



Erfahrungsbericht – Vorlage für KPJ- und Famulaturprogramme WELTWEIT

DHULIKHEL HOSPITAL – NEPAL (APRIL 2023)

PERSÖNLICHE DATEN

Name des/der Studierenden (freiwillige Angabe)	Elisabeth Hartl
E-Mail (freiwillige Angabe)	elisabeth.hartl@student.i-med.ac.at
Gastklinik	Dhulikhel Hospital, Nepal
Aufenthaltsdauer	von 1.04.2023 bis 30.04.2023

ALLGEMEINES

Welches Fach wurde absolviert? KPJ X Famulatur <input type="checkbox"/>	Gynäkologie und Geburtshilfe
--	------------------------------

Wie hoch schätzen Sie Ihren fachlichen Nutzen ein? (Schulnoten: 1-5)	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input checked="" type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5
--	---

KOSTEN

Wie hoch waren die **monatlichen Kosten bzw. die Kosten, die im Voraus entstanden sind?**

Unterbringung	€ 8/Tag
Verpflegung	Kantine: ca. 1.50 €/Mahlzeit, Restaurant: ca. 5 €/Mahlzeit
An-/Abreise (Flug, Zug, Auto)	€ 950
Kosten für Unterlagen, Impfungen, Reiseapotheke, Kursgebühren o.ä.	€ 350 (Impfungen)
Sonstiges	€ 120 (Versicherungen)

UNTERKUNFT

Wie haben Sie Ihre Unterkunft im Gastland gefunden?	<input type="checkbox"/> selbst gesucht X Klinik hat Wohnungs-/Zimmersuche übernommen/war behilflich <input type="checkbox"/> Freunde <input type="checkbox"/> über MUI <input type="checkbox"/> andere:
Wie zufrieden waren Sie mit der Unterkunft (Sauberkeit, Erreichbarkeit) ?	Sauberkeit gut, ca. 20 Gehminuten von der Klinik entfernt
Tipps für andere Studierende (z.B. Homepages, Zeitungen, Preis, ...)	

NARRATIVER ERFAHRUNGSBERICHT (MINDESTENS 1 SEITE):

Organisatorisches:

Ich habe mich sehr unkompliziert, aber relativ früh, über Mobility online beworben und erhielt Unterstützung von Frau Wolf beim Bewerbungsprozess. Ein paar Monate vor Abreise erhielt ich ein Google-Formular vom Dhulikhel Hospital, in dem man die Abteilung auswählen konnte, für die man sich interessierte, und den „Student’s Guide“, in dem viele praktische Infos über Nepal und das Krankenhaus waren.

Ich habe mich auch rechtzeitig über nötige Impfungen informiert und mir diese geben lassen. Beraten und impfen lassen kann man sich z.B. an der Reisemedizinischen Impfstelle der Landessanitätsdirektion (neben der Pizzeria in Innsbruck). Wenn man noch keine Reiseimpfungen hat, ist es wahrscheinlich gut sich schon 2-3 Monate vor Reiseantritt darum zu kümmern, damit man genug Zeit zum Impfen hat. Ich habe mir Tollwut, Typhus und Hep A geben lassen.

Versicherung: Ich habe eine Reiseversicherung bei der Allianz abgeschlossen. Wenn man eine Kreditkarte hat, ist da oft auch eine Reiseversicherung mit Krankenversicherung usw. dabei, aber ich habe mich mit der Allianz-Versicherung irgendwie sicherer gefühlt, v.A. weil man dann eben auch eine Ansprechperson hat.

Anreise und Unterkunft:

Ich bin einen Monat im Voraus angereist, weil ich davor ein paar Treks machen wollte. Ich empfehle auch jedem, sich entweder vor oder nach dem Praktikum noch ein wenig Zeit zum Trekken zu nehmen – der Himalaya ist einfach wunderschön und Nepal ist ein großartiges Land zum Reisen. Meinen Flug habe ich ca. 3 Monate vor Abflug gebucht, aber ich glaube spontaner würde auch gut gehen - die Flüge sind nicht mehr wirklich teurer geworden. Mein Flug von Wien über Dubai nach Kathmandu hat ca. 900€ gekostet.

Ich bin mit dem Taxi vom Flughafen in die Stadt gefahren. Die Fahrt kostet 500-700 NPR, also unbedingt handeln oder die App „indrive“ oder „pathao“ benutzen (beides funktioniert wie uber und man kommt damit recht billig herum und hat auch die Wahl zwischen einem Auto-Taxi und einem Moped-Taxi).

Praktisch ist es, eine lokale SIM-Card zu kaufen. Ich hatte eine vom Anbieter Ncell. Es gibt auch eine App, über die man unkompliziert die Karte immer wieder aufladen kann. SIM-Cards von Namaste-Card sollen besser in den Bergen funktionieren, Ncell funktioniert besser in der Stadt.

Nach Dhulikhel kann man unkompliziert mit dem Bus fahren. Ich ging dazu zum Ratna Bus Park (man kann sich das auch einfach im Hostel nochmal zeigen lassen) und habe mich da durchgefragt, bis ich beim richtigen Bus war – die Busse nach Dhulikhel fahren ca. alle 15 Minuten bis etwa 18:00.

Als Unterkunft wählte ich das „Institution Owned Guesthouse“, das auch im Student’s Guide beschrieben war. Hier bekam man ein sauberes großes Zimmer mit eigenem Bad für 800 NPR/Tag. Gekocht wurde von Deepak, der jede Menge Daal Bhat Variationen für uns zauberte. Abendessen: 150 NPR/Mahlzeit. Man hat dann immer zusammen mit den anderen Studenten, die im Guesthouse gewohnt haben, zu Abend gegessen. Leider befand sich das Guesthouse, als ich dort war, gerade im Umbau und die Bauarbeiten gingen oft schon vor 6:00 am Morgen los. Als dann auch die Küche wegen Renovierungsarbeiten geschlossen wurde, und man nicht mehr im Guesthouse frühstücken und abendessen konnte, bin ich in „Sharmila’s Paradise Guesthouse“ gezogen.

Sharmila’s guesthouse ist um einiges familiärer (aber auch deutlich teurer als das institution owned guesthouse) und es hat mir dort sehr gut gefallen. Man kann zwischen Einzel- (1250 NPR) und Mehrbettzimmern (1050 NPR pro Person) wählen und jedes Stockwerk hat ein Bad, das man sich mit den anderen Bewohnern teilt. Gekocht wird von der lieben Köchen Sita (Frühstück: 275 NPR, Abendessen 375 NPR).



Krankenhaus:

Am ersten Tag ging ich um 8:00 zur großen Morgenbesprechung im Hauptgebäude, an der alle Departments teilnehmen. Dort stellt man sich kurz vor. Danach ging ich ins Gyn-Gebäude, wo die Gyn-Morgenbesprechung stattfand, und habe mich dort noch einmal vorgestellt. Alle weiteren Tage ging ich dann direkt um 8:30 zur Gyn-Morgenbesprechung, die auf Englisch abgehalten wird. Danach wird man für den jeweiligen Tag eingeteilt. Man kann auch immer sagen, wo man gerne hin würde und Wünsche wurden eigentlich immer beachtet. Man hat die Auswahl zwischen Labour Room, OPD und OT. Bevor der Tag aber richtig losgeht, gab es erst mal ein Frühstück mit den Residents in der Kantine.

Labour Room: Hier kann man sich entweder der Visite anschließen oder sich natürliche Geburten ansehen. Bei der Visite werden die Patienten meist von den Residents auf Englisch vorgestellt und dann mit dem Oberarzt besprochen. Je nach Oberarzt werden die Residents auch ausgefragt und es werden verschiedene Krankheitsbilder durchbesprochen.

OPD (Outpatient Department): In der Ambulanz ist meist viel los. Die Gespräche mit den Patienten finden auf Nepali statt, aber alles wird mit Hand und auf Englisch mitgeschrieben (es gibt keine

Computer im OPD, sondern jeder Patient kommt mit einem Stapel Zettel, die von den Ärzten ausgefüllt werden.) Die Ärzte erklären gerne, was die Patienten haben und man kann auch jederzeit Fragen zu den Fällen stellen. Im OPD konnte ich viele Untersuchungen mit dem Spekulum machen, PAP-Abstriche machen, die Leopold-Handgriffe üben, Nähte entfernen, manchmal Brustuntersuchungen durchführen.... Von sich aus zeigen einem die Ärzte wenig Praktisches, aber wenn man fragt und Interesse zeigt, dann darf man viel machen.

OT (Operation Theater): Hier kann man v.a. bei OPs zusehen. Selbst steril an den Tisch zu kommen fand ich eher schwierig. Die OP-Pläne werden abends um 17:00 gemacht, also wenn man jemanden fragt, welche OPs am nächsten Tag stattfinden werden, wissen das die Ärzte oft noch nicht und irgendwie ist es schwierig sich da einplanen zu lassen. Zusehen geht aber meistens.

Outreach-Center: Gleich in der ersten Woche durfte ich nach Thansing fahren, ein Dorf das ca. 3h mit dem Jeep entfernt ist. Hier wurden Frauen von der Ärztin, die uns begleitete, über Gebärmutterhalskrebs und Brustkrebs aufgeklärt und anschließend von uns untersucht.

3x die Woche gibt es nachmittags um 13:30 Präsentationen, bei denen man einiges lernen kann. Als ich an der Gyn war, war auch ein Professor aus Heidelberg, Dr. Winfried Rossmanith, da, der viel unterrichtet hat.

Am besten man nimmt sich fürs Krankenhaus Scrubs mit, weil man damit am wenigsten auffällt. Der weiße Mantel wird eher von den Oberärzten getragen, die Residents haben eigentlich alle blaue Scrubs an. In Sharmila's Paradise Guesthouse gibt es auch einige Schränke voll mit Scrubs und weißen Mänteln, die von früheren internationalen Studenten zurückgelassen wurden – falls man kein passendes Gewand für die Klinik dabei hat, kann man sich auch da etwas nehmen.



Freizeit:

In Dhulikhel gibt es einige kleine Tempel und eine nette Altstadt. Über die „Thousand Steps“ kann man den Kali Temple erreichen, wo man auch einen guten Ausblick hat, wenn man sich den Sonnenaufgang ansehen will.

Zum Ausgehen sind wir ins Caucasian gegangen, wo man selbst Musik anmachen kann. Im Hotel D'Woods kann man sich ein Lagerfeuer anzünden lassen, wenn man vorher anruft. Im Himalayan Horizon gibt es einen schönen Pool und im Dhulikhel Spa kann man sich eine gute Massage holen oder im Jacuzzi entspannen.

Man kann zum Kloster Namobuddha wandern und auch im Kloster übernachten und mit den Mönchen zu Abend essen.

Kathmandu und Bakhtapur sind mit dem Bus gut erreichbar. Für die Busfahrten und auch die Sehenswürdigkeiten in der Stadt am besten den Ausweis mitnehmen, den man vom Krankenhaus bekommt, weil man als Krankenhauspersonal oft Rabatte bekommt.

Wenn man gerne Trekken gehen würde, dann am besten vor oder nach dem Praktikum, weil das Krankenhaus es nicht so gerne sieht, wenn man längere Zeit fehlt. Die vielen wunderschönen Treks, die es in Nepal gibt, sollte man sich auf keinen Fall entgehen lassen. Ich habe mir das Buch „Trekking in the Nepal Himalaya“ von Lonely Planet geholt, in dem jede Menge Treks beschrieben sind. Mit dem Buch kann man sich einen guten Überblick verschaffen, welche Treks es so gibt. Ganz aktuell ist der Guide allerdings nicht mehr (Erscheinungsdatum 2016) und v.a. mit der neuen Regel (seit April 2023), dass man nur noch mit Guide trekken darf, ist auch vieles anders geworden.

Mir hat meine Zeit in Nepal wahnsinnig gut gefallen! Die Leute waren alle super nett und haben einen freundlich aufgenommen. Da das Dhulikehl Hospital viele internationale Beziehungen pflegt, ist meist auch eine große Gruppe internationaler Studenten da und es ist einfach, neue Freunde zu finden. Ich kann ein KPJ oder eine Famulatur jedem empfehlen!

