

Los Angeles egy magyar orvostanhallgató szemszögéből

Lendvai Réka

PTE-ÁOK

hatodik évfolyam

Tárgy: 2 hónap hatodéves gyakorlat a University of Southern California Keck School of Medicine keretei között.

Februárban a Children's Hospital Los Angeles Gyermeksürgősségi Osztályán, márciusban pedig a LAC+USC Medical Center illetve a Keck Medical Center Nephrológia Osztályán voltam.

1. A gyakorlat

Gyermeksürgősségi gyakorlat:

Egyetemünkön a hatodév részét képezi egy 2 hetes sürgősségi orvostan gyakorlat, mivel a kiutazásunkat megelőző viszonylag nehézkes procedúra során rá kellett jönnünk, hogy az ott eltöltött gyakorlatok nem lehetnek rövidebbek 4 hétnél, ezért duplán teljesítettük az elvárt gyakorlati időt. Első napomon a Sürgősségi osztályra lekísértek, az időbeosztásomat már pár nappal korábban megkaptam majd mintegy bezuhanva a mélyvízbe próbáltam ismerkedni a sürgősségi osztály rendszerével, felépítésével. Rengeteg orvos és nővér dolgozik itt egy pillanatra sem áll meg az élet, négy állomáson folyik a munka egyszerre mégsem volt ritka, hogy több mint százan vártak ellátásra a váróteremben. Az osztály rendkívül jól felszerelt, majdnem minden kis beteg saját kórtermet kap. Elsőként egy nővér látja, vitális paramétereit felveszi majd ezután általában egy rezidens következik, aki később referálja a fellownak vagy pedig az attendingnek. Számomra elsőként meglepő volt ez a hosszadalmas procedúra és az, hogy mennyiszor átbeszélnek közösen, átgondolják a következő diagnosztikus illetve terápiás lépést. Attól függően melyik stationre van beosztva az ember általában egy rezident vagy pedig attendinget követ, akik engedték, hogy a vizsgálatban részt vegyek, ráhallgathattam a betegekre, megtapinthatam, amit kellett. Azt is megfigyeltem mennyire standardizált a fizikális vizsgálat, nem voltak igazán egyéni eltérések, mindenki ugyanúgy végezte. Úgy éreztem erre jóval kevesebb időt fordítottak, mint ahogy én azt Magyarországon megszoktam. Viszont az egyéb laboratóriumi illetve képalkotó vizsgálatok eredménye sokkal gyorsabban megérkezett, mint vártam volna. Ahogy Los Angeles lakosságát és a Children's Hospitalhoz tartozó betegpopulációt tekintjük nem meglepő, hogy rengeteg spanyol ajkú gyakran angolul nem beszélő családdal találkoztam. Az orvosok nagy része nagyon jól beszél a nyelvet, aki pedig kevésbé jártas benne, annak megvan a lehetősége, hogy interpretert hívjon és az ő segítségével vegye fel az anamnézist, végezze el a vizsgálatot. Soha nem volt olyan, hogy szükség volt rájuk és nem jelentek volna meg maximum 10-15 percen belül. Mindenképp

meg kell említenem az időbeosztásomat is, ami nem feltétlenül volt szerencsés egy Los Angelesben autó nélkül közlekedő személy számára. A műszakjaim nagy része a délután 4-től éjfélig tartó időintervallumban volt. Ilyenkor már nem igazán biztonságos buszra ülve hazaindulni. A gyakorlatról összefoglalásként azt mondanám, hogy hasznos volt számomra szakmai tekintetben, bár a szervezés nem volt tökéletes, illetve az időbeosztás sem volt ideális. Amikor elkezdtem a gyakorlatot elveszettnek éreztem magam, úgy éreztem nem tájékoztattak megfelelően az osztály működéséről és a saját feladataimról.

2. Nephrológia gyakorlat

A második hónapban Belgyógyászat azon belül is Nephrológia gyakorlatot végeztem. A következőképp épült fel ez a 4 hét: az első két héten az LAC+USC Medical Centerben a Renal Consult Team B tagja voltam. A 3. hetemet a Keck Medical Centerben töltöttem a Transplant Nephrology Team tagjaként. Majd a 4. héten különböző nephrológiai szakrendeléseken vettem részt.

Az konzultációs team, amelybe már a gyermekkórházban szerzett tapasztalataim után kissé magabiztosabban csöppentem bele egy fellowból, két rezidensből és belőlem állt. A csapat feladata tulajdonképpen az, hogy a legkülönbözőbb orvosi szakágak kezelése alatt álló betegeknek, amennyiben valamilyen vese eredetű vagy erre gyanús tünetei jelentkeznek nephrológiai tanácsokat adjon. Valamint olyan vesebetegek tartoztak a team páciensei közé akik egyéb okból kerültek kórházba. Ezek a betegek mind a team listájára kerülnek, őket folyamatosan követni kell és javaslatokat adni a további kezelési tervre majd minden reggel egy attending szárnyai alatt végigvizitálni az összes beteget. Az én feladatom abból állt, hogy általában egy-két (néha három) beteget követtem, a viziten referáltam őket. Gyakran ilyenkor az attending időt szakított arra is, hogy tanítson, tudván, hogy orvostanhallgató vagyok. Ahhoz, hogy tisztességesen, legjobb tudásomnak megfelelően tudjam referálni a betegeimet általában 2 órával a vizit előtt (7-7:30 körül) érkeztem a kórházba, átnéztem a számítógépes adatbázisban, hogy mi történt velük az éjszaka majd megvizsgáltam őket. A feladat nehézsége leginkább az amerikai orvosi szaknyelvből adódott, amely rengeteg általuk nem használt rövidítést alkalmaz. Egy ilyen teamben a medikusért/medikáért általában a fellow felelős de ha az ember lelkes és kérdez, akkor nyugodtan követheti a rezidenseket is. Ők is nagyon kedvesen válaszoltak a kérdéseimre és tanítottak, ha idejük engedte. A nephrológia gyakorlat része heti 3 „tanóra” is. Ez hétfő szerda péntekre esett. Hétfőn általában a fellowknak tartott oktatásra ültünk be mi, orvostanhallgatók. Szerdán az úgynevezett „Grand Round” volt, ahova általában egy másik amerikai egyetemről hívtak meg szaktekintélyeket, ők tartottak előadást aktuális kutatásaikról. Péntekenként pedig általában vagy esetismertetés vagy pedig Journal Club volt, ahol egy izgalmas tudományos cikket rágott át közösen az orvos csapat. Ezek általában déltől egyik tartottak. Péntekenként a division korábbi vezetője megtartotta saját „Round”-ját a két konzultációs teammel (A és B). Ez abból állt, hogy mind a két team egy-egy érdekes esettel készült, amit prezentáltunk neki, majd közösen

átbeszéltük. Második hetemen rám esett a választás én referáltam az esetet. Természetesen nagyon izgultam, töviről-hegyire áttanulmányoztam a beteget és utána olvastam a témának. Az amúgy meglehetősen szigorú attending, velem, mint orvostanhallgatóval nagyon kedves volt, végighallgatott, sokat tanultam kérdéseiből. Összességében nagy sikerélmény volt számomra.

A 3. hetemen a **Transzplantációs Team** tagjaként egy amerikai orvostanhallgató lánnyal voltam. Ami az egyik legjobb dolog ami történt velem a gyakorlatok ideje alatt. Rendkívül kedves volt és segítőkész, sokat beszélgettünk az Egyesült Államok-beli orvos képzésről és persze a magyarról is. Ebben a csapatban rajtunk kívül egy attending illetve egy fellow volt. Nem voltak rezidensek, akik segítsék a munkát így a fellownk nagyon elfoglalt volt. A vizitek hasonlóképpen reggel voltak. Itt is általában 2-2 beteget követtük. Nagyon kellemes élmény volt hisz ezen a héten olyan attendinget kaptam, aki szenvedélyesen szeretett oktatni, úgy érzem rengeteget tanultunk. A betegek mind vese transzplantáción átesett személyek voltak. Közvetlen az átültetés után, vagy valamilyen más betegség miatt bekerült, évekkorábban transzplantált betegek, akiken természetesen egy transzplant nefrológus mindig rajta tartja a szemét.

Utolsó hetemen pedig a **szakrendelések** világába nyerhettem betekintést. Ezek között volt transzplantáció utáni betegek kontroll vizsgálata. Valamint volt az úgynevezett „Resident’s clinic”, ahol rezidenseket követve vizsgáltunk meg krónikus vesebetegségben szenvedő pácienseket, majd referáltuk az aznapi attendingnek.

Úgy gondolom, hogy a Nephrológián töltött 4 hetem szerteágazó volt, és nagyon sok mindenbe nyerhettem bepillantást. A következő években érkező hallgatóknak egyértelműen ajánlani tudom ezt a gyakorlatot, hisz tökéletesen belepasszol a hatodév tematikájába és emellett nagyon hasznos tapasztalat.

Közlekedés:

Los Angeles tagadhatatlanul az autók városa. A tömegközlekedés természetesen létezik és használható is, de nem a legideálisabb. A következőkben én nem javaslom a havi bérlet megvásárlást. Ez 100-110 dollárba kerül egy hónapra. Egy buszjegy ára 1,75, dollár de a legtöbb buszon tulajdonképpen 1 dollár ellenében tud utazni az ember. Az éjszakai műszakok miatt és mivel a buszközlekedés meglehetősen kiszámíthatatlan én gyakran használtam az Uber alkalmazást. Sötétedés után semmiképp nem javaslom, főleg lányoknak, hogy egyedül üljenek buszra és (természetesen a környéktől függően) azt sem, hogy egyedül sétáljanak az utcán. A távolságok nagyon nagyok Los Angelesben, én úgy gondolom, hogy viszonylag közel laktunk mindkét kórházhoz, így körülbelül napi 1,5-2 órát töltöttem utazással.

Étkezés:

Minkét kórházban kaptunk bizonyos mennyiségű összeget, amiből a kórházi kázinban fogyaszthattunk. A Children's Hospitalben összesen 75 dolláros ebédjegyünk volt. Saját tapasztalatom szerint, ha az ember ott ebédel vagy éjszakai műszakban még vacsorázik is esetleg ezt 2-2,5 hét alatt általában lefogyasztja. Ettől függetlenül nagyon jól jött ez a plusz összeg és nagyon hálás vagyok a támogatásért. Az LAC+USC Medical Centerben napi 4,5 dollárt kaptunk, itt én általában az ebédemért plusz 2-3 dollárt fizettem. Ez is nagyon jó, hisz sehol sem ebédelne meg az ember ennyi pénzből.

Hétköznapokon általában a közeli supermarketben vásároltunk. Azoknak, akik még nem jártak az Egyesült Államokban, érdemes tudni, hogy itt nem lehet mindenből egy kicsit vásárolni. Mindent jó nagy kiszerelesben árulnak, és mindig jobban megéri, ha az ember a nagyobbat veszi. Én úgy gondolom, érdemes nagybevásárlásokat tartani, akár közösen, ketten-hárman majd Uberrel hazavinni a beszerzett ételeket, ami jó sok ideig elegendő.

Ha az ember étterembe menne, meglehetősen nehéz ellenállni a gyorséttermek széles kínálatának, ahol valahogy mindig nagyon finom hamburgereket kap az ember, persze törekedni kell az 2 hónap alatt elfogyasztott hamburgerek számának redukálására. (ez elég nehéz feladat).

Remek tapasztalat volt számomra, hogy mennyi nemzet konyháját kóstolhatja meg az ember. Magyarországon nagyon szemfülesnek kell lenni ehhez, itt azonban lépten-nyomon különböző országok konyhájába botlik az ember. A koreai barbecuet, a rament, egy finom kínait, indiai ételt mindenképp ki kell próbálni ha az ember Los Angelesben jár.

Szállás: United Hungarian House

Az Egyesül Magyar Ház Koreatownban található, alapvetően kultúrközpontként tudnám jellemezni. A házban szobák is vannak, itt laktunk a Los Angelesben töltött időszakban. A ház több mint 100 éves, meglátszik rajta az idő. Ahogy már korábban is említettem a kórházak az itteni viszonylatban közel voltak lakhelyünkhöz. A Children's Hospitalbe 1 busszal körülbelül 40 perc alatt el lehetett jutni, persze az utazás hossza alapvetően a forgalomtól függött. A másik kórházhoz minimum 2 busszal vitt az út, szerencsés esetben ezt is 1-1,5 óra alatt meg lehetett tenni.

Látnivalók:

Los Angeles óriási város tele a legkülönbözőbb látnivalókkal érdekességekkel. A Hollywood sign még a kórház ablakából is látszott. Ha itt jár az ember érdemes rászánni az időt és felcsapni igazi turistának, végigsétálni a Walk of Fame-en, megnézni a Griffith Observatóriumot nappal és sötétben is, elmenni a Getty Villába/ Museumba. Fantasztikus élmény ellátogatni Santa Monicára, Venice Beachre végigrollerezni a parton a mindenhol

bérelhető rollerekkel. Érdeemes megnézni a gyönyörű Santa Barbarát, ekkor érzi az ember igazán, hogy Californiában van.

Mint egyetemisták szerettünk volna belekóstolni, milyen is lett volna ha itt végezzük felsőoktatási tanulmányainkat, megnéztük a USC és az UCLA campusát is. Ha nincs semmi délutáni program kilátásban érdemes végigsétálni ott, elcsodálkozni a csodálatos épületeken, enni egy fagyit ücsörögni a campus kávézójában kicsit azt érezni, hogy két hónapig én is erre az egyetemre járok.

Igazi Los Angelesi élmény elmenni egy NBA meccsre, megnézni LeBron James-t ahogy újabb 3 pontot szerez a Lakersnek. Együtt szurkolni az óriási tömegekkel a Staples Centerben. Szintén sportrajongóknak és sport iránt cseppet sem érdeklődőknek, izgalmas lehet elmenni egy pubba a Super Bowl ideje alatt végigélni a meccs izalmait.

A filmkészítés fellegvárában, Hollywoodban rengeteg lehetőségünk van, hogy egy kicsit belekóstoljunk ebbe a világba is. Én mindenkinek ajánlom a Warner Brother's Studiot, ahol egy 3 órás Studio touron vettem részt és minden percét élveztem. Ha februárban látogat ide az ember az Oscar díj átadását is elcsípheti, persze ne számítsunk arra, hogy a vörös szőnyeg szélén állhatunk, de azért izgalmas lehet ott állni a Hollywood Blvd-on amikor érkeznek azok a bizonyos nagy fekete autók.

Las Vegas és a Grand Canyon pedig bár nem mondhatjuk, hogy a szomszédban vannak, de mindenképpen kihagyhatatlan látnivalók. Ugyanez mondható el San Diegoról is.

Nem szeretnék útikalauzt írni, hiszen minden bizonnyal rengeteg helyen utána olvashat az ember ha érdeklődik, csak azt szerettem volna érzékeltetni mennyi program és mennyi lehetőség áll az előtt aki 2 hónapot az Angyalok városában tölt el, amellet is ha az ideje egy részét a kórház 4 fala között tölti abban a bizonyos rövid fehér köpenyben.

Szeretném megköszönni még egyszer mindenkinek, aki részese volt annak a hosszú folyamatnak, ami ezt a programot létrehozta. Köszönöm a rengeteg támogatást és segítséget.