

Erfaringsrapport: Klinikophold i Nuuk, september og oktober, 2023

FLY:

Air Greenland er det primære flyselskab i Grønland. Priserne kan svinge mellem 3000-10000 tur/retur, men de laver nogle gange tilbud, så det kan være en god idé at tilmelde deres nyhedsbrev "timmisa club" inde på airgreenlands hjemmeside.

Ellers kan man bruge "Google flights" til at overvåge priserne på de forskellige hjemmesider og få en mail, når prisen falder.

Det er typisk billigere at overnatte i Kangerlussuaq og hvis man ankommer før kl 13, kan man komme med ud på vandreture til indlandsisen og punkt 660.

BOLIG:

KAF Nuuk er langt det billigste valg!

Det tager ofte nogle forsøg inden man får det tildelt, så forvent at skulle søge et par gange inde på kaf.gl

Jeg var mega heldig og fik tildelt en bolig på radiofjældet, som har udsigt over fjorden. Selve lejlighederne er pæne, men er ofte placeret i lidt mere snuskede omgivelser.

Turen til hospitalet kan svinge meget alt efter hvor man ender nogle bor lige op ad og nogle har 35 minutters gang derover.

Sengetøj, dyner, håndklæder, viskestykker og karklude kan hentes kvit og frit ved vaskeriet på hospitalet.

Hvis du skal vaske tøj, så husk, at du enten kan bruge vaskemaskinen i boligerne ved KAF eller på sygehuset.

HOSPITALET:

Arbejdsdagen i Nuuk kan variere, men det er altid godt at være forberedt. Få fat i IMCC's kittelkort og måske FADL's hvis i kan. Og ja, følg gerne rådene i de tidligere rapporter.

Det er ikke nødvendigt, men det er fedt at have stiftet bekendtskab med sutur, gynækologisk undersøgelse, rektal eksploration og andre praktiske færdigheder inden man starter i praktik.

På vores første tirsdag fik vi en grundig introduktion, som inkluderede både information og rundvisning. I resten af uge 1 blev vi introduceret til en platform ved navn e-doktor, hvor borgere kan stille spørgsmål og eventuelt få fornyet deres recepter. Vi havde også mulighed for at deltage i konsultationer sammen med de yngre læger.

I anden uge begyndte vi at håndtere vores egne patienter. Her arbejdede vi i par og håndterede to forskellige patientforløb samtidigt. Hver patient havde tildelt 30 minutter, og inden der blev fastlagt en plan for dem, skulle vi tale os med en af de yngre læger. Denne metode var virkelig nem at have med at gøre, idet vi fik støtte og eventuelle tilføjelser fra medstuderende.

Ugentligt deltog vi i gyn/obs-forløbet sammen med en yngre læge. Her blev vi trænet i at udføre gynækologiske undersøgelser, fjerne spiraler, udføre Smear-tests, lave børneundersøgelser samt fjerne modersmærker. Efter fjernelsen skulle vi også sy huden korrekt sammen igen.

Samtidig fik vi også efterhånden lov til at få en ugentlig konsultation på stenos afdeling på DIS, hvor vi lavede lungefunktions undersøgelser samt at analyserede disse.

Fritid:

Nuuk har sindssygt meget at byde på: Tirsdagsbingo på "Mutten", pubquiz om torsdagen på Daddys, vandreture som Lille Malene og Store Malene og til udsigten er virkelig flotte på skyfri dage!

Ellers kan man booke mange forskellige turer med "Nuuk Water Taxi", både kayak tour og en hyttetur til Kapisillit kan varmt anbefales. Båden fra Nuuk til kapisillit kan bookes inde på Disco Lines hjemmeside, den sejler onsdag og søndag, så en hyttetur i den periode er for fed! De er meget medgørlige med at man tager fri til den slags.

Det er også overraskende nemt at fiske, indenfor en halvtime plejer man at have fanget nok til alle, så overvej at låne eller investere i en fiskestang, mens i er her.

NUUK BY:

Byens transportmuligheder er overkommelige. Busserne kører hver 20. minut, og det er nemt at komme rundt, busplanen finder man på ”Nuup Bussii”.

Samtidig skal man ikke være bange for at mangle noget i Nuuk, flere danske butikker fragter til Nuuk (fx 70kr fra outnorth), og dagligvarer er nærmest som i Danmark, om end noget dyrer.

GODE TIPS:

- Overvej at købe alkohol hjemmefra, det er 2 / 3 gange dyrer i grønland.
- Køb frokost i kantinen, og fyld æsken med salat, så er der nok til to måltider.
- Undgå parfume, især på hospitalet.
- Skal du streame, så find et godt wifi-spot i byen (Caffivik)
- Mange vælger at skaffe et grønlandsk mobildata-abonnement, 500kr om måneden for 20gb.
- Undersøg muligheden for legater, (de typiske står på imccs hjemmeside [her](#)) og sørg for at de stemmer overens med dit ECTS-behov.

PAKKELISTE TIPS:

- Outdoor-tøj er essentielt, ellers kan det købes heroppe til danske priser eller brugt på facebook marketplace.
- Husk vandresko og regntøj.
- En kikkert er fedt til vandreturene, men kan også købes heroppe.
- Overvej praktisk tøj frem for fint tøj.
- Det eneste der er svært at få fat i er de typiske klinikting, så husk dem!

Og sidst men ikke mindst: Nyd dit ophold, lær så meget som muligt, og sørg for at tage tid til at opleve den grønlandske natur og kultur.