

# PORTUGAL - COIMBRA

## Art des Praktikums:

Famulatur

## Einsatzland / Einsatzort:

Land	Portugal
Stadt	Coimbra
Amtssprache	Portugiesisch
Empfohlene Impfungen	keine besonderen

Kultur, Sprachen, Religionen, Ausbildungssystem etc.: Portugiesen begrüßen sich immer mit Bussi links, Bussi rechts – manchmal auch Arzt und Patient, aber hier habe ich meistens ein Handschütteln erlebt. Die Amtssprache ist Portugiesisch und die meisten Leute können nicht wirklich gut englisch – zumindest in Coimbra. In Lissabon und Porto schon eher. Religionen sind mir nicht wirklich aufgefallen, außer dass einige Personen sehr christlich waren.

## Gesundheitsprofil des Landes / der Region:

In Portugal gibt es keine besonderen/anderen übertragbaren Krankheiten als in Österreich. Ich brauchte keine extra Impfungen um angenommen zu werden. Der Ernährungszustand des Landes entspricht dem europäischen Durchschnitt.

Der Zugang zu Gesundheitseinrichtungen ist sehr gut, das System funktioniert in etwa wie bei uns.

- ✓ Übertragbare Erkrankungen (Behandlung, Vorbeugung, Eigenschutz)
- ✓ Ernährungszustand
- ✓ Zugang zu Gesundheitseinrichtungen (Spitäler, Versorgung vor Ort)

## Ausbildungsstätte:

Meine Famulatur fand in einem Universitätskrankenhaus statt, in der Neurologie. Das Department war in 3 Unterbereiche eingeteilt, eines davon spezialisiert auf Schlaganfälle. Die meisten stationären Patienten die ich dort betreuen durfte hatten einen Schlaganfall und waren etwas älter (50+). Die Patienten und das meiste Personal (außer einige Ärzte) konnten kein bzw. kaum Englisch. Mitzunehmen sind auf jeden Fall ein Stethoskop und ein weißer Mantel – darunter tragen die Portugiesen normale Alltagskleidung – und Portugiesischkenntnisse wären von Vorteil.

## Arbeit und Ausbildung:

Generell durfte/konnte ich nicht viel machen, was aber für mich OK war, da ich mit den Patienten kaum kommunizieren konnte, da ich kein Portugiesisch und die Patienten kein Englisch gesprochen haben. Ich durfte den neurologischen Status machen, bei der Visite dabei sein und war mit in der Ambulanz bei den Konsultationen.

Meine Arbeitszeiten waren meist von 9-14 Uhr, je nach Lust und Laune auch mal bis 16-17 Uhr. Ich hatte eine Assistenzärztin als Supervisorin, die nicht gut Englisch konnte, sich aber trotzdem sehr nett um mich gekümmert hat. Vormittags war immer Visite bei den stationären Patienten, zwischendurch auch mal Vorträge bzw. Unterrichten von Medizinstudenten. Am Nachmittag war ich dann meistens bei den Konsultationen in der Ambulanz dabei, wo ich vermutlich das meiste gelernt habe. Da ich kein Portugiesisch konnte, haben mich die Gespräche nicht sonderlich weitergebracht, aber ich hatte immer die Möglichkeit vor und nach den Patienten Fragen zu stellen oder selbst mal zu untersuchen wenn es etwas Interessantes gab.

### **Wohnen und Essen:**

Ich habe in einem Studentenheim gewohnt, das während des Sommers ziemlich leer steht und im September allmählich wieder voll bewohnt wird. Ich hatte ein gemeinsames Zimmer mit einer anderen Austauschstudentin aus Italien und wir haben uns super verstanden. Wir haben uns eine kleine Küche mit 20 anderen Studenten geteilt, was nicht sonderlich ruhig oder schön war aber es hat trotzdem ganz gut funktioniert. Der Check-in verlief unkompliziert und ich wurde sogar von der LEO mit dem Auto vom Bahnhof zum Studentenheim gebracht.

Portugiesisches Essen ist generell sehr fleischlastig. In der Kantine der Universität gab es aber immer eine Auswahl aus Fleisch, Fisch und Vegetarischem, und das war meistens sehr gut. Abendessen haben die Portugiesen eigentlich nie vor 20 Uhr.

### **Finanzielles:**

Mit welchen Ausgaben muss man rechnen?

Vorbereitungskosten (Reisekosten, ~~Visum, Impfungen~~) -> ca. 400 Euro (Flug + anderer Transport)

Versicherung (Rückhol- und Berufshaftpflichtversicherung) -> war über meine VISA Karte versichert, keine Extrakosten

Ausgaben im bereisten Land -> Portugal ist eher billiger als bei uns, aber es kommt immer darauf an was man erleben/essen/trinken will. Würde sagen es gibt für jedes Budget etwas. Man kann auf jeden Fall mit wenig Geld auch über die Runden kommen.

### **Welche Internetadressen empfiehlst Du:**

- ✓ [maps.google.com](https://maps.google.com)

### **Welche Bücher kannst Du empfehlen:**

- ✓ Hast du interessante Bücher zum bereisten Land gelesen?  
Nein

## Fotos:



Fluss Mondego, der durch Coimbra fließt. Hier kann man unweit des Stadtzentrums auch baden gehen.



Unser Trupp bei einem Wochenendausflug in Lissabon.

## Freier Teil:

Coimbra ist eine sehr sichere Stadt, hauptsächlich von Studenten bevölkert (außer im Sommer), es gab nie Situationen wo ich mich unsicher oder unwohl gefühlt hätte. Generell gehen Studenten dort fast alles zu Fuß, was oft anstrengend ist weil es immer auf und ab geht – aber man kann es einfach als Training sehen.

Das Social Program in Coimbra war wirklich extrem toll. Es wurde fast jeden Tag etwas angeboten und im Laufe des Septembers kamen immer mehr Studenten nach Coimbra, was die Stadt inkl. Nachtleben sehr spannend gemacht hat. Irgendwo gab es immer Parties und Freizeitaktivitäten, an denen man teilnehmen konnte.