# Dronning Ingrids Sundhedscenter, Nuuk, September 2016

*Ta’ afsted – det gør en forskel*

D. 31. august 2016 tog jeg afsted til Nuuk, som del af mit 9. semester. Med på rejsen var en veninde, der også var i klinik ligesom jeg. Tilmed havde jeg min kæreste og vores datter på 5 måneder med. Vi havde en oplevelsesrig tur – både fagligt som personligt, som klart kan anbefales. I den følgende tekst, vil jeg berette lidt om mine erfaringer fra opholdet.

## Flybilletter, forberedelse og flyrejsen

Der er grundlæggende to flyselskaber, der flyver til Grønland – Air Greenland (fra Aalborg eller København) og Air Iceland. Da jeg fik tilsagn om opholdet fra IMCC bookede vi straks flybilletter, og endte med at betale omkring 7000kr t/r. Flyrejsen blev fra København via Søndre Strømfjord (Kangerlussuaq) til Nuuk, som forløb uden problemer. I lufthavnen i Nuuk havde boligadministrationen lagt en nøgle til vores bolig samt et taxakort til os, som vi hentede i en nøgleboks.

Da jeg modtog godkendelse af ophold var jeg i kontakt med Sundhedscentret (DIS) i Nuuk for at informere om, at jeg medbragte kæreste og datter ift. bolig. Det var ikke noget problem. Jeg kontaktede ligeledes studienævnet for at få forhåndsgodkendt mit ophold.

IMCC og DIS udstikker ligeledes nogle anbefalinger til sygdomme, som det er værd at læse op på inden afgang.

## Bolig

Vi blev indkvarteret i et rækkehus på Sanavej, som lå 2 minutters gang fra Sundhedscentret, hvilket var helt optimalt. Der var to værelser, et stort badeværelse og et køkken-alrum. Boligen lå med udsigt til havet – blot 2 minutters gang derfra, så det var rigtigt fine forhold. Der var sengelinned, håndklæder, vaskeklude og viskestykker til rådighed i boligen.

Der var ingen vaskefaciliteter i boligen, men der var mulighed for at købe vaskekort i kantinen til hospitalspersonalets vaskeri.

## Klinikopholdet

DIS er en stor og forholdsvis ny lægepraksis, som har mange læger og sygeplejersker ansat. Der er almindelige konsultationer, som vi kender fra praksis i Danmark, og så er der små-kirurgi, som foregår hver onsdag. DIS varetager ligeledes skadestuen og tager sig af evakueringer fra kyststrækningen omkring. Der er derfor et hav af opgaver, hvorfor arbejdsgangen er en god blanding af 8-16 job samt akutte sager.

Vi fik en varm velkomst den første dag samt en meget grundig introduktion til hele DIS. Ligeledes blev vi informeret om, hvad vi kunne forvente af opholdet og hvad de forventede af os. Vi fandt hurtigt ud af, at hér var der god mulighed for at få lært en masse.

Min veninde og jeg fik ’egen’ konsultation fra dag fem. Vi sad sammen, hvor vi skiftevis tog patienter, mens den anden tog notater for konsultationen. Patienterne kom med alt fra top til tå, og vi blev derfor udfordret på en god lærerig måde. Vi havde altid mulighed for at ringe til en bagvagt, og vi oplevede enormt god faglig feedback og hjælp til de ting, vi behøvede. Vi havde mulighed for at lægge pauser ind i vores program, således vi overholdt konsultationstiderne nogenlunde.

Hver morgen fra 08.15-10.00 sad vi og besvarede henvendelser på en netportal, hvor patienter kan skrive ind efter receptfornyelse samt stille spørgsmål. Også det var enormt lærerigt, fordi man både fik en stor medicinsk læring og samtidig et indblik i de problematikker, man står i i Grønland.

Vi havde ingen konsultationer om onsdagen, da vi i stedet hjalp til med småkirurgi, og hér var der også rig mulighed for selvstændighed. Vi fjernede og anlagde P-stave, lavede biopsier og andre små-ting.

DIS har også gynækologi-dage, og således er der også mulighed for at få en masse læring herom.

## Mad

Der var rigtig fine indkøbsmuligheder i Nuuk med supermarkeder som Pissifik, Brugseni, Spar og Kamik indenfor nærmeste gå-afstand. Frisk frugt og grønt var lidt dyrere end i Danmark, men ofte kunne man finde rimelige tilbud på dette – eller på frosne grøntsager. Fisk, sæl og hval kunne anskaffes frisk på ’Brættet’, og priserne her var meget overkommelige ligesom kød tit var på tilbud i supermarkederne.

I august-september er der rensdyr-jagt, og derfor kunne man købe forskellige rensdyr-udskæringer på det gamle ’Brættet’ tæt ved Kolonihavnen.

Vi havde medbragt fiskestang, og fiskede nogle gange fra kysten nedenfor vores bolig. Det var meget let at fange torsk, så på den måde fik man både en sjov oplevelse – og friskfanget aftensmad.

Der var også mulighed for at prøve byens restauranter. Vi hørte godt om gourmet-restauranten, Sarfalik, som ligger i Hotel Hans Egede. Vi syntes desuden godt om thai-restauranten, Charoen Porn ligesom kulturhuset, Kattuaqs, morgen- og aftenbuffet også var et besøg værd.

Alt i alt var madoplevelsen rigtig godt – og priserne kunne holdes på et rimeligt leje.

## Fritidsaktiviteter

Nuuk og omegn byder på en række muligheder for fritidsaktiviteter.

Vi gjorde flittigt brug af svømmehallen, Malik, som ligger i bydelen Nussuaq, 20-25 minutter fra Sundhedscentret.

Naturen i og omkring Nuuk ligger op til vandreture, og vi gik ture både på Lille Malene og Store Malene. Lille Malene kan snildt klares uden guide – både ’forfra’ langs liftsystemet, og fra ’bagsiden’, hvis man går turen op til Cirkussøen, og den vej op. Til Store Malene blev vi anbefalet at følges med en lokal – dette havde vi held til at arrangere ved hjælp af Facebook-gruppen ’Køb, salg og leje i Nuuk’, som generelt er meget anvendelig, hvis man mangler noget.

Vi var også på bådtur ind til Isfjorden, som var en helt fantastisk tur. Vi gjorde brug af et rejsebureau, men der var også flere af de ansatte på Sundhedscentret, som havde båd – hvor det var muligt at komme med dem.

I September, da vi var afsted, så vi også nordlys – et rigtigt smukt syn.

Kort fortalt, så var jeg rigtig glad for mit ophold ved Sundhedscentret i Nuuk, hvor jeg både fik nogle gode, spændende og lærerige oplevelser – både personligt såvel som fagligt. Jeg vil opfordre til at tage denne oplevelse – det gør en forskel!

Anne Olenius Grøn, 9.semester medicin, Aarhus Universitet