

# Můj pobyt a praxe v Thajsku

Zpráva z odborné zahraniční stáže na Mae Fah Luang  
University v Chiang Rai – 10. 8. – 19. 10. 2017

Berková Simona – všeobecná sestra 2. ročník



# Před odletem:

---

- 1) PAS                      2) OČKOVÁNÍ                      3) POJIŠTĚNÍ                      4) LETENKA                      5) VÍZUM

Pět nejdůležitějších věcí, které byste si měli, co nejdříve vyřídit.

1) **Pas** je to nejmenší. Většinou s ním nebývají problémy, když si dáte vyřídit včas, aby vám ho udělali. Pokud už ho máte, dejte si pozor, aby měl určitou dobu platnosti.

2) **Očkování.** Nejlepší je zajít si do očkovacího centra v nemocnici v Českých Budějovicích za paní doktorkou Šípovou. Ona i sestřička je milá a poradí vám, jaké vakcíny jsou vhodné. Také je potřeba malinko s předstihem, kvůli rozestupům mezi vakcínami. (Doporučuje se hepatitida A, břišní tyfus a vzteklna, která je právě na 3 dávky)

3) **Pojištění.** Nejlepší a nejrychlejší je pojistit se u UNIQA od naší univerzity. Naprosto to vyhovuje a vyberete si tarif, který je pro vás nejvíce vyhovující.

4) **Letenka.** Cesta z Prahy do Chiang Rai. Já kupovala letenku u Student agency. Letěla jsem z Prahy do Vídně, z Vídně do Bangkoku a z Bangkoku do Chiang Rai. Letenka mě stála okolo 17 200 Kč. (Po příjezdu do Bangkoku, dostanete imigrační kartu. My ji dostali v letadle nebo ji můžete dostat poté na přepážce, protože bez tohoto dokumentu vás nepustí na letadlo do Chiang Rai.)

5) **Vízum.** S tím je asi nejvíce starostí. Potřebujete k jeho vyřízení spoustu dokumentů. Najděte si podmínky na webových stránkách thajské ambasády v Praze.

<http://www.thaiembassy.cz/welcome.php> Od ledna 2017 jsou nová pravidla a vy budete vyplňovat žádost o Non - Immigrant Visa - VISA CATEGORY "ED". Sama jsem neměla vše, co jsem potřebovala a paní mi řekla, že to skoro nikdo nemá. Domluvila jsem se s nimi, že zbylé dokumenty pošlu na jejich e-mail, abych nemusela jet do Prahy třikrát. Vízum vám obvykle vyřídí do 3 dnů.



# Let, ubytování a kontakt s fakultou:

---

Na stáž jsem cestovala sama a vše pro mě bylo poprvé. Nikdy před tím jsem neletěla, takže jsem měla strach, že se někde ztratím. Už před odletem mě po e-mailu kontaktovaly 2 holčiny, že budou mými tzv. „body person“ neboli osobami, které vám budou pomáhat s životem v kampusu. Jedna mi napsala, že je z oboru sester a že na mě bude čekat v Chiang Rai na letišti, což mě uklidnilo. V Bangkoku vyplníte imigrační kartu (přijíždějící i odjíždějící část).

Celá cesta probíhala dobře, až na bouřku, která byla nad Vídní, ale naštěstí letadlo do Bangkoku čekalo. Holky z oboru sester na mě opravdu na letišti čekali. Jeli jsme fakultním autobusem do velkého nákupního centra Central Plaza. Zde si můžete nakoupit všechno potřebné, jako polštář, deku či povlečení na pokoj. S ubytováním mi pomohly holky a také mi zapůjčily hodně věcí, abych to nemusela kupovat. V tom mě hned na začátku překvapily.

Mojí nejlepší poradkyní byla moje „body person“ ze sester. Skoro to vypadalo jako by mě adoptovala. Zařizovala mi úplně všechno a starala se o mě, abych měla oběd, večeri, často mě na ni sama vzala, abych poznala, co nejvíce. Měla jsem opravdu velké štěstí, protože kdykoliv jsem měla jakýkoliv problém, pomohla mi ho okamžitě vyřešit. Ale měla jsem i druhou „body person“, co se o mě starala. Holky si mě střídaly a byly zlaté!

Pokoj byl pro 4 lidi, ale my jsme tam byli pouze tři a to já a dvě holčiny z Maďarska. Bylo to fajn, protože jsme sdíleli veškeré informace a hodně jsme se radili.

## Život v kampusu:

---

Kampus Mae Fah Luang Univerzity najdete asi 25 minut od Chiang Rai. Je to jako jedna velká čtvrť. Po kampusu se pohybujete tzv. gems car, ale můžete chodit i pěšky. Určitá místa od sebe nejsou vzdálená, ale studenti zásadně čekají na odvoz. V kampusu najdete vše, co potřebujete od jídla po poštu, také bazén posilovnu, stadium, prostě vše. Také se tu určitě poměrně rychle spřátelíte, když budete otevření. Všichni jsou tu hrozně moc milí.







Já jsem byla součástí výměnných a studentů, takže jsem se s nimi zúčastnila všelijakých akcí. Jelikož jsem tam byla sama, tak mi velice pomohlo, že se s vámi lidé rychle sblíží. Najdete tu studenty jak z Evropy, tak z Ameriky a dokonce i z Afriky. Také se tu setkáte se studenty z celé Asie jako například Malajsie, Indonésie, Filipín, Korei a jiných dalších.

Pro všechny prváky (neboli freshers), tu mají spoustu aktivit, aby se mohli seznámit jak mezi sebou, tak mezi všemi staršími studenty.

## Praxe:

---

Má praxe začala třemi týdny v Mae Fah Luang Hospital na oddělení alternativní medicíny. Thajská medicína a čínská medicína je jiný svět, ale bylo to úžasné sledovat. Jako léčbu jsem to neznala, a když jsem to sledovala a bylo to víc než zajímavé.





Po třech týdnech jsme začala s dívkami 3. ročníku dojíždět autobusem do nemocnice ve městě. (Chiangrai Prachanukroh Hospital) Nenechte se překvapit velkým množstvím lidí po celém areálu nemocnice a to nemyslím pouze pacienty, ale i členy rodin, kteří tady přebývají s nimi po chodbách. Praxi jsem absolvovala na ortopedii, traumatologii, kardiologii, neurologii, urologii, intenzivní péči a na operačních sálech.

To, že jsem se na oddělení cítila dobře, mi hodně usnadnily sestřičky na oddělení. Často jsem se cítila jako součástí týmu a mají tam úžasné kolektivy. Ano, občas tu byla jazyková bariéra, protože ne všichni mluví anglicky, ale stejně byly všechny velice milé a ochotné.

Kardiologie →



← Intenzivní péče



Neurochirurgie



Traumatologie



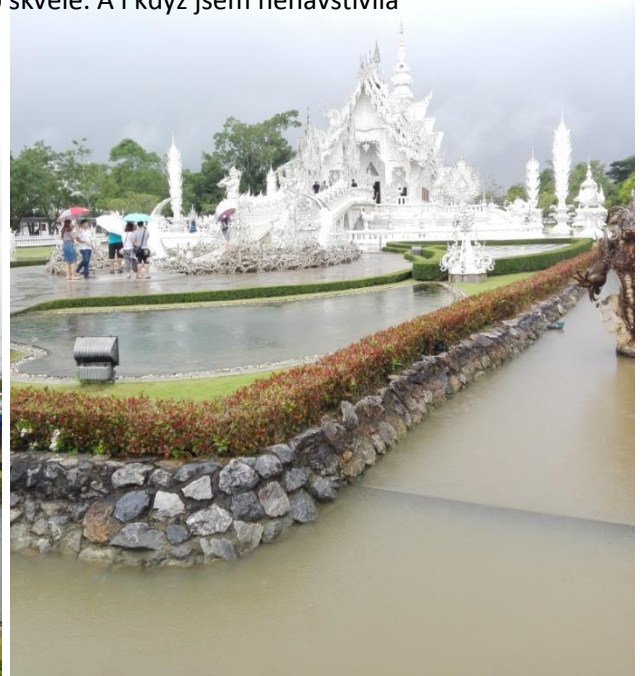


# Výlety:

---

Nechtěla jsem cestovat nebo výletit sama, a tak jsem často byla trochu omezená v možnostech, ale i tak jsem vždycky našla někoho, kdo se mnou vyrazil a bylo to skvělé. A i když jsem nenavštívila všechno, co jsem chtěla, tak každý výlet stál za to. ☺

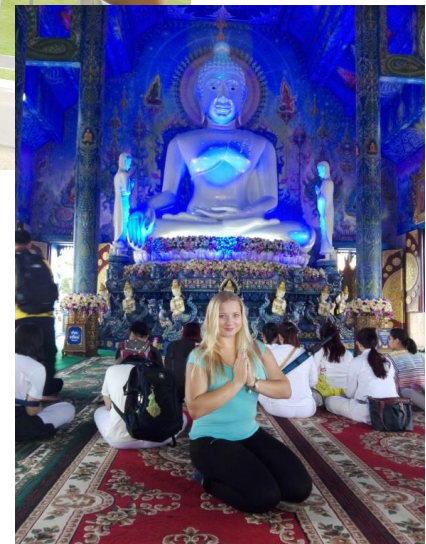
## Wat Rong Khun (White Temple)



## Singha Park



## Blue Temple

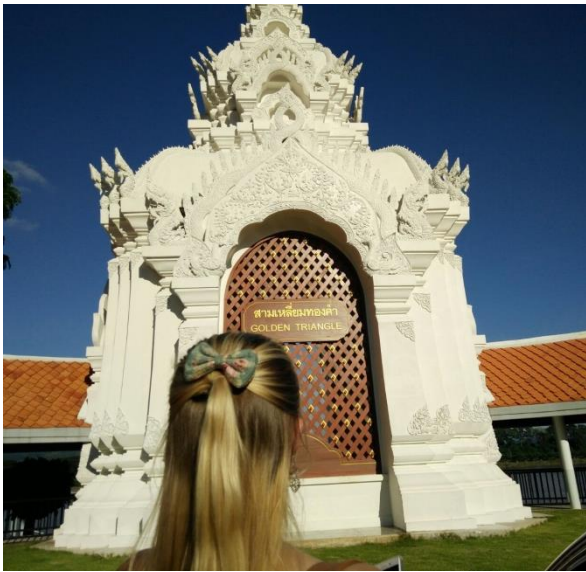


## Choui Fong Tea Plantation





## Golden Triangle



## Patong Beach (Phuket)



## Závěr:

---

Loučilo se mi těžko. Tolik přátel a lidí, co mi přirostlo k srdci. Je to až k neuvěření. Do budoucna je plánuji určitě zase navštívit, protože ta energie, co si odvezete, je neskutečná!



← Předání certifikátu o splnění praxe od paní děkanky

S mojí mentorkou a profesorkou Ms. Pawadee Wimolphan →





# Poslední večere a domů:

---



# Poděkování:

---

Moc ráda bych poděkovala paní Ing. Ředinové, která mi dodala odvahu vyjet a pomohla mi se zařizováním. Dále bych ráda poděkovala naší fakultě za tuhle možnost, protože to pro mě bylo nezapomenutelné. A největší díky patří mé rodině, bez které bych to nešlo, a také mým přátelům, kteří mě podpořili!

**Stáž v Thajsku vřele doporučuji a pro více informací se mě nebojte kontaktovat! ☺**

**Berková Simona**

e-mail: [Simona.Berkova@seznam.cz](mailto:Simona.Berkova@seznam.cz)

