

# Zahraniční stáž v Thajsku 2018

## Thajské království

Je státem v jihovýchodní Asii, ve kterém žije téměř 68,5 miliónu obyvatel. Jeho sousedy je Myanmar, Laos, Kambodža a Malajsie. Hlavním městem je Bangkok, vyznačované jako 3. nejnavštěvovanější město na světě. V Thajsku je úředním jazykem thajština. Místní měnou je thajský baht (THB), kdy momentální kurz je 100 THB = 69 Kč. Sever a jih Thajska se diametrálně liší. Jih je známý celosvětově jako hlavní turistická destinace. Pyšní se nádhernými ostrovy, mořem, nočním životem. Sever Thajska je klidnější. Není naštěstí tak turistický. Má krásné hory, chrámy, čajové a kávové plantáže, rýžová nebo ananasová pole, zkrátka nádherná příroda.

## Jak se mohu účastnit stáže?

Díky paní inženýrce Ředinové jsou studentům pravidelně zasílány emaily, které informují o zahraničních stážích a každý semestr zvou studenty na konkurzy. Je už jen na Vás, zda budete mít odvalu přijít. Pokud odvalu najdete, je potřeba se řídit dle požadavků na konkurz, které můžete najít i na webových stránkách naší fakulty. Před konkurzem je dobré se připravit. Uvědomit si proč chcete vyjet a co od stáže očekáváte. Samozřejmě je vhodné procvičit angličtinu, vzhledem ke konkurzu, který je vedený právě v tomto jazyce.

## Prošel jsem konkurzem a co teď?

Přichází administrativa. Veškeré požadavky budou včas sděleny od kanceláře zahraničních vztahů. Jedná se o podepsání smlouvy o zahraniční stáži, zařízení pojištění, očkování, lékařského potvrzení, víza, letenky a cestovního pasu (pokud ho nemáte platný).

**Pojištění** nabízí škola. Je možné zvolit z několika tarifů, takže je možné volit nejvíce vyhovující.

Co se týče **očkování**, jsem již očkovaná z předešlé stáže. I tak bych ráda doporučila očkování v nemocnici u pí Dr. Šípkové. Vakcíny jsou rozhodně levnější než v očkovacích centrech mimo nemocnici. Konkrétně VZP dává příspěvek na tyto očkování. <https://www.vzp.cz/pojistenci/vyhody-a-prispevky/dospeli/ockovani>

**Letenky** jsem pořídila zhruba za 14500 Kč. Let je poněkud dlouhý. Odlétala jsem z Prahy a přestupovala v Moskvě. V Bangkoku pak přestupovalo na vnitrostátní letadlo do Chiang Rai.

**Lékařské potvrzení** o zdravotní způsobilosti bude zasláno v emailu se všemi administrativními požadavky. Dokument je nutné vytisknout a nechat vyplnit svým praktickým lékařem. Má lékařka vyžadovala ještě poplatek 200 Kč.

**Vízum** je poněkud náročnější získat. Velvyslanectví Thajského království se nachází v Praze, kam je nutné dojet. Seznam dokumentů, který je nutné doložit, najdete na webových stránkách samotného velvyslanectví. Po druhé jedete do Prahy pro již vyřízené vízum, kterým najdete ve svém pasu.

**Dokumenty pro úspěšné vyřízení víza:** Průkazová fotografie, pas, životopis, výpis trestního rejstříku, předvyplněná žádost o nonimmigrant visa, zvací dopis od univerzity hostitelské organizace, oficiální potvrzení o studiu od univerzity, ověření identity osob z univerzit podepisující doložené dokumenty, záznam z rejstříku vysokých škol o Jihočeské univerzitě, záznam zůstatku na vaše bankovním účtu, itinerář letenek, hotovost s sebou (1600 Kč).

## Co si sbalit?

Rozhodně ne teplé oblečení. Teploty se i během zimním období pohybují kolem 30 stupňů Celsia. S sebou určitě bílou uniformu. Boty na praxi nejsou potřeba. Nosí jiné, a tak si zde koupíte bílé tenisky za pár bahtů. Na koleji nejsou k dispozici lůžkoviny (přikrývka, polštář, prostěradlo). Já si brala svou deku a polštář. Pokud řešíte problém s nedostatkem místa v zavazadle, není problém koupit zde. Opět se nejedná o drahou záležitost. Doporučuji opalovací krém, slunce je ostré. Komáři jsou po setmění všude, ale funguje na ně jen zdejší repelent. Hlavně nezapomenout doklady, rozměněné peníze na eura/dolary, které si pak směníte na letišti v Thajsku za Thajské bahty.

## Přilet

Před odletem univerzita nebo konkrétní student, informuje o tom, kdo bude čekat na letišti. Univerzitním autem se pak dopravíte ke koleji. Studentka, která přijede je většinou, ta, která se o vás bude starat po celou dobu pobytu. Je dobré ji požádat o pomoc se zařízením thajské SIM karty pro lepší komunikace. K SIM kartě patří i internet, a tak budete stále připojení. Já měla přilet a orientaci poněkud jednodušší už jen díky střetnutí se s dalšími třemi studentkami stejného ročníku, které se mnou strávily poslední týden jejich stáže. Se vším mi skvěle poradily.

## Život v areálu univerzity

Univerzita Mae Fah Luang se pyšní nálepkou nejkrásnější vysoká škola v Thajsku. Navíc univerzita se snaží, aby studenti měli vše, co potřebují, při ruce. Areál je vlastně takové malé studentské městečko, kde funguje zdarma kyvadlová doprava, k dispozici je spousta míst, kde se dobře najíst, dále kavárny, nákupní centrum, univerzitní nemocnice, sportovní stadion, plavecký bazén a dalších spousta výhod. Každý týden se ať už v areálu nebo kousek od něj pořádají trhy, což je hezké oživení.



## Praxe

Během osmi týdnů pobytu jsem měla možnost absolvovat praxi na neurologii, chirurgii, interně, kardiologické jednotce intenzivní péče, ortopedii, traumatologii, urologii, emergency. Dokonce jeden týden na thajské a čínské tradiční medicíně. Se studenty jsem strávila jeden den na operačních sálech, a nebo také jeden den na Cath lab (Cardiac Catheterization).

Personál v nemocnici se mi vždy snažil pomoci, ukázat oddělení a představit, jak to u nich funguje. Vždy byli milí a vstřícní. Jediný problém, s kterým jsme se často prali, byla jazyková bariéra.

1. Se sestrami z ortopedie, 2. Příprava na převaz rány



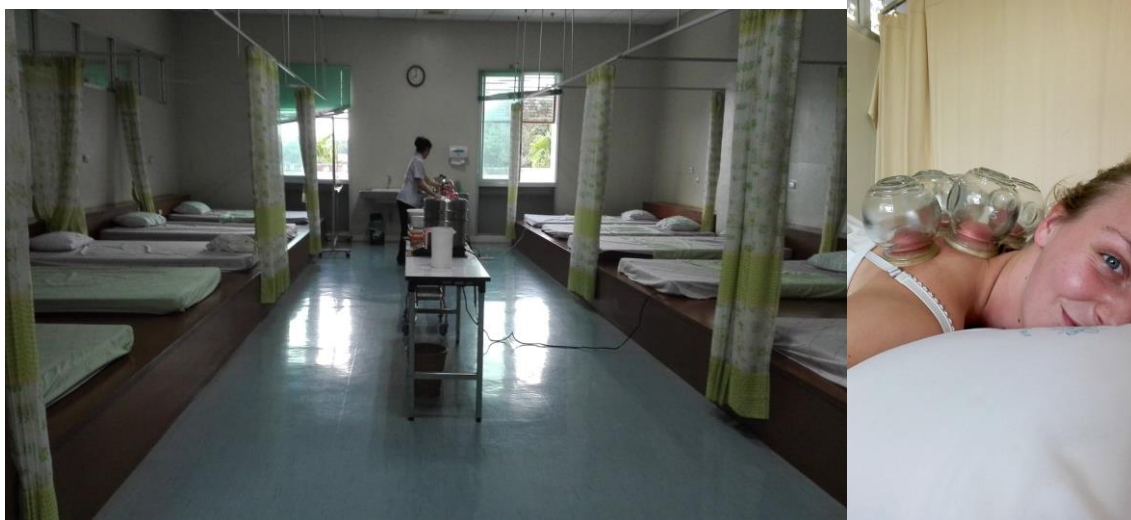
Sesterna ortopedie



Thajská a čínská tradiční medicína:

Tento týden jsem si náramně užila. Thajská a čínská medicína jsou jako dvě oddělení oddělené. Personál byl nesmírně milý a vstřícný na obou odděleních. Vše mi podrobně vysvětlili a ukázali. Ke každé proceduře mě vzali a popsali. Na oddělení čínské medicíny mi ukázali, jak se míchají léčebné pitné kúry, které jsou doplňkovou léčbou akupunktury. Samotnou akupunkturu a také baňkování, které vyzkoušeli i na mě.

1. lůžka na thajské masáže, 2. baňkování - čínská medicína



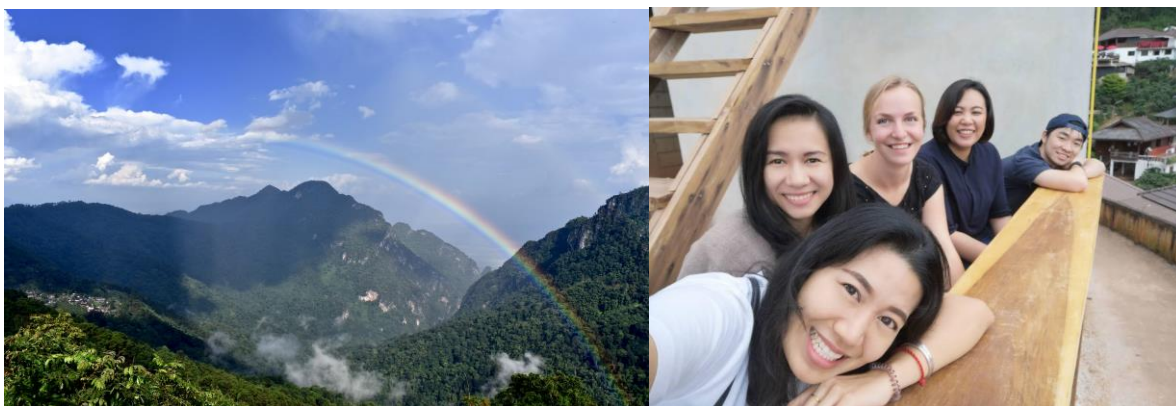
### Cestování

Choui fong tea plantation, Khun korn vodopády



Doi tung a kávové plantáže (výlet s lékařem a sestřičkami z univerzitní nemocnice)





Phayao, White temple



Děkuji zdravotně sociální fakultě, konkrétně zahraničním vztahům za jejich čas, za umožnění zahraniční stáže.

Pro jakékoliv dotazy mne neváhejte kontaktovat. | [zikovi00@zsf.jcu.cz](mailto:zikovi00@zsf.jcu.cz) |