

## Ulrike Peere oktober 2013: Mijn buitenlandse stage in Chitre

Deze buitenlandse stage was een heel erg mooie en verrijkende ervaring. Ik vertrok met een positieve ingesteldheid. Doordat ik al persoonlijk contact had gehad met de (Belgische) voorzitter van de VZW wist ik aan wat ik mij kon verwachten.

Toch was ik de eerste weken een klein beetje teleurgesteld. Er kwamen niet zo heel veel patiënten op een dag en als er dan kwamen, waren de casussen verpleegkundig niet zo uitdagend. De medische post was al heel goed uitgerust, daar stond ik van versteld!

Tijdens mijn verblijf in de medische post in Chitre had ik enkele malen telefonisch contact met Paul, de voorzitter. Door deze gesprekken werd ik gestimuleerd om toch actie te ondernemen in het dorp. Eenmaal ik er al wat langer was, de taal een beetje machtig was en de grootste gezondheidsproblemen kende, kon ik hierop inspelen. Zo nam ik initiatief om de kinderen van de lagere school handhygiëne bij te brengen en hun tandjes te leren poetsen.

Na de eerste dagen besepte ik dat ik een knop moest omdraaien. Ik mocht niet steeds vergelijken met de situatie in België, maar proberen te begrijpen waarom ze sommige dingen op een bepaalde manier aanpakken. Dat maakte het makkelijker om me in te leven in de situatie van de patiënten en hoe hierop in te spelen. Zoals eerder vermeld heb ik technisch geen grote uitdagingen gehad, maar na enkele dagen begon ik in te zien dat dit niet hoeft. Ik probeerde (op kleinschalige manier) de patiënten gezondheidsvoorlichting te geven (i.v.m. antibiotica, roken, anticonceptie,...) en ik voelde me daar goed bij. Dat voelde wel aan als mijn verantwoordelijkheid, want soms wordt er door de patiënten nogal lacherig over gedaan.

De mensen in Nepal leven op een heel ander ritme dan wij hier in België. Na enkele weken neem je dit gemakkelijk over. Ik denk dat ik meer had kunnen verwezenlijken als ik op het 'Westers' tempo had verder geleefd.

De eerste weken heb ik wel het echte patiëntencontact gemist, door de taalbarrière. Na enkele weken werd dit beter omdat ik enkele woordjes 'Nepali' sprak. Een verblijf van 6 maanden zou in dat opzicht fantastisch geweest zijn. Tegen dan ken je de taal voor een groot stuk en kun je zelf contact houden met de patiënten en de inwoners. Dit zou het ook makkelijker gemaakt hebben om nog andere initiatieven uit te werken, omdat je dan meer informatie hebt over de problematiek van de inwoners op vlak van gezondheid.

Door deze buitenlandse stage zal ik in België veel economischer werken. De patiënten moeten alles zelf betalen, en hebben er niet altijd de middelen voor. Het gezondheidszorgsysteem in België dat voor ons zo vanzelfsprekend is, is eigenlijk een grote luxe. En weten dat we toch nog zouden durven klagen dat het ons teveel geld kost.

De mensen in Nepal hebben me geleerd tevreden te zijn met minder. Ze bezitten zoveel minder dan wij en toch zijn ze zo gelukkig. Een grote factor daarin is de afwezigheid van stress. In het begin heb ik me meerdere malen druk gemaakt in hun 'Nepali time', maar na enkele weken zit je zodanig in dat stramien dat je zelf zo begint te denken en te doen.

Deze buitenlandse stage was heel erg verrijkend als verpleegkundige, maar ook als persoon. Verpleegkundig ben ik me meer bewust van het feit dat het heel erg belangrijk is mensen (juist) te informeren. Hier in Nepal wisten mensen zo weinig van hun lichaam en ziekteprocessen. Ik hoop dat ik hier wat aan kon verhelpen.

Als persoon heb ik heel veel warmte en respect gekregen van de plaatselijke bevolking. Wat ik daar gevoeld en gekregen heb van de mensen, heb ik hier nog nooit gehad in België. Ik ben dankbaarder voor alles wat we hier hebben en ben me er ook beter bewust van.

