

Sisimiut april-maj 2022

Jeg har lige siden første gang jeg hørte om muligheden for at tage på klinikophold til Grønland (1. semester) haft lyst til at tage afsted, og nu har jeg langt om længe fået muligheden! Jeg fik desværre ikke en plads, da jeg søgte, men jeg havde heldigvis muligheden for at få en restplads i Sisimiut i både april- og maj-måned. Det blev dermed lidt tilfældigt, at jeg havnede i Sisimiut. Jeg har arrangeret opholdet som mit 9. semesters valgfrie projektforsøg, og har dermed splittet 9. semester, for at få det hele til at gå op (hvilket jeg sådan set kun kan anbefale!).

Det har hele tiden været planen at tage min ikke-medicinstuderende kæreste med, hvis det kunne lade sig gøre rent praktisk, da han havde semesteret ”fri” til at skrive speciale. Vi fik først svar på, om at han også kunne bo i boligen et par måneder inden afrejse, så vi fik købt flybilletter lidt sent. Vi kom dog stadig ”kun” af med ca. 6.600 kr. tur/retur pr. person, da vi gjorde brug af Air Greenlands tilbud med Fly ’n Sleep derop, hvor man flyver for 1.995 kr. og til gengæld tager en overnatning i Kangerlussuaq (f.eks. på vandrehjemmet Old Camp for 395 kr./person inkl. transfer til/fra lufthavnen samt morgenmad). Superhyggelig lille by. Vi havde booket en 5-timers tur ud til indlandsisen gennem Albatros Arctic Circle. Den bestod af en bustur ind i landskabet med fortællinger og stop ved smukke udsigtspunkter undervejs. Efter 1 time og 45 min ankom vi til indlandsisen og skulle gå det sidste stykke ud på isen. Lidt pebret pris (650 kr./person), men det var en meget smuk tur, som godt kan anbefales, hvis man vil se indlandsisen.



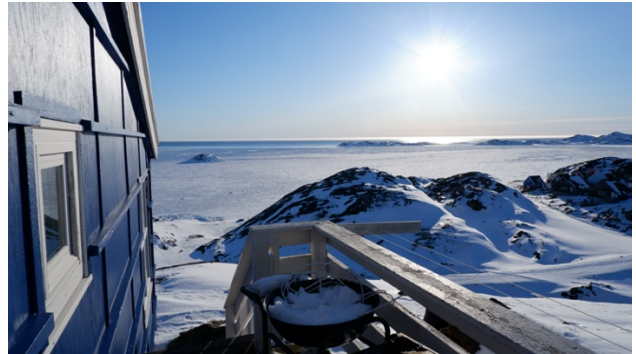
Vi ankom til Sisimiut om fredagen, hvor jeg skulle starte i klinik om mandagen, så vi havde lige et par dage til at falde på plads. Vi blev hentet i lufthavnen af hospitalets alt-muligt-mand, Erik, og kørt til vores bolig. På vejen kørte vi forbi hospitalet, og han udpegede forskellige ting i byen. Da vi havde pakket ud, snørede vi vandreskoene og gik en tur rundt i byen. Vi gik en tur på posthuset (ligger lige overfor sygehuset), hvor man kan købe grønlandsk SIM-kort/telefonnummer (nødvendigt for internet i boligen) og internet (899 kr./mdr.). Internettet tager op til 5 dage om at virke. Herefter fik vi i Brugseni (den store Brugs), som ligger lige ved siden af posthuset, for at handle ind til aftenmaden.

På vores allerførste aften/nat så vi nordlys lige ude foran lejligheden. Så smukt! Vi vidste, at der ikke ville gå særlig lang tid, før det ville blive helt umuligt, da dagene i april tiltager hurtigt. Så at vi havde muligheden for at se det allerede første aften var bare helt suverænt! Vi så det flere aftener herefter, hvor der var skyfrit. Da vi ankom den 1. april, gik solen ned omkring 20.30, og 1. maj var dette tidspunkt allerede rykket frem til ca. 22.30. Solnedgangene er desuden utroligt lange, så selvom solen er væk, er der stadig relativt lyst på himlen i ret lang tid. Da vi rejste hjem igen i starten af juni, begyndte midnatssolen, som vi desværre lige præcis gik glip af.



Boligen

Sygehuset råder over flere personaleboliger rundt omkring i Sisimiut, som både lejes ud til vikarlægerne, medicinstuderende fra Danmark samt andre sundhedsfaglige studerende/medarbejdere fra både Danmark og Grønland. Vi blev placeret i den bolig, der efter min opfattelse typisk lejes ud til de studerende. På Umiivitsiaq 47 mere præcist, som ligger helt ud til vandet og i modsatte ende af byen end hospitalet. Værre er det dog ikke end at man i rask gang kan gå turen på 20 min. Sygehuset har også nogle cykler, som man gerne må låne, hvis man ikke gider at gå.



Man bor i den yderste af de to sammenhængende, blå boliger med 1. klasses udsigt til fjorden.

Lejligheden består af en indgang (med vaskemaskine), et badeværelse, et køkken/spisestue, en stue (med fantastisk udsigt ud over fjorden med mulighed for hval-spotting - så husk kikkerten!) og fire værelser. To værelser med hver én enkeltmandsseng, et værelse med to enkeltmandssenge samt et værelse med en trekvartseng (sidstnævnte som vi boede på). Der var ikke andre studerende i lejligheden, mens vi var der, så vi havde det hele for os selv. Dog bortset fra et lille overlap på et par dage i slutningen af opholdet med den næste medicinstuderende. Men det var også super hyggeligt! I stuen er der et TV med DR1 og DR2 samt en DVD-afspiller. Vi ville egentligt have haft vores Chromecast med, men den glemte vi i Danmark. Vi klarede os dog fint med DR's flow-tv. I lejligheden ligger desuden Langt fra Las Vegas-boksen, hvis man er til det.



Sygehuset

Som sagt ligger sygehuset i den anden ende af byen. Man møder omklædt hver morgen (i hverdagene) kl. 8 til røntgenkonference i røntgenrummet, hvor alle gårsdagens røntgenbilleder gennemgås. Herefter er der morgenkonference ovenpå, hvor de indlagte patienter diskuteres. Der er som regel altid tid til en kop kaffe inden patienterne begynder at komme kl. 9. Alle andre dage end torsdag er der akutte patienter fra kl. 9.00 til 9.30 (5 minutters tider), hvorefter der er booket normale tider (15 minutters tider) samt telefonkonsultationer resten af dagen. Den læge, der har vagten, går stuegang på de indlagte patienter fra kl. 9 til 10 og har herefter akutte patienter resten af dagen. Fra 13-13.30 har denne person desuden bygdekonsultation med eventuelle patienter fra bygderne, der har en akut problemstilling af vende med en læge. Ikke-akutte problemstillinger i bygderne klares ved bygdebesøg, som foregår nogle gange om året (forskelligt fra bygd til bygd). Om torsdagen er der ”dippedektomi-dag”, hvor diverse dippedutter fjernes. Det er f.eks. modermærke-excision, anlæggelse/fjernelse af implanon/p-stav, kirurgiske aborter, rectoskopi, biopsier og lignende. Dette er booket på fra kl. 9 af, og når listen er tom, hjælper alle om de akutte patienter på vagtlægens program. Hver torsdag eftermiddag er der administrativt arbejde, hvilket man som studerende ikke har særlig meget af. Jeg kunne sagtens nå at tjekke blodprøvesvar og ringe tilbage de patienter, der skulle ringes til indimellem ”mine” andre patienter i løbet af ugen, da man som studerende som udgangspunkt ikke får booket patienter direkte på ens eget program. I stedet skal man ”stjæle” patienter fra lægernes programmer (og de sætter virkelig stor pris på hjælpen!). Torsdag eftermiddag brugte jeg derfor typisk på at hjælpe vagtlægen med eventuelle akutte patienter, og ellers var der indimellem mulighed for at holde lidt tidligere fri.

Størstedelen af arbejdet foregår som i almen praksis med normale konsultationer, akuttider osv. Derudover er der en sengeafdeling med plads til 19 patienter, som dog sjældent er fyldt op. Komplicerede patienter (herunder akut dårlige og samt pt der skal scannes/opereres) overflyttes til Nuuk eller Rigshospitalet i Danmark. Der er 6 konsultationsrum på gangen. Mandag og onsdag var der som udgangspunkt ikke nok rum til at jeg kunne have mit eget, så der gik jeg med hos lægerne på skift alt efter hvad, der lød spændende, eller så patienter i skiftestuen, hvis sygeplejerskerne ikke brugte rummet. De resterende dage havde jeg mit eget rum, hvormed jeg selv kunne tage patienter ind uden problem. På størstedelen af opholdet var der dog alligevel som oftest et rum ledigt til mig, eftersom de to faste læger var på diverse kurser samt havde noget ferie.

Der bliver som sagt ikke booket patienter på de studerendes programmer, så man skal selv udvælge, hvad man føler sig kompetent til. Jeg tog primært patienter fra akutprogrammet med luftvejsinfektioner, øjenbetændelse, øresmerter, udslæt og ondt forskellige steder i bevægeapparatet eller abdomen. Man bliver kastet ud i det lige med det samme, hvilket jeg syntes var megafedt! Man kan altid banke på inde hos lægerne, hvis de lige skal se med, og alle patienterne skal også konfereres med dem, da de skal godkende ens notater. Man kan ikke selv oprette recepter eller lave henvisninger, så det skal man ligeledes få en af lægerne til at hjælpe med. Diverse lab-prøver samt røntgenbilleder kan man dog godt bestille. Udover de ting man normalvis ser en del af i almen praksis, så er der særligt meget ØNH (herunder også peritonsillære abscesser, som er relativt hyppigt heroppe) og veneria (chlamydia, gonoré, syfilis, HIV). Noget andet, der er godt at læse op på, er helt generel undersøgelsesteknik af bevægeapparatet. Særligt smerter fra ryg, skulder, knæ og hofte var en hyppig problemstilling. Der

kom også mange, der var faldet obs. diverse frakturer. Jeg havde ikke selv særlig meget erfaring med at undersøge for dette, men lærte hurtigt hvordan man gik systematisk til værks.

Det var meget forskelligt, hvornår på dagen jeg gik hjem. Alt mellem 14 og 16 (og en enkelt dag efter 16). Det afhang meget af, hvornår patientlisten var tom, og om man selv skulle tjekke op på noget eller evt. forberede sig på noget til næste dag. Nogle enkelte torsdage kunne jeg gå hjem nærmest efter frokost, da der ikke var flere patienter at se. Jeg synes generelt at mine dage blev længere og længere i takt med at jeg fik mere selvtillid og begyndte at tage flere og flere komplicerede patienter ind. Heraf flere undersøgelser, mere tænkning, mere konferering og længere notater, hvilket alt sammen tog tid ☺



1) Alle konsultationsrummene ser mere eller mindre ens ud og indeholder de samme remedier. 2) Konsultationsgangen med de 6 rum inde til venstre. Til højre: skadestue, skiftestue og røntgen.

Det er langt fra alle patienterne som taler dansk. Nogle gør, andre forstår/taler lidt dansk og nogen gør overhovedet ikke. Jeg spurgte derfor som udgangspunkt altid patienten, idet jeg kaldte dem ind, om jeg skulle bruge en tolk. Siger patienten ja, går man bare op i receptionen (som kaldes konsultationen) og henter en tolk. Det fungerer super (og tolkene er mega søde ☺).

Derudover kan man med fordel gå med hos nogle af de andre faggrupper på de dage, hvor man alligevel ikke selv kan tage patienter. Man kan f.eks. køre med hjemmesygeplejersken, gå ned i livsstilsambulatoriet, og hvis timingen passer, kan man være med til en fødsel, som jordemødrene klarer 100 % selv, når der ikke er komplikationer. Engang i mellem tager lægerne også på bygdekonsultationer, hvilket man også kan spørge, om man må komme med på, hvis der er plads i båden (der skulle have været to bygdebesøg, mens jeg var her, men de blev desværre begge aflyst). Hver anden tirsdag eftermiddag er der desuden lægebesøg på Alderdomshjemmet (plejehjemmet), hvilket jeg også var med på.

Ift. beklædning kunne jeg fra tidligere rapporter læse mig frem til, at det var lidt forskelligt om man brugte sit eget tøj med kittel udover, eller om man brugte hospitalets tøj. På mit ophold gik alle i

hospitalstøj, så det var også det jeg gjorde. Ift. sko, havde jeg et par kondisko med. Det er yderst sjældent, at der er deciderede operationer på programmet, og i så fald kan man låne et par træsko nede på OP. Der er primært tale om kirurgiske aborter, og det foregår altid om torsdagen. Derudover havde jeg stetoskop, reflekshammer, lygte og FADL's kittelkort med. Der er et otoskop i alle konsultationsrummene, som lægerne generelt bare brugte til alt (f.eks. inspektion af munden eller pupilrefleks), så det er ikke som sådan nødvendigt at have sin egen lygte med, hvis man ikke har en.

Af undersøgelsesmuligheder kan man tage røntgenbilleder, lave UL, tage blodprøver, lave diverse mikrobiologiske undersøgelser (podning, urin, fæces), tage EKG samt tage mindre biopsier. Og så har jeg helt sikkert glemt noget. Laboratoriet kan teste en del af blodprøverne selv, men gør det ofte kun hvis prøverne er fremskyndede. Trombocytter skal de f.eks. tælle manuelt, så dem bestiller man kun, hvis det er strengt nødvendigt. Ellers sendes prøverne til Nuuk (eller Danmark) til analyse. Patologiprøverne sendes til Danmark.

Indimellem kommer der specialistbesøg på hospitalet, som så kan tage nogle patienter ind, som står på en venteliste. F.eks. var parenkymkirurgerne på besøg i starten af mit ophold, hvor de bl.a. opererede hernier og lavede mandlige steriliseringer. Derudover havde vi en pædiater, en børne-unge-psykiater samt psykolog og en øjenlæge på besøg under mit ophold.



Mad

Priserne er generelt dyrere end i Danmark (især frisk frugt/grønt), men hvis man bare sørger for at købe de varer, der er på tilbud, bliver priserne ofte meget fornuftige. Især varerne på sidste salgsdato bliver sat meget ned. Udvalgmæssigt har de stort set de samme varer som i Danmark, og vi var faktisk overraskede over at finde diverse vegetariske/veganske produkter i butikkerne. Vi lever primært vegetarisk i Danmark og regnede med, at det ville blive lidt svært/dyrt heroppe, når en agurk koster 30 kr. og broccoli 40 kr. Vi har derfor også suppleret en del med fisk. Men det er altså ikke umuligt. Det er kun pengepungen, der sætter grænserne ;-) Og så er der altså også helt fornuftige tilbud til tæt på danske priser!

På "Brættet", som ligger lige ved Brugsen, kan man købe friskfanget fisk (og andet kød) direkte fra fangerne til billige penge! Det er et koncept, der findes i alle Grønlandske byer.

Fritid

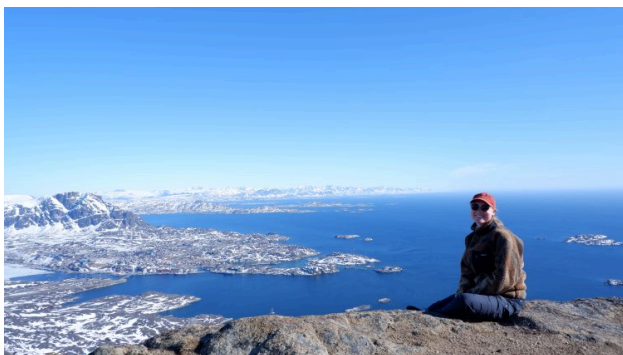
Der var ikke så meget tid/overskud til spas og løjer i hverdagene, men i weekenderne var der rig mulighed for hvad end man kunne finde på. I april, mens der stadig var en masse god sne, fik vi prøvet at køre på snescooter, kørt hundeslæde og stået på langrend. Ski, støvler og stave kan lejes på både Sømandshjemmet og Hotel Sisimiut til ca. samme pris (300-320 kr. for en hel dag). På Hotel Sisimiut er det dog også muligt at leje en halv dag (4 timer) til halv pris. Både snescooter- og hundeslædeturen var væsentligt billigere på Sømandshjemmet sammenlignet med Hotel Sisimiut. Derudover blev den årlige Arctic Sounds Festival afholdt i påskedagene, hvilket vi også tog med til. Det bestod af en masse forskellige koncerter med nordiske up-coming kunstnere. Koncerterne fandt sted forskellige steder i byen (Sømandshjemmet, Hotel Sisimiut, Kulturhuset, School of Rocks/Råstofskolen, Sisimiut Museum samt på Solbakken). Der var også Grønlandsmesterskaber i langrend, alpinski og volley lige op til og i Påsken. Ejer man selv et par alpinski skal man endelige tage dem med! Det kan man nemlig ikke leje sig til i byen. Der er to skibakker med tilhørende trækraft. Den lille piste ligger lige ved Kulturhuset (ses på nedenstående billede 2), den anden piste (Solbakken) ligger ca. 5-6 km udenfor byen. Det kan helt klart betale sig at bevæge sig ud i det smukke bagland - om det er på snescooter, med vandresko eller på langrendsski! Derudover blev der holdt 65-års-jubilæumsfest for hospitalet i Kulturhuset, hvilket jeg også deltog i. Det var en oplevelse for sig. Meget hyggeligt at se sine kollegaer uden for arbejdet, og der var sang og dans for alle pengene. Kan klart anbefales, hvis man får muligheden for lignende oplevelse!



I maj begyndte sneen så småt at smelte (startede faktisk allerede i april). Det har dog været en helt vild lang snesæson i år, så der lå stadig for meget sne i størstedelen af maj til at man kunne tage på nogle ordentlige vandreture uden snesko (eller langrendsski). I vores allersidste dage formåede vi dog

endelig at bestige Præstefjeldet (det tog 2 timer op og 1,5 time ned - samt 1 times gang hver vej fra vores bolig af). Kællingehætten må vente til en anden god gang, da der stadig lå for meget sne til at man kunne komme derop. Derudover var vi et smut ude på Teleøen, som man går ud på nede fra havnen af. På Teleøen ligger gamle ruiner fra tidligere tiders befolkninger. Nogle af ruinresterne var helt op til 4000 år gamle. Det var lidt kringlet at finde starten af "ruten", som leder rundt til alle punkterne, da vi blev mødt af en masse skilte, hvor der stod "ingen adgang for uvedkommende". Man skal dog bare ignorere dette og fortsætte på stien, så rammer man hurtigt første punkt på ruten. Nede ved havnen ligger Kunstværkstedet, hvor lokale mænd og kvinder i alle aldre fremstiller og sælger diverse genstande. Der er mange flotte sager derinde, og vi fik da også købt lidt Tupilakker med hjem i kufferten. Da min kærestes forældre var på besøg, tog vi på sejltur ud til den forladte bygd As-saqutaq, hvilket var en super hyggelig tur arrangeret gennem Sømandshjemmet. Deres både bliver egentligt normalt først lagt i vandet i juni, men der var heldigvis mulighed for at vi kunne komme på denne lille tur. Vi ville også have været på hvalsafari lige inden vi tog hjem, men da var båden des-værre til reparation, og den store båd var endnu ikke kommet i vandet. Det må også blive næste gang. Sidst men ikke mindst ligger der en rigtig fin sandstrand i Sisimiut næsten helt ude ved lufthavnen (ca. samme sted som Præstefjeldet starter), og efter en af mine sidste arbejdsdage tog jeg og de yngre læger samt anæstesisygeplejersken vagtbilen derud for at vinterbade. Det var en fed oplevelse!

Generelt foregår der en masse ting i byen stort set hver aften, så man behøver aldrig at kede sig. Der er bl.a. onsdags-strikkeklub, langrendsklub (om vinteren), man kan gå til kor, bankoaftener og meget andet. Derudover kan man også altid gå en tur rundt i byen og se sig omkring eller besøge hundebyen, hvor de mange slædehunde pr. lovkrav bor.



1) På toppen af Præstefjeldet. 2) Den forladte bygd Assaqutaq. 3) Vinterbadning ved stranden. 4) Slædehundehvalp i Hundebyen. Hvalpene er ofte ikke bundet fast og er meget kælnе.

Til slut inspiration til en tur vi ikke selv var på, men som vi overvejede meget. AUL-færgen sejler op og ned langs Grønlands vestkyst. Det er ret dyrt at sejle med, men det lyder som en smuk tur og en oplagt mulighed, hvis man gerne vil rejse til og besøge en anden by i Grønland. Vi kiggede på turen til Ilulissat, som ville koste 3.500 kr. for en kahyt til 2 personer (alternativt koster en liggeplads i et fællesrum 1.000 kr./stk.). Skal man tilbage til Sisimiut igen kan man enten tage samme færge tilbage efter 4 timer i Ilulissat eller vente en hel uge. Vi blev derfor hurtigt enige om, at det var for dyrt. Overvejer man selv denne tur, vil jeg råde til at man planlægger den hjemmefra og placerer den inden/efter klinikopholdet starter/slutter, og så flyve direkte mellem København og den by man nu vælger. Så slipper man for at tage færgen begge veje og man sparer en masse penge.

Sisimiut har virkelig været en fantastisk by at være i! Der er et mega rart miljø på sygehuset, hvor der er god stemning og rig mulighed for at lære en masse. Man skal virkelig overveje at tage til Sisimiut, da det kan byde på det hele. Både et fantastisk klinikophold på sygehuset og en masse oplevelser i fritiden. Er man til vintersport skal man 100 % søge et ophold hertil i vintermånederne! Jeg drømmer i hvert fald om at komme tilbage, når jeg engang bliver ægte læge og har lidt erfaring med i bagagen.

Budget

Fly tur/retur:	6.600 kr.
Bolig:	1.700 kr. (850 kr./mdr./person)
Internet:	899 kr. (899 kr./mdr.)
Mad:	2.750 kr./person
Ture/oplevelser:	650 kr./person (tur til indlandsisen) 175 kr./person for 4 timer (leje af langrendsski) 1300 kr./person (snescooter) 450 kr./person (Arctic Sounds Festival) 1.445 kr./person for 2 personer i 4 timer (hundeslæde)
I alt:	<u>15.969 kr.</u>

Legater

Jeg var desværre meget sent ude med at søge legater (under 1 måned før opholdet), da jeg ikke kunne tage mig sammen til at gå i gang, så en del af de legater, jeg havde planlagt at søge, havde allerede overskredet fristen (Et godt råd: Gå i gang med det samme - det er ikke så slemt, så snart man har skrevet den første ansøgning).

Jeg endte med at søge følgende legater, og fik 0 ud af det. Håber du har bedre held!

1. Augustinus Fonden
2. Dansk Tennis Fond
3. Overlæge Poul Martin Christiansen og hustrus fond
4. National Assist Fond "NAF"
5. Den Raben-Levetzauske Fond
6. Bermann & Rosenbergs Rejselegat
7. Doc24 Legatet
8. Aase og Jørgen Münters Fond
9. Legat via Vemmetofte Kloster
10. Edel og Wilhelm Daubenmerkls Almenvælgørende Fond
11. Hannibal Sanders Fond (Margrethe Brinchs Legat)
12. Kaptajn J. Chr. Jensen og hustru Magdelene, født Schous, Fond
13. Fabrikant Chas. Otzens Fond
14. Fabrikant Aage Lichtingers Legat
15. Adjunk Gerda Mørup-Petersens Familie og Studielegat