

Erfahrungsbericht Auslandspraktikum Sri Lanka 2015 Government Hospital Nagoda Kalutara

Vom 22.2.-24.5.2015 habe ich einen Teil meines zweiten ZMC in Sri Lanka im Government Hospital Nagoda Kalutara absolviert. Seit zwei Jahren bereise ich Sri Lanka regelmässig um meinen Freund, der dort lebt, zu besuchen. Ich kannte daher das Land schon im vorherein, wollte aber mehr von seinen Bewohnern und der interessanten Kultur lernen. Die Entscheidung in ein staatliches und nicht in ein privates Spital zu gehen fiel ziemlich schnell. Ich wollte dort meine Erfahrungen machen und mein Wissen weitergeben, wo es die Patienten am meisten benötigen. Nur die reiche Oberschicht kann sich in Privatspitälern behandeln lassen, dem Grossteil der Bevölkerung bleibt die mässig fortschrittliche Behandlung in den Government Hospitals, wo sie dafür kostenlos an medizinische Hilfe kommen.



An meinem ersten Arbeitstag wurde ich sehr freundlich vom Team, bestehend aus fünf Physiotherapeuten (3 Frauen, 2 Männer) empfangen und aufgenommen.

Wir haben uns viel über unsere Ausbildung und unseren Beruf

unterhalten. Die Universität ist in Colombo. Das Studium in Englisch erfordert eine Aufnahmeprüfung und dauert zwei Jahre, wobei sie schon als Studenten entlohnt werden. Danach sind die Physiotherapeuten verpflichtet für mindestens fünf Jahre in einem Government Hospital zu arbeiten.

Die Therapeuten verfügen über ein erstaunlich gutes Wissen und zeigen mir stolz ihre Lehrmittel (nur Kopien der Originalbücher, da die deutlich günstiger sind).

Auch über das Privatleben der Therapeuten habe ich viel spannendes erfahren. So haben sie mir beispielsweise viel von den Feierlichkeiten zum buddhistischen Neujahr (14. April 2015) erzählt. Am 15. April gab es dann auch eine kleine Feier bei uns in der Physio mit vielen traditionellen Süssigkeiten und Einreibungen der Haare mit Öl.

Unser Patientengut bestand hauptsächlich aus ambulanten Patienten aus den Fachbereichen Rheumatologie, Orthopädie, Traumatologie und Neurologie - selten

auch Pädiatrie und Medizin. Eine typische Physiotherapiesitzung läuft hier wie folgt ab: Die Patienten kommen an ihrem festgelegten Tag (Zeit nicht vorgegeben) ins Spital und melden sich beim Sekretariat an. Sobald einer der Therapeuten Zeit hat (dauert manchmal bis zu einer Stunde), ruft er den Patienten ins Büro und fragt kurz nach dem aktuellen Befinden. Dann folgt in der Regel eine Elektrotherapie-, Wärme-, Wachs- oder Ultraschallanwendung, bis die Patienten dann ins "Gym" für die Instruktion der "Exercises" kommen.

Allgemein bin ich sehr positiv überrascht worden wie gut die Physiotherapeuten hier arbeiten, sie haben ein gutes therapeutisches Wissen und wenden das auch korrekt an. Ich konnte einiges von ihnen lernen, vor allem in der Behandlung von chronischen Rückenpatienten.

Da jedoch die Therapeuten ständig wechseln und kein genauer Befund gemacht wird, lässt die gezielte Auswahl der Übungen zu wünschen übrig. Häufig wird einfach ein Standardübungsprogramm durchgeführt. So wird zur Kräftigung des M. Quadriceps vom jungen Kricketspieler bis hin zur ältesten Frau die gleiche Übung instruiert (meistens in Rückenlage in offener Kette).

Manuell wird auch sehr wenig gearbeitet, was aber mehr auf die Gemütlichkeit der Therapeuten als auf die Berührungssängste oder die fehlende Erfahrung zurückzuführen ist.

Postoperative Nachbehandlungsschemata gibt es keine und häufig verschreibt der Arzt für uns unvorstellbare Procedere. So zum Beispiel: keine Belastung des Beines nach Patellafrakturen für drei Monate, Physiotherapie ab zwei Monaten postoperativ, Scapulafrakturen sogar noch später. Kein Wunder sind die Gelenke bis dann total steif, die Muskulatur atrophiert und das ganze Gewebe verwachsen. Die meisten Patienten nach Operationen wurden mir übergeben, da die Therapeuten wenig bis keine Erfahrung damit haben. Auch in der Behandlung von Schlaganfall Patienten habe ich einiges gesehen, dass mich erstaunt hat. So kam ein Patient zwei Tage nach dem CVI, getragen von seinem Sohn, da sie sich den Rollstuhl nicht leisten konnten, zur Therapie. Woraufhin die Senior Physiotherapeutin, Miss Nandani, mit ihm einige Übungen für die obere Extremität gemacht und ihn dann das nächste Mal für in zwei Wochen aufgebeten hat (Frühreha und Instruktion der Angehörigen gibt's hier nicht).



Der Trainingsraum

Am meisten erschreckt hat mich das Spital selber. Es ist aufgeteilt in mehrere "Wards" (kleine Häuschen, die über einen bedeckten Weg verbunden sind). In einem "Ward" befinden sich ca. 40 Betten in vier Reihen, in jedem Bett 1-2 Patienten. Manchmal liegt einer verkehrt rum im Bett, dass sie Platz haben. Zudem sind um jedes Bett mehrere Familienmitglieder und Freunde versammelt. Hygiene gibt es keine, die Bettwäsche wurde wahrscheinlich noch nie gewechselt, die Gläser sind verschmutzt und das ganze Inventar rostet vor sich hin. Physiotherapeuten benutzen immer Handschuhe, wechseln diese aber zwischen den einzelnen Patienten nicht. Jeweils ein Therapeut geht pro Tag ins Spital und behandelt da ca. 10 Patienten. Hier geht es vor allem um Atemtherapien und Mobilisationen, meist in Zusammenarbeit mit Angehörigen.

Eine besondere Erfahrung war der Tag, an dem ich als Beobachterin mit in die ICU (Intensivstation) mit fünf Betten durfte. Hier läuft im Gegensatz zum stationären Betrieb vieles anders. Es gibt Klimaanlage, Händedesinfektionsmittel und Mundschutz. Pro Patient gibt es eine zuständige Pflegefachfrau, die den Physiotherapeuten während der Behandlung unterstützt. Wir hatten eine junge Patienten mit Guillan Barre Syndrom, bei der wir "Mobilisation Exercises" und "Chest Physiotherapy" durchführten. Zur Sekretmobilisation wird hier eine Technik mit dem Ambubeutel durchgeführt. Der Therapeut hängt den Patienten von der Beatmungsmaschine ab, verbindet ihn mit dem Ambubeutel und übernimmt somit die künstliche Beatmung. Zur manuellen Unterstützung der Expiration wenden sie Schüttelungen und Vibrationen an. Gleiches Vorgehen bei Pneumonie und COPD Patienten. Beim Patienten mit Polytrauma nach Sturz von einem Baum musste mit der manuellen Unterstützung Vorsicht geboten werden. Eine übergewichtige Patientin mit Sepsis wurde mit Hilfe von fünf Leuten an den Bettrand mobilisiert.

Natürlich habe ich auch ein wenig Singhalesisch gelernt. Schon bevor ich das Praktikum begonnen habe, habe ich mit Hilfe meines Freundes und einem Buch gewisse grundlegende Sätze und Wörter gelernt. Doch das meiste kam während dem Arbeiten von alleine, so etwa gewisse Körperteile, An-/Entspannen, Schmerzen, Heimübungen und einiges mehr. Weil die Sprache aber so verschieden zu den uns bekannten Sprachen ist, war ich bis zum Schluss auf die Hilfe der anderen Therapeuten angewiesen, es sei denn die Patienten verstanden etwas Englisch. Da aber meistens mindestens zwei Therapeuten im "Gym" waren, war es kein Problem, dass die anderen mich bei der Kommunikation mit den Patienten unterstützten. Nebst den lehrreichen Erfahrungen, die ich im Klinikalltag machen durfte, habe ich auch sonst viel gelernt. Bus fahren muss in Sri Lanka auch gelernt sein. Es gibt keine Garantie, dass der Busfahrer an den Haltestellen auch anhält. Am besten man steigt daher vorne beim Fahrer ein und fragt ob er auch zum Spital fährt (obwohl man

weiss, dass der Bus dorthin geht). So wissen aber Fahrer, dass sie hier anhalten müssen. Zudem konnte ich eine Weiterbildung im Rahmen ayurvedischer Massagen machen. Ich habe einen Kurs absolviert und ein Diplom bekommen.

Durch die vielen Holidays, die es hier gibt, und Arbeitszeiten von Montag bis Freitag von 8-12 Uhr, hatte ich viel Freizeit. Baden am Strand, Einkaufen in der Stadt oder Selbststudienzeit unter Palmen gehörten dazu.

Natürlich habe ich auch zahlreiche Ausflüge gemacht: in die alte Königsstadt Kandy, den Yala National Park mit wilden Elefanten und zahlreiche Besuche von unseren Freunden.



Leider geht die Zeit im Ausland immer so schnell vorbei, sodass ich mich von allem hier schon bald - auf Zeit - verabschieden muss. Es war wirklich eine wunderschöne und spannende Zeit, die ich hier erleben durfte.

Auch wenn die Organisation für dieses Praktikum viel Geduld erfordert hat, hat es sich eindeutig gelohnt darum zu kämpfen. Ich danke den Physiotherapeuten hier ganz herzlich für ihre Zusammenarbeit, den Verantwortlichen der ZHAW, die mich in meinem Vorhaben unterstützt haben und meinem Freund, ohne den es wahrscheinlich nicht möglich gewesen wäre das Praktikum hier zu organisieren und bei dem ich auch wohnen durfte. Danke!