



# Erfahrungsbericht

## DHULIKHEL HOSPITAL – NEPAL (MÄRZ 2023)

### PERSÖNLICHE DATEN

Name des/der Studierenden (freiwillige Angabe)	Sarah Marwieser
E-Mail (freiwillige Angabe)	<a href="mailto:sarah.marwieser@student.i-med.ac.at">sarah.marwieser@student.i-med.ac.at</a>
Gastklinik	<b>Dhulikhel Hospital – Kathmandu University Hospital</b>
Aufenthaltsdauer	von 04.03.2024 bis 29.03.2024

### ALLGEMEINES

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

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	€ 238,70/Monat (34.100 Rupien für 31 Nächte; 1.100 Rupien/Nacht für ein Doppelzimmer)
Verpflegung	€ 2,60/Abendessen im Guesthouse, 1-4 €/Gericht im Restaurant € 2,10/Frühstück im Guesthouse
An-/Abreise (Flug, Zug, Auto)	€ 930 Flug € 21 Taxi nach Dhulikhel (3.000 Rupien) wenn von Sharmila oder dem Krankenhaus organisiert, die Hälfte über inDrive (Taxi-App) € 0,70 mit dem local bus (100 Rupien, x2 wenn der Rucksack einen ganzen Sitzplatz einnimmt)
Kosten für Unterlagen, Impfungen, Reiseapotheke, Kursgebühren o.ä.	€ 643 (Impfungen mit Auffrischungen)
Sonstiges	€ 5-8 (Übernachtung in Kathmandu im Hostel) € 0,35 (50 Rupien für die Busfahrt nach Kathmandu mit Hospital Mitarbeiterausweis) € 0,25-0,42 (35-60 Rupien) für eine Tasse Milk Tea

## UNTERKUNFT

<p>Wie haben Sie Ihre Unterkunft im Gastland gefunden?</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> selbst gesucht</p> <p><input type="checkbox"/> Klinik hat Wohnungs-/Zimmersuche übernommen/war behilflich</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Freunde</p> <p><input type="checkbox"/> über MUI</p> <p><input type="checkbox"/> andere:</p>
<p>Wie zufrieden waren Sie mit der Unterkunft (Sauberkeit, Erreichbarkeit) ?</p>	<p>Sharmila's Paradise Guesthouse (Sharmila Shreshta, WA: +997 984 1443091)</p> <p>Einzel-, Doppel- und Dreierzimmer</p> <p>Sharmila ist eine ehemalige Krankenschwester vom Dhulikhel Hospital und gibt zusätzlich zum Einblick in die nepalesische Kultur auch Hintergrundwissen zum gesamten Gesundheitssystem Nepals und den Abläufen im Krankenhaus.</p> <p>Im Guesthouse gibt es zwei Etagen mit jeweils vier Zimmern und in der obersten Etage zwei Zimmer sowie die Küche mit dem Esszimmer. Pro Etage gibt es ein Badezimmer, zusätzlich gibt es noch eine Dachterrasse mit unglaublich schönem Ausblick auf den Sonnenuntergang jeden Abend. Die Räumlichkeiten werden sehr sauber gehalten, Bettwäsche und Handtücher werden jedes Wochenende gewechselt, bei Bedarf öfter. Sita, die unglaublich liebe Köchin im Guesthouse, bereitet jeden Tag Frühstück und Abendessen für alle zu.</p> <p>Das Guesthouse liegt 10-15 min zu Fuß vom Krankenhaus entfernt und am Weg durchquert man den kleinen Hauptplatz sowie die Altstadt Dhulikhels abseits des großen Highways.</p>
<p>Tipps für andere Studierende (z.B. Homepages, Zeitungen, Preis, ...)</p>	<p>Taxi-App: inDrive (schwarzes D auf grünem Hintergrund im App-Store) für Kathmandu, Pokhara. Innerhalb von Dhulikhel möglich (zumindest Moped-Taxi), aber eigentlich nicht notwendig</p> <p>Restaurants in Dhulikhel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Tiktok</a>: bestes Malai Kofta und Naan</li> <li>- <a href="#">Thakali Kitchen</a>: guter Lassi und Chilimomos</li> <li>- <a href="#">Yummy</a>: wunderschöne Aussicht (bei guter Sicht)</li> <li>- <a href="#">Bamboo Cafe</a>: Apple Pie mit Vanilleeis, guter Kaffee, leckere Lassis</li> <li>- <a href="#">Food Station</a>: bestes Dal Bhat, beste Fried Mushrooms</li> <li>- <a href="#">Unbekannter Name</a> (beim Haupttor raus, links die Straße runter an der Pharmacy vorbei, nächste Häuserreihe rechts, shady Eingang): bester Milk Tea</li> <li>- <a href="#">Unbekannter Name</a> (direkt gegenüber vom Haupttor): bester Bananenlassi, smashed Samosa und Cheese Pakauda</li> </ul> <p>Wochenendausflüge:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Namo Buddha Monastery: <a href="https://namobuddha.org/">https://namobuddha.org/</a> 3h Wanderung von Dhulikhel aus, über Panauti zurück ca. 4-5h</li> </ul>

- Nagarkot Sonnenaufgang von der Dachterrasse des [Hotel Everest Window View](#):  
ca. 6h Wanderung von Dhulikehl aus, ca. 5h zurück

Sonstiges in Dhulihel:

- 1000 steps (30-40 min Spaziergang zu einem Aussichtspunkt mit Blick auf Dhulikehl): [HIER](#)
- Carrrom spielen: [HIER](#)
- Massage und Sauna: [HIER](#)
- Bäckerei für Muffins am letzten Tag: [HIER](#)

Kathmandu:

- Hostelempfehlung: [Kwabahal Botique Hostel](#)
- Mitarbeiterausweis mitnehmen für Gratiseintritt oder Verbilligung bei fast allen Sehenswürdigkeiten!!

Pokhara:

- Hostelempfehlung: [Hostel Nepal](#)
- Open Air Cinema: [Movie Garden](#), Kino jeden Abend
- Touristenbus für An-/Abreise nicht besser als local bus, nur teurer
- Flug wenn dann nur über Buddha Air, besser morgens (nachmittags oft Verspätungen aufgrund ungünstiger Windverhältnisse)

## NARRATIVER ERFAHRUNGSBERICHT

It's always milk tea time! Das ist eine der wichtigsten Lektionen, die ich in Dhulikehl gelernt habe ;) Aber vor allem auch, dass ich, wie wahrscheinlich die meisten anderen Menschen aus westlichen Ländern, eine sehr voreingenommene Vorstellung über die medizinischen Standards außerhalb des eigenen Kontinents hatte. Meine Erwartungen wurden jedenfalls bei weitem übertroffen, vor allem den Ausbildungsstandard und die überaus offene und motivierende Lehrbereitschaft des Ärzteteams betreffend.

Zur Vorbereitung meiner Reise schloss ich alle erforderlichen Reiseimpfungen bei der Betriebsärztin der tirol kliniken ab (als Mitarbeiter zum halben Preis!): Japan B Enzephalitis, Typhus, Tollwut, Cholera. Meine Reiseversicherung schloss ich ganz unkompliziert online über Allianz Travel ab, eventuell ist dies für einige aber auch über die Kreditkarte möglich. Ganz wichtig: eine gute Reiseapotheke, speziell für Diarrhoe, Fieber, Kopfschmerzen, für Treks auch Wasserreinigungstabletten und Blasenpflaster.

Die Ankunft am Flughafen in Kathmandu ist ein sehr langer Prozess, da vor Ort erst das Visum beantragt und direkt bezahlt wird (50€ für 30 Tage, 125€ für 90 Tage; multiple entry). Am besten gleich ordentlich Bargeld (in Euro) mitnehmen und auch am Flughafen direkt in Nepalesische Rupien tauschen (ATM-Gebühren sind mindestens 500 NPR). ACHTUNG: Es empfiehlt sich, auch die SIM-Karte direkt am Flughafen zu holen. Der Preis ist der gleiche wie außerhalb in den Shops, es wird einem hier aber direkt alles super schnell eingerichtet und hat dann sofort Internet (600 NRP für 20 GB/Monat, freie SMS, keine Anrufe). ABER dafür werden Passbilder benötigt, diese also von zu Hause mitnehmen!!!

Wenn man dann endlich das Gepäck hat und es durch die Sicherheitskontrolle geschafft hat, wird man schon sehnsüchtig von dem Taxifahrer erwartet. Diesen organisiert Sharmila oder Pramesh (bei Unterkunft im Guesthouse vom Krankenhaus) und kostet 3000 NRP.

Am ersten Tag trifft man sich um 9:15 Uhr am Haupteingang mit den anderen Neuanfängenden und wird nach einer kleinen Einführung auf die jeweilige Station begleitet. Meine Erfahrungen auf der Ortho und Trauma waren eindeutig über meinen Erwartungen. Natürlich läuft in einem so armen Land wie Nepal einiges anders ab als in unserem reichen kleinen Land, das heißt aber noch lange nicht, dass hier schlechte Dienste geleistet werden. Jeder Morgen startete um 08:00 Uhr mit der Morgenbesprechung, in welcher die vortragenden Residents zugleich auch von den Fachärzten (ja, es sind alles nur männliche Ärzte) fachlich geprüft wurden. Da in Nepal Medizin auf Englisch studiert wird, findet der Vortrag selbst auch auf Englisch statt, nur bei den Diskussionen wird mitunter öfters in Nepali gewechselt. Danach konnte ich frei entscheiden, ob ich den Tag entweder in der Ambulanz, der Station oder im OP verbringen wollte. Meist teilten die anderen Famus und PJler und ich uns so auf, das wir nicht mehr als zwei Studies in einer Abteilung waren. Abseits des normalen Tagesablaufs gab es im Anschluss an die Morgenbesprechung einmal wöchentlich eine Fortbildung.

Die Ambulanz ist zugleich Notaufnahme und Terminambulanz. Termine werden jedoch nicht wirklich vereinbart; die Patient.innen werden einfach der Reihe nach in 4-5 verschiedenen Zimmern untersucht. Die meisten Fälle, die ich zu sehen bekam, waren orthopädisch oder Follow-Up Kontrollen nach vorangegangenen Operationen. Die Ärzte und Residents nahmen sich immer für jede.n einzelne.n Patient.in ausführlich Zeit, um Symptomatik, Diagnose und weiteres Prozedere zu besprechen. Da die meisten Patient.innen kein Englisch sprechen können, ist man in der Ambulanz stark auf kommunikative Ärzte/Residents angewiesen, die einem idealerweise parallel oder nach dem Fall immer alles auf Englisch erklären. Davon gibt es jedoch einige, also keine Sorge! Vor allem, wenn sie Engagement bemerken, fangen viele von sich aus ohne ständiges Nachhaken an, ausführliche Erklärungen zu liefern. Auch die Untersuchungen darf man auf Nachfrage eigenständig durchführen. Die traumatischen Fälle werden auf der Ambulanz im Minor Procedure Room durchgeführt, wo es auch sehr gerne gesehen wird, wenn man selbst Hand anlegt! Hierfür vor allem an den stationsleitenden Oberarzt halten, der holt einen aus den Untersuchungsräumen zu spannenden Fällen dazu. Die Ambulanzzeiten sind von 09:00-13:00 und 14:00-16:00

Auf Station startet man nach der Morgenbesprechung direkt (nach Milk Tea Break) mit der Visite. Diese findet zwar auf Nepali statt, allerdings sind immer so viele Residents anwesend, dass einer von ihnen problemlos Zeit hat, einem alles auf Englisch zu erklären. Nach allfälligen Konsilen auf anderen fachlichen Abteilungen geht es dann in den Minor Procedure Room, quasi der Tages-OP. Dort werden kleinere Revisionseingriffe durchgeführt und ab 16:00, wenn die Ambulanz mit zugehörigem Minor Procedure Room für den Tag geschlossen ist, auch die traumatischen Akutfälle behandelt. Der Minor Procedure Room eignet sich ideal, um unter Aufsicht des Residents selbstständig Gipse anzulegen, Verbände zu wechseln, Wunden zu reinigen und zu versorgen, inklusive nähen.

Im OP stehen der gesamten Klinik sieben Säle zur Verfügung, zwei davon sind für die Ortho/Trauma reserviert. Je nach Auslastung gibt es auch noch einen dritten, kleineren OP. Hier kommt es stark auf deine Eigeninitiative an, wie viel du machen darfst. Die Nepali „PJler“, die Interns, sind nämlich meist

nur für die organisatorischen Abläufe eingespannt und weniger als OP-Assistenz vorgesehen. Lass dich davon nicht abhalten, bei jeder OP zu fragen, ob du dich auch steril einwaschen darfst! Fast nie wird es verwehrt und es hat sich bei mir immer ausgezahlt. Die Residents sind allesamt unglaublich geduldig dir auch bei der langsamsten Naht über die Schulter zu schauen und Tipps zu geben und ich habe kein einzige ungeduldige OP-Schwester erlebt. Implant Removals darfst du unter Aufsicht des Residents oder Facharztes auch alleine durchführen.

Jede.r internationale Studierende hat die Möglichkeit, entweder für einen Tag oder auch eine Woche in ein Outreach Center des Hospitals zu fahren. Dabei handelt es sich um Ambulanzzentren, teils auch mit kleiner Station, in der Umgebung aber auch in abgelegenen Landesteilen, um die Versorgungsfläche noch weiter zu verbessern. Sehr zu empfehlen für die Ortho und Trauma ist das Outreach Center in Dolkha, da es dort auch einen angeschlossenen OP-Bereich gibt, wo auch ein Orthopäde für drei Monate „stationiert“ ist.

Insgesamt war ich beeindruckt von der herzlichen Bereitschaft des gesamten Ärzteteams, mich als eine fast schon ebenbürtige Kollegin in ihre Gruppe aufzunehmen. Ich empfand mich als vollwertiges und ernstgenommenes Teammitglied. Die meisten Residents und Ärzte legten eine unglaubliche Motivation an den Tag, mit mir fachliches (Detail-)Wissen zu teilen und mich zu Prozederes dazuzuholen, damit ich praktische Erfahrung sammeln konnte. Auch in den Pausen und nach Feierabend wurde ich immer wieder zu den gemeinsamen Milk Tea Breaks eingeladen. Am Ende meines Praktikums fand ich es wirklich schade, dass die Zeit schon um war und ich nicht noch länger bleiben konnte.

Falls du dir überlegst, ein Praktikum an der Ortho und Trauma in Dhulikhel zu absolvieren, ich kann es dir nur ans Herz legen! Bei weiteren Fragen, auch zu detaillierten Tipps bezüglich Kathmandu, Pokhara und Trekkingmöglichkeiten, kannst du mir gerne auch jederzeit via WhatsApp schreiben: +43 664 9171114.

Und noch eine Bitte: Solltest du Platz für Mitbringsel haben, vor allem Dr. Sudeep, welcher an der MUW studiert und einige Jahre in Deutschland gearbeitet hat, würde sich sehr über Fruchtetee, eine gute Marmelade oder Wurstwaren freuen <3

## FOTOS VOM AUFENTHALT



*Blick aufs Himalaya (bei guter Sicht) und Sonnenuntergang von Sharmila's Dachterrasse aus*



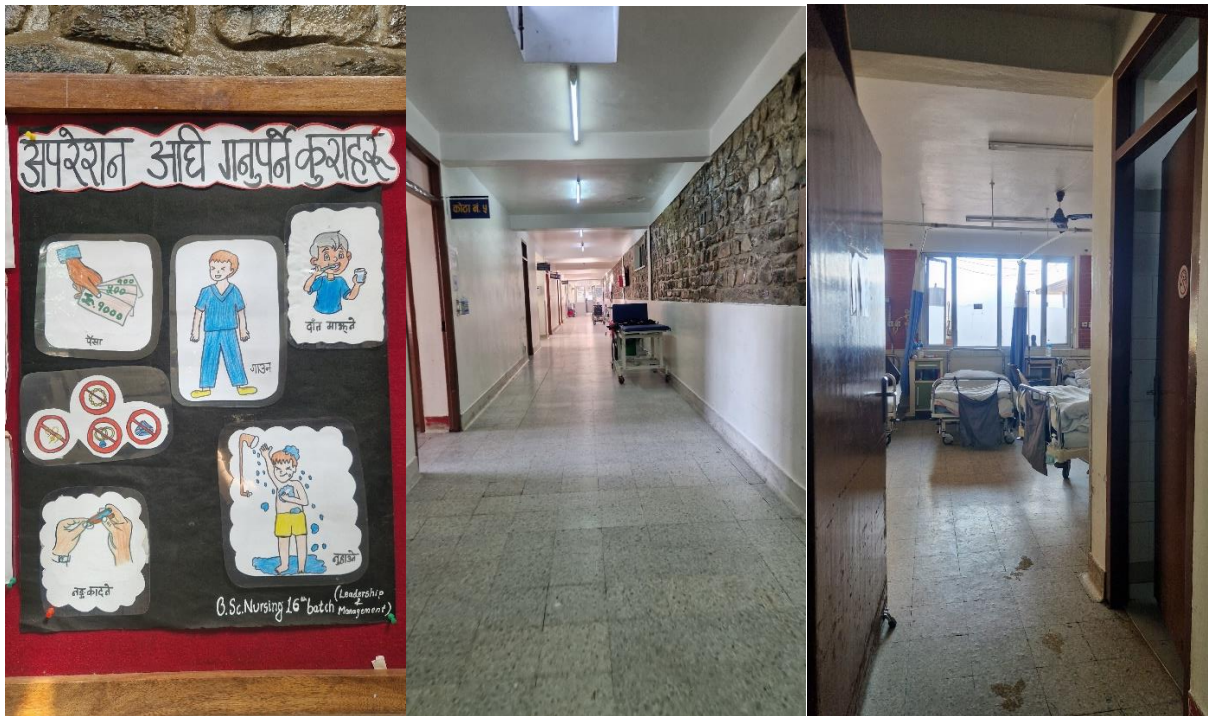
*Gemeinsames Abendessen im Guesthouse*



*Momo Night in Sharmilas Guesthouse und zu Mittag im Momo-Tent des Krankenhauses*



*Dhulikhel Hospital (Ambulanzgebäude bzw. Eingang zu den OPs)*



*Auf Station, mit Anweisungen in Bildern für den Großteils analphabetischen Patient.innen-Anteil*

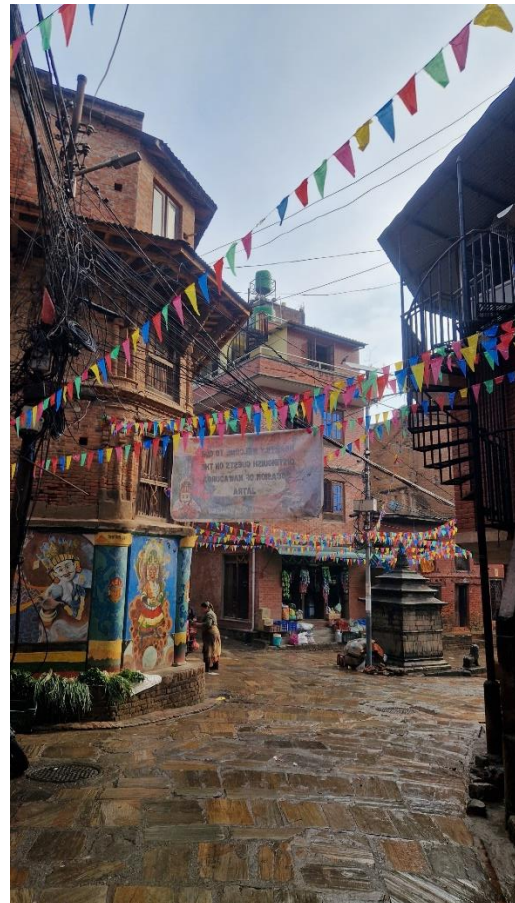


*Minor Procedure Room*

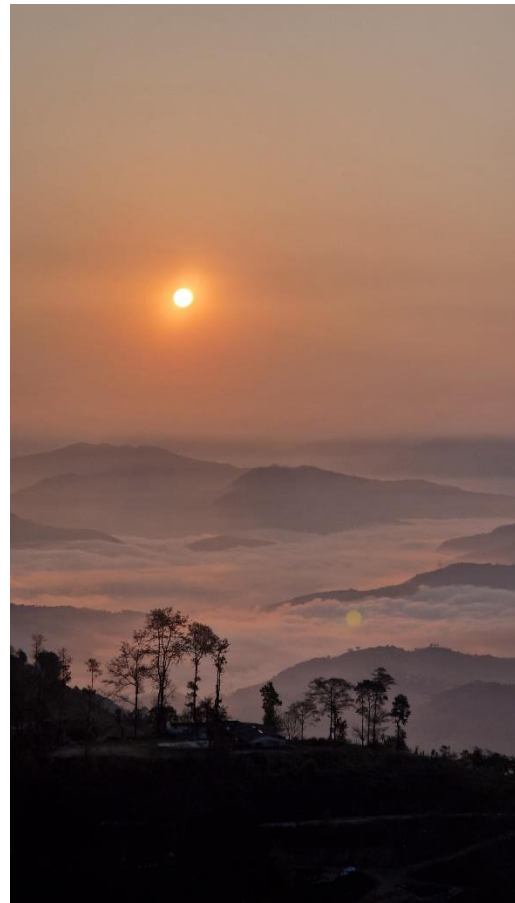
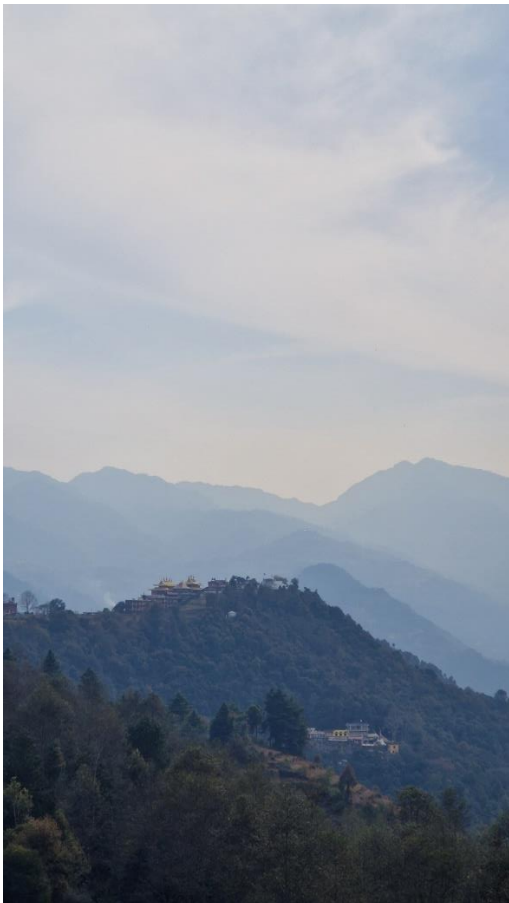


*Die Sarahs (Sarah aus den Niederlanden und ich) mit einigen Ortho-Bros (Dr. Sudeep im blauen Hemd)*





*1000 steps über Dhulikhel (sind tatsächlich nur 695) und Altstadtzentrum*



*Namobuddha Monastery in der Ferne und Sonnenaufgang in Nagarkot (Wochenendausflüge)*



*Vormittags im OP, nachmittags bei einer Runde Carrom*



*Abschiedsbilder mit Köchin Sita und Guesthouse-Betreiberin Sharmila*