

## **Klinikophold ved Dronning Ingrid's Sundscenter i Nuuk – november & december 2020**

Jeg havde mit selvtilrettelagte projektforbøb på 9. semester som et klinikophold i Nuuk ved Dronning Ingrid's Sundhedscenter (DIS). Jeg var afsted i 8 uger i november og december, og det var en helt fantastisk oplevelse. Klinikken var utrolig spændende og lærerig og Grønland er helt fantastisk; naturen er vanvittig smuk og storslået og befolkningen er venlig og imødekommende.

### **Praktisk information inden afrejse**

Flybilletterne kan være meget dyre og det kan derfor anbefales at købe dem i så god tid som overhovedet muligt. Så kan man slippe med at betale 6000kr tur-retur i stedet for helt op mod 10.000kr. Derudover kan jeg anbefale, at man køber sine billetter direkte gennem det grønlandske flyselskab Air Greenland, selvom de er lidt dyrere, end hvis man køber hos andre billetudbydere – men det er godt givet ud! Jeg gik selv lige i fælden og købte gennem en anden udbyder (tripmonster) og havde en rigtig dårlig oplevelse med dette. Man kan ikke komme i kontakt med dem overhovedet efter at man har købt billetter, så hvis man vil ændre noget på sin billet, fx afgangstidspunkt, bagage el.lign. er det stort set umuligt. I en usikker tid med corona, hvor afrejsedatoer og andet kan blive ændret fra den ene dag til den anden ville jeg klart anbefale, at man køber sine billetter gennem Air Greenland.

### **Ankomst og bolig**

Ved ankomst til Nuuk afhenter man nøgle og taxikort i en boks i lufthavnen (koder til dette bliver sendt pr mail inden afrejse). Det er utroligt nemt, og man går bare direkte ud i en taxi og bliver kørt til den bolig man har fået tildelt gennem boligadministrationen. Boligen jeg blev indkvarteret i, var en 3-værelses bolig som jeg delte med to andre. Huslejen var 850kr pr mdr. og altså noget billigere end priserne i Aarhus. Jeg har hørt at standen af studenterboligerne er meget forskellig, men jeg var heldig at komme i en bolig som var rigtig god! Der var store værelser, stor stue (med TV som indeholdt alle DR's kanaler), et rigtig fint køkken med det mest nødvendige og et fint badeværelse. Der er desværre ikke internet i boligen og det er dyrt og besværligt at installere. Derfor er det nemmeste enten af undvære internet i boligen (der er net på hospitalet man kan bruge, når man er der), eller at købe et abonnement gennem Tusass.

### **Klinikken**

Klinikopholdet foregik som sagt ved DIS, som fungerer som almen lægepraksis for alle borgerne i Nuuk. Klinikken ligger i forlængelse af hospitalet og praksislægerne har også vagter i skadestuen som ligger i den anden ende af hospitalet. Den første klinikdag fik vi en kort introduktion, mødte lægerne, fik udleveret uniform og blev sat ind i det grønlandske svar på EPJ. Den første uge brugte vi mest ovre i skadestuen, hvor vi fulgte med lægerne eller sygeplejerskerne og tog nogle enkelte patienter selv. Herefter fik vi lov til selv at have konsultationer på DIS, hvor vi sad to studerende sammen i en konsultation. Ud over at være i skadestue og i almen konsultation var der også mulighed for at få lov at lave gynækologiske undersøgelser, børneundersøgelser, lungefunktionsundersøgelser og små kirurgiske indgreb som fx fjernelse af p-stav, nævi mm.

En ”arbejdsuge” på DIS kunne fx se sådan ud:

Mandag: Skadestuen

Tirsdag: Studenterambulatoriet

Onsdag: Børneundersøgelser (med en læge)

Torsdag: Gynækologiske undersøgelser (med en læge)

Fredag: Små kirurgisk (med en læge).

Generelt fik vi lov at arbejde meget selvstændigt, hvilket egentligt fik opholdet til at minde lidt om vikariat. Der var supervision når man efterspurgte det, men ellers kørte studenterambulatorier egentligt uafhængigt af de andre lægers programmer. Generelt var lægerne rigtig søde, specielt de yngre læger var gode til at undervise og lære fra sig.

I og med, at jeg var i det der svarer til en almen praksis og i skadestuen så man mange forskellige patienter med vidt forskellige sygdomme. Når det så er sagt, var der en del der gik igen. Særligt øre-næse-hals og øjensygdomme var der meget af samt ortopædiske og psykiatriske patienter. Disse fag har man jo først på 10. semester, men det vil være en god idé at sætte sig lidt ind i de mest basale ting inden man tager afsted eller i første del af ens ophold.

### **Hverdagen**

Hverdagen i Nuuk var meget afslappet. Grønlænderne tager en dag ad gangen og da vejret altid er en ubekendt faktor, skal man være omstillingsparat ift. de planer man eventuelt har lagt og bare se at komme ud på vandretur eller langrend, når vejret er til det. En del sport er gratis i Nuuk, bl.a. Langrend, hvor man kan låne udstyr, og så er der også en klatrehal man kan prøve kræfter med. Ift. styrketræning kan jeg anbefale Nuuk Crossfit – her koster det dog penge for at træne, men stedet er super fint, og der er de fleste redskaber man får brug for.

Ift. mad er der 3 primære indkøbsmuligheder i Nuuk: Pisifik (ala Føtex), Akkiki (ala netto) og Brugseni (som Brugsen herhjemme). Alle steder er fine. Priserne på særligt fisk er favorable, mens frisk frugt og grønt er ekstremt dyrt og så skal man forberede sig på at nogle varer kan være udsolgt i længere perioder.

### **Ture og sightseeing**

Jeg kan klart anbefale at udforske Nuuks omgivelser på gåben – der er meget smuk natur ganske tæt på. Man kan tage på vandreture ved de to nærliggende fjelde ”Lille Malene” og ”Store Malene”, hvor man kan gå rundt om førstnævnte og op på sidstnævnte. Det kan ikke anbefales at begive sig op på Store Malene i vinterhalvåret da det kan være farligt. Som udgangspunkt er det altid bedst med en guide til Store Malene, mens man sagtens kan begive sig rundt om ”Lille Malene” på egen hånd (dog ikke alene).

Da Nuuk er omkranset af et stort og smukt fjordsystem, skylder man sig selv en eller flere sejlture. Jeg var selv på en 7 timers fantastisk sejltur med turistagenturet ”Tupilak Travel”. Turen kostede 1500kr med corona rabat. Hvis man gerne vil på heldagsture, ligger priserne i det leje, så udvælg én tur du rigtig gerne vil på. Ift. prisen er det det hele værd. Ud over ”Tupilak Travel” findes der også ”Nuuk Water taxi” som arrangerer lignende ture.

I Nuuk by er der også flere spændende ting at se bl.a. ”Brættet”, hvor man kan købe frisk fisk og kød af de lokale, Nationalmuseet som giver et godt indblik i Grønlands historie, Myggedalen hvor der er udsigt til det store bjerg, Sermitsiaq, samt mange andre spændende ting. Hvis du er glad for at stå på ski og kommer til Nuuk i vinterhalvåret er der mulighed for både langrend og alpin (der er dog kun én løjpe til alpin, mens der er masser af langrendsspor).

### **Kultur**

Den Grønlandske kultur er forskellig fra den danske på trods af, at der bor mange danskere deroppe. De fleste grønlændere har det godt med danskere, men der er nogle gnidninger deroppe som har resulteret i, at ikke alle bryder sig om danskere. Særligt i Nuuk er der en stor udskiftning af mennesker, da mange danskere (fx sygeplejerske, læger og håndværkere) kun opholder sig i Nuuk i en meget kort periode (1-3 mdr.) Det kan derfor være svært at komme ind på livet af en grønlandsk familie og man kan ikke regne med at blive inviteret med på fisketur eller kaffemik af de lokale, hvis ikke man kender nogen i forvejen. Det kan anbefales, at man sætter sig lidt ind i Grønlands kulturhistorie inden man tager derop, fx kan jeg anbefale at man ser filmen ”Kampen om Grønland” som er at finde på dr.dk/tv. Den er rigtig god og giver et godt indblik i de forskellige politiske strømninger der præger grønlænderne, både ift. selvstændighed, det dansk-grønlandske forhold, uddannelse, familien og livet som ung. Derudover ligger der også en serie ”Gennem Grønland”, hvor man følger Nikolaj Coster Waldaus rejse gennem Grønland, som også er værd at se.