

BOLGARIJA, PLEVEN – avgust 2018

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA KLINIČNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Urška Koštomaj, 5. letnik (kostomaj.urska@gmail.com)

Čas izmenjave:

od 1. 8. do 31. 8. 2018

Kraj izmenjave

Mesto Pleven je sedmo največje mesto v Bolgariji in leži na severu države ter predstavlja eno izmed glavnih geografskih in ekonomskih središč. Od prestolnice Sofije je oddaljen približno 150 km (kar je 2,5-3h z lokalnim avtobusom), do morske prestolnice Varna pa okoli 300 km (6-7h z lokalnim avtobusom), kar predstavlja odlično izhodišče za izlete do najznamenitejših bolgarskih mest. Mesto je nekoliko večje od Maribor, tam pa živi okoli 100.000 ljudi. Najbolj znano je po zadnji bitki med Turki in Rusi, saj so Bolgari takrat preprečili širitev Otomanskega cesarstva v ta del Evrope. Temu v čast je na enem izmed večih hribov okoli mesta postavljena zgradba Panorama, ki odlično prikazuje potek te bitke. Mesto specifičnih značilnosti nima, daje pa zelo dober vpogled v življenje Bolgarov, saj ga le redko obiše kakšen turist.

Viza

Država je članica Evropske Unije, zato lahko državljani EU potujemo tja z osebnim dokumentom (izkaznico ali potnim listom).

Zdravje

Pri prijavi so zahtevali samo kopijo cepilne knjižice, ostalih dodatnih cepljen nisem potrebovala. Zdravila so tam bistveno cenejša, zato jih po potrebi kupite raj tam (npr. paket 3h vrečk praha Coldrex za 1 €)

Varnost

Varnost je približno takšna kot pri nas, varno je uporabljati javna prevozna sredstva, prav tako se lahko sprehajaš zvečer po mestu, ki je sicer zelo prazno, vendar varno. Pozoren je treba biti le na semaforje, ki se zelo hitro spremenijo iz zelene v rdečo (nekje 5s), zato je treba ceste prečkati res zelo hitro.

Denar

V Bolgariji je uradna valuta leva, pri čemer za 1€ dobiš 1.98 leva. Za vsak dvig na bankomatu (Abanka)sem morala odšteti 2.5 €, vendar je bilo to večkrat potrebno, saj lahko le redko kje plačaš s kartico. Prav tako nikjer ni mogoče plačevati z evri. Menjalnice se splača uporabiti, vendar je treba biti pozoren, saj imajo različne menjalne tarife in nekatere ne izdajajo računov ob menjavi ter goljufajo.

Prevoz

Po tehtnem izračunu stroškov za polet z letalom ali prevoz z avtobusom, sem se odločila za letalo, saj bi me celotna pot z avtobusom stala le okoli 40€ manj, trajala pa bi kar 20 h več. Kupila sem karto Brnik- Sofija (Adria Airways 168€ povratna karta), nato pa avtobusno karto Sofija-Pleven (3.5€). Na avtobusu sem doživela prvo presenečenje, saj so prodali več kart kot je bilo sedežev, zato sem celotno pot presedela na tleh.

Komunikacija pred izmenjavo

Kontaktna oseba je bila vse kar si od nje lahko želiš. Njen kontakt sem dobila preko baze IFMSA, komunicirali sva preko Facebooka, bila je odzivna v nekaj urah. Seznanila me je z vsemi pogoji, zahtevami in mi dala kar nekaj uporabnih namigov za življenje v Plevnu.

Sprejem s strani tujih študentov

Kontaktna oseba me je tudi prišla iskat na avtobusno postajo v Plevnu (predlagala je celo, da pride pome v Sofijo, vendar sem se odločila za lastni transport do mesta), pripeljala me je do študentskega doma, nato pa me povabila k njej domov na večerjo in kavo. Registrirali smo se roku 3h dni v študentskem domu. Kontaktna oseba se je tekom socialnega programa udeleževala tudi izletov in je nekako imelo tudi vlogo, ki jo pri nas opravljajo receptorji.

Nastanitev

Študenti smo bili nastanjeni v študentskem domu, ki je bil v splošnem precej slab (zelo star, slaba oprema, luknje v stenah in tleh...). Nekateri smo imeli srečo, saj smo dobili renovirane sobe, večinoma troposteljne, z mizo in omaro. Trojica je imela tudi svojo kopalnico (ki je bila v mojem primeru še kar lepa), kuhinje pa v domu sploh ni bilo, tako da smo večinoma hrano kupovali sproti. V domu smo imeli možnost uporabe pralnega stroja (za 3€ 4x pranje>), vendar so nas opozorili, da je stroj v

preteklih letih poškodoval oblačila, zato smo ga uporabljali le za postelnjino. Ostala oblačila smo pravili na roke.

Prehrana

Imeli smo en topel obrok v kantini bolnišnice, ki je obratovala med 11.-14. uro. Hrana je bila tradicionalna bolgarska-veliko jedi iz zelja, paprike, paradižnike in ogromno sira. V kantini nam je pripadala hrana v vrednosti 1.5€. Izbrali smo iz vsakodnevno spremenjenega jedilnika z 12imi različnimi jedmi. Za to ceno smo dobili glavno jed, s katero si se najedel. Če smo izbrali nad to vrednostjo (npr. še juho in solato), smo lahko doplačali razliko. Hrana v restavracijah je v Plevnu (in na splošno v Bolgariji) zelo ugodna. Za glavno jed s pijačo (npr. piščanec s prilogo in veliko pivo/brezalkoholna pijača) sem plačala 3€.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Prvotno sem bila dodeljena na oddelek za kardiologijo, kjer sem bila 3 dni, potem pa so mi dodelili nevrološki oddelek. Nad delom v bolnišnici sem bila zelo razočarana, saj se nisem naučila praktično nič novega. Moja uradna mentorica je bila prisotna samo 1 teden v celem mesecu, ostali zdravniki pa se večinoma niso zmenili zame. Nekateri so se celo delali, da ne znajo angleško, pa smo jih potem kasneje zalotili brati angleške članke. V splošnem pa so zdravniki (sploh pa ostalo osebje in pacienti) zelo slabo govorijo angleško. Če znaš vsaj malo srbo-hrvaško, se nekako uspeš zmeniti, vendar je komunikacija zelo omejena na osnovne stvari. Tako da sem v prvih 14ih dneh sledila predvsem bolgarskim študentom, ki so na oddelku opravljali svojo obvezno prakso, naredila nekaj nevroloških statusov in poslušala jemanje anamnez, enkrat sem opazovala lumbalno punkcijo. Vsak dan sem vsem bolnikom na oddelku izmerila tlak, to pa je bilo od moje prakse vse. Vsak dan sem morala priti na oddelek ob 9.00, odšla pa sem večinoma že pred 11.00. Še najbolj prijazni na oddelku so bili pacienti, ki so bili zelo veseli Slovenke. Zadnjih 14 dni se na oddelek sploh nisem vrnila, saj mi je mentorica svetovala naj raje uživam in potujem.

Mentorstvo

Mentorica je bila sicer prijazna. Mislim, da me s prakso ni želela obremenjevati, zato mi je dala zelo proste roke in mi svetovala naj potujem po državi. Dnevi, ki sem jih preživela z njo niso bili tako slabi, takrat sva dejansko pogledali skupaj nekaj pacientov v ambulanti in nekaj UZ vratnih žil. Škoda le, da je bila tam le 1 teden.

Socialni program

Socialni program je bil ena izmed najboljših stvari te izmenjave. Organizacijska ekipa se zelo trudi pri organizaciji čim bolj pestrega in zanimivega programa, saj šele nekaj zadnjih let sodelujejo v programu IFMSA. Čisto vsak teden smo imeli med tednom organiziran lokalni program- obiskali smo bližnje naravne in kulturne znamenitosti (Krushuna Waterfalls, Devetashka cave, Prohodna cave), obiskali smo bližnja mesta, ki so zgodovinsko pomembna in zelo lepa (Lukovit, Lovech, Veliko Tarnovo), organizirali so nam popoldanska kopanja na bazenu in »pool party«, national food and drink party, med tednom smo večkrat šli ven v bare (samih klubov ni tako veliko, če pa so že, pa nimajo plesišča, saj Bolgari bolj plešejo ob mizah). Program med tednom je bil organiziran 3-4x /teden. Zelo veliko imajo lokalov z zelo pestrimi ponudbami Shishe (nam je bila najbolj všeč UMBERELLA v centru mesta). Med vikendi pa smo 3x imeli nacionalni socialni program z ostalimi skupinami. Šli smo v najstarejše evropsko mesto-Plovdiv, prestolnico Sofijo in morsko prestolnico Varno. Sama sem se udeležila dveh izletov, saj sem v Sofiji že bila dva dni, ko sem prispela z letalom. Vikend izleti so bili organizirani tako, da smo se v petek okoli 12ih odpravili za univerzitetnim avtobusom, (ki je bil zastoj) do destinacije, se tam, namestili v hostel in imeli zvečer voden ogled mesta in skupno večerjo. Večeri so bili prosti, tako da so se skupine same dogovorile kako jih bodo preživele. V Plovdivu smo si ogledali še staro trdnjavo v bližnjem kraju Asenovgrad, v Sofiji so obiskali Vitoša narodni park, v Varni pa smo večinoma ves čas preživeli na plaži.

Splošna ocena izmenjave

Izmenjava je bila nekaj najboljšega za kar sem se odločila v mojem življenju. Kljub zelo slabi praksi v bolnišnici, so ljudje, ki so z mano preživeli en mesec naredili to izmenjavo nepozabno. Od organizacijske ekipe, ki se je res potrudila, da smo preživeli prečudovit mesec, do študentov, s katerimi smo spleti zelo tesne vezi in sklenili dolgotrajna prijateljstva. Mesto Pleven res ni najbolj turistično, cene hrane in pijače ter ostalih aktivnosti so zelo poceni, vse to mislim da je pripomoglo, da smo praktično ves čas študentje preživeli skupaj in si lahko privoščili skoraj vse, kar nam je bilo ponujeno. Veliko smo tudi potovali izven našega mesta, saj je Pleven odlična izhodiščna točka, nacionalni prevozi pa so zelo poceni. Mesto Pleven in na splošno Bolgarijo bi priporočala vsem, ki želijo en mesec čistega uživanja, življenja kot kralji in so pripravljeni tvegati slabo prakso (ki pa je npr. študenti prijavljeni na kirurške oddelke niso imeli).

Potrebnik

Na izmenjavi potrebuješ običajne stvari, nič kaj posebnega. Če pa kaj pozabiš, pa brez problema, še ceneje kot pri nas, kupiš tam. Jaz sem si npr. nakupila nekaj belih halij za bolnišnico, saj je enaka halja tam stala le 6 €.

Približna razdelitev stroškov

- Letalska karta 168€ + prevoz avtobus do mesta 7€ (povratna)
- Prehrana: 150€
- Prevozi znotraj Bolgarije na lastne izlete: 45 €
- Družabni program: (45€ Sofija, 45 € Plovdiv, 50€ Varna)- vključuje 2x nočitev v hostlu ali hotelu, 1x večerjo, 2x zajtrk, prevoz je krit s strani univerze
- Drugo: 200-250€



Vikend izlet v najstarejše evropsko mesto- Plovdiv



Večerja v tradicionalni bolgarski restavraciji



Glavni znamenitosti mesta Pleven- grobnica in časovnik