

Závěrečná zpráva z dvouměsíční odborné stáže v Lotyšsku

Stáž pro obor Zdravotnický záchranář

25.2.2019- 26.4.2019

Jako studentka magisterského oboru Civilní nouzová připravenost jsem se přihlásila na dvouměsíční odbornou stáž do Estonska. Úspěšně jsem prošla výběrovým řízením, vyplnila všechny potřebné papíry, nakoupila letenky a těšila se na odjezd. Týden před odletem přišel email z Estonska, že pro mě a mého kolegu z oboru Civilní nouzová připravenost nebyla nalezena vhodná praxe, a proto nám na poslední chvíli stáž musí zrušit. Bylo potřeba zrušit letenky a přeorganizovat si program. Po týdenním čekání co bude dál, nám byla fakultou nabídnuta alternativa. Díky tomu, že jsem já i můj kolega dříve studovali obor Zdravotnický záchranář, byla nám nabídnuta možnost odjet na stáž do Lotyšska. To pro nás znamenalo zajistit si nové zdravotní prohlídky, protože v Lotyšsku jsme měli mít praxi po nemocnicích a zdravotních ústavech. Z důvodu časového presu se můj kolega rozhodl, že nakonec na žádnou stáž neodjede. Sama jsem si tedy zařídila RTG srdce, plíce a spoustu krevních testů. Díky přátelům v nemocnicích jsem vše stihla ještě před odjezdem. Musela jsem si koupit novou letenku do Lotyšska. Informovala jsem se o zrušení letenek do Estonska, ty však nebylo možné vrátit, takže jsem peníze od letecké společnosti nedostala zpět. Finanční náhradu jsem nakonec získala od fakulty jako mimořádné stipendium.

Odjezd z České republiky byl pro mě velmi hektický, protože jsme se během několika málo dní musela sbalit, vyřešit studijní záležitosti, počkat na výsledky testů z nemocnice a zrychleně odletět. S koordinátorkou na ZSF i z Rigy jsem si dohodla termín příletu na 26.2.2019. Začátek stáže byl stanoven na 25.2.2019, ale vzhledem k časové náročnosti vyřizování papírů a čekání na výsledky zdravotních vyšetření, jsem se bez problémů dohodla na pozdějším datu odletu.

Příjezd

Do Lotyšska jsem odjížděla sama, věděla jsem pouze, že už je v Rize student 3. ročníku oboru Zdravotnický záchranář, u kterého jsem se před odletem informovala, jak probíhá praxe. V emailu od



koordinátorky z Rigy jsem dostala základní informace o stáži a také informace, jak se dostanu na fakultu, kde na mě budou čekat. Po přiletu jsem si došla koupit jízdenky na autobus. Dostala jsem instrukce, že z letiště musím chytit autobus číslo 22, dojet s ním na stanici Autoosta a dál pokračovat autobuse číslo 21 na zastávku Hipokrata iela. Z příjezdu do cizí země jsem však byla tak vykeležená, že když přijel minibus 322, zeptala jsem se řidiče pouze na to, zda mi platí jízdenka a s menším váháním nasedla. Minibusy jsou super, většinou se v nich nemačkáte s tolika lidmi, máte místo k sezení a hlavně jsou rychlejší. Jako první volba dopravy po příjezdu to však nebyl dobrý nápad, protože i přes výhody mají minibusy jednu vadu. Jedná se o to, že nezastavují na všech zastávkách, ale pokud chcete vystoupit, musíte zmáčknout tlačítko. Pokud si chcete minibus „chytit“ musíte na něj na zastávce včas zamávat, jinak profrčí kolem a vy budete čekat na zastávce navždy. Když jsem si uvědomila, že autobus nestaví, začala jsem prohledávat google mapy a snažila se najít polohu mou a zastávky, kde mám vystupovat. Naštěstí se mnou z autobusu potřebovali vystoupit i další, ale prvních 30 minut v Rize jsem se krásně vystresovala. Cesta z letiště na fakultu mi trvala téměř 2h. Zdálo se mi, že ve městě na mě všichni nemile civí a cítila jsem, že tam nepatřím. Jako jediná jsem měla barevnou zimní bundu a naproti domácímu obyvatelstvu jsem hrála barvami. Lotyšští zakabonění a schovaní pod černými a šedými bundami a šátky kolem obličeje na mě nepůsobili nijak přátelsky.

Ubytování

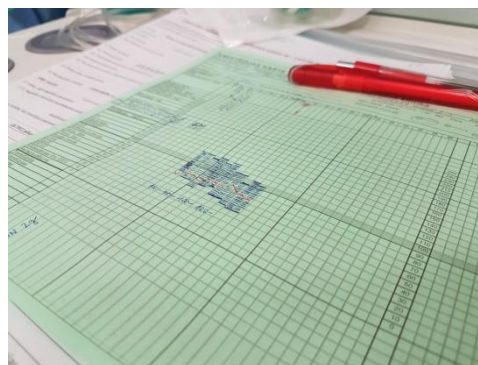
Ubytování bylo ve stejné budově jako fakulta Latvias Universitates Rigas Medical College. V nižších patrech byly pro studenty učebny a ve vyšších měli ubytování. Za cenu 55 euro na měsíc jsem si užívala dvoulůžkový pokoj, ve kterém jsem většinu času bydlela sama. Pokoj byl dvakrát až třikrát větší než ubytování na K2, K3. K dispozici v pokoji, dvě opravdu pohodlné a velké postele, dva psací stoly, tři skříně. Celkem čtyři pokoje po 2 lidech se dělily o jednu sprchu, dvě toalety a jednu plně vybavenou kuchyň. Páni bydleli na jiném patře a my dámy jsme se o toto vybavení dělily maximálně v 6 lidech. Počty se měnily, protože někdo přijel na stáž dříve, jiný později. V ceně bylo zahrnuto také využití pračky na pánském patře, společenská místnost taktéž u pánů a posilovna v 9. patře a knihovna. Posilovnu jsem osobně nikdy nevyužila, mnohem raději jsem se chodila procházet po přilehlých lesích a kolem jezer.



Praxe

První týden jsem podobně jako ostatní studenti v Rize strávila na pracovišti Poliklinika Jugla. Tuto praxi jsem vykonávala se studentem z Řecka. První den jsme strávili na sále, kde se prováděli kolposkopie. Doktoři na nás byli velmi milí, mluvili s námi v angličtině. S pacienty byla komunikace složitější. V Lotyšsku se totiž mluví lotyšsky a rusky. Například při příchodu do nemocnice se personál ptá každého pacienta, v jakém jazyce chce komunikovat. Další dny jsem byla například s kolegou Agglosem na zákrovém sálku, nebo sestřičkou, která celý den natáčela EKG.

Následující dva týdny jsem strávila v Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca na operačních sálech s anesteziologickou sestrou Alexandrou. Tato nemocnice je vyhlášená, jako nejlepší v celém Pobaltí. Byla jsem s Alexandrou na mikrochirurgických operačních sálech. Prováděly se zde rozličné operace hlavně na končetinách. Od artroskopii až po přišívání amputovaných částí rukou. Tato praxe mě zaujala nejvíce. Jednak jsem měla výbornou mentorku, která se stala mou kamarádkou, ale také jsem měla nejvíce možnost pracovat samostatně. Když Alexandra viděla, že stačí vysvětlit, co je potřeba udělat a já automaticky pracuji, dostalo se mi možnosti připravovat pacienty na operaci sama pouze se supervizí opodál. Kromě operací jsme také prováděli kardioverze, nebo píchali blokády nervových plexů před operací, což jsem v České republice zahlédla jen párkrát, ale v Lotyšsku to bylo na denním pořádku.



Poté jsem měla praxi po dobu dvou týdnů v Bernu kliniska universitates slimnica. Jednalo se o dětskou nemocnici a náplní mojí praxe bylo následování paní doktorky z anesteziologie s její sestřičkou. Paní doktorka měla za úkol chodit za pacienty po operacích, před zákroky a vůbec za pacienty, kteří trpěli bolestí. S pacienty si popovídala a podávala rajský plyn s kyslíkem a léky, podle toho jak pacient potřeboval.

Poslední dva týdny praxe jsem strávila na urgentním příjmu v Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca. Jednalo se o největší urgentní příjem v Lotyšsku. Na zajímavé případy jsem neměla takové „štěstí“ jako kolega Tomáš Pražák, přesto

byla praxe zajímavá. Vyzkoušela jsem si například odběr krve z radiální či femorální tepny, náběry krve ze žíly, napichování kanyl, cévkování či provádění kardioverze. Bohužel jsem zde nenašla mnoho personálu, který by mluvil anglicky, nebo byl alespoň ochotný mi něco ukázat, či vysvětlit. Nejlépe se mi zde komunikovalo s doktory, se středním zdravotnickým personálem to bylo obtížnější.

Volný čas

I když jsem měla strach, že se v Lotyšsku sama budu nudit a odpočítávat dny do odletu, bylo tomu naopak. Celý Erasmus jsem si parádně užila a volného času na sezení na pokoji moc nezbývalo. Na kolejích jsem zjistila, že Čechů je nás tam víc a to dokonce i z fakulty. Vyráželi jsme společně na výlety, procházky, za kulturou či za dobrým jídlem. Příroda je Lotyšsku nádherná, borovicové lesy, jezera, moře, prostě paráda. Pokud byste na kolejích fakulty, kde budete bydlet, přece jen nemohli najít přátele, můžete využít facebookové stránky International Students under IFES Latvia (LKSB) Riga. Tahle parta pořádá každou středu tematické večery v místním centru pro studenty. Tady se můžete seznámit a účastnit se akcí jako Hledání Velikonočních vajec či výletů do měst Lotyšska.

Já svůj volný čas věnovala hlavně procházkám po okolí koleje či nákupy. Nezapomeňte zajet na Central Tīrgus a koupit si něco čerstvého, výborného a levnějšího než v supermarketech!

Co se týče Erasmu, není třeba se omezovat pouze na jeden stát, s přáteli jsme zvládli na pár dní vyjet do Estonska, Finska a dokonce na Ukrajinu.

Kdyby měl někdo nějaké konkrétní dotazy, necht' si mě najde na FB, či pošle email a já vám je ráda zodpovím.

Bára

Kostob00@zsf.jcu.cz



