

MIEJSCE PRAKTYKI - Kraj - Miasto - Nazwa instytucji przyjmującej (jeżeli szpital jest placówką uniwersytecką, najpierw nazwa uniwersytetu) CZAS TRWANIA MOBILNOŚCI - Data początkowa/data końcowa	Czechy, Ostrava Placówka przyjmująca: University of Ostrava, Fakultni Nemocnice Ostrava 13/07/2026 – 12/09/2026
JĘZYK PRAKTYKI w jaki sposób przebiegała komunikacja z pacjentami	Język czeski (zarówno z pacjentami jak i personelem)
CO ZAPEWNIŁA PLACÓWKA PRZYJMUJĄCA - fartuchy - zakwaterowanie - posiłki - zniżki (na co?) - inne (proszę wymienić)	Placówka przyjmująca zapewniła dozymetry; gdy spędzało się dzień w zabiegowej części radiologii należało ubrać się w szpitalnego scrubsa oraz obuwie
DODATKOWE WYMAGANIA ZE STRONY PLACÓWKI - dodatkowe ubezpieczenie (jakie?) - badania lekarskie (jakie?) - zaświadczenie o niekaralności - certyfikat językowy - inne (proszę wymienić)	Zaświadczenie o szczepieniu na WZW B, skan karty EKUZ
ZAKWATEROWANIE - pokój w akademiku - pokój w dzielonym mieszkaniu/domu (dzielone z kim?) - pokój pracowniczy przy szpitalu - inne (proszę wymienić?)	Jednoosobowy pokój w akademiku, hotel
SPOSÓB ZNALEZIENIA MIESZAKNIA - strona internetowa (podaj adres) - pomoc ze strony placówki przyjmującej (jaka?) - organizacja studencka/polonijna - inny (proszę opisać) - jeżeli napotkałaś/eś jakieś kłopoty to jakie?	Placówka przyjmująca podesłała dokument ze zbiorowymi możliwościami zakwaterowania
DOJAZD DO PLACÓWKI Z MIEJSCA ZAMIESZKANIA - Komunikacja miejska (jaka?) - Rower - Pieszko	Pieszko, około 10min piechotą do głównego wejścia
WYŻYWIENIE - posiłki domowe - stołówka - jedzenie na mieście - jakie potrawy regionalne jadłaś/eś? - co ci smakowało? - co ci nie smakowało?	Śniadania to głównie posiłki domowe, obiady głównie na stołówce oraz jedzenie z bistro na mieście. Obiady na stołówce (menza, na terenie VŠB TUO) to od 4-6 dań do wyboru każdego dnia (wegetariańskie, mięsne, bar sałatkowy, zupa). Według mnie dania były dość dobre jak na niską cenę, lecz większości brakowało źródła białka lub większej ilości warzyw

	Bistro na mieście (BistroInn) było już znacznie droższe (40-50zł / posiłek), lecz dania były niesamowicie sycące i wypełnione różnorodnymi źródłami błonnika oraz witamin
OPIS PRZEBIEGU PRAKTYK	- Pierwsze dni głównie skupiały się na działaniach administracyjnych oraz zapoznawaniem się z topografią szpitala. Uczestniczyłam w punkcjach lędźwiowych pod kontrolą CT oraz biopsjach CT. Uczestniczyłam w pracy pracowni rentgenodiagnostyki - W pracowni MRI spędziłam najwięcej czasu. Pozycjonowałam pacjentów na leżance, dobierałam właściwe cewki, informowałam o słuchawkach oraz przycisku alarmowym i centrowałam lasery. Samodzielnie wykonywałam badania nerek. Brałam udział w badaniach neuroobrazowych, ortopedycznych, ginekologicznych (kobiet w ciąży również), pediatrycznych (w anestezji pod kontrolą anestezjologów) oraz procedurach jamy brzusznej i miednicy; zarówno u pacjentów ambulatoryjnych oraz szpitalnych. Z ciekawych aspektów obserwowałam pracę bioinżynierów modyfikujących protokoły. - Na oddziale onkologii spędziłam tydzień, gdzie uczestniczyłam w napromienianiu pacjentów na przyspieszaczach liniowych. Moim zadaniem było dobranie odpowiednich podkładek oraz ustawienie pacjenta na zaznaczone markery. Dodatkowo mogłam brać udział w pracy na CT do planowania radioterapii a następnie porozmawiać z fizykiem medycznym, który wytłumaczył i dokładnie pokazał cały proces indywidualnego planowania radioterapii. Największym „wow” była praca na CyberKnife → niesamowicie zaawansowanej maszynie do stereotaksji radiochirurgicznej. Mogłam zaznajomić się z charakterem pracy na tym stanowisku oraz dowiedzieć się wiele ciekawych informacji (np. odnoście pozycjonowania czaszki; w pomieszczeniu znajdują się dwie lampy rentgenowskie, które to wykonują radiografie z dwóch różnych projekcji, potem porównuje się to je do pierwotnych zdjęć RTG). Technologia naprawdę robi wrażenie. - W zakładzie medycyny nuklearnej spędziłam dwa tygodnie podczas których poznałam tajniki pracy tego zakładu od A do Z. Personel zapewnił plan rozłożony na dwa tygodnie. Począwszy od badań na gamma kamerach (tj: badania trzyczęściowe kośćca, scyntygrafia tarczycy, scyntygrafia dynamiczna nerek, limfoscycygrafia, DaTscan, badanie serca protokołem dwudniowym, scyntygrafia perfuzyjna i wentylacyjna płuc) podczas których aktywnie w nich uczestniczyłam. Poprzez PET na których układałam pacjentów, dodawałam pacjentów oraz

ich parametry do bazy danych, rozpoczynałam oraz ustawiałam badania. Następnie dokonywałam fuzji obrazów PET oraz CT. Mogłam obserwować pracę Pielęgniarek podających FDG lub cholinę oraz lekarzy opisujących badania. Dodatkowo, z elektroradiologiem zajmującym się technicznymi aspektami zakładu badałam radioaktywność odpadów z zakładu oraz wody aby określić czy te mogą trafić do obiegu ogólnego. Miałam też okazję podziwiać pracę radiofarmaceutów przygotowujących radiofarmaceutyki do podania pacjentom na cały dzień. Ciekawym doświadczeniem był wykład z fizyki promieniowania, radiofarmaceutyków i zasady działania gamma kamery całkowicie po czesku. Miałam również okazję spędzić cały dzień na piętrze „łózkowym” gdzie przebywają pacjenci wymagający hospitalizacji. Dowiedziałam się tam wszystkiego o zasadach panujących, dozymetrii, bezpieczeństwie radiacyjnym oraz reżimie panującym na takim oddziale.

- Pierwszy raz miałam też możliwość odwiedzić angioklinikę, gdzie wykonywane są zabiegi naczyniowe pod kontrolą ramienia C (zakładanie stentów, udrożnianie naczyń zamkniętych blaszką miażdżycową, zabiegi założenia cewnika dializacyjnego...) . Mogłam obserwować pracę personelu oraz technologii, jak i miałam możliwość dwukrotnie asystować w procedurach w pełnym fartuchu ołowianym oraz sterylnym ubraniu. Niesamowite przeżycie. Udało mi się też uczestniczyć w zabiegu wymiany zastawki aortalnej pod kontrolą ramienia C w pracowni hemodynamiki.

Podczas wszelakich powyższych procedur przestrzegałam procedur ochrony radiologicznej. W wolnym czasie oczywiście socjalizowałam się po czesku z personelem ☺

FORMA SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU Opis, linki, motywacja, ceny, możliwości	Czas wolny można spędzić na wiele sposobów czy to w Ostrawie czy poza. W samej Ostrawie warto zobaczyć centrum (do którego z dzielnicy Poruba jest około 20min komunikacją) oraz Dolni Vitkovice ze słynną Bolt Tower (z kawiarnią na górze). Dalej na wschód miasta znajduje się słynne zoo Ostrava. Jeżeli lubimy zakupy to znajduje się tutaj wiele centrum handlowych jak Forum Nova Karolinka czy Avion Shopping Park. Niedaleko od Ostrawy znajduje się małe, lecz urokliwe miasteczko Opava do którego można dojechać autem (podążając za ulicą Opavska), busem lub pociągiem. Inne miasta warte zwiedzenia to Olomuniec (Olomouc) około godziny drogi pociągiem z Ostrawy, gdzie znajduje się przepiękna katedra Św. Vaclava. 2h pociągiem (i około 50zł RegioJet w klasie Business) zajmuje dojazd do drugiego największego miasta w Czechach – Brna, pięknego miasta studenckiego z pięknym centrum oraz zamkiem Špilberg. 3h pociągiem (tym razem lepiej wybrać Ceske Drahy (odpowiednik PKP Intercity)) zajmuje droga do Wiednia. Miasto to cechuje się niesamowitą architekturą z pięknym belwederem i ogrodami. Jeżeli byśmy chcieli to w 3h z Ostrawy dotrzemy do Pragi, lecz wtedy lepiej wybrać opcję z pendolino i zostać w Pradze na 2-3 dni. Czas wolny po szpitalu zazwyczaj spędzałam na spacerach, tereny Poruby są zielone a część tej dzielnicy pokrywa Porubsky Les. Na terenie lasu wyznaczone są ścieżki (po których fantastycznie się biega), są drobne potoki oraz ogromne pole po środku. Część terenu zajmuje też planetarium.
Jakie Twoim zdaniem odniosłaś/eś KORZYŚCI Z PRAKTYKI ZAGRANICZNEJ	Korzyści jest wiele, zaledwie parę z nich to: możliwość aktywnego uczestnictwa w pracy zakładu diagnostyki oraz zaobserwowanie porządku pracy elektroradiologów jak i reszty personelu. Byłam świadkiem procedur oraz protokołów zarówno w TK jak i MRI których w placówkach macierzystych nie miałam okazji obserwować. Zdobyłam doświadczenie pracy z różnymi pacjentami, od noworodków po pacjentów bólowych czy po ciężkich operacjach. Rozszerzyłam siatkę połączeń, która ewentualnie w przyszłości pozwoli mi na zagraniczne możliwości zawodowe.

Opisz wpływ Mobilności jako takiej na ciebie, placówkę macierzystą UML i placówkę partnerską/przyjmującą.

Miałam możliwość poszerzenia horyzontu, zdobycia ogromnej ilości doświadczenia, naukę nowego języka oraz socjalizacja z personelem medycznym. Dodatkowo kierownik z zakładu medycyny nuklearnej zaproponowała abym dołączyła do ich zespołu. Dla UML możliwy wpływ to prospektywna umowa bilateralna. Dla placówki przyjmującej to również możliwość podpisania umowy oraz prospektywna współpraca uniwersytecka.

Czy program Erasmus + Mobilność Praktyka zwiększa zdolność współpracy międzynarodowej UML?

Zdecydowanie

Podaj przykład działań podjętych przez ciebie w celu podzielenia się zdobytym doświadczeniem z mobilności z innymi osobami.

Doświadczeniami i nowymi procedurami diagnostycznymi podzieliłam się z rówieśnikami z kierunku. Porównałam i omówiłam standardy pozycjonowania pacjentów, protokoły akwizycyjne oraz organizację pracy w pracowniach TK, MR, medycyny nuklearnej i radioterapii, wskazując na różnice i dobre praktyki stosowane w zagranicznym ośrodku klinicznym

