

Klinikophold Dronning Ingrid's Sundhedscenter (DIS), Nuuk

Juli 2017

Inden afgang:

Flybilletter til Grønland er dyre, så overvej dine muligheder i god tid. Min erfaring var dog, at priserne først ændrede sig meget 1-2 måneder før. Hvis ens rejse kun varer 1 måned, kan man bestille Takuss returbilletter som er lidt billigere. Der er mange muligheder for, at rejse med fly videre omkring. Fx Ilulissat fra Nuuk eller over Island. Jeg selv valgte at rejse 1 uge til Ilulissat efter klinikopholdet og fløj direkte herfra til Island bagefter. Min erfaring var, at min flybillet ikke blev meget dyre af, at jeg fløj over Island.

MIT RÅD: Overvej grundigt inden du bestiller flybilletterne hvilke ture og oplevelser du kunne tænke dig. Det er dyrt efterfølgende at skulle ændre flybilletterne.

Hvor skal jeg sove?

Indlogering af studerende fra DIS ligger oftest i bydelen Nuussuaq ca. 3 km fra hospitalet. Boligen er et rækkehus i to etager med 4 separate værelser. Værelser, køkken og bad er i udemærket stand. Udsigten fra huset er virkelig flot, da man kigger lige op på Store og Lille Malene samt bugten.

De dage hvor vejret er godt, kan man gå ind på hospitalet på omkring 25 min. (der går en lang trappe som genvej). Ellers kan man tage bussen fra stoppestedet lige uden for (Nr.5 Sangoriaq) til stoppested (Nr. 15 N.I.). Man kan tage bus nr. 2 eller X2 (hurtigst, men holder fx sommerferie). Busserne kører i runder i Nuuk, så man påstigning er altid på samme side af vejen. Derfor tager hjemturen også lidt længere tid i bussen.

MIT RÅD: Køb et klippekort til bussen i Brugsen, det koster omkring 120 kr. 10 klip. Vejret er nemlig ikke altid godt.

Hvordan fungerer klinik?

Velkomst og introduktion: Man får en virkelig varm velkomst af alle, rundvisning flere gange, introduktion til IT mm. Glem alt om, at man bliver glemt i et hjørne.

Dagligdagen: Hver dag starter med en kort fælles morgenkonference kl. 8.00. Lægerne går herefter til lægetelefonen fra 8.30-10.00. I dette tidsrum skal man som studerende besvare patientmails på e-lægen. Dette består i prøvesvar og receptfornyelser primært. Den studerende som skal i skadestuen går ofte blot direkte derned.

Klokken 10 er kaffe og brød i konferencelokalet. Mød op, det er super hyggeligt, folk er snaksaglige. Her kan man få gode råd og tips til ture og evt. snige sig med på en lokal sejltur. Fra klokken 10.15-11 er der forskellig undervisning, supervision eller møder.

Klokken 11-15.30 ca. er der lægekonsultationer.

Den første uge fulgtes vi alle med forskellige læger og fik et indblik i den kliniske hverdag på stedet. Herefter fik vi 2 og 2 sammen vores egne konsultationer. Den ene tog en patient, mens den anden var sekretær.

Når man har egne konsultationer, er det primært øre-næse-hals, øjne, udslæt og pneumoni der fylder mest. Der er altid en bagvagt man kan ringe til for hjælp.

Det er sygeplejerske og lægerne der fylder programmet op, så fortæl dem om morgenen hvis man gerne vil se nogle specifikke patienter, eller ikke vil.

På DIS er der bestemte dage hvor der fx laves gynækologiske undersøgelser og en eftermiddag med kirurgiske problemstillinger. Her fjernes primært mindre "dimser og dimsedutter" og er super fint at være med på.

Skadestuen er den sidste primære funktion, man som studerende kan være på. Her oplever man en meget blandet patientskare. Skadestuen er en blanding af en dansk skadestuen og vagtlægen herhjemme. Der kommer både akutte patienter og nogle som ikke fejler noget. Der er meget læring i at have sine egne patienter her. Sygeplejerskerne er klar med hjælp og der er altid en læge man kan spørge eller ringe til.

MIT RÅD: Vær ikke bange for at springe ud i dine egne konsultationer. Du kan altid få hjælp.

Hvad skal jeg lave i min fritid?

Først og fremmest vejret skifter meget på Grønland. Vi havde både 15 grader og sol og et par dage med snevejr. Påklædningsmæssigt er det derfor godt at have lidt forskelligt med. Ingen af os havde skibukser med, men en god vindtæt jakke, regnbukser og skiundertøj er rart. Inden afrejse købte jeg et par gode vandrestøvler, hvilket kan være en lidt dyr fornøjelse. Men jeg må sande, at det var jeg super glad for på mine vandreture. Terrænet er ujævnt og pludselig ligger der sne.

Vandreturer:

1. Vandretur rundt om Lille Malene – skøn tur med moderat udfordring hvor man ikke behøver en lokal. Man kan også blot vandre rundt om Cirkussøen mellem Lille – og Store Malene (let tur) eller man kan gå op på toppen af Lille Malene (moderat tur). Dette kan gøres på et par timer i alt.
2. Vandretur ud mod udsigten/nedkørslen – virkelig flot tur, noget længere og lidt mere hård end Lille Malene turen. Hav god tid, stor madpakke og gode støvler. Man behøver ikke en lokal.
3. Vandretur op på Store Malene – DU SKAL HAVE EN LOKAL MED. Turen er i den hårde ende men det hele værd. Dog kan vejret skifte hurtigt og stien mere usikker, derfor anbefales det at tage en lokal med.

Vandet:

4. Solnedgang over Myggedalen – vildt flot udsigt og solnedgang hvis man sidder på klipperne og kigger ud over Myggedalen og vandet. Måske ser man også en hval.
5. Bådture – fisketure efter rødfisk og torsk samt hvalture er et must. Se om du ikke kan finde en lokal fx fra hospitalet.
6. Sejltilfjord – Virkelig flot tur med fantastisk fine isbjerge. Personaleforeningen Mattut arrangerer en tur, som er lidt billigere. Indmeldelse og tilmelding hertil foregår kun om onsdagen.

Byen:

1. Kulturhuset (Katuaq) – lækker weekend brunch, biograf og andre kulturelle indslag.
2. Svømmehallen (Malik) – svømmehal med flot udsigt over fjorden.
3. Fitness – der er fitness center og CrossFit.

4. Nationalmuset – ligger nede på kulturhaven. Rigtig fint museum med gratis adgang om søndagen.
5. Biblioteket – vi brugte det kun som internetkilde i starten. Står man uden for deres hoveddør i weekenden når der er lukket, kan man stadig komme på ganske fint internet. Kræver ingen kode.

Mad:

Maden er selvfølgelig lidt dyre end herhjemme, men man kommer altså meget langt med tilbudsavisen og frisk fisk fra "Brættet". Brættet er en fiskeforretning på samme gågade som Brugsen.

1. Restaurant Charoen Porn (Thai Restaurant) – virkelig god mad og venligt personale.
2. Cafe Esmaralda – vi var ret vilde med deres rugbrøds sandwich med røget torsk.

Fest:

Om fredagen tager mange af de yngre læger og sygeplejerske til "fredagsbar" på Daddy's. Rigtigt hyggeligt sted med mange danskere.

Der findes flere andre steder, som er mere eller mindre lokale. Hør ad om nogle skal af sted og hvordan stemningen er der.

MIT RÅD: Prioriter bådture selvom det kan være dyrt og køb nogle gode vandrestøvler hvis du vil vandre.

Hvis man vil besøge andre steder?

Sammen med min læsemakker fløj vi til Ilulissat mere nordpå. Man kan også sejle. Turen dertil er lidt dyr (omkring 2600 kr. for fly), men det er ALLE PENGENE VÆRD. Diskobugten byder på UNESCOs fredede isbjerge, hvaler, Diskoøen og Egi Glecier. Hvis man virkelig vil se isbjerger skal man tage til diskobugten.

