

MIEJSCE PRAKTYKI: Niemcy, Kassel, Elisabeth-Krankenhaus Kassel

JĘZYK PRAKTYKI: niemiecki (angielski/polski). W codziennej pracy język niemiecki w kontakcie z personelem i pacjentami. Sporadycznie angielski w rozmowie z personelem. Zdarzał się także język polski w rozmowach z profesorem, personelem i pacjentami.

Pan Profesor preferuje studentów znających język niemiecki na poziomie przynajmniej B2, najlepiej z certyfikatem. W tym roku jednej z nas udało się dostać z poziomem B1 bez certyfikatu, ale to był łut szczęścia. Z perspektywy czasu wymaganie jest uzasadnione - aby w pełni korzystać z praktyk należy dość swobodnie mówić i dobrze rozumieć język niemiecki.

CO ZAPEWNIŁA PLACÓWKA PRZYJMUJĄCA:

- Darmowe zakwaterowanie
- Ubiór służbowy. Do wyboru dwa rodzaje bluzek (granatowe polo lub biała tunika) i dwa rodzaje spodni (białe długie lub trochę krótsze). Na poziomie –1 znajdują się maszyny **do** pobierania i oddawania ubrań.
- Telefon służbowy
- Transponder służący do otwierania drzwi oraz pobierania ubrań z maszyny
- 11 darmowych biletów na obiad w szpitalnej kantine przysługujących na dany miesiąc.
- Identyfikator. Placówka nie wymaga zdjęcia do identyfikatora.



DODATKOWE MAGANIA ZE STRONY PLACÓWKI:

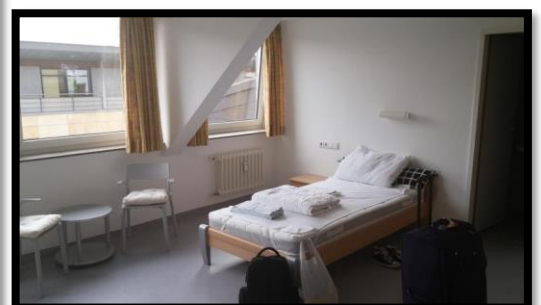
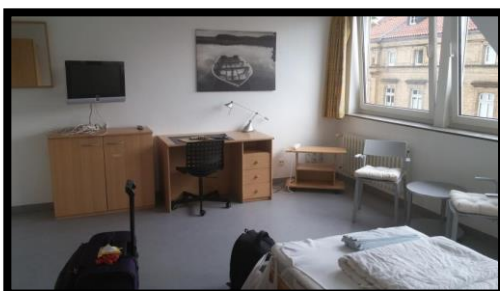
- Zaświadczenie o statusie studenta – do uzyskania w dziekanacie od ręki.
- Skan dowodu osobistego
- Skan karty szczepień lub zaświadczenia od lekarza rodzinnego

ZAKWATEROWANIE:

Jednoosobowy pokój w Ärztehaus na piątym piętrze - budynek należy do kompleksu obiektów szpitalnych. Istnieje wewnętrzne przejście do szpitala (nie trzeba wychodzić na zewnątrz).

Pokoje z łazienkami (toaleta, prysznic, umywalka). Do użytku wspólnego lodówka i czajnik elektryczny. Placówka zapewnia pościel oraz ręczniki. Nie ma możliwości prania rzeczy prywatnych.

Szpital jest zlokalizowany w centrum. W bezpośrednim sąsiedztwie liczne galerie handlowe i sklepy oraz ogromny park. W pobliżu świetne połączenia komunikacją miejską we wszystkie miejsca w Kassel.



WYŻYWIENIE:

Obiady w szpitalnej kantynie. Menu zwykle oraz wegetariańskie - plan na cały tydzień dostępny przy wejściu na stołówkę. Obiad składał się z małej zupy, sałatki (bar sałatkowy), drugiego dania oraz deseru, bez napoju. Dodatkowe bony na obiady można dokupić w księgowości (cena jednego biletu to 3,70 Euro). Na obiad wegetariański należy zapisać się odpowiednio wcześniej na liście w kantynie. Kantyna dla pracowników jest otwarta od poniedziałku do piątku w godzinach 11:30 – 13:00. Jeżeli nie można dotrzeć na obiad w tym czasie można poprosić inną osobę o odebranie obiadu na wynos lub zadzwonić przez telefon służbowy z prośbą o włożenie porcji obiadu do lodówki i późniejsze odebranie jej w kuchni, znajdującej się na poziomie –1 (1. Untergeschoss). Protip: jeżeli zobaczysz w Menu "Linsensuppe" koniecznie zamów obiad wegetariański na ten dzień! (Chyba, że przypadnie Ci do gustu. Nam nie smakowała.)



Produkty spożywcze głównie kupowałyśmy w supermarketach Lidl oraz Aldi (około 10 minut na pieszo). Można w nich zapłacić kartą. Sklepy otwarte poniedziałek - sobota w godzinach 9-21. W niedzielę jedyne otwarte sklepy znajdują się na dworcach.

Warto odwiedzić Marktshalle - dużo małych straganów z warzywami, owocami, mięsem, serami, kwiatami, wyrobami regionalnymi. Można także usiąść w miejscowych kawiarniach lub zjeść śniadanie. Wysokie ceny 😊.

W weekendy przygotowałyśmy jedzenie samodzielnie (jedna z nas przywozła ze sobą jednopalnikową kuchenkę indukcyjną oraz toster) albo jadłyśmy na mieście.

Jedzenie i picie, które warto spróbować:

- Ahle Wurst - regionalny rodzaj kiełbasy; dostępna opcja do smażenia oraz obsuszana
- Brat Wurst mit Brötchen - typowa przekąska w trakcie imprez plenerowych, koszt ok 3 Euro
- Eiskaffe - kawa w wersji na zimno, podawana z gałką lodów oraz bitą śmietaną
- Kiba - połączenie soków bananowego i wiśniowego
- Piwo bananowe/wiśniowe

W Kassel znajduje się bardzo dużo różnorodnych restauracji i barów. Średnio obiad na mieście z napojem kosztuje ok. 10-15 Euro. Restauracje, w których byłyśmy w Kassel to:

- Eckstein: restauracja, w której w całkiem przyzwoitej cenie dostaje się naprawdę dużo jedzenia, głównie mięso. Personel, a przynajmniej jego część mówi po angielsku. Udało nam się tam zapłacić kartą.
- Restaurant Anadolu: restauracja prowadzona przez Turków. Można w niej zjeść typowy kebab - bardzo niskie ceny. Możliwe problemy z komunikacją - należy wtedy próbować po angielsku lub poprosić innego kelnera.
- House of Pancake – Pfannkuchenhaus: bardzo dobra naleśnikarnia, w której podają naleśniki słodkie i wytrwane oraz inne dania. Najlepsza Eiskaffe w okolicy!
- NACHBAR: burgerownia prowadzona przez Polaków (świetne burgery). Polecamy także frytki z czosnkiem, rozmarynem i parmezanem.
- Kollektivcafe Kurbad: alternatywnie wyglądająca kawiarnia nad rzeką. Bardzo przyjemna atmosfera.
- Charisma Pizzeria: bardzo przyzwoita, prowadzona przez Turków pizzeria z przystępnymi cenami.
- Sakura: restauracja specjalizująca się w sushi. Bardzo polecamy - zostaliśmy do niej zaproszone przez opiekuna naszych praktyk. Płaci się określoną kwotę za osobę i następnie zamawia różnorodne rzeczy za pomocą tabletu. Chyba istnieje maksymalna ilość, którą można zamówić, ale prędzej umrze się z przejedzenia.
- Pho Vang: restauracja wietnamska, niedaleko ratusza. Dania wyjątkowo smaczne, miła obsługa. W niedzielę nieczynne.



OPIS PRZEBIEGU PRAKTYK:

W zależności od oddziału, na którym odbywałyśmy praktyki plan dnia nieco się różnił:

- Na oddziale anestezyjologicznym: odprawa o godzinie 7:30. Następnie od ok 8:00 do 16:00 praca z lekarzami na bloku operacyjnym. Większość lekarzy pozwala prowadzić wentylację poprzez maskę twarzową **przez** zakładanie maski krtaniowe i intubować. Ponadto podłączanie monitoringu pacjenta (EKG, ciśnienie krwi, saturacja), zakładanie kaniuli dożylnych, nauka rozmowy z pacjentem, tłumaczenie wykonywanych procedur, przygotowywanie i podawanie leków. Większość lekarzy nastawiona bardzo pozytywnie do studentów - chętnie tłumaczą zasady prowadzenia znieczulenia (ustawienia parametrów, farmakoterapia) oraz uczą technik udrażniania dróg oddechowych. Przy znieczuleniach regionalnych można tylko obserwować - dokładnie wytłumaczone jest co widać na USG. Przy dużej ilości szczęścia możliwa asysta przy znieczuleniu podpajęczynówkowym. Czasami problemem jest obecność studentów z ratownictwa (zwykle 2- 3 osoby). Poza pracą na bloku możliwość obserwacji pracy Oddziału Intensywnej Terapii, prowadzenia premedykacji, obserwacja pracy Zespołu Paliatywnego.
- Na oddziale chirurgii ogólnej: praca zaczyna się o 7:00 obchodem na oddziale. O 7:45 rozpoczyna się wspólna odprawa oddziałów chirurgii i ortopedii. Po odprawie chirurdzy z chirurgii ogólnej wizytują pacjentów na oddziale intensywnej terapii. Głównym obowiązkiem studenta na praktykach jest pobieranie krwi. **Na tym** oddziale często zdarzało się, że krew była już pobrana wcześniej przez pielęgniarkę (jest tam tylko jedna pielęgniarka, która pobiera krew).
- Na oddziale ortopedii: krótka odprawa na oddziale (3A) odbywała się zwykle o 7.30, po wspólnej odprawie (Besprechung) o 7.45, udawaliśmy się z powrotem na 3. piętro w celu pobrania krwi od pacjentów, czasem też uczestniczyliśmy w tzw. Wizytach, gdzie lekarz odwiedzał po kolei każdego pacjenta na oddziale i raportował jego stan. W tym czasie zmienialiśmy u pacjentów opatrunki i zdejmowaliśmy szwy.



Na oddziale chirurgii ogólnej oraz ortopedii zwykle po pobraniu krwi od pacjentów, udawaliśmy się na blok operacyjny. Podczas operacji trzymałyśmy haki lub kamerę przy operacjach laparoskopowych oraz zszywałyśmy rany pacjentów. Na bloku operacyjnym znajduje się 5 sal. Jeżeli nie mogłyśmy asystować przy operacjach oddziału, na którym aktualnie się znajdowałyśmy, pytałyśmy urologów, laryngologów lub ginekologów przeprowadzających operacje piersi (w szpitalu znajduje się „Brustzentrum” zajmujące się głównie leczeniem nowotworów piersi), czy możemy asystować przy operacji. Często się zgadzali.

Operacje przy których zdarzało nam się asystować to: laparoskopowe usunięcie wyrostka robaczkowego, laparoskopowe usunięcie pęcherzyka żółciowego, laparoskopowe zaopatrzenie przepukliny lędźwiowej lub pępkowej, wprowadzanie portu naczyniowego dla pacjentów wymagających chemioterapii, operacje ostrego brzucha, usuwanie ropni, pobieranie węzłów chłonnych, operacje wstawienia protezy biodra oraz kolana, zaopatrywanie różnego rodzaju złamań, wymiana protez piersi, radykalna prostatektomia, częściowa nephrektomia, radykalna cystektomia, operacje wycięcia guzów szyi, operacje ślinianki przyusznej.



Chodziłyśmy również na SOR (Zentrale Notaufnahme, ZNA), gdzie razem z lekarzami-rezydentami zbierałyśmy wywiad z pacjentami, szyłyśmy ewentualne rany, robiłyśmy opatrunki oraz USG FAST, oglądałyśmy zdjęcia radiologiczne pacjentów, brałyśmy udział w badaniu przedmiotowym pacjentów oraz obserwowałyśmy proces przyjmowania pacjentów do szpitala.

Pod względem merytorycznym praktyki godne polecenia. Można zdobyć wiele wiedzy teoretycznej i praktycznej. Nastawienie do studenta zazwyczaj bardzo pozytywne - mile widziane zainteresowanie i zadawanie pytań.



FORMA SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU:

W związku z tym, że nie miałyśmy na miejscu samochodu szukałyśmy atrakcji głównie w Kassel i okolicach. Udało nam się odwiedzić większość muzeów w okolicy (informacje na temat poszczególnych atrakcji do znalezienia na stronie internetowej *kassel.de*, a także w formie papierowej w pobliskim punkcie informacyjnym niedaleko ratusza):

- Grimmwelt Museum Kassel
- Astronomisch-Physikalisches Kabinett
- Planetarium
- Löwenburg
- Museum für Sepulkralkultur
- Technik-Museum Kassel
- Naturkundemuseum
- Wystawa dzieł Rembrandta 'Kassel... verliebt in Saskia' w Schloss Wilhelmshöhe
- Muzeum karykatury
- Hessisches Landesmuseum

Inne:

- Blumeninsel Siebengerben
- Botanischer Garten Kassel
- Sommer Nights Open Air in der Aue (piknik przy muzyce klasycznej)
- Piknikowanie przed wielkim niebieskim kilofem przy Hiroshima Ufer
- Stand-up paddle wzdłuż Fuldy
- Festiwal wina
- Kurhessen Therme
- Westpavillon przy Orangerii
- Spacery po pobliskim parku
- Kultursommer Nordhessen (koncerty muzyki klasycznej)

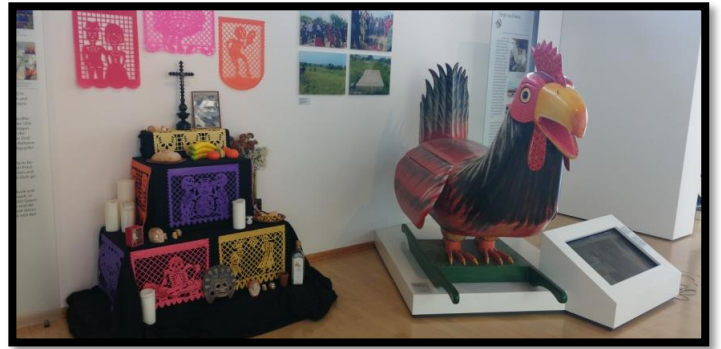
Widzieliśmy piękny pokaz kolorowych fontann (Wasserspiele) przy Herkulesie odbywający się w każdą pierwszą sobotę miesiąca w nocy. Na tę wyprawę polecamy zabrać ze sobą wygodne, nieprzemakalne obuwie, gdyż nie sposób policzyć ilości stopni, które musieliśmy pokonać, by wejść na sam szczyt. Natomiast widok na całą panoramę Kassel stanowczo wynagradza trud wchodzenia po schodach.

Wasserspiele odbywa się także po południu (niepodświetlone) w każdą środę i niedzielę.



Udało nam się wypożyczyć również rowery elektryczne, dzięki czemu jadąc wzdłuż Fuldy, odwiedziliśmy pobliskie miasteczka: Hann Münden oraz Melsungen. Lokalnymi środkami transportu pojechaliśmy również do Edertal, Baunatal, Bad Wildungen oraz Göttingen.





PORADY OGÓLNE:

- Jeżeli zastanawiasz się czy warto? Warto! To są praktyki zupełnie inne niż w Polsce. Jednocześnie należy się spodziewać, że większość czasu będzie faktycznie spędzone w szpitalu. Jest to dużo bardziej wyjazd merytoryczno-naukowy niż wakacyjny i z taką motywacją należy wyjeżdżać.
- Warto skupić się na tym, by faktycznie poprawić swój niemiecki. Należy odważnie rozmawiać z personelem i pacjentami- zdecydowana większość jest bardzo pozytywnie nastawiona, przyjazna i zainteresowana. Będą się pytać "Wie geht's?", pytać czemu się dzisiaj nie uśmiechasz i pytać jakie masz plany na weekend. Możesz liczyć na pogaduszki merytoryczno-prywatne z anestezjologami w trakcie operacji i różnorodne dyskusje w kuchni przy bloku. Nie bój się, że powiesz coś źle gramatycznie, ze złym rodzajnikiem lub pokażesz coś na migi 😊. Używaj niemieckiego tak dużo jak tylko się da! Na początku może być ciężko, ale potem jest tylko lepiej.
- 2 miesiące wbrew pozorom mijają bardzo szybko 😊. Będzie szkoda, że trzeba wracać....
- Na okres wakacyjny przyjmowane są zazwyczaj 3 osoby z łodzi. Fajnie jest poznać się przed wyjazdem. Dobrym pomysłem jest także zsynchronizowanie terminów przyjazdów (ale równie dobrze każdy może mieć inne terminy). W danym czasie 1 osoba jest na 1 oddziale i następnie są rotacje. Okres trwania poszczególnych bloków musicie ustalić między sobą (każdy oddział po 3 tyg., chyba, że się dogadacie, jak ktoś chce dłużej lub krócej na jakimś oddziale). Generalnie będziecie ciągle na siebie wpadać - na bloku, na oddziale, na obiedzie. Wszystkie pokoje są koło siebie. Fajnie zintegrować się i razem spędzać czas wolny.
- W trakcie wakacji organizowane są szpitalne imprezy integracyjne - jako Praktykanci także jesteśmy zaproszeni! Warto się wybrać i poznać personel z bardziej prywatnej strony.
- W Kassel, a także w ogóle w Niemczech płatności kartą nie są tak rozpowszechnione jak w Polsce. W większości miejsc albo nie można w ogóle zapłacić kartą (nie tylko małe sklepy, ale także restauracje) albo można dopiero od jakiejś minimalnej kwoty (najczęściej 20 euro). Karta Visa bardzo często nie jest akceptowana, więc warto wyposażyć się w gotówkę. W pobliskiej Galerii znajduje się bankomat.
- Komunikacja miejska: warto zainstalować aplikację komunikacji miejskiej na telefonie (NVV). Warto także przeanalizować cennik biletów. Najbardziej opłacalne jest kupienie biletów Multiticket (2 dorosłe osoby + trójka dzieci) oraz biletu Multiticket single (1 osoba dorosła). Bilet zakupiony w piątek po godz. 14:00 jest ważny przez cały weekend. Należy każdorazowo dokładnie przeanalizować strefy biletowe, gdyż od nich zależy cena biletu. Istnieje także opcja wypożyczenia roweru miejskiego (nie testowałyśmy). Pociągi Deutsche Bahn są bardzo kosztowne.
- Połączenie Kassel - Łódź: samochodem około 8h (trasa w pobliżu Wrocławia); najlepsza opcja niesamochodowa to autokar Sindbad. Czas podróży około 12 godzin, przesiadka we Wrocławiu. Pociągami: Kassel – Berlin – Kutno - Łódź (dłużej i drożej niż Sindbadem)
- Wszystkie niedziele są niehandlowe w Niemczech. Sklepy i restauracje w dni robocze w większości są zamykane o 20-21, nieliczne są zamykane później. W weekendy część restauracji jest otwarta także w późnych godzinach nocnych.
- Parking pod szpitalem jest płatny (0.50 Euro / 30 minut). Istnieje możliwość bezpłatnego zaparkowania auta ok. 20 minut na pieszo od szpitala na osiedlu. W całym Kassel problemy z miejscami do parkowania oraz opłaty parkingowe.
- Warto przywieźć kuchenkę indukcyjną i czajnik. W pokoju brak naczyń i sztućców.
- W pobliżu znajduje się sklep "wszystko za 1 Euro" - można zakupić wszystkie potrzebne akcesoria kuchenne, naczynia, sztućce oraz mnóstwo innych rzeczy.

