

Bir Yurt Dışı Deneyimi: Johns Hopkins'te Üç Ay

Arif Mansur COŞAR

Karadeniz Teknik Üniversitesi Tıp Fakültesi, Gastroenteroloji Bilim Dalı, Ankara

Mesleki ya da akademik gelişim, bilgi ve görgüye dayalı olarak güncel gelişmeleri takip etmekle mümkündür. Mesleki eğitimin tamamlanması sonrası, akademik ya da mesleğin iyi uygulandığı merkezlerde alınacak teorik ve/veya uygulamalı eğitimler bu açıdan çok önemlidir. Nitekim günümüzde mezuniyet sonrası eğitim programları giderek yaygınlaşmakta, bazı durumlarda da zorunlu hale getirilmektedir. Altı yıllık temel tıp eğitimi, takiben 4 yıllık iç hastalıkları uzmanlık eğitimi ve nihayet 3 yıllık gastroenteroloji üst uzmanlık eğitimi ile toplam en az 13 yılı bulan uzun bir tıp eğitim sürecini tamamlayarak uzman olan bir gastroenterolog hala eğitime ihtiyaç duyar mı, duymalı mı? Hiç şüphesiz cevabımız; evet! Bilimsel gelişmelerin, tıbbi literatürün, neredeyse takip edilemeyecek bir hızla arttığı günümüzde akademik çevreler bir yana sadece klinik uygulama yapan hekimler bile bu konuda yoğun bir gayret içinde olmak zorundadır.

Öğrencilik yıllarımdan beri yurt içi ve dışında farklı üniversite ve kliniklerdeki akademik ve klinik uygulamalar hep ilgi ve merakımı çekmiştir. Yurt dışında, özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde akademik ve klinik eğitim alabilmek, gözlemci olabilmek "Bir gün acaba?" sorusu ile zihnimin bir tarafında dururdu. Tıp fakültesi 4. sınıf öğrencisi iken Türkiye genelinde 4-5 bölgede "Türkiye Kalp Projesi" kapsamında yapılan hipertansiyon ve kolesterol taraması çalışmasının Trabzon ayağına katılmıştım. Trabzon-Tonya yöresinde de Prof. Dr

Robert Mahley (*President Emeritus and Senior Investigator, Gladstone Institute*) başkanlığında gerçekleştirilen bu projeye katılmak benim için hem iyi bir tecrübe hem de ufuk açıcı olmuştur. Uzmanlık eğitimlerim sürecinde, çeşitli vesilelerle yurt dışı bilimsel kongrelere katılma imkanlarım oldu. Her fırsatta farklı bakış açıları, yaklaşım tarzları ve düşünceleri keşfetmek ve mümkün olduğunca da klinikleri incelemeye çalıştım. Hem imrendiğim hem de göğsümü gere gere gururlandığım anlar yaşadım. Tüm bu olumlu gelişmelere rağmen yurt dışında eğitim hedefim benim için uzak bir hayaldi.

2014 yılında Türk Gastroenteroloji Vakfı tarafından yer yıl düzenlenen "Güncel Gezgini Akademi-Gastroenteroloji Toplantıları"ndan biri Trabzon'da gerçekleşmişti. Ben de, "Fonksiyonel Bağırsak Hastalıkları-İrritabl Bağırsak Sendromu" konulu bir sunum yapmıştım o toplantıda. Vakıf kurucusu sayın Prof. Dr. Ali Özden hocamız, toplantı sonunda; gençlerin cesaretlendirilmesi, teşvik edilmesi ve desteklenmesi gerektiğini ifade eden bir kapanış konuşması yaptı ve bana bir müjde vererek yurt dışı eğitim bursu imkanından bahsetti. Bu mutlu haberin ardından yaklaşık 1 yıl süren arayış ve yazışmalar sonrasında, yine sayın Prof. Dr. Ali Özden hocanın sayesinde Johns Hopkins Üniversitesi Tıp Fakültesi Transplant Ünitesi sorumlusu sayın Prof. Dr. Ahmet Gürakar Hoca ile bağlantı kurabildim. Bu vesile ile başta Prof. Dr. Ali Özden Hoca olmak üzere Türk Gastroenteroloji Vakfı yönetici ve yetkilileri ile ABD Maryland eyaleti Baltimore şehrinde, yanında çalışmaktan

onur duyduğum Prof. Dr. Ahmet Gürakar Hoca'yı hayır ve minnetle anmayı borç bildiğimi de ifade etmek isterim. Johns Hopkins Üniversitesi Tıp Fakültesi başvurumun gerçekleşmesi sürecindeki yazışmalar ve Amerika'da kalacak yer bulmam konusunda, benden önce Gürakar Hoca ile birlikte çalışan sayın Dr. Enver Üçbilek'in yardım ve desteklerini de minnetle anmam gerekir. Yeri gelmişken sayın Dr. Enver Üçbilek aracılığı ile telefon ortamında tanıştığım, Türkiye'ye dönecekleri için kendi kaldıkları daireyi kiralamamı sağlayan, Washington havaalanında beni karşılayan ve Johns Hopkins Üniversitesi Tıp Fakültesindeki kayıt ve oryantasyon sürecinde destek ve yardımlarını gördüğüm kardiyolog sayın Prof. Dr. Fatih Yalçın ve eşi nükleer tıp uzmanı sayın Doç. Dr. Hülya Yalçın ile sevgili kızlarına da sevgi ve teşekkürlerimi ifade etmek isterim.

2017 yılından itibaren Türk Gastroenteroloji Derneği çok isabetli ve faydalı bir uygulama başlattı. Bu sayede artık benim yaşadığım yer arayışı, uzun süren yazışma ve kabul sürecini yaşamadan Johns Hopkins Üniversitesi Tıp Fakültesinde karaciğer transplantasyonu ve ileri endoskopik uygulamalar bölümlerinde bilgi ve görgü artırmak amacı ile her yıl, ikişer aylığına 6+6 toplam 12 kişiye eğitim bursu veriliyor. Bu programın başlangıç döneminde dernek başkanı sayın Prof. Dr. Serhat Bor benden bir değerlendirme yazısı istemişti. Hem kendi tecrübelerimi aktarmak hem de bu programa katılacak meslektaşlarım için bir kılavuz olması açısından ilgili metnin bir özetini sizlerle de paylaşmak istedim.

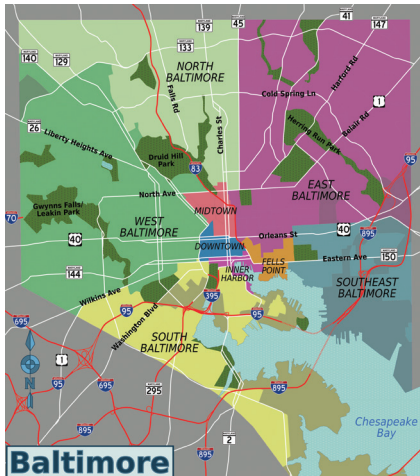
Amerika Birleşik Devletleri'nin (ABD) en köklü ve saygın tıp kurumlarının başında gelen Johns Hopkins Üniversitesi Tıp Fakültesinde (JH), Türk Gastroenteroloji Vakfı'ndan aldığım

burs sayesinde; Sayın Dr Ahmet Gürakar Hoca'nın direktörü olduğu Karaciğer Transplantasyonu Bölümünde 3 ay süre ile observer (gözlemci) olarak bulundum. Bu sürenin son bir ayında da İleri Endoskopi Ünitesinde gözlem yapma imkânım oldu.

Baltimore ve Johns Hopkins...

Türkiye'den Baltimore'a THY ile Washington üzerinden doğrudan uçulabilmekte. Washington'dan Baltimore'a taksi ile 80-100 dolara (2015 yılı fiyatları ile!) yaklaşık 1-1.5 saatte ulaşmak mümkün. Ayrıca havaalanından aktarmalı olarak Washington Garına ulaşıp oradan da yaklaşık 1 saatte 8-10 dolara trenle de Baltimore'a ulaşmak mümkün ama valizlerle ve varışın geç saatlerde olması nedeni ile bu alternatifi, en azından gidişte önermem. Londra, Amsterdam ya da Paris aktarmalı Baltimore uçuşları internet üzerinden bazen daha ucuza temin edilebilir.

Baltimore çok güzel ve bayındır bir şehir. Atlas okyanusunun kıta içine sokulduğu bir liman şehri. Nüfusunun çoğunluğu siyahi (%50?) ve Asyalılardan (%30?) oluşuyor. Güvenlik açısından dikkatli olmak gerekiyor. Gece ve tenha yerler pek güvenli değil deniyor. Metro ve otobüslerde, turistler dışında beyaz ırktan kimse görmek pek mümkün değil! Inner harbor denen ve şehrin ilk kurulduğu tarihi ve turistik alanları içeren şehir merkezinde, "Charm City Circulator" adlı, ücretsiz, 3-4 farklı otobüs hattı var. Baltimore'da olmazsa olmaz telefon uygulamalarının başında "Google Map" geliyor. Toplu taşıma sistemi ile entegre olan bu uygulama sayesinde Baltimore'da istediğiniz yere toplu taşıma ile seyahat edebilirsiniz. Hem harita üzerinden hem de durak adları ile toplu taşıma saat





ve yollarını takip etmek, alternatif rotalar ve hareket saatleri planlamak mümkün. Ayrıca JH hastanesi ile JH Üniversite kampüs ana durağı (Interfaith center) arasındaki otobüs servisi (Homewood Peabody JHMI) hakkında gerçek zamanlı hareket bilgisi veren “Rider” uygulamasını da öneririm. Şehir merkezinde ücretsiz ulaşmayı sağlayan, ayrıca birbiri ile bağlantılı diğer hatlar hakkında da durak ve gerçek zamanlı otobüs konumu bilgisi veren; “Charm City Circulator (CCC)” uygulaması yararlı olacaktır. Zor zamanda şehir içi ya da şehirler arası taksi yerine “UBER” uygulaması daha ekonomik bir alternatif. Uygulamayı yükleyip kredi kartı ile kayıt olabilirsiniz.

Hastanede ve Üniversite kampüsünde Türkiye’deki Eduroam ya da JH guest ücretsiz wi-fi sağlıyor. Ama özellikle navigasyon amaçlı en az 2 gb internetli uygun bir faturasız hat almak işe yarar Amerika’da, Ahmet Hoca ile sık sms ya da mail ile iletişime geçmek gerekecek. ABD’de e-posta sms gibi kullanılıyor. Mailinize genellikle hemen cevap geliyor ve sizden de hemen cevap bekleniyor. Ahmet Hoca whatsapp da kullanıyor ama mail daha alıştığı ve sık kullandığı bir yol.

Johns Hopkins’te observer olmak...

JH hastanesinde ilk gün; “international student office”den kayıt işlemlerinizi, pasaport ile yaptırıp yaka kartınızı almakla işe başlamalı. Zira hastane binasına giriş ve bina içinde pek çok kapı ancak yaka kartınız varken mümkün. Hatta bazı kapıları açmak yetkiniz dışında.

Hastane birbirine yakın binalardan oluşuyor. Ana bina eski, tarihi binadan oluşuyor ve hemen yanında Şeyh Zayed binası en yeni ve yüksek bina. Transplant servisi, cerrahi ve yoğun bakım üniteleri ile bu binada. Bu binanın giriş katında endoskopi ünitesi de bulunuyor. Gastroenteroloji sabah

toplantılarının (Perşembe sabah 07:30-08:30) yapıldığı salon da hemen endoskopi ünitesi girişi yanında. Ahmet Hoca’nın odası ise ana binaya 2. ve 6. katlardan köprü ile bağlantısı da olan, servis otobüsünün durağından 50-60 m uzakta, ana bina ile arada yol olan Ross Building adlı binanın 9. katında. Bu bina araştırma laboratuvarları ve doktorların çalışma ofislerinin olduğu bina. Muhtemelen Türk gözlemciler de Hoca’nın odasına misafir olacak, zira ben ve benden öncekiler öyleydi. Ahmet Hoca bu konuda da yardımsever ve misafirperver ama zaman içinde diğer fellowların odası da bu amaçla kullanılabilecek demişti.

Çarşamba günleri saat 11:30’da hepatoloji dersleri var, yaklaşık 1 saat ve aperatif yemek ikramı beraberinde. Unutmadan Perşembe sabah toplantılarında da kahvaltı ikramı var. Cuma sabah 08:00’de de dahili tıp bilimleri toplantısı oluyor. Tümüne katılım serbest.

Transplant ünitesinde, Salı ve Perşembe günleri transplant donör seçim ve nakil hastalarının değerlendirildiği konseyler var. Salı sabah 07:30’da radyoloji saati (transplantasyon hastaları), Perşembe saat 17:00’de gastro-radyoloji toplantıları var. Salı hariç sabah 08:00’de cerrahi servisinde cerrahlarla birlikte transplantasyon hastalarının dosya viziti var. Yanlış hatırlıyorsam Çarşamba günleri de patoloji saati var. Ahmet Hoca transplant ünitesi koordinatörü olduğu için oldukça yoğun: Eğitim-ders, hasta-donör hazırlık ve koordinasyonu dışında hasta muayenesi de yapıyor. Ayda bir hafta servis konsültanı oluyor.

JH’de çok farklı milletlerden hasta olduğu gibi Türk dahil çeşitli milletlerden doktor ve diğer sağlık çalışanı da var. Hastanede personel için bir yemekhane yok, bazıları “sefer tası” gibi kaplarla kendi yemeklerini getiriyor ve koridor ve

oturma alanlarında öğle arası yiyor. Ancak JH kampüsünde kantin, kafe ve küçük restoranlar da mevcut. Çevrede market, pizzacı vb de var.

Hastane binaları oldukça büyük bir alanda ve her geçen gün genişliyor ama yakın çevreden itibaren, oldukça bakımsız zenci mahalle-viraneleri de görmek mümkün, dikkatli olmalı!

Baltimor'da Hayat

Şehir merkezinde, Inner Harbor'da genişçe bir alanda ücretsiz wi-fi var! Limanda müze gemiler, güzel bir akvaryum (Cuma akşamları daha ucuz!) şehir müzesi, yakında İtalyan mahallesi, Yahudi müzesi gibi gezilebilecek turistik yerler de var. İtalyan mahallesi tarafında bir Türk restoranı da var dendi ama ben gidemedim. Yemek konusunda becerikli değilseniz, mikrodalga fırın ile çok sayıda hazır yemek; sebze, balık vb hazırlayabilirsiniz.

Türkiye'den gelirken; yasal olmasa da iyi paketlenmiş hazır kuru çorba, Türk çayı, kuru yemiş, sever ve yapabilirseniz

tarhana getirmek uygun olabilir. Türk çayı dışında ABD'de damak tadımıza uygun olabilecek pek çok gıda bulmak mümkün, hatta bazıları daha ucuz olmak üzere!.. Meyve sebze kilo ile değil libre (1 kg yaklaşık 3 lb) ile satılıyor ve taze meyve sebze Türkiye'den herhalükarda pahalı... Konserve her şey daha makul fiyatlı ama katkı-koruyucu madde içeriyor olmaları bir sorun tabi ki.

Herkesin çevrenizde spor yaptığını görmek, spor-egzersiz alışkanlığı olmayanlar için bile motive edici, yürüyüş en sık karşılaşacağınız ve herkesin rahatça yapabileceği ortam için çok uygun. Evlerin çevresinde kaldırım ve güzel yeşil alanlar var; mutlaka, en azından hafta sonları için öneririm...

Evet, biraz karışık olsa da 3 aylık JH maceramın kısa özeti ve benden sonra gideceklere önerilerim bunlar. Umarım yararlı olur. Sorularınız olursa memnuniyetle cevaplayabileceğimi ve dönüşte, sizden sonrakiler için sizin de bir not hazırlamanızı hatırlatmak isterim.

arif@doctor.com

