



Erfaringsrapport Sisimiut Sygehus juli 2022

Overall

- **Hvorfor jeg tog afsted og hvad jeg fik ud af det?**
 - Jeg har længe været nysgerrig på at opleve Grønland. Jeg kom hjem med meget motivation for at dygtiggøre mig og til at komme tilbage. Det er også en god mulighed for at se hvordan arbejde som læge er, hvis man skulle have lyst til at komme tilbage og vide lidt bedre, hvad man går ind til.
- **Hvad der var fedt ved Sisimiut?**
 - Man bliver hurtigt inkluderet og der er masser at lave i fritiden. Man har ikke et fast program, så man kan nemt få lov at gå efter det, man har brug for at øve eller synes kunne være spændende. Det er utroligt smukt i Sisimiut og der er oplevelser for både amatør vandrere og de mere garvede – og man kan ofte finde nogen der gerne vil på tur.
- **Hvad man skal overveje inden man tager afsted**
 - Man er alene medicinstuderende. Det kan på den ene side være godt, da man også er den, der får lov at komme med, hver gang der sker noget spændende. Omvendt oplevede jeg det kunne være svært ikke at have nogen at spejle sig i.
 - Der var god plads i studenterboligen, mens jeg var der, så man kan sagtens få besøg eller have en med. Dog bør man selvfølgelig spørge om det er muligt på forhånd.

Det praktiske

Budget og fondsansøgninger

Jeg havde desværre ikke held med fondssøgningen. Men det er en god ide at være tidligt ud eller havde tjekket deadlines på fondene og vær opmærksom på, at nogle af dem ikke tager imod online ansøgninger, men skal sendes med posten.

Budget for selve klinikopholdet	
	Omkostning
Fly tur/retur	8000kr
Bolig	850
Kost	5000
Oplevelser	1000-3000

Jeg søgte: Dansk Tennis Fond, Augustinusfonden, Oticon fonden, Grant Compass, Adjunk Gerda Mørup-Petersens Familie og studielegat,

Transport

Det er almindeligt, at fly bliver forsinkede i Grønland. Det er oftest kystflyende, der ikke kan flyve grundet vejrforholdene. Så det kan være en god ide at planlægge med et par dages forsinkelse på et kystfly. Det er mit indtryk at Danmarksflyet, som lander/letter fra Kangerlussuaq er mindre påvirket af vejret.

Hvis man skal rejse videre til de andre byer, kan jeg kun anbefale Arctic Umiaq Line. Jeg tog den med en veninde fra Sisimiut til Ilulissat og det var en fantastisk oplevelse.

Dag til dag kan man cykle eller gå til det hele

Bolig

Det var virkelig den smukkeste udsigt og super gode forhold. De første 3 uger havde jeg boligen for mig selv og den sidste uge sammen med en sygeplejerske. Der er alt, hvad man har brug for. Det ligger ca. 20-30 min gåtur fra Sygehuset, men kun 10 min på den cykel, man fik lov at låne. Der er håndklæder og sengetøj i forvejen og en vaskemaskine og tørrestativ.



Kost

Generelt er mad dyrt. Dog er der nogle varer, der koster det samme som i Danmark, og der er en del tilbud at finde. Hvis man får mulighed for at fiske torsk på et tidspunkt, er det super billigt og nemt at fange torsk. Hvis man er vegetar/veganer, kan det være lidt udforrende/dyrt med det friske grøntsager, men ellers fint at finde mad til at lave derhjemme, men det kan godt være en udfordring, når man spiser ude.

Sygehuset

Sygehuset består af:

- 6 konsultationsrum
- En skadestue og røngten.
- Fysioterapeut, ergoterapeut, et livsstilsambulatorie, jordmordkonsultation, venera klinik, laboratorie, psykiatrisk sygeplejerske
- Apotek
- Operationsstue.
- Sengeafsnit.

Man mødes kl 8 til røngten konf og derefter er der morgenkonference, hvor man gennemgår de indlagte patienter. Konsultationen er meget lig almen praksis, men jeg oplevede rig mulighed for at følge med på det, jeg synes var spændende. Man har ikke eget program, så man "stjæler" patienter fra de forskellige lægers program og bliver superviseret af den læge man har taget patienten fra.

Om torsdagen er der dippedut-dag, hvor der fjernes modermærker og anden småkirurgi.



Mobil og internet

Sms, taletid og internet er dyrt. Den studerende før mig havde købt et basisabonnement med 20GB/måned, som skulle løbe over min 2. måned, som jeg overtog måned nr 2 på. Det kostede lige omkring 500kr. Der er ingen wifi hjemme i boligen, men det kan man købe (også dyrt dog). Gode gratis-wifi spots er hospitalet og museet. Jeg endte med at bruge en del tid på bænken foran museet på at downloade film eller serier og være på facetime, med god udsigt over havnen. Man kan også få en times wifi på biblioteket også, men det var meget langsomt.

Det sjove og det udfordrende

At være der alene

Der er kun en plads til medicinstuderende i Sisimiut, så medmindre man tager en person med hjemmefra, så vil man være der solo. Jeg oplevede at man hurtigt mødte folk, og at der var flere der gerne ville ud og opleve ting sammen. Jeg var der over sommeren, hvor der var mange vikarer på korte ophold, som var meget friske på at lave ting sammen. Men naturligvis kan det være overvældende at komme til et nyt land, nyt sundhedsvæsen og nye mennesker på en gang, så det er okay at give sig tid til at falde på plads.

Læring og forberedelse

Det er uden tvivl et af de mest lærerige og udviklende klinikophold jeg har haft. For mig var klinikopholdet mit første møde med almen praksis tilgangen. Jeg oplevede at blive udfordret, men med stor forståelse for og plads til egne evner og behov. Det var en god øvelse i at tænke over brug af ressourcer og hvornår noget er need to have eller nice to have. Ligeledes en god øvelse i at

bruge tolk og arbejde selvstændigt. Bare spørg, når du er i tvivl, personalet er vant til at folk kommer på korttidsansættelser og skal lære det hele lidt forfra og de er utrolig søde. Jeg havde ikke nået at læse op på noget inden jeg tog afsted, men have printet IMCCs kittlekort, som jeg varmt kan anbefale. De lommebøger jeg havde størst glæde af var ICD10 for psykiatri og EKG let at se og selvfølgelig lægehåndbogen. Derudover er der gode instrukser på VIP'en.

Oplevelser og underholdning

Der er rig mulighed for oplevelser på i den gratis om dyre ende. Det er en by med en del muligheder for arrangementer. Hver fredag er der åben scene på kulturhuset. Der var også en sommerlejr for byens børn på Sømandshjemmet, som jeg fik mulighed for at være frivillig på. Hvis man får sådan en mulighed, så gør det! Det var superhyggeligt at være en del af og det blev også en mulighed for at møde andre fra byen.

Vi var nogen stykker fra hospitalet, der gik sammen om at leje en båd til hvalsafari kombineret med et besøg til den forladte bygd Assaqtuq, hvilket var en fantastisk oplevelse.

Der er flere gå i byen steder også.



Derudover er en gåtur til hundebyen altid godt, der er flere i byen der ejer en "spand" (et hold slædehunde), så man kan være heldig at komme med på fodring.

Der var også ofte mange der gerne ville en tur på stranden efter endt arbejde.



Man er naturligvis meget afhængig af vejret og det kan hurtigt skifte, hvilket er vigtigt at være opmærksom på, når man vandrer ud. Da jeg var der, var det lyst døgnet rundt, hvilket var rart ift., at man ikke behøvede at passe på at nå hjem inden, det blev for mørkt.

Jeg rejste med Arctic Umiaq Line videre til Ilulissat med en veninde efter endt klinikophold. Derfor prioriterede jeg også at gemme penge til de "store" ture der. Vær ude i god tid (flere måneder før) med at booke transport og bolig i højsæsonen, da der er rift om pladserne. Ture kan man vente med, men hvis man kun har få dage et sted, kan det være godt at være tidligt ude der også, da der også her kan blive booket op på bådture og kayakture.

Jeg havde glemt at downloade film/serier før, hvilket jeg bitterligt fortrød, da der kun er DR1 og DR2 og grønlandsk tv i boligen.

Pakkeliste

Alt det outdoor tøj du ejer og kan finde. Jeg begik den fejl at pakke en del jeans, hvilket jeg hurtigt fortrød. Der er dog en Røde Kors Butik og et par gode outdoorbutikker i byen, hvis man har fortrudt sine pakkevalg.

Det kommer naturligvis an på årstiden, men jeg oplevede juli i Grønland som marts hjemme i DK ift. temperatur. I løbet af en dag kan man gå fra at have 4 lag på til at gå rundt i t-shirt, når solen skinner på en. Så lag på lag er key.