Porto, Portugalsko

Klinická stáž IFMSA

Jméno účastníka: **Barbora Macíková**

Termín: červenec 2017

Příjezd

Všechny potřebné dokumenty, včetně naskenované očkovacího průkazu, jsem zařizovala už v prosinci. Během ledna přišla CA, tamní LORE mě kontaktovala 25.1. a pozvala do fb skupiny, kde pak probíhala veškerá komunikace. Letenku jsem si koupila přímou z Prahy do Porta. Vyšla mě na 7200,-, ale byla to moje chyba, protože na konci dubna byla ještě za 6400,- a já ji zapomněla koupit. Jakmile bylo 1.5., cena stoupla. Pojištění jsem si sjednala online asi 2 týdny před odjezdem.

Ubytování

Bydleli jsme na studentských kolejích asi 45 minut od nemocnice. Pokoje byly jednolůžkové vždy 11 pokojů na chodbě se společnou kuchyňkou, společenskou místností a dvěma koupelnami. Uklízečka chodila jednou týdně vytřít pokoj a vyměnit ložní prádlo a ručníky, úklid koupelny probíhal 2x týdně. V kuchyňce byla mikrovlnka, sporák a lednice, varná konvice a trouba zde nebyly. Do jedné kuchyňky jsme dostali hrnec a pánev, každý jsme pak za vratnou zálohu 10 euro dostali hrneček, talířek a příbory. Ve společenské místnosti bylo žehlící prkno s žehličkou, prádlo se dalo prát v prádelně, kde byla přítomná i sušička. Na kartu, kterou vždycky měl někdo ze studentů, se musely u paní vložit peníze a s kartou pak v prádelně navolit programy. Bylo nám řečeno, že jedno praní nebo sušení stojí 1,5 e, každopádně se nám podařilo za 1,5 e vyprat i dvě pračky.

Doporučuju si vzít špunty do uší!

Stravování

Ve všední dny jsme měli stravenkami zajištěné obědy ve školním bufetu. Oběd zahrnoval nápoj vašeho výběru, polévku, hlavní jídlo a dezert. Každý den bylo na výběr mezi masem nebo rybou, případně jste si mohli říct i o vegetariánský oběd. Jídlo bylo dobré a čokoládová pěna jako dezert výborná. Bylo toho dostatek, takže jsem každý den byla přejedená, i když jsem si nebrala polévku.

Nakupovat se dalo v supermarketu asi 5 minut od kolejí, ceny byly podobné našim.

Stáž

V nemocnici se nemuselo chodit v přezůvkách a stačil bílý plášť. Oblečení pod pláštěm ideálně dlouhé kalhoty a tričko, upozorňovali nás, ať nenosíme moc krátké oblečení.

Moje stáž probíhala na všeobecné interně, chodila jsem na 8:30 a odcházela podle domluvy. Byla jsem přidělena na starost profesorce, která mi představila svůj tým, ve kterém byly další tři lékařky a všichni z týmu měli na starosti určité pacienty. Lékaři anglicky umí, ale bojí se mluvit, takže jsem byla moc vděčná, že dvě z lékařek tu odvahu měly a překládaly mi. Tady bych chtěla upozornit, ať si internu moc nevybíráte, pokud neumíte portugalsky. Já jsem doufala, že budou mít spoustu pacientů s respiračním, případně kardiologickým onemocněním, abych si alespoň naposlouchala různé poslechové fenomény a naučila se je rozpoznávat. Měli jsme ale jenom 3 pacienty, kteří tam byli 2 týdny, z toho jeden měl uro infekci, tudíž nic k poslechu. Ráno se chodili pacienti vyšetřovat, ale pak většina práce zahrnovala papírování, což jsem sama dělat nemohla, takže jsem hodně času strávila sezením na oddělení a alespoň jsem si četla, co lékaři píší do počítače. Na druhou stranu mě

několikrát nechali samotnou odebírat arteriální krev, což se u nás studentům moc nepoštěstí. Kolem oběda se pak v týmu diskutovalo, jaký bude další postup v léčbě. Pokud jsem se něco chtěla zeptat, nebyl problém a bylo mi všechno vysvětleno.

Město

Z Porta se stala moje srdeční záležitost. Stačilo sejít kopec a mohli jste se procházet po promenádě kolem řeky Douro. Za hodinu jste přišli k majáku a k místu, kde se řeka vlévá do oceánu. Nepočítejte s tím, že je v Portu vedro. Hodně tu pofukuje studený vítr a teplota během dne byla do 25 stupňů, na začátku července bylo snad jenom kolem dvaceti. Večer, když slunce zašlo, tak bylo na svetr/bundu. Na pláž se jít dalo, ale hodně foukalo a voda je ledová, takže na koupání to moc není. I j jenom při opalování byla občas taková zima, že jsme se rozhodli jít domů. Na začátku srpna už pak ale bylo kolem 30 stupňů.

Social program

V týdnu byl jeden den, kdy nebyl naplánovaný žádný výlet, jinak jste se každý den nějakého výletu mohli zúčastnit. Navštívili jsme Bragu, Coimbru, Aveiro, Guimaraes, národní park Paiva´s Walkways. Ještě před příjezdem nám poslali kalendář, ve kterém bylo na každý den napsáno, kam se plánuje jít.

Zúčastnila jsem se také social programů v Lisabonu i Portu. Lisabon je velké město a bylo tam naopak dost vedro. U obou programů bylo všechno naplánováno tak, abychom toho viděli co nejvíc. Problém byl, že se zúčastnilo přes 100 studentů, takže se neustále na někoho čekalo. Toto byla slabina všech výletů, musíte se vyzbrojit trpělivostí, protože nebylo výjimkou, že byl sraz ve dvě, ale vycházelo se až ve tři, protože se na někoho čekalo.

Cestování

Po Portu jsme jezdili autobusem nebo metrem. Hned při příjezdu jsme dostali kartu, na kterou jsme si nahráli měsíční jízdenku z2, za kterou jsme zaplatili kolem 22 euro. Město je rozděleno do několika zón a podle toho stojí jízdné, každopádně pokud víte, že budete jezdívat na pláž, pak doporučuju dokoupit za 5 euro zónu z3.

Autobusy jezdily zhruba na čas, i když číslo 500 častokrát nepřijelo vůbec nebo v úplně jiný čas než říkal jízdní řád.

Více informací o autobusech na www stránce http://www.stcp.pt/en/travel/

Certifikát a jiné dokumenty

Certifikát jsme dostali za alespoň 80% docházku, každý den jsme měli být v nemocnici 5 hodin.

Celkové hodnocení

Porto všem moc doporučuji, i když spíše jiné oddělení, kamarádka si moc chválila například oční.