

Zahraníční pracovní stáž v Kemi, Finsko (4.2. 2015 - 11.5. 2015)

Na stáž jsme vyjeli dvě studentky všeobecné sestry, a jedna studentka z porodní asistence.

Před odjezdem

První věcí, kterou musíte udělat je přihlásit se na konkurz, vyplnit potřebné formuláře – jako životopis, motivační dopis a registraci. Na konkurzu se Vás zeptají na základní informace o Vás a je dobré znát terminologii oboru. Po přijetí je potřeba vyplnit informace na internetu partnerské organizace. Vyzbrojte se trpělivostí, vše bude dlouho trvat, nicméně vy musíte vše splnit téměř okamžitě. Určitě doporučuji komunikaci přímo s Lapland univerzity, protože na referentky zahraničního oddělení se opravdu obrátit nemůžete. Na začátku nám byla slíbena spousta informací, nicméně, když jsme se jich dožadovaly, tak nám nic poskytnuto nebylo s tím, že od toho tam nejsou. Před cestou je třeba mít potvrzení od lékaře, pojištění odpovědnosti pro Evropu a cestovní pojištění a také potvrzení o trvání účtu.

Pro cestu do Kemi máte dvě možnosti – let do Helsinek a poté vlakem – cesta 10 – 12 hodin – záleží na volbě vlaku a cesta jednu z nás vyšla na 6500. Druhou možností je let s přestupem v Helsinkách, přímo do Kemi, který vyjde na 9000. Záleží na Vás, kterou cestu preferujete.

Ostatními studenty nám bylo sděleno, že je potřeba vyřídit registraci, pokud jsme ve Finsku déle jak 90 dní, ve škole nám k tomu nikdo nebyl schopen podat žádné informace, tak jsme se vydaly na policejní stanici – dvakrát, protože nikdo nemluvil anglicky a také nám nic nesdělili a nakonec nám dali kontakt na stanici v Torniu, kde nám paní sdělila, že jako občané EU nebudeme na letišti kontrolováni. Na internetu jsme si také našly, že pokud v prvních 90 dnech opustíte Finsko tak se 90 – ti denní interval počítá po návratu znovu. Stačí mít cestovní doklady jako jízdenku na autobus.

Ubytování je možné buď v centru, kde je již internet v ceně za 300 eur měsíčně nebo na okraji za 250 eur, ale internet si musíte zařídit po příjezdu. Nikdo se Vás ptát nebude, kde chcete bydlet, my jsme bydleli na okraji – asi půl hodinka pěšky do nemocnice. Po příjezdu to byl pro nás šok, apartmán nebyl uklizený, nevěděli jsme, jestli povlečení je čisté, byly tu zbytky jídla a špinavé nádobí ve dřezu. Určitě začněte vše ihned řešit, dostaly jsme poté slevu na ubytování. Ostatní studenti měli vesměs problémy stejné, ale neřešili to, takže žádnou omluvu ani slevu nedostali. O ubytování se stará Juka, ale na něj moc spoleh není, takže se snažte vše řešit přes Kati. Internet jsme si musely koupit, modem stál 50 eur a měsíční internet stojí 20 eur. V areálu máte možnost si prát zdarma a využívat saunu za poplatek 9 eur za měsíc.

První den jsme měly meeting ve škole s koordinátorkou pro praxe, kde nám byl sdělen plán praxe. Provedli nás po škole a musely jsme zaplatit zálohu na klíč od skříňky v nemocnici 20 eur a vráceno nám bylo 17 na účet – takže je dobré znát svůj IBAN. Druhý den jsme měli sraz s koordinátorkou, která nám ukázala nemocnici, šatny a první oddělení. Nemocnice je malá, uniformu nepotřebujete – bude Vám zapůjčena, pouze zdravotnickou obuv. Na oběd můžete chodit přímo v nemocnici, kde je výběr ze dvou obědů – buď za 1.80 nebo za 2.60 eur.

Dostaly jsme stipendium od školy ve výši 600 eur/měsíc, nicméně pokud chcete cestovat a nejíst pouze chleba s máslem, počítejte i s vlastním příspěvím v průměru 10000.

Od školy dostanete 10 vstupů do plaveckého bazénu, kde je možnost jak plavání a sauny, tak využití malého fitness centra.

Cestování



Sobí farma Rovaniemi

Vyplatí se pořídit si studentskou kartu na vlak a autobus na autobusovém nádraží, ke které budete potřebovat potvrzení ze školy, fotku a 10 eur. Škola pro nás organizovala výlet do Rovaniemi na sobí a husky farmu a do Santovy vesničky, celý tento výlet byl zdarma, stejně jako návštěva Snowcastlu v Kemi. Na konci pobytu organizovali také výlet do Wildlife parku Ranua, kde doprava a jídlo bylo zdarma, musely jsme uhradit pouze vstup 13 eur.



Snowcastle, Kemi



Pochutina ze sobího masa

My jsme se rozhodly také pro cestování po vlastní ose a to do střediska na severu Yllas, kde jsme vyzkoušely plavání v jezeře ve speciálním obleku, vyjely jsme si na běžky do sněžné vesnice, večer jsme vyrazily na sněžnice do Národního parku.



Yllas



Dále jsme navštívily města Rovaniemi, Oulu – kde doporučujeme technické muzeum, Tornio – Haparanda – které je hranicí mezi Švédskem a Finskem a je zde nejsevernější Ikea, Helsinky, Tampere a Turku.



Přístav v Kemi



Kemi z radniční budovy

Praxe všeobecné sestry

Na stáž do Finska jsme vyjely dvě všeobecné sestry. První tři týdny na praxi jsme mohly být společně. Praxi celkově hodnotíme spíše negativně než pozitivně až na výjimky.

Dětské oddělení

Byly jsme tři týdny na dětském oddělení. Toto oddělení nás opravdu nebavilo. Bylo nám sděleno, že sestry v nemocnici umí mluvit anglicky. Opak byl pravdou. Na oddělení byly asi 3 sestry, které mluví anglicky. Ostatní s námi mluvily pouze finsky. Divily se, že jim neodpovídáme a nevíme, co máme dělat. Na dětském oddělení jsme nemohly skoro nic dělat. Většinou jsme měly například jen 5 pacientů, tudíž i málo práce. Sestry si dělaly svou práci a moc nás nezapojovaly do chodu na oddělení. Po dětském oddělení jsme se rozdělily. Každá měla vlastní plán praxe.

Chirurgické oddělení

Ve Finsku mají jiný harmonogram práce než v České republice. Například se jako první podávají snídaně, léky a poté začnou hygienickou péčí. Finská univerzita nám slíbila, že budeme mít supervizory na každý den. Bohužel se tak nestalo. Bylo velice těžké se něčemu novému naučit, protože si Vás moc lidí nevšímal. Ovšem byly zde také dny, kdy přišla velice hodná sestřička, která Vás nechala dělat naprosto vše a mluvila anglicky. Těchto dnů bylo málo.

Health station at school

Je to zařízení, které provozuje škola. Do tohoto centra docházejí převážně senioři. Slouží jako preventivní zařízení. Senioři si tu mohou nechat změřit hladinu hemoglobinu, cholesterolu, krevního cukru, EKG, sluch, zrak a celkové složení jejich těla. Bohužel s klienty nemůžete dělat žádné dotazníky, kvůli jazykové bariéře. Zde můžeme akorát měřit hodnoty z krve a celkové složení těla.

Kardiologické oddělení

Na tomto oddělení se mi také moc nelíbilo. Bohužel mě sestry velice ignorovaly. Jen pár z nich se mnou mluvilo anglicky. Nejhorší je, když víte, že sestry anglicky umějí. Bohužel se jim nechce mluvit. Práce bylo také málo. Sestry mi moc práce nedávaly. Spíš jsem si přišla na obtíž než ku prospěchu. Hrozný je, že nemůžete ani chodit na zvonečky. Jen pár klientů mluví anglicky. Jeden den byl prima. Měla jsem výbornou sestřičku, která mi dávala práci a mluvila na mě anglicky.

JIP

Toto oddělení bylo asi nepřínosnější z celé praxe. Líbil se mi systém, kdy jedna sestra má na starosti jednoho pacienta, u lůžka počítačovou dokumentaci a dobré ostatní vybavení. První týden mě sestry moc nezapojovali, záleželo na sestře, avšak další dva týdny mne nechali dělat úplně všechno. Hodně sester zde mluví anglicky nebo se o to alespoň snažily. Měla jsem možnost se tu naučit hodně nových věcí než na standardní jednotce, proto toto oddělení můžu jen doporučit.

Gynekologické oddělení

Gynekologické oddělení se v Kemi rozděluje na tři části – šestinedělí, gynekologické oddělení a operační sály. Na tomto oddělení jsme se cítila příjemně. Moc práce zde není, ale sestry byly velice hodné. Líbilo se nám, že sestry táhnout za jeden provaz. Když přijdete na gynekologické oddělení, stáváte se součástí týmu. To se Vám jen tak nestane. Sestry nás učily a ukazovaly jejich ošetrovatelské postupy. Gynekologické oddělení je druhé oddělení, na kterém se nám líbilo.

Závěr

Celkově stáž hodnotíme ale kladně, je to skvělá příležitost poznat jiný systém péče, naučit se novým věcem, které určitě dále využijete, zjistíte zde, co nikdy dělat nechcete.

Výjezd na stáž je určitě skvělá příležitost, jak poznat nové lidi, zvyky, naučí Vás překonávat jazykovou bariéru, větší samostatnosti, trpělivosti a získáte zkušenosti, které Vám nikdo nevezme. Přesto, že některé dny byli hrozný, máme i tak spoustu skvělých vzpomínek.

Kdyby měl kdokoliv zájem o bližší informace, rády se o ně podělíme:

Eva Filipová – evca.fi@seznam.cz

Michaela Amblerová – amblerova.m@seznam.cz