Cestovní zpráva

Michal Janák
5. ročník
michal.janak01@gmail.com
1. 8 .- 31. 8. 2015
Porto, Portugalsko
PorMSIC - AEFMUP
Department of Cardiothoracic Surgery
Dr. Paulo Pinho

• Příjezd

Dokumenty ke stáži jsem si vyřizoval jak všichni ostatní účastníci IFMSA stáží v průběhu prosince. Jednalo se o výpis vystudovaných předmětů, potvrzení o studiu, motivační dopisy, CV a potvrzení pojištění.
Na začátku února mi přišla zpráva z Portugalska o mém zařazení do Porta a potvrdili mi rozsah stáže. O týden později mi přišla Card of Acceptance, kde mi bylo přiděleno oddělení. Cesta letadlem byla pro mě jasná volba. Zařídil jsem si letenku z Prahy do Lisabonu a zde přestup na další letadlo do Porta. Vyšla mě na 8000Kč. Lidé z AEFMUP nám poskytli všechny potřebné informace s výrazným předstihem již od konce května a od poloviny července každý den obrovské množství informací ohledně příjezdu, ubytování, nemocnice, výlety, atp. Zřídili k tomuto účelu speciální skupinu na Facebooku. Měli jsme několik kontaktních osob, které s námi řešily veškeré otázky, žádosti, problémy… Všechny kontaktní osoby pracovaly na výbornou. Ještě před opuštěním svého domu jsem byl dokonale připravený na to, co mě čeká. Také nás přepravily z letiště na ubytování a poskytly nám základní informace o okolí (kde jsou obchody, restaurace, autobusová zastávka apod.) a dostali jsme uvítací balíček s nádobím (museli jsme uhradit vratnou zálohu), sim kartu, kartu na dopravu po centru Porta + veškeré informace, jak to funguje na ubytování, program na celý měsíc a zařízení Wi-Fi.

• Ubytování

Všichni jsme byli ubytováni na koleji pro studenty na půl cesty do nemocnice jedním směrem a půl cesty do centra na druhou stranu. Pokoje byly běžně pro dva studenty. Já jsem byl ubytovaný ve větším pokoji pro čtyři osoby i balkonem, ale byli jsme zde tři. Všechny byly čisté, udržované, vybaveny základním nábytkem, ale bez elektrospotřebičů. Sociální zařízení bylo v každém pokoji čisté. Součástí kolejí byla obrovské kuchyně, kde mohlo vařit i 15 studentů zároveň. Bylo k dispozici základní nádobí, mikrovlnky, trouba, toustovač, několik umyvadel. Měli jsme zde i možnost uchovávat svoje potraviny v lednici a ve skříňkách, které byly součástí přilehlé jídelny. Na kolejích fungovala celodenní ochranka, která hlídala vchod a 2x do týdne přišla uklízečka uklidit pokoj a 1x do týdne vyměnila ručníky a povlečení. Na koleji byla taktéž pračka a sušička, studovna a na každém patře obývací místnost.
V blízkosti našeho domu bylo několik supermarketů, pekáren, kaváren, restaurací a fastfoodů. Ceny se pohybovaly podobně jak u nás někdy mírně dražší. Autobusová zastávka se nacházela dvě minuty od kolejí a jezdily zde autobusy přímo do nemocnice, do centra a na pláž. Cca 10 minut se nacházela stanice metra, kde vedla přímá linka do nemocnice a opačným směrem do historického centra a na přestupní stanice směrem na vlakové nádraží a na letiště.

Cesta do nemocnice trvala asi 10 - 15minut autobusem, pokud se vám ho zrovna podařilo chytit. Metrem asi stejnou dobu, ale byla zde jistota, že se jej dočkáte. Centrum se nacházelo asi 30minut pěšky a 10minut metrem.

• Stáž

Hospital Sao Joao je obrovský komplex zrekonstruované nemocnice a místní oddělení kardiochirurgie je vyhlášená jako jedno z nejlepších kardiocenter v Portugalsku. Úroveň nemocnice je srovnatelná s naší v některých ohledech dokonce i lepší, ale projevuje se zde jižanský životní styl, tak je vše zpomalené a bez stresu. Pracoval jsem na oddělení kardiochirurgie – hrudní chirurgie. Každé ráno jsem docházel na 8:30 na ranní vizitu. Další program jsem měl rozdělený po týdnech. První týden jsem trávil na operačních sálech, kde jsem mohl sledovat operace a vše mi bylo důkladně vysvětleno. Druhý týden jsem byl na lůžkovém oddělení, kde se o pacienty starají kardiologové. Pod vedením zkušeného doktora jsem absolvoval ranní vizity a poté jsme se odebrali do pracovny studovat EKG a Echokardiogramy pacientů. Dále jsme několikrát navštívili oddělení urgentního příjmu při podezření na onemocnění srdce. Třetí týden jsem trávil na jednotce intenzivní péče, a když nebyla žádná práce, tak mě poslali se dívat na operace. Poslední týden jsem měl přístup na kardiochirurgické zákroky u pediatrických pacientů, což bylo obzvlášť zajímavé. Všichni doktoři uměli mluvit anglicky nebo německy a vždy byli ochotní mi cokoliv ukázat a vysvětlit. Viděl jsem spoustu zajímavých operací. Většinou jsem byl na oddělení zhruba do 13:00.

Na tomto oddělení jsem byl společně s dvěma stážistkami z našeho IFMSA programu a Portugalskými studenty.

Organizací AEFMUP nám byla uspořádán workshop zabývající se problematikou šití pod vedením zkušeného lékaře.

V nemocnici byla k dispozici kantýna, kavárna a hlavně zde byla místnost místní pobočky IFMSA, kde jsme nacházeli útočiště pro další sociální program po ukončení denní praxe.

• Město

Porto je malebné historické a přístavní město s protékající řekou Douro a přístupem k oceánu. Každá návštěva centra vás přímo okouzlí a budete mít pocit, že i když jste stejné místo navštívili již po několikáté, tak budete žasnout nad fascinující architekturou, pestrostí a krásou téměř každého domu. Nejzajímavější je oblast Ribeira s mostem Ponte de D. Luis přes řeku Douro, vež Clerigos, náměstí Aliados, vinné sklepy v oblasti Gaia na druhé straně řeky a mnohem více. Pláž je dostupná přímo v Portu. Je písčitá, s pozvolným vstupem do oceánu a není přeplněná lidmi. Oceán je poměrně dost studený s obrovskými vlnami, proto jej ocení více milovníci surfování než plavání.

Co se týče restaurací, naleznete v Portu, hlavně v centru, nespočet podniků. Většina z nich nabízí velmi chutnou a vydatnou stravu typickou pro Portugalsko. Doporučuji zkusit typický pokrm francezinha. Naleznete zde také typické rybí restaurace a samozřejmě také McDonald´s, a Doner kebab fastfoody.

Pokud mluvíme o městské hromadné dopravě, tak jsme měli zařízenou měsíční jízdenku, za kterou jsme zaplatili 30€. A platí na všechny dopravní prostředky v hlavních zónách města.

Pokud jste se potřebovali na ulici někoho na něco zeptat, tak zde nebyl žádný jazykový problém, protože většina lidí rozumí anglicky nebo německy. Lidé v Portugalsku jsou velmi milí a přátelští. Není pro ně žádný problém vám pomoci.

• Cestování

Organizace AEFMUP nám zorganizovala mnoho výletů. Dva třídenní a několik jednodenních. První dva celovíkendové byly společné pro všechny incomingy v Portugalsku. Jeden výlet byl po Portu, kde jsme měli několik prohlídek města jak pěšky, tak i s vyjížďkou po řece Douro. V ceně výletu byly zahrnuty večeře. Druhý vícedenní výlet byl do Lisabonu a Sintry, kde jsme měli možnost si prohlédnout krásy hlavního města. Součástí výletu byla návštěva paláce v historickém městečku Sintra. Ostatní jednodenní výlety byly pouze pro naši skupinu. Navštívili jsme středověké slavnosti, města Coimbra, Aveiro, Guimaraes a cestovali jsme i na pláže v blízkosti Porta. Všechny výlety byly velmi pečlivě zorganizované. Maximálně bych vytkl dlouhé čekání v průběhu výletu, než budeme kompletní, ale to byl spíše problém účastníků než organizace. Využili jsme jak železniční, tak autobusovou dopravu.

• Certifikát a jiné dokumenty

Na závěr celé stáže bylo potřeba ukázat místní LEO vyplněný Logbook s podpisy potvrzující minimálně 80% docházky. Poté jsme získali certifikát od našeho tutora.

• Celkové zhodnocení

Celkově hodnotím stáž velmi pozitivně. Za celý pobyt bylo potřeba řešit minimum problémů a i to málo, které bylo potřeba řešit, nám pomohla místní studentská organizace. Musím tím pochválit její práci, která pro nás připravila nezapomenutelný měsíc, členové byli velmi přátelští a vždy ochotní nám se vším pomoci. Kromě zkušeností z nemocnice jsem našel spoustu nových kamarádů, zažil řadu zážitků a procvičil se nejen v angličtině, ale i v jiných cizích jazycích.