



Stage in het buitenland? Een must!

Wat komt er allemaal bij kijken als je in het buitenland stage wilt gaan lopen? Waar moet je aan denken voordat je vertrekt en wat kun je van je stageplek verwachten?

Het Government Hospital in het Oegandese Jinja is overvol. Patiënten zitten uren te wachten terwijl ze vaak dagenlang onderweg zijn geweest om in het ziekenhuis te komen. Meestal met aandoeningen die al veel verder gevorderd zijn dan ooit in Nederlandse ziekenhuizen te zien zal zijn. Tbc, malaria en hiv zijn er aan de orde van de dag; leefstijlziektes zoals hart- en vaatproblemen komen er bijna niet voor. En de artsen? Die komen en gaan als het hun uitkomt. Operaties gaan regelmatig niet door, bijvoorbeeld omdat de anesthesioloog er niet is.

Het is een greep uit de ervaringen die Carine Herbst (21), student geneeskunde aan de Radboud Universiteit Nijmegen, tijdens haar stage in het lokale Afrikaanse ziekenhuis meemaakte. "Het cultuurschokgevoel was heel erg aanwezig", blikt Carine terug. "Ik vond het frustrerend dat je met de mensen daar bijvoorbeeld geen afspraken kunt maken. Tegelijkertijd was het bijzonder om te zien hoe het er daar aan toe gaat."

Confronterend

Els Goldsteen werkt bij het Bureau Internationale Samenwerking VUmc en begeleidt geneeskundestudenten bij het organiseren van stages in het buiten-

land. Juist de culturele verschillen en afwijkende situaties in de gezondheidszorg die studenten in met name ontwikkelingslanden ervaren, zijn volgens Goldsteen leerzaam. "Studenten vinden het heel bijzonder om in een andere cultuur te hebben gewerkt. In Nederland klagen we al gauw als het spreekuur 10 minuten uitloopt, terwijl patiënten in een Afrikaans ziekenhuis rustig vier uur zitten te wachten. Maar het kan ook heel confronterend en emotioneel belastend zijn. Bijvoorbeeld als kinderen sterven terwijl je weet dat die in Nederland nog goed geholpen hadden kunnen worden. Dan realiseer je je hoe goed de zorg in Nederland is geregeld."

Dat laatste zag ook Carine een aantal keer gebeuren. "Op de kinderafdeling lag een 7-jarig jongetje bij wie de nachtverpleging vloeistof moest toedienen. Toen ik de volgende ochtend weer in het ziekenhuis kwam, bleek het jongetje overleden. Niemand had de vloeistof toegediend. Ik had nog nooit iemand dood zien gaan, daar heb ik in zes weken tijd twee kindjes zien overlijden."

Berny Timmer (26), dit jaar afgestudeerd aan de opleiding fysiotherapie van de Saxion Academie Gezondheidszorg in Enschede, liep vorig jaar drie maanden stage in Indonesië in een tehuis voor kinderen met een lichame-

Tips

Begin op tijd

Een stageplek zoeken en alles daaromheen regelen kost tijd. Sommige co-schappen in het buitenland moeten al een jaar van tevoren worden aangevraagd. Maar te vroeg beginnen kan ook, want van lang niet alle stagebestemmingen is een jaar van tevoren al bekend of er plek is.

Zoek begeleiding

De meeste hogescholen en universiteiten hebben interne bureaus die studenten begeleiden. Zij zien alle stageverslagen terug en zijn dus op de hoogte van zowel positieve als negatieve ervaringen en weten wat er van tevoren en ter plekke moet worden geregeld. Er zijn ook commerciële bemiddelingsbureaus, zoals Abroad Internships (abroad-internships.nl), Counterpart Travels en Work the World.

Verdiep je in het land

Duik in de wereld van de reisgidsen zodra je weet wat het land van bestemming wordt. Afhankelijk van hoelang je stage duurt, zou je ter plekke of eraan voorafgaand een talencursus kunnen volgen. Ook is het aan te raden om je te verdiepen in de verschillende aandoeningen die er veel voorkomen en welke symptomen daarbij horen. Zeker als het om niet-westerse landen gaat, hebben patiënten totaal andere ziektebeelden dan wij hier kennen. Veel universiteiten organiseren daarom een paar keer per jaar een cursus tropengeneeskunde. Een must voor studenten die in een ontwikkelingsland aan het werk gaan.

>

'Zie een stage in het buitenland ook vooral als levenservaring'



Niet vergeten!

Verzekeringen

Je moet sowieso een reis- en een zorgverzekering hebben. Soms heb je ook een medische aansprakelijkheidsverzekering nodig. Hoe dit wordt geregeld, is afhankelijk van het land en de stageplek. vvaa.nl/student

Vaccinaties

Check op tijd of je je moet laten vaccineren, want soms heb je herhaalvaccinaties nodig voor volledige resistentie. Ook eisen sommige zorginstellingen dat je je van tevoren op MRSA laat testen. gudreisvaccinaties.nl

Visum

Afhankelijk van hoe lang je gaat en naar welk land, heb je soms een (werk)visum nodig. Het kan soms weken duren voordat een visum wordt afgegeven, dus dien je aanvraag op tijd in. Je kunt hiervoor terecht bij de ambassade of het consulaat van het land waar je naartoe gaat.

Beurzen & subsidies

Ga je binnen Europa op stage, dan kun je vaak een beroep doen op de Erasmusbeurs, die een vergoeding van maximaal 13 euro per dag uitbetaalt. Ga je buiten Europa op stage, dan

> lijke en verstandelijke beperking. Ook hij zag dat de zorg in het weeshuis niet te vergelijken was met de Nederlandse gezondheidszorg. “Er zit minder structuur in de behandelingen. Na een tijdje begon ik me daaraan te ergeren. Er was bijvoorbeeld een jongen met wie bijna niet werd gelopen. Ik vroeg waarom dat was en wilde er iets aan doen, maar daar kwam eigenlijk geen reactie op. Dat was wel lastig.”

Fysiotherapeut en stagebegeleider Henk Leemhuis begeleidt studenten die naar het kindertehuis in Yogyakarta gaan. “Van tevoren heb ik altijd een gesprek waarin ik ze probeer voor te bereiden op de culturele verschillen, maar dat is bijna onmogelijk. Je moet het zelf ervaren. Standaard is dat ik de eerste drie weken mailtjes krijg van studenten dat ze geen idee hebben wat ze moeten doen, pas na een week of zes wordt langzaam duidelijk wat van ze wordt verwacht. In het voorgesprek benadruk ik dan ook dat ze niet moeten verwachten fantastische fysiotherapeutische behandelingen te

gaan doen, maar dat ze het vooral moeten zien als levenservaring. En dat ze veel cultuur moeten opsnuiven.”

Niet-westerse landen zijn voor zorgstages en co-schappen erg populair, juist vanwege die culturele verschillen. Els Goldsteen ziet dat studenten vooral kiezen voor landen waar ze met de Nederlandse en Engelse taal uit de voeten kunnen. “Zodra er tijdens je stage sprake is van patiëntencontact en je spreekt de taal niet, is dat toch een barrière.” Westerse landen zijn vooral favoriet voor keuzeschappen, zoals wintersportgebieden in het geval van orthopedie. Goldsteen: “In het geval van wetenschappelijke stages werken studenten in een laboratorium en kiezen ze meestal voor de VS, Canada of Australië omdat ze op een internationale wetenschappelijke publicatie hopen.”

Primitief

Carine en Berny kunnen een stage in het buitenland alleen maar aanraden. “Iedereen die iets medisch studeert, zou een keer naar een ontwikkelingsland moeten gaan”, vindt Carine. “Je leert er zo veel van. Ook over jezelf. Ga er met een open mind naartoe en stel het je primitiever dan primitief voor, dan valt het altijd mee.” Berny vond de drie maanden in Indonesië een fantastische ervaring. Tijd om het thuisfront te missen heeft hij niet gehad. ‘Als je van avontuur houdt, moet je zoiets absoluut een keer doen.’ <

zijn er via je opleiding soms beurzen aan te vragen. beursopener.nl

Huisvesting

Huisvesting kun je het beste ter plaatse regelen. Boek vanuit Nederland voor de eerste dagen een hostel en ga vandaaruit op zoek naar onderdak voor langere tijd. Soms hebben opleidingen of bemiddelingsbureaus suggesties waar je terecht kunt.

Kamer onderverhuren

Het is fijn om je kamer tijdelijk te kunnen verhuren. In veel (particuliere) huurcontracten

is echter een verbod tot onderhuur opgenomen, dus ga van tevoren goed na wat wel en niet mag. Huur je een kamer via Stichting Studenten Huisvesting (SSH), dan kun je deze via de stichting tot een jaar onderverhuren. Dit moet wel met toestemming van SSH. sshxl.nl

Ov-studentenkaart

Je ov-studentenkaart kun je tijdelijk laten omzetten in een vergoeding. In 2014 gaat het om 102,29 euro per maand. Dit moet je uiterlijk voor de eerste van de maand doen waarin je wil dat de vergoeding ingaat. ib-groep.nl