



# Erfahrungsbericht – Vorlage für KPJ- und Famulaturprogramme WELTWEIT

## PERSÖNLICHE DATEN

Name des/der Studierenden (freiwillige Angabe)	Sarah Hofbauer	
E-Mail (freiwillige Angabe)		
Gastklinik	Dhulikhel Hospital	
Aufenthaltsdauer	von 25.04.2023	bis 24.05.2023

## ALLGEMEINES

Welches Fach wurde absolviert? KPJ <input checked="" type="checkbox"/> Famulatur <input type="checkbox"/>	Dermatologie
--	--------------

Wie hoch schätzen Sie Ihren fachlichen Nutzen ein? (Schulnoten: 1-5)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input 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	€ 450
Verpflegung	€ 400
An-/Abreise (Flug, Zug, Auto)	€ 1200
Kosten für Unterlagen, Impfungen, Reiseapotheke, Kursgebühren o.ä.	€ 300
Sonstiges	

## UNTERKUNFT

Wie haben Sie Ihre Unterkunft im Gastland gefunden?	<input type="checkbox"/> selbst gesucht <input type="checkbox"/> Klinik hat Wohnungs-/Zimmersuche übernommen/war behilflich <input checked="" type="checkbox"/> Freunde <input type="checkbox"/> über MUI <input type="checkbox"/> andere:
Wie zufrieden waren Sie mit der Unterkunft (Sauberkeit, Erreichbarkeit) ?	zufrieden
Tipps für andere Studierende (z.B. Homepages, Zeitungen, Preis, ...)	Sharmilas Guesthouse, ca 500 Euro für 4 Wochen

## NARRATIVER ERFAHRUNGSBERICHT (MINDESTENS 1 SEITE):

- ❖ Reisevorbereitungen, Impfungen, Versicherung
- ❖ Ankunft und Abreise am Studienort
- ❖ Betreuung an der Gastklinik (International Office, Klinikpersonal, Veranstaltungen für Studierende)
- ❖ Leben am Studienort, Entfernung Unterkunft zur Gastklinik
- ❖ Studienbezogene Aspekte: Details zum Inhalt (Famulatur, KPJ-Teil, fachspezifischer Nutzen, Klinikalltag, etc.)
- ❖ Tipps für zukünftige Outgoings

### Erfahrungsbericht über mein KPJ im Bereich Dermatologie am Dhulikhel Hospital in Nepal

Meine Zeit in Dhulikhel war definitiv eine meiner prägensten KPJ-Erfahrungen. Ich durfte einen Monat, von Ende April bis Ende Mai, am Department für Dermatologie des Dhulikhel Hospitals mitarbeiten und mein Praktikum dort absolvieren. Das Dhulikhel Hospital ist ein 1996 von Dr. Ram (ein Nepali Arzt, welcher in Wien studiert und seinen Facharzt in Vorarlberg gemacht hat) ins Leben gerufener Krankenhauskomplex in der kleinen Stadt Dhulikhel, ca. 30 km (oder 2 Busstunden) von Kathmandu entfernt. Das Krankenhaus bietet eine breite Palette von Fachrichtungen an, von Innerer Medizin, Chirurgie, Notfallmedizin und Pädiatrie bis hin zu keinen Spezialfächern wie HNO, Psychiatrie, Dermatologie oder Augenheilkunde. Sowohl Medical- als auch Nurse- Students sind im Dhulikhel Hospital willkommen und sowohl auf nationaler (nepali) als auch internationaler (va. Europa, USA, Kanada) vertreten. Das Dermatologie Department während meiner Zeit in Dhulikhel gliederte sich in 1 Chefärztin („Assistant Professor“), 2 Oberärztinnen („Consultants“) und 1 Assistenzärztin („Resident“) mit welcher ich auch den Großteil meiner Zeit verbrachte. Das Dermatologie Department besitzt keine eigene Station (oder „Ward“) und wird deshalb in Form einer Outpatient Clinic betrieben. Dies garantiert einen raschen Wechsel verschiedener Krankheitsbilder und in einem eigenen Procedure Raum werden auch einige kleinere ambulante Eingriffe durchgeführt, bei welchen man auch assistieren kann, wenn man höflich fragt. Generell kann man bei den Consultations gerne zuschauen und es ist auch sehr spannend, da hier viele Krankheiten vertreten sind, welche es nicht oft nach Europa schaffen. (Leishmaniose, Lepra, Hauttuberkulose, etc...) Die Sprachbarriere existiert zwar, jedoch können alle Ärzte und fast alle Nepali Medical Students Englisch und übersetzen oft und gerne. In der täglich zwischen 13.00-14.00 stattfindenden Mittagspause können dann lokale Köstlichkeiten wie Momos, Dhal Bhat, oder Paneer Butter Masala mit Naan Brot zu günstigen Preisen im direkten Umfeld der Klinik zu wirklich billigen Preisen probiert werden. Ein durchschnittliches Mittagessen kostet dabei um die 200 Rupien, was umgerechnet 2,40€ entspricht.

Unterkunftsmäßig kann man in Dhulikhel entweder im Guesthouse der Universität untergebracht werden oder man organisiert sich ein Bett im altbekannten „Sharmila’s Guesthouse“, wo man zusätzlich zu einem Schlafplatz auch mit einer Halbpension von Frühstück und wenn gewollt Abendessen versorgt wird. Sharmila war selbst einmal Nurse im Dhulikhel Hospital und ist eine sehr offene und liebe Nepalesin, welche einem gerne die Tipps und Tricks rund um Dhulikhel zeigt. Ihr Guesthouse mag zwar etwas teurer sein als das Guesthouse der Universität, jedoch ist es ausgesprochen sauber, die Betten sind weich und Sita, die Köchin, ist einfach wundervoll. Generell findet man dort auch sehr schnell Anschluss an andere internationale Studenten und ich habe meine Zeit bei Sharmila sehr genossen. Eine Nacht kostet aktuell 1500 Rupien (ca 11 Euro) und ein Abendessen ca 400 Rupien (2,80 Euro). Sharmilas Guesthouse kann über Facebook gefunden werden, man kann Sharmila aber auch über Whatsapp unter der Nummer +977 9841443091 erreichen.

Die Busverbindungen zwischen Dhulikhel und Kathmandu sind erstaunlich gut und an einem freien Tag kann man gut in die Stadt fahren und dort Sights wie Durbar Square erkunden oder einfach zum Shoppen in den Thamel fahren, oder Naan im Western Tandoori und Naan House essen. Eine Busfahrt von Dhulikhel nach Kathmandu kostet zwischen 50 – 100 Rupien, je nachdem wie gut gelaunt der Busfahrer ist und ob einem der Rabatt mit der Mitarbeiterkarte des Dhulikhel-hospitals gewährt wird. Generell empfiehlt es sich die Mitarbeiterkarte beim Sightseeing und im Bus immer vorzuweisen, da man dadurch manchmal den Einheimischenpreis bekommt, welcher bis zu einem Zehntel des Tourist-Preises sein kann. Anbei folgt noch eine kleine Liste an Dingen, die ich freizeitmäßig in Kathmandu und rund um Dhulikhel empfehlen kann.

Ich würde jedem raten, ein Wahlfach am Dhulikhel Hospital zu machen, da es sehr gut organisiert ist und mit (verglichen mit anderer meiner Auslands-KPJ Erfahrungen) wenig Aufwand ein sehr guter KPJ-Aufenthalt in einem spannenden und vielseitigen Land verbracht werden kann.

#### Liste meiner Empfehlungen in und um Dhulikhel und Kathmandu:

##### **Dhulikhel:**

##### Unterkunft:

- „Sharmilas Paradise Guesthouse“: 1500 Rupien pro Nacht, Abendessen ca 400 Rupien, Frühstück 400 Rupien, Transport vom und zum Flughafen kann von Sharmila organisiert werden (Kosten: 3000-4000 Rupien)

##### Essen:

- Bamboos – kleines Cafe mit internationalen Gerichten und gutem Kuchen, ein Burger kostet ca 250 Rupien
- Sticks – kleines Restaurant gegenüber dem Hospital mit ausgesprochen gutem Paneer Butter Masala und Naan (ca 300-400 Rupien)
- Thousand Steps – kleines Restaurant in der Nähe von Sharmilas Guest House mit gutem Veggi-Burger (ca 200 Rupien)
- Steam Veg Momos – ein Gericht mit dem man nie falsch liegen kann
- Himalaya Java – der Kaffee hier ist so gut wie er teuer ist ;) unbedingt den warmen Walnut-Brownie probieren ☺

##### Freizeit:

- Kunstgalerie – bei Sharmilas Guesthouse ums Eck, Sharmila zeigt gerne den Weg, gemalte Bilder von Dhulikhel und Umgebung und dem Himalaya

- Thousand Steps – ein kleiner Berg mit einem on-top-Kloster, besonders schön bei Sonnenaufgang, da hier bei gutem Wetter die Himalayagebirgskette bewundert werden kann
- Namobuddha – Kloster in der Umgebung, kann mit Bus oder Wanderung (ca 3h / 11 km) erreicht werden
- Nargakot – wunderschönes Dorf in der Umgebung mit Top Ausblick auf Himalaya und bei gutem Wetter sogar bis Mt. Everest, von hier aus kann man auch nach Dhulikhel zurückwandern (ca 20 km, über Stock und Stein mit vielen Gegenanstiegen aber durch sehr authentische Nepali Dörfer, Sharmila kann ein Taxi dorthin organisieren, dann muss man die Strecke nur One-Way laufen, Kosten ca 3000 Rupien)

### **Kathmandu:**

#### *Thamel:*

#### Essen:

- Western Tandoori und Naan House – sehr gute Küche, etwas teurer da auf Touristen ausgelegt
- Lumbini Tandoori and Naan House – mehr local, und billiger mit dennoch sehr gutem Essen

#### Trekking Gear:

- Shona's Alpine: absolut faire Preise, nicht verhandelbar (was manchmal viel Stress spart), die Daunenjacken sind zu empfehlen (super warm), hat alles außer Schuhe und verkauft euch nichts, was er als „unnötig“ für euren Trek erachtet
- Sherpas Adventure Gear: Falls ihr Wanderschuhe benötigt, Originalmarken sind vertreten aber auch teuer
- Tibetan Book Store: Wunderschöner Buchladen zum Schmökern und die Seele baumeln lassen;

#### Unterkunft:

- Khangsar Home – 1500 Rupien per Nacht für ein Doppelzimmer, eher laut, Sauberkeit mittelmäßig, dafür billig und direkt am Thamel
- Hotel Ground Apple – sehr nettes Familienbetriebenes Airbnb ein klein wenig außerhalb des Thamels, sehr sauber, warmes Duschwasser dafür etwas teurer (ca 14 Euro/Nacht/Doppelzimmer)
- 

#### Empfohlene Treks in Nepal:

##### Mardi Himal:

3-8 Tage (je nach Zeit/Lust), mit wunderschönem Ausblick zum Fishtail-Mountain am Schluss;

##### Annapurna Circuit:

5 Tage bis 3 Wochen (abkürzbar mit Jeep): Wunderschön, mit Detours zum Ice Lake/ Tilicho Lake empfehlenswert

Poon Hill:  
Kleiner Trek auf dem Weg nach/ vom Annapurna Circuit

Everest Base Camp Trek:  
Wenig Straßen, daher als naturbelassener Trek empfohlen

Weitere Empfehlungen:

**Pokhara:** Urlaubsstadt am See, beliebt als Post-Trekking Chillout Platz, Hotel Tristar ist als Bleibe sehr gut und zentral

**Chitwan:** Dschungelteil Nepal, zugehörige Stadt heißt Sauraha, von hier aus können Dschungel Walking- / Jeep- oder Kanutours unternommen werden, besonders Rhinos sind stark vertreten, jedoch gibt es auch wilde Elefanten, Tiger und Bären; unbedingt Stand-up-4 Elephants besuchen (NGO welche sich für bessere Behandlung von Elefanten einsetzt, gratis bzw. wirklich freiwillige Spende, betreuen selbst mehrere Elefanten, gegründet von einer französischen Tierärztin, ein Termin kann via Email vor Besuch vereinbart werden und sie organisieren auch gerne den Transport für euch: <https://www.su4e.org>)

FOTOS VON IHREM AUFENTHALT





Weitere Fotos können auf einem USB-Stick in der Abteilung für Internationale Beziehungen vorbei gebracht werden.