemo krajših operacij zdravljenja kirurških okužb), v tistem tednu smo večinoma časa preživele na intenzivnem oddelku, ki pa je bil zelo poučen (dr. Bindu Akanti je ena izmed najboljših pedagoginj, kar sem jih spoznala). Sicer pa sem hvaležna za izkušnjo, predvsem da sem lahko dobila vpogled v ameriški (privatni) zdravstveni sistem. Kot po drugih izmenjavah pa me navdaja občutek, da nikjer lepše ni, kot doma

40. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Ivana Purg)

V absolventskem letu sem med 17.10 in 14.11.2025 opravljala 4-tedensko prakso na Oddelku za kardiotorakalno kirurgijo v Memorial Hermann Hospital v Houstonu, Texas, ZDA.

Prijavni postopki
Po izboru s strani Medicinske fakultete v Ljubljani smo prejeli navodila za prijavo na UTHealth (McGovern Medical School of Medicine). Postopek je precej zapleten, navodila pa nekoliko nejasna, zato pred samim začetkom priporočam pregled navodil, ki so objavljena na spletni strani fakultete (napisana s strani študentov, ki so izmenjavo že opravili). Vso potrebno dokumentacijo je potrebno poslati vsaj 4 mesece pred uradnim začetkom izmenjave, zato priporočam, da čimprej začnete z urejanjem vseh potrebnih dokumentov. Potrebno je urediti zdravstveno zavarovanje, zavarovanje poklicne odgovornosti (malpractice insurance), pridobiti dve priporočilni pismi in potrdilo banke o stanju na bančnem računu. Poleg tega se je potrebno testirati za tuberkulozo (Quantiferon test), predložiti titer protiteles proti hepatitisu B in VZV ter predložiti datume vseh cepljenj (podpisanih s strani vašega osebnega zdravnika). Vso dokumentacijo je potrebno poslati po pošti in sicer v originalnih izvodih.Ko mednarodna pisarna v Houstonu odobri dokumente pa se začne prijavni postopek za študentsko vizo. Sprva je potrebno izpolniti DS-160 obrazec na spletu in ob tem plačati SEVIS fee 350 dolarjev. Nato se preko spleta prijaviš na intervju na Ameriški Ambasadi v Ljubljani, ki stane 180 dolarjev (plačaš v gotovini na ambasadi). Sicer pa je koordinatorka Savannah Torres zelo odzivna in prijazna, tako da vam v primeru dvomov in kakršnihkoli vprašanj priporočam, da se obrnete na njo.

Transport in nastanitev
Letalske karte sem v lastni režiji kupila približno en mesec pred samim začetkom izmenjave, saj sem do takrat čakala na odobritev študentske vize. Letela sem z letalsko družbo Turkish Airlines in sicer Ljubljana-Istanbul-Chicago in v obratni smeri Houston-Istanbul-Ljubljana. Cena letalske karte v eno smer je bila približno 500 eur. V Houstonu sem bila nastanjena s tremi sošolkami, ki so izmenjavo opravljale v istem terminu. Za stanovanje smo izvedele po predlogu prijateljev, ki so izmenjavo opravljali lani. Stanovale smo v Airbnb in sicer v kompleksu Latitude Center, ki se nahaja približno 20 minut peš stran od Hermann Memorial Hospital, kjer smo opravljale prakso. Kompleks vsebuje recepcijo, telovadnico in bazen, omogoča pa tudi "shuttle" prevoz do bolnišnice in nazaj. Občasno smo se v bolnišnico odpravile peš, vseeno pa se za transport po mestu priporoča aplikacijo Uber ali Lyft.

Potek prakse
Prakso sem opravljala na Oddelku za kardiotorakalno kirurgijo. Zaradi nepredvidljivih operacij nismo imeli točno določenega urnika, ampak je vsak dan izgledal malo drugače. V splošnem pa smo dan začeli ob 7:00 z jutranjim raportom na Intenzivnem oddelku, ki ga je vodil eden od kirurgov. Potem so se okoli 9:00 pričele operacije in sicer v dveh operacijskih dvoranah. Od slovenskih študentov se pričakuje da v vsaki operacijski dvorani nekdo asistira, tako da smo se z dvema kolegicama, ki sta prav tako izmenjavo opravljale na tem oddelku, v naprej dogovorile pri kateri operaciji bo katera sodelovala. Po zaključenih operacijah so sledili še tako imenovani "afternoon rounds", na katerih smo skupaj s kirurgi pregledali urnik operacij za naslednji dan. Poleg dela na oddelku smo bili študentje povabljeni tudi na raznorazne tedenske sestanke kot so Multidisciplinary meetings, Morbidity and Mortality Lectures in Suture training, ki jih toplo priporočam. Vikende smo imeli prosto.

Prosti čas
Kljub napornemu urniku v bolnici se najde čas za izlete in druge aktivnosti. Sicer v Houstonu ni veliko znamenitosti, a mesto ponuja številne dobre restavracije in bare, kjer si lahko oddahnete po intenzivnem delu. Vikendi so prosti, kar je dobro izkoristiti za izlete. S puncami smo se zadnji vikend odpravile v New Orleans, obiskale pa smo tudi NASA Space Center. Sicer pa so v bližini medicinskega centra Rice Village, Houston Zoo in Hermann Park, če imate čas pa priporočam tudi ogled košarkaške tekme v Toyota Center.

Zaključek
Izmenjava v Houstonu je bila zanimiva izkušnja. Imela sem priložnost sodelovati z vrhunskimi kirurgi in asistirati pri težkih operacijah, poleg tega pa sem se seznanila z ameriškim zdravstvenim sistemom in njihovem načinu dela. Hvaležna sem za to priložnost, a hkrati zdaj še toliko bolj cenim zdravstvene delavce v Sloveniji in naš zdravstveni sistem. Ivana Purg

41. ZDA – Texas Medical Center, Houston (Luka Moličnik)

V študijskem letu 2025/26 sem se med 9. marcem in 3. aprilom udeležil enomesečne klinične izmenjave v Houstonu, ZDA. Izmenjava je potekala v Memorial Hermann Hospital, na oddelku za kardiovaskularno kirurgijo v okviru Heart and Vascular Institute, ki ga vodi prof. dr. Igor Gregorič.

POSTOPEK PRIJAVE NA IZMENJAVO
V okviru izbirnega postopka na UL MF sem oddal motivacijsko pismo v angleščini, maturitetni certifikat o znanju angleškega jezika, navedel preferenčni termin opravljanja izmenjave in predlog obveznosti. Po potrditvi izmenjave s strani UL MF sem prejel vsa nadaljnja navodila glede administrativnih postopkov. V t.i. *application packet*, ki sem ga moral poslati v Houston najkasneje štiri mesece pred

uradnim začetkom izmenjave, sem priložil dokazila o cepljenjih, potrdila UL MF (pismo dekana, izpis opravljenih obveznosti), dokazilo o sklenjenem zavarovanja, potrdilo o stanju na bančnem računu ter izpolnjeno prijavnico. Po uradni potrditvi sprejema s strani koordinatorke programa, se je začel postopek pridobivanja F-1 vizuma, ki je vključeval izpolnjevanje dodatne dokumentacije, plačilo SEVIS-fee (350 €) ter intervju na ameriški ambasadi (167 €).
Po vrnitvi potnega lista z vizumom povratno letalsko karto preko Turkish Airlines (680 €) za let v Ljubljana–Istanbul–Houston. V Houston sem prispel dva dni pred začetkom kroženja.

POTEK IZMENJAVE
Prva dva dneva sta bila namenjena osnovni orientaciji, ki je vključevala urejanje kartic za dostop, usposabljanje za delo v operacijski dvorani (*scrub training*), opravljanje obveznih izobraževanj in kvizov (*HIPPA,* varnost pri delu) in spoznavanje bolnišničnega informacijskega sistema EPIC.
Delo je potekalo po ustaljenem dnevnem ritmu. Vsako jutro smo se skupaj s kolegoma peš odpravili čez park do bolnišnice. Po prihodu smo se preoblekli v operacijska oblačila in se odpravili v operacijski blok v 7. nadstropju, kjer smo pregledali dnevni razpored operacij ter se nato sprehodili v 5. nadstropje v enoto intenzivne terapije, kjer se je ob 6:30 začenjala kirurška vizita. Operacije so se večinoma začenjale po 8. uri. S kolegoma, ki smo skupaj krožili na kirurgiji, smo se vsak dan interno dogovorili, kako se bomo razporedili v dve operacijski dvorani, v katerih smo se lahko zadrževali. Med izmenjavo sem imel priložnost opazovati in tudi aktivno asistirati pri številnih zanimivih posegih: koronarni obvodi (CABG), menjave aortnih in mitralnih zaklopk (tudi robotsko asistirane), implantacije LVAD in RVAD, vstavitve in odstranitve Impella črpalk. Najbolj zanimiva operacija, pri kateri sem lahko sodeloval je bila bilateralna transplantacija pljuč, ki je potekala od poznih večernih do zgodnjih jutranjih ur. Poleg večjih operacij sem asistiral tudi pri manjših posegih, kot so kirurška spiranja ran (npr. *driveline washouts*) in odložena zapiranja torakotomij.

Delovni čas je bil variabilen in odvisen od števila in trajanja operacij. Običajno smo zaključili med 15:30 in 17:00, včasih kasneje, redkeje pa pred 15. uro. Poleg kliničnega dela v operacijskem bloku smo se udeležili tudi dodatnih izobraževalnih aktivnosti, kot so delavnica kirurškega šivanja (*suture training*) in predstavitev programa Life Flight, kjer smo obiskali heliport, spoznali helikoptersko reševalno ekipo ter lahko celo od blizu opazovali vzlet helikopterja. Delovno okolje je bilo profesionalno, vendar zelo prijetno. Kirurgi in ostali zaposleni so nas dobro sprejeli, usmerjali, odgovarjali na vprašanja in nas aktivno vključevali v delo. V operacijskih dvoranah sem sodeloval z dr. Patelom, dr. Mustafo, dr. Salas de Armas ter dr. Marcanom, ki nas je ob zaključku izmenjave povabil tudi na večerjo.

NASTANITEV, TRANSPORT, PREHRANA
Z ostalimi kolegi, ki smo bili v marcu skupaj na imenjavi smo si dober mesec pred odhodom skupaj uredili nastanitev preko platforme AirBnB. Najeli smo hišo, ki je bila od bolnišnice oddaljena približno 35 minut hoje. V bližini se je nahajala tudi trgovino H-E-B, kjer smo kupovali hrano in živila. Strošek bivanja je znašal približno 900 € na osebo.
Vsak dan smo se v bolnišnico odpravili peš, kar je predstavljalo približno 35 minut hoje v eno smer. Pot je potekala skozi Hermann Park in je bila varna ter prijetna. Za daljše razdalje smo uporabljali storitve Uber in Lyft, javni prevoz pa le izjemoma (MetroLine). Za vikend izlet smo najeli tudi avtomobil.
Zajtrke in večerje smo si večino pripravljali sami. Nekajkrat smo jedli tudi v bolnišnični jedilnici (Arboretum, Hermann Cafe), kjer ponujajo raznolike in cenovno ugodne zajtrke ter kosila (7-12 USD). Občasno smo jedli tudi v restavracijah (npr. Chipotle, In-N-Out, Whataburger).

PROSTOČASNE AKTIVNOSTI
Kljub intenzivnemu urniku je ostalo nekaj prostega časa za oddih in turistično udejstvovanje. Obiskali smo Houston Livestock Show and Rodeo, ki poteka vsako leto marca ter si ogledali NBA tekmo med Houston Rockets in Los Angeles Lakers. Preostanke

dneva po končanem delu sem pogosto izkoristil za tek po prijetnih poteh skozi Hermann Park in okolici Rice University. Predzadnji vikend smo najeli avtomobil preko platforme Turo ter obiskali New Orleans. Ena izmed bolj značilnih ameriških izkušenj je bila obisk strelišča. V bližini bolnišnice se nahajajo tudi številne druge zanimivosti, kot so Museum of Natural Science, Houston Zoo ter Museum of Fine Arts.

ZAKLJUČEK
Študijski obisk v Houstonu dojemam kot zelo dragoceno izkušnjo, tako s strokovnega kot tudi osebnega vidika in bi ga priporočil vsakemu študentu medicine, ne glede na področje zanimanja. Z izmenjavo sem dobil vpogled v delo v ameriškem zdravstvenem sistemu, ki se od slovenskega precej razlikuje. Poleg tega sem lahko neposredno sodeloval pri zahtevnih kardiovaskularnih posegih. Posebej zanimiva se mi je zdela precej drugačna kultura dela, ki se od evropske razlikuje po večji intenzivnosti, daljših delovnikih ter manjši količini prostega časa in dopustovanja. Prav tako sem potreboval nekaj časa, da sem se privadil na bolj odprt in neposreden način komunikacije, ki je značilen za ameriško okolje, kjer so odnosi do neznancev praviloma bolj sproščeni in ekspresivni.

42. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Giorgia Sinigoi)

Država in kraj izmenjave Houston je največje mesto v zvezni državi Texas. Je pomembno gospodarsko, energetsko in raziskovalno središče ter eno vodilnih mest na področju vesoljske industrije, saj tam deluje NASA. Mesto je znano tudi po enem največjih medicinskih kompleksov na svetu, Texas Medical Center, ki združuje vrhunske bolnišnice, raziskovalne ustanove in univerze. Houston je izrazito multikulturno mesto z raznoliko populacijo in močno mednarodno povezanostjo. Viza Potrebno si je priskrbeti študentsko vizo, za kar vas kontaktira njihov urad za mednarodne odnose in se potem sledi njihovim navodilom. Zdravje Glede cepljenja so zahtevali potrdilo oziroma cepilno knjižico. Samoplačniško sem opravila tudi Quantiferon test in določitev anti VZV IgG protiteles. Dodatno zahtevajo tudi cepljenje proti gripi in potrdilo o Covid19 cepljenju. Varnost Houston ne velja za izredno varno mesto, sicer je v okolici Medical Centra kar mirno in se ljudje sprehajajo iz bolnice v bolnico. Odsvetujejo pa se sprehajati po noči oziroma v temi. Denar Skoraj povsod sem plačevala s kartico, sicer sem za vsak slučaj imela s sabo tudi nekaj dolarjev. Prevoz V Houston sem letela iz Ljubljane, preko Frankfurta. Iz letališča do nastanitve sem se odpeljala z Uberjem. Iz nastanitve do bolnice sem hodila peš. V okolici oziroma mimo bolnice vozi tudi rdeča linija metroja. Nastanitev Živela sem v kompleksu stanovanj. V mojem stanovanju sta živeli še dve študentki medicine, s katerima sem si delila kuhinjo. Vsi stanovalci tega kompleksa smo imeli na voljo fitness in skupni delovni prostor z računalniki, kavči in kavomatom. Prehrana Večinoma sem si kuhala sama. Najbližja trgovina je bila oddaljena 15 minut. Včasih smo se ustavili v kakem “fast foodu” v okolici bolnice. Sicer se v Houstonu najde res velik in raznolik izbor različnih restavracij. Svetujem obisk njihovih tipičnih restavracij, kjer imajo ogromne količine različnih tipov mesa iz žara. STROKOVNI DEL: Opis zdravstva v državi: Med prakso v Houstonu sem dobila vpogled v zdravstveni sistem, ki je izjemno tehnološko napreden in organizacijsko zelo strukturiran, hkrati pa precej drugačen od evropskih modelov, ki sem jih vajena. Navdušila me je razpoložljivost sodobne diagnostike, hitrost obravnave akutnih stanj ter visoka stopnja specializacije zdravstvenega osebja. Opazna je bila močna multidisciplinarna usmerjenost ter poudarek na protokolih in standardiziranih kliničnih poteh. Po drugi strani sem se tudi zavedala kompleksnosti sistema, saj je dostop do zdravstvenih storitev pogosto povezan z zavarovalnim statusom bolnika. To lahko vpliva na pravočasnost obravnave in kontinuiteto oskrbe. Delo v bolnišnici V Houstonu sem opravila en sklop vaj iz interne medicine (štiri tedni), in sicer na oddelku intenzivne kardiološke medicine. Vaje na oddelku intenzivne terapije (ICU) so bile izjemno zanimive in strokovno zelo bogate. Obravnavani pacienti so bili pogosto kompleksni, z več organskimi zapleti in zahtevnimi kliničnimi poteki, kar mi je omogočilo poglobljeno razumevanje intenzivne medicine. Posebej dragoceno je bilo spoznanje naprednih metod zdravljenja, kot je ECMO, s katerimi se med kliničnimi vajami v Sloveniji nisem imela priložnosti srečati. Na oddelku so vsakodnevno potekale obsežne vizite, ki so trajale več

ur in so bile zelo temeljite. Slovenski študenti smo bili večinoma priključeni kardiološkemu timu, kjer smo spremljali obravnavo bolnikov z napredovalim srčnim popuščanjem, akutnimi koronarnimi sindromi ter pooperativnimi zapleti. Občasno sem se pridružila tudi pulmološkemu timu, kar mi je omogočilo širši vpogled v obravnavo bolnikov z respiratorno odpovedjo in kompleksnimi pljučnimi stanji. Kadar je bilo na oddelku nekoliko manj aktivnosti, sem imela priložnost obiskati operacijsko sobo in spremljati potek kirurških posegov. Na ta način sem pridobila dodatno znanje s področja kardiovaskularne kirurgije ter boljše razumevanje povezave med kirurškim zdravljenjem in pooperativno intenzivno oskrbo. Posebna izkušnja so bili tudi torkovi jutranji sestanki, na katerih se je zbralo veliko število zdravnikov različnih specialnosti. Na teh multidisciplinarnih srečanjih so obravnavali zelo kompleksne bolnike ter se skupaj odločali o nadaljnjih diagnostičnih in terapevtskih korakih. Takšen način timskega odločanja mi je pokazal pomen sodelovanja med različnimi strokami ter celostnega pristopa k zdravljenju zahtevnih primerov. Mentorstvo Slovenskim študentom je bil kot glavni mentor formalno dodeljen kardiokirurg. Ker pa sem sama večino časa opravljala vaje na oddelku intenzivne terapije v okviru internističnega tima, sem bila v klinično-izobraževalnem smislu predvsem vključena v delo kardiologov. Po zaključku prakse sem zato prosila enega izmed kardiologov, s katerimi smo najpogosteje sodelovali, da mi je podpisal dokumentacijo, potrebno za priznavanje sklopa vaj iz interne medicine. Ob tej priložnosti sva skupaj tudi pregledala in predebatirala klinične primere, ki sem jih morala pripraviti kot del študijskih obveznosti. Pridobljeno znanje in izkušnje V času opravljanja prakse sem pridobila številna nova znanja in dragocene klinične izkušnje, ki so pomembno prispevale k mojemu strokovnemu in osebnemu razvoju. Delo v visoko specializiranem in tehnološko naprednem okolju mi je omogočilo poglobljeno razumevanje obravnave kritično bolnih pacientov ter kompleksnega kliničnega odločanja. Posebej sem nadgradila znanje s področja akutne kardiologije, intenzivne medicine in osnov kardiovaskularne kirurgije. Poleg strokovnega znanja sem pridobila tudi pomembne medkulturne izkušnje, saj sem delovala v drugačnem zdravstvenem sistemu in v mednarodnem okolju. Celotna praksa je bila zame izjemno konstruktivna, saj mi je omogočila širšo perspektivo, dodatno motivacijo za nadaljnje izobraževanje ter potrditev interesa za področje kardiologije in intenzivne medicine.

ZAKLJUČEK: Splošna ocena izmenjave Splošna ocena izmenjave je izjemno pozitivna. Zelo sem vesela, da sem imela priložnost opravljati klinično prakso v tako spodbudnem in strokovno bogatem okolju, hkrati pa sem poleg strokovnega znanja spoznala tudi del ameriškega načina življenja in kulture. Izkušnja mi je omogočila širši pogled ne le na medicino, temveč tudi na družbo in vsakdanje življenje v Združenih državah. Prosti čas med vikendi smo izkoristili za raziskovanje okolice in potovanja. Med drugim smo se en vikend odpravili v New Orleans, kjer smo spoznali bogato kulturno dediščino, glasbeno tradicijo in značilno arhitekturo mesta. Takšna doživetja so dodatno obogatila celotno izmenjavo ter prispevala k osebni rasti in medkulturnemu razumevanju.

Potrebnik Pred samim začetkom izmenjave je potrebno opraviti kar nekaj dokumentacije. Svetujem, da se sledi korak za korakom njihovim mailom in vse steče brez zapletov. Dokumentacijo je potrebno poslati fizično po pošti. Za katerokoli informacijo je pa v Houstonu gospa Savannah Torres, ki je zelo odzivna po elektronski pošti. Približna razdelitev stroškov Kar zadeva finančni vidik izmenjave, so stroški vsakdanjega življenja v Houstonu občutno višji kot v Sloveniji. Največji delež stroškov predstavljajo nastanitev, prehrana, prevoz ter zdravstveno zavarovanje. Cene osnovnih življenjskih potrebščin in storitev so praviloma višje, zato je bivanje lahko precej finančno zahtevno. Pomemben dejavnik je možnost pridobitve štipendije, ki lahko bistveno olajša finančno breme. Brez dodatne podpore je izmenjava lahko precej draga.

43. ZDA - Texas Medical Center, Houston (Deja Juriševič)

V mesecu februarju in marcu sem opravljala študijski obisk v Hermann Memorial Hospital v Houstonu (Texas, ZDA), natančneje na Heart and Vascular Institute (HVI) . Prve štiri tedne sem opravljala vaje na oddelku za kardiovaskularno kirurgijo (kirurgija srčnega popuščanja), naslednje štiri tedne pa vaje iz kardiologije na intenzivnemu oddelku.

PRIJAVNI POSTOPEK:
Prijava se začne z odobritvijo domače fakultete. Prijavni postopek lahko traja kar nekaj časa, saj je potrebno pridobiti številne dokumente in potrdila (potrditve o cepljenju, titer protiteles, potrdila o opravljenih obveznostih, certifikat znanja angleščine, turistično zavarovanje in medical malpractice insurance), ki jih nato potrdijo še s strani univerze/bolnice v ZDA.
Nato sledi prijava za vizo. Pisarni za mednarodne odnose (Office of intenational affairs) UT Health pošlješ kopijo svojega potnega lista, osebne podatke in potrdilo banke o zadostnih finančnih sredstvih. Sledi reševanje spletnega vprašalnika za vizo in intervju na ameriškem veleposlaništvu v Ljubljani.
POTEK PRAKSE:
Prvi in drugi dan sta tako za kardiologijo kot za kardivaskularno kirurgijo enaka. Po obisku mednarodne pisarne pridobiš dostop do njihovega informacijskega sistema EPIC, za katerega je potrebno opraviti spletno usposabljanje, ki traja kar nekaj časa. V teh dveh dnevih opraviš tudi ogled operacijskega bloka in operacijskih dvoran, skupaj s predstavitvijo kirurškega umivanja rok in oblačenja.

KARDIVASKULARNA KIRURGIJA:
V operacijski blok smo prihajali med 6.45 do 7.30, kjer smo si najprej pogledali program operacij. Večinoma smo bili v OP1 in OP2, kjer so potekale operacije za napredovano srčno popuščanje.
Vsak dan si se najprej predstavil medicinski sestri, ki si je zapisala tvoje ime, nato pa si si pripravil rokavice in operacijski plašč. Pri večini operacij si lahko asistiral, pogosto pa so bile prisotne tudi prve asistence, s katerimi si se lahko dogovoril glede stopnje sodelovanja pri posegu. Običajno si ostal do konca operacijskega programa v svoji operacijski sobi, lahko pa si vmes obiskal tudi druge operacijske dvorane, kjer so izvajali robotske posege (CABG, torakalna kirurgija, menjava zaklopk) oz druge operacije iz področja kardiovaskularne in torakalne kirurgije.

KARDIOLOGIJA:
Na kardiologiji smo začeli dan s kirurško vizito, ki je trajala približno 30 minut. Predstavili so paciente, njihove glavne težave in najpomembnejše dogodke, ki so se zgodili čez noč.
Temu je sledila vizita ekipe za srčno popuščanje, ki jo sestavljajo specialist kardiologije in dva specializanta. Med vizito so podrobneje obravnavali vsakega pacienta ter se dogovarjali o nadaljnjem zdravljenju, spremembah terapije in drugih ukrepih.
Ob torkih zjutraj pred vizito poteka MRB (Medical Review Board), pri katerih sodelujejo internisti, kirurgi, psihiatri, nutricionisti, ekonomisti, socialni delavci, koordinatorji zdravstvene nege ter preostalo osebje.
Ob četrtkih poteka Morbidity and Mortality meeting, kjer obravnavajo kompleksne primere pacientov iz intenzivnega oddelka.
Ob petkih ob 12. uri imajo sestanek oddelka za napredovalo srčno popuščanje, na katerem pregledajo nove paciente in določijo nadaljnje možne posege.
V okviru rotacije sta organizirani tudi delavnica kirurškega šivanja ter predstavitev helikopterske enote Life Flight.
Vsak ima možnost sodelovati tudi pri odvzemu organov in transplantaciji srca ali pljuč, če se ti posegi izvajajo med izmenjavo. To je sicer zelo odvisno od obdobja – v februarju smo imeli šest transplantacij, medtem ko je bila v marcu le ena. Za transplantacijo izveš nekaj ur prej, nato pa se z avtom ali letalom odpraviš v bolnišnico, kjer je darovalec, ter asistiraš pri odvzemu organov. Medtem se v Houstonu že

začne operacija pri prejemniku organa. To možnost toplo priporočam vsem, tudi tistim, ki so na praksi iz kardiologije, saj gre za res enkratno izkušnjo.

OSTALO
Tudi po vajah nam ni bilo dolgčas, saj je Houston veliko mesto z številnimi možnostmi za preživljanje prostega časa. Zraven bolnice se nahaja velik park z otroškim igriščem, igriščem za golf ter številnimi sprehajalnimi potmi.
Ob torkih je po 18. uri omogočen brezplačen vstop v muzej naravnih znanosti, ki se nahajna na koncu parka. Nedaleč stran je tudi muzejsko okrožje, kjer je vsak četrtek na voljo brezplačen vstop v MFA (Museum of Fine Arts). V bližini bolnišnice se nahaja tudi živalski vrt. In kampus Univerze Rice, kjer v tamkajšnjem baru vsak drugi četrtek poteka Trivia night.
V mesecu februarju in marcu potekajo številni dogodki in praznovanja od Mardi Gras začetku/sredini februarja do Houston Rodeo-ta, ki traja še skoraj celotni marec. Konec februarja/začetek marca Memorial Hospital gosti tudi Houston Shock Symposium. Priporočam tudi ogled tekme NBA v Toyota Stadionu. Če vam čas dopusti, priporočam tudi vikend ogled New Orleansa.
Večino smo se gibali peš ali s pomočjo Uber-ja/Lyfta, od javnega prevoza smo uporabljali le Red line tramvaja, ki poteka skozi Texas Medical Center. Potrebna je večja previdnost kot v Sloveniji, sploh ponoči in v določenih predelih mesta.
Hrana je nekoliko dražja kot pri nas, sploh sveža sadje in zelenjava. Hrano smo si kuhali v stanovanju, veliko smo jedli tudi v okoliških restavracijah. Bolnica ima več menz/kavarn, v katerih lahko dobiš topel obrok za 5-15€.

STROŠKI:
Prijavni postopek in viza: nekje 500€ (SEVIS fee, intervju na veleposlaništvu, pošiljanje dokumentov v ZDA)
Letalo: Turkish airlines (Ljubljana – Instanbul – Houston, povratna) 700€
Hrana in pijača: cca 500-700€ (tukaj se da prišparat, če malo več planiraš)/mesec
SIM (myTello): 30€/mesec
Apartma: cca 1000€/mesec
Če potegnem črto, gre za enkratno priložnost, da spoznaš zdravstveni sistem in delovanje bolnišnice, ki je bistveno večja od naših. Zdravniki so zelo prijazni in pripravljeni učiti, če pokažeš zanimanje in motivacijo. Res se potrudijo, da te vključijo v delo ekipe in da iz izkušnje odneseš čim več.
Imela sem priložnost sodelovati pri operacijah, ki so pri nas redkejše, ter videti bistveno kompleksnejše primere pacientov. Izmenjavo bi priporočila vsakomur, ki želi nekaj časa preživeti v drugačnem okolju, še posebej pa tistim, ki jih zanimajo kirurgija, intenzivna medicina ali kardiologija.