

---

# TUREN GÅR TIL NUUK

---



Jeg var i februar i Nuuk på sundhedscenteret sammen med min læsemakker og 4 andre studerende. Sundhedscenteret er den grønlandske udgave af en almen praksis, og ligger i samme bygninger som selve hospitalet. Sådan ser sundhedscenteret ud:



Vi boede 5 min gang fra hospitalet i De Røde Etagehuse (Aqqusinersuaq 11), så det kunne ikke være meget bedre. I opgangen er der en del graffiti, men selve lejlighederne var rigtig fine med alt det køkkenudstyr man skal bruge. Desuden er der håndklæder, sengelinned, viskestykker og karklude, som man kan bytte på hospitalet til rent. Hvis man vil vaske tøj, så er der tre vaskemaskiner og to tørretumbler på hospitalet til personalet. Det koster ikke noget at bruge dem, medbring dog lidt vaskemiddel. Der er ikke noget der hedder reservationstider, så man kan godt gå forgæves et par gange (tricket er at vaske imens man har konsultationer, så plejer det at passe fint). Hvis man vil nogen steder i Nuuk, kan man gå eller tage bussen. Man kan købe et klippekort/rejsekort i Brugsen til 30 kr + antal klip, hvor det koster 11 kr for en tur, uanset hvor man skal hen (man kan se busplan på nettet).

En typisk hverdag på sundhedscenteret startede med morgenkonference kl. 8.00, hvorefter vi svarede på e-konsultationer. Her kan indbyggere i Nuuk forny recepter på medicin, skrive ind med spørgsmål af alle karakterer. Det er primært de studerende som svarer på disse, men der er altid en læge der har ansvaret (især for de grønlandske henvendelser). Ca. kl. 9.45 startede ens egne konsultationer, hvor man sidder sammen to og to, så den ene kan føre samtalen og lave undersøgelserne, mens den anden skriver journalnotatet. Om

formiddagen sidder lægerne og sygeplejerskerne og svarer på lægetelefonen og booker hver dag patienter i ens spor – patienter de forventer vi kan hjælpe. Jeg har set alt fra tonsilit, otitis media til obs. mammacancer og testikelcancer (vi kan godt blive enige om at de ikke altid er lige gode til at visitere, men så fik vi nogle gode udfordringer). På den måde har man en reel funktion.

Udover at have egne konsultationer, kan man også deltage i gynækologisk spor, kirurgisk spor og skadestuen. I det gynækologiske spor, som findes et par gange om ugen, kan man lave fuld gynækologisk undersøgelse, fjerne og anlægge spiral og lave transvaginal ultralyd. I det kirurgiske spor kan man fjerne "dumsidutter", altså modersmærker, p-stave mm. I skadestuen er det sygeplejerskerne der styrer programmet, altså fungerer som KBU-læger og dem som tager patienterne ind, laver anamnese og objektiv undersøgelse. De kalder kun på lægen hvis de er i tvivl om hvad der skal ske. I skadestuen kan man tage de patienter man synes man har kompetencer til, eller prøve at gå lidt på dybt vand og så inddrage lægen lidt mere end ellers – det er helt op til en selv. Generelt er folk rigtig søde og vil gerne hjælpe.

I fritiden er der meget man kan lave i Nuuk. Byen er omkranset af vand og flotte udsigtspunkter. Man kan tage på vandretur til Lille og Store Malene, hvor det dog kræver en guide til Store Malene (stå af ved busstop 50 i bydelen Qinngorput, og tag hjem igen fra busstop 41).

Man kan stå på alpin (stå af ved busstop 40 lige efter lufthavnen og gå til venstre op ad vejen), som koster 250 kr. for leje af ski og liftkort. Det er også muligt at stå på langrend (stå af ved busstop 18 og gå til højre hen til det røde hus bagved broen/tunellen). Det er ganske gratis at bruge det udstyr der er derinde, men ligesom alpin kan det være begrænset hvis man ikke er der når de åbner (det er noget med at man skal være medlem, men det er der ikke nogen der holder øje med). Åbningstiderne for langrend i weekend er kl. 10 og tirsdag + torsdag kl. 17-19. Man kan godt tage ski med hjemmefra, så længe man holder sig under de 20 kg, og man skriver til AirGreenland.

Vi havde desuden et månedskort til svømmehallen, som koster 250 kr. Man kan svømme baner torsdag kl. 16-18, der er stillesvømning (svømning uden børn) fredag i lige uger kl. 19-22. Ellers kan man tage til kajakpolo tirsdag og torsdag (tag bussen til stop 46 eller 47). Hvis man gerne vil dyrke andet motion, er der fitnesscenter (fitness.gl) ellers så er der flere haller hvor man bla. kan spille volley. Ellers kan man tage gratis på nationalmuseet, tage i kulturhuset på cafe eller i biografen eller en tur i Nuuk-centeret hvor der er cafe og mange butikker. Det er også muligt at tage på biblioteket for at låne en bog eller gratis internet (som er bedre end det på hospitalet).

Hvis man vil se nordlys, er det oftest bedst fra kl. 23 på en klar dag med lille/ny måne. Vi satte nogle gange vækkeuret og gik så ned til vandet bag hospitalet hvor der ikke er så meget bylys. Det er nemt at se nordlys i Nuuk, men intensiteten og hvor meget der er, svinger fra det ene minut til det andet, så det er bare med at prøve mange gange. Jeg har en enkelt gang oplevet at der var nordlys uden for min dør. Generelt er det flot langs vandet, så benyt tiden til at gå ture til Kolonihavnen med Hans Egede statuen og videre ud til myggedalen, som er et postkort værdigt (hvis man går nordpå i byen og bare følger vandet).

Hvis man er til souvenir, så kan man købe sælskindshandsker, moskus-garn (koster kassen!) eller tupilakker. Tupilakker er også semi-dyre, men der findes et sted for social udsatte kunstnere; "værkstedet"/Ajagaq hvor de er langt billigere. Det er forskelligt hvad de har, fra gang til gang, men fordi det er ret personligt, kan man godt bestille det man ønsker. Det ligger tæt på hospitalet:



Alt i alt meget anbefalelsesværdigt.

**Budget:**

Fly: 6300 til Nuuk

Mad: 1500

Bolig: 850

Oplevelser: Jeg var i Illulissat og her kan man rigtig bruge penge på slædehund mm. I Nuuk brugte jeg ikke så mange penge på dyre oplevelser.