

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ FAKULTA
FYZIOTERAPIE**

**Závěrečná zpráva z pracovní stáže
FH Campus Wien**

březen - květen 2011

Lucie Nádvorníková, FYZ



Na podzim loňského roku přišla nabídka ze zahraničního oddělení zúčastnit se konkurzu na stáž. Vybrala jsem si Vídeň, protože mám ráda německy mluvící země. Ukázalo se, že v němčině mám větší základy než v angličtině. Projevila jsem totiž zájem i o stáž v Africe. Uvítala jsem příležitost prohloubit si znalosti nejen němčiny, ale hlavně jsem chtěla získat praxi v mém oboru.

Co mě čekalo před odjezdem?

Hodiny němčiny

Ráda jsem využila nabídky přípravných hodin němčiny. Hodiny se však konaly ve zkouškovém období, a proto se nám podařilo jenom občas sejít se dohromady. Kurz byl dobrovolný, domácí úkoly však povinné :-). Bylo to ale dobré, protože se člověk musel k učení dostat a pomohlo mi to se na stáž trochu zásobit slovní zásobou týkající se fyzioterapie. Jinak bych se k tomu ve zkouškovém asi moc nedostala.

Potvrzení znalosti jazyka

Za cca 30 Kč jsem napsala rozřazovací test v Goethe Institutu.

Zařízení pojištění

To není těžké, na internetu na stránkách zahraničního oddělení je dost informací.

Zajištění ubytování

Ubytování jsem si našla v jedné vídeňské rodině.

Promyšlení cesty

Na stáž jsem odjížděla z Českých Budějovic. Když jsem si porovnála cenu vlaku s cenou za cestu autem, rozhodla jsem se pro auto, protože mi to vycházelo o něco levněji a taky jsem si mohla vzít vše, co jsem potřebovala. Tak jsem vyrazila svou starou Felicií. Nezradila mě a bez problémů mě dovezla tam i nazpět. :-)

Komunikace s rakouskou školou

Komunikovala jsem s více lidmi, protože na rakouské straně nebyly pevně určené role. Pro rakouskou stranu totiž bylo zcela novou zkušeností vyřizovat praxi zahraničnímu studentovi. Domlouvali jsme se na obsahu mé stáže. Vybrala jsem si oddělení v nemocnici, protože jiná nabídka nebyla. Nakonec mě přidělili k jedné studentce na oddělení Interny.

Dozvěděla jsem se tuto informaci nedlouho před odjezdem. Další zpráva byla, že mi nemůžou praxi nabídnout samotné a že mají pro mě praxi jenom na měsíc, a to v období praxe jejich studentů. Po domluvě s naším zahraničním oddělením bylo rozhodnuto, že se po měsíci praxe zúčastním výuky v jejich škole. Takže z mé pracovní stáže se nakonec stala napůl studijní.

Slečna Gabriele Neuditschko mě posílala milé emaily, pomáhala mi s vyřizováním náležitostí a odpovídala mi na mé otázky, psala mi, že se na mě těší. To bylo pro mě důležité, protože jsem se zrovna vyrovnávala s tím, že stáž asi nebude úplně probíhat podle původních představ.

První část - praxe v nemocnici

Brzy po mém příjezdu jsem nastoupila na mé první pracoviště do nemocnice Kaiser Franz Josef Spital. Seznámila jsem se tam s rakouskou studentkou. Spolu jsme každý den pracovaly na oddělení interny. Nejprve jsme se dívaly na práci fyzioterapeutky, poté jsme dostaly vlastní pacienty.

Potěšilo mě seznámení se s novými lidmi, vyslechli jsme si i některé osudy. Práce tam probíhá podobně jako u nás. Oddělení bylo starší a potýká se s nedostatkem financí. Taková perlička - oddělení interny se dělilo asi na 3 pododdělení. V rámci jednoho patra se nacházela 2 oddělení. Jednou jsme hledali molitanové pantofle, když sestřička zjistila, že je potřebujeme pro pacientku z druhého oddělení, tak si je vzala zpátky a poslala nás na druhou půlku patra. Tak jsme se učily vystačit s málem, byly jsme vděčné za jeden Theraband, který jsme před každým použitím dezinfikovaly a takové malé přenosné šlapadlo.

Na začátku praxe jsme obě lehly s nevolností, jelikož jsme se nevyhnuly nějaké nemilé bakterii.

V nemocnici však dbají na řádnou dezinfekci, pracuje se tam v rukavicích, které se před každým novým pacientem mění. A na některých pokojích, kde je riziko nákazy, se nosí navíc zástěry a rouška.

Podívala jsem se, ale i do novějších oddělení nemocnice, a to do geriatrického centra a taky na pracoviště ergoterapie.

Stravování v nemocnici

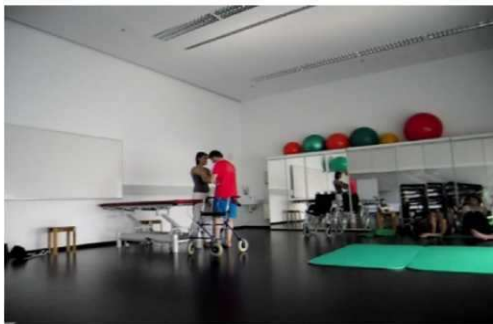
Dobré a levné. Vždy jedno jídlo vegetariánské. Dostatek salátů. Ceny byly příjemné. Jídla byla dotována (pro všechny pracovníky nemocnice včetně doktorů!). Hlavní jídlo vycházelo na 1,30 - 1,60 (30 - 40 Kč) a polévka 0,20 (5 Kč). Pro zajímavost jídlo ve školní menze bylo 2x tak dražší.

Druhá část - studium na univerzitě

Další část mé stáže jsem strávila ve škole, chodila jsem na přednášky a cvičení jedné skupiny fyzioterapeutů z druháku. Mají tam devět skupin po 12 - 14 lidech. Měla jsem možnost účastnit se výuky těchto předmětů:

Intenzivní medicína - Tam jsme se učili práci fyzioterapeutů na JIP a ARU, v rámci výuky byly i praktické nácviky - např. vyšetření dechu fonendoskopem.

Facilitace - Praktický nácvik, jak navést pacienty do různých poloh. Na fotografii jsou 2 studenti při zkoušce. Každá dvojice měla určitý příklad, který měli předvést.



Neurofyziologické koncepty (Bobath) - Přišla jsem v půlce tohoto předmětu. Učili jsme se cvičení s ochrnutými. Nacvičovali jsme si to na sobě. Na jednu hodinu přišel i jeden pán s obrnou celého těla a ukazoval nám, jak se pohybuje, vstává, jaké pomůcky používá k jídlu. Jeden den jsme byli v neurologickém centru Rosenhügel, kde nám fyzioterapeutka předvedla cvičení s paní po mrtvici.

Neurologie - přednáška i cvičení.

Statistika - Učitel tam zajímavě a prakticky vysvětloval statistické zásady. Tento předmět byl složitější na porozumění z důvodu slovní zásoby.

Facioorální terapie - Návčik masáže při paréze nervu facialis. Učili jsme se, jak vyšetřit ústní dutinu.

Onkologie - Tam studenti prezentovali své prezentace na téma tumorů, vždy to bylo ve spojitosti k fyzioterapii.

Literární seminář - Mohla jsem se přihlásit do jejich programu, kde mám teď přístup k odborným článkům.

Vozíčkáři - V rámci tohoto předmětu jsme se učili vše, co se týká invalidních vozíků. Každá skupina měla nějaký úkol, např. co je třeba zohlednit při výběru správného vozíku nebo návčik jízdy na vozíku. Já jsem se s jednou skupinou vydala na cestu do města vyzkoušet, co všechno vozíčkáře může potkat. Zjistili jsme, jaké je to cestovat tramvaji, metrem, hledat výťah, protože ne u každého výstupu metra je přímo na stanici. Vyzkoušeli jsme nákupy v obchodech a neopomněli jsme si koupit zmrzlinu na Schwedenplatz. :-)



Reflexe - Studenti sdíleli zkušenosti z praxí, popsali jednu kazuitiku pacienta, kterého cvičili.

Se studenty z programu Erasmus z různých zemí jsem chodila na kurz němčiny a kurz rakouské kultury. Tak jsme měli zajímavé exkurze i teoretické přednášky.

Ocenila jsem, že jsem získala určité porovnání studia tam a u nás - jak v přístupu školy, učitelů, tak i studentů. Studenti tam jsou hodnoceni nejen podle výsledků v testech, ale i podle aktivity při hodinách. Musejí také často prezentovat práce. Učitelé mají osnovy dané tak, že předměty jsou hodně směřované k praxi ve fyzioterapii (není to jen přednáška od lékaře) a co jsem zažila, tak byly hodně praktické (výjimky se taky najdou :-)).

Další

Na univerzitě jsem dostala studentskou kartu, ze které jsem si mohla tisknout, kopírovat a stravovat se. Měla jsem přístup do knihovny. Univerzita je velká budova se spoustou moderně vybavených místností. Studenti zde studují obory technické, zdravotní i sociální. Fakulta se nachází na jižním okraji Vídně, kousek od konečné stanice U1. Naproti univerzitě je pěkný park, kde je možné se učit, popř. si zaběhat nebo pozorovat kachny s káchňátkami, jak si spokojeně plavou po rybníčku :-).

Nakupování, placení

Pokud si chcete nakoupit např. potraviny, tak musíte počítat s tím, že obchody mají otevřeno do 19:00, některé do 19:30 a v neděli jsou otevřené jen občůdky u metra. Takže žádné nedělní výlety do nákupních středisek tam určitě nevidíte. Já ráda nakupovala v Hoferu, popř. v Zielpunkt, měli tam dobrý výběr i ceny. Co se týká placení, tak i když jsem neměla kreditní kartu, tak v některých obchodech bylo možné platit Visa kartou. Stejně tak jsem platila i metro. Tam je možné si koupit jízdenku semestrální, týdenní nebo měsíční. Pro studenty je sleva, ale jen do 26 let. Za ubytování jsem platila 150 €. Jinak koleje vychází na 180 - 260 €.

Volný čas ve Vídni

Každý má možnost si vybrat od univerzity za poplatek cca 30 - 50 €/semestr z široké nabídky cvičení. Já jsem chodila s několika spolužáky na cvičení pod názvem „Senzomotorický trénink s flexi bar“.

Výlety

S přáteli sem se podívala na Kahlenberg, což je nejvyšší hora na okraji Vídně, k vodopádům v Dolním Rakousku a po různých památkách ve Vídni. Jinak ve Vídni je spousta pěkných přírodních míst. Z muzeí jsem navštívila spíše taková menší, židovské a muzeum Červená Vídeň, kde jsem se dozvěděla hodně zajímavostí ze života Vídně na počátku minulého století. Lidé žili často namačkáni v malých bytech a střídali se o postele. V muzeu pouští i krátké filmy např. o stavbě stadionu Prater.

Seznámila jsem se také s jednou milou osmaosmdesátiletou dámou, u které jsem mohla relaxovat prací na zahradě.

Závěr

Stáž utekla rychle. Byla pro mě zkušeností. Ne vše probíhalo tak, jak jsem si představovala, ale přesto jsem si odnesla spoustu postřehů a zkušeností a člověk nikdy neví, co se mu bude v životě hodit. Přeji všem, kteří se rozhodují vyrazit, aby se nebáli a určitě také vyjeli.

Lucka

Kontakt: nadvornikova.l@seznam.cz

