

Thajsko

Chiang Rai

2019

Stáž v Thajsku byla jednou z nejlepších zkušeností v našich životech. Strávily jsme zde 9 týdnů a to v termínu 20. 8. 2019 - 27. 10. 2019. Během této doby jsme měly možnost poznat tamní kulturu a zdravotnictví, navštívit nejenom sever ale také jih Thajska.

Praxe

Před samotným zahájením praxe jsme byly v menší veřejné nemocnici, kde jsme měly možnost navštívit out patient department a emergency s ambulancí chronických ran. Dále jsme společně navštívily oddělení alternativní medicíny (tradiční thajská, čínská, fyzioterapie a wellness centrum). Vzhledem k našim rozdílným studijním



oborům se praxe lišily. Markéta s Lucií, jakožto studentky bakalářského oboru Všeobecná sestra, začaly praxi na kardiologickém oddělení, přičemž také navštívily katlab. Dále absolvovaly praxi na odděleních traumatologie, chirurgie s jednodenní exkurzí na operační sály, interny s návštěvou dialyzačního střediska. V rámci těchto oddělení poznaly péči o pacienty v oborech ortopedie a urologie vzhledem k propojenosti tamních oddělení. Inka, jakožto studentka magisterského oboru Ošetrovatelství ve vybraných klinických oborech – modul vnitřní lékařství, strávila každý týden praxe na jiném oddělení, konkrétně na katlabu, kardiologické JIP, interně, kardiochirurgické JIP a paliativním oddělení. Taktéž byla na exkurzi na operačních sálech a na dialyzačním středisku.

První týden praxe byl náročný, protože jsme se poprvé setkaly s jejich systémem péče, odlišnými postupy a tamní kulturou, která péči do značné míry ovlivňuje. Jedním z příkladů je neustálá přítomnost rodiny u lůžka pacienta. Postupem času jsme se s těmito podmínkami sžily a staly jsme se plnohodnotnými členy ošetrovatelského týmu studentů. Tato praxe nás velmi obohatila.

Cestování:

Procestovaly jsme křížem krážem Chiang Rai, kde sídlí naše hostující univerzita Mae Fah Luang University, a jeho okolí - za zmínku stojí Big Buddha, White a Blue temple, Singha park, Royal garden, hora Phu Chi Fa a Phu Chi Dao na hranicích s Laosem. Jeden z nejlepších zážitků byla návštěva malého pralesa s vodopádem (Khun Korn Forest Park Waterfall), kde jsme se mohly vykoupat. Na jeden víkend jsme si odskočily do Chiang Maie s krásným historickým centrem, sloním kempem, nejvyšší horou Thasjka Doi Inthanon, nočním safari a tetovacími salóny. Nesmíme opomenout zmínit cestu na jih do Bangkoku, kde jsme se projely po řece a jejích sítí kanálů za účelem návštěvy floating markets, Wat Arun Ratchavararam a business centra. Hříchem by bylo neužít si noční život, kterým je Bangkok proslulý. Typickou uličkou, která je centrem noční zábavy je Khaosan Road. A na pár dní jsme si také zaletěly na Phuket na pláž. Dvě z nás hned dvakrát, avšak na jinou pláž ☺ Doporučujeme na Phuketu zavítat na pearl farm a načerpat zuřivou atmosféru na thai boxu. Je zde spousta dalších míst, které stojí za návštěvu, toto je pouze výčet těch nejlepších a nejznámějších.



Každodenní život:

Místní doprava je jedna velká záhada, avšak nakonec jsme se k cíli vždy dostaly. Velice nám pomohla aplikace Grab, která funguje jako taxi. Rozhodně využijte k přepravě greencar a skútry. Co se týče jídla, to je zde velmi levné. Ovšem ne vždy je to k jídlu. Často jsme se

bály zeptat se, co to vlastně jíme. A vždy jsme předem hlásily "no spicy" a stejně to na naše poměry bylo pálivé až kam. Zkuste ochutnat mango, sticky rice a kokosové mléko, Khao Soi (typické jídlo severu), Pad Thai (smažené nudle s klíčky), mallow cheesie (cheesecake s rozpečenými marshmallows), drink z butterfly pea flower, chocolate honey toast, kokosovou zmrzlinu s rýží, arašídý, toustovým chlebem a kondenzovaným mlékem nebo prostě sushi za 5 BHT © Nejvíce možností pro ochutnávání místní kuchyně nabízejí trhy v areálu univerzity a v centru města.



Pro bližší informace nás neváhejte kontaktovat:

Lucie Balounová (lucie-balounova@seznam.cz),

Markéta Walterová (walterovamarketa@email.cz),

Inka Kratochvílová (inkakrat2@gmail.com)