

## Erfaringsrapport Sisimiut maj-juni 2024

Det har længe været min drøm at tage et semester i udlandet under medicinstudiet, og hvilken bedre mulighed end at tage til Grønland med IMCC på 9. semester som selvtilrettelagt projektforbøb?! Jeg prioriterede alle de mulige destinationer og måneder i min ansøgning, for jeg VILLE afsted. Til mit store held fik jeg en plads i Sisimiut fra maj-juni. Lidt ad omveje endte jeg også med at søge om AU's klinikpladser på Dronning Ingrid's Hospital i Nuuk, som jeg fik tildelt fra februar-marts, hvorved jeg har været i Grønland hele 9. semester - og det var fantastisk!

### Rejsens begyndelse - Kangerlussuaq

Jeg var så heldig, at min læsemakker skulle afsted til Nuuk på samme tid som jeg, og vi valgte derfor at begynde vores rejse med en forlænget weekend i Kangerlussuaq (som alle flyruter fra Danmark til Grønland har gået gennem hidtil). Vi havde booket en tur med **Albatros Arctic Circle** til indlandsisen, punkt 660. Det var en meget stor oplevelse at være omgivet af den tykke, spektakulære is så langt øjet rækker. Vi synes dog at guiden var lidt for turistet, idet han havde travlt med at få opremset et indstuderet manuskript på den ca. 45 minutters køretur derud. Der var også et ældre ægtepar med, som var en smule gangbesværede, hvilket gjorde at vi ikke nåede ret langt ud på iskappen. Vi anbefaler i stedet at man booker turen gennem en privat guide, da prisen er nogenlunde ens - for eksempel Evald fra **Arctic Ice Tours**. Ham stiftede vi bekendtskab med, da vi ville en tur på hundeslæde samt se nogle smukke isskulpturer på "det hemmelige sted". Han er super flink og til at forhandle med hvis man f.eks. ønsker en heldagstur. Han har tlf.: +299 56 01 02. Vi boede på Youth Hostel hos Louise, hvilket var det billigste vi kunne finde (275 kr. /nat). Det var udmærket.





### **Sisimiut (fotoalbum på sidste side)**

Sisimiut er Grønlands næststørste by med et indbyggertal på 5.582. Byen er omgivet af smukke fjelde, som er en del af UNESCO's Verdensarvs-område, Aasivissuit Nipisat. Der er således mange smukke vandreruter at begive sig ud på, herunder turen til præstefjeldet og Nasaasaaq, "kællingehætten". Der er også flere shelters man kan overnatte i hvis man lyster. Jeg nåede en nat i kommuneshelteren, som ligger tættest på byen. Når sneen er smeltet, kan man også overnatte i "UFO'en" som er placeret i baglandet ca. 12 km fra byen. På Hotel SØMA kan man finde en masse gratis brochurer med kort over de respektive vandreruter. Her kan man også leje soveposer og liggeunderlag. Byen rummer desuden:

- **Kulturhuset Taseralik**
  - Biograf.
  - Café.
  - Indimellem gratis kaffemik (find deres facebookgruppe for informationer).
- **Hotel SØMA**
  - Gratis wi-fi.
  - **Gratis strikkeklub** onsdag 19-21 (med kage, kaffe, te og søde lokale).
  - Kaffe og kage tilbud for 25 kr.
  - Spa og sauna område.
- **Café Ulo**
  - Specialøl fra Qajaq - jeg anbefaler deres IPA.
  - Spil og hyggelig stemning.

- **Kunstnerværkstedet**

- På venstre hånd lige inden havnen.
- Ingen faste åbningstider - træk i håndtaget og se.

- **Panigiit, syskindsstue**

- Ved spejdersøen bag Taseralik ligger et rødt hus med et gult skilt på fronten.
- Sælger skindprodukter, tupilakker, sten og krystaller, postkort m.v.
- Ejeren hedder Bjarne, og hans samling er et besøg værd.

- **Forsamlingshuset**

- Ligger bag den blå sportshal.
- **YOGA** ved søde Kirsten hver tirsdag kl. 17.30-19.00 (gratis).
  - Find Facebook gruppen 'Arctic yoga' hvis det er noget for dig.

- **Hundebyen!**

- Ligger bagom hospitalet, hvis man fortsætter til venstre ad hovedvejen.
- Lægerne Jan og Helle har et hundespand, og hvis man synes det kunne være sjovt, vil de meget gerne have hjælp til at fodre og nusse med hundene fra tid til anden (måske man så også kan være heldig at blive budt på en slædetur).



## Boligen

Jeg blev indkvarteret i Umiivitsiaq 47, som er en skøn bolig med 4 værelser. Den ligger et lille stykke udenfor byen med en gåafstand på ca. 20 minutter til sygehuset. I de rapporter jeg har læst, nævner nogle studerende muligheden for at låne en cykel af hospitalet. Der var ikke nogen i skuret mens jeg var der, men jeg efterspurgte heller ikke en, da jeg nød den daglige gåtur. Fra stuen er der den dejligste havudsigt, og jeg fik spottet mange hvaler (blåst) fra lænestolen - det er en god idé at **medbringe en lommekikkert**. Den første uge boede der en anden medicinstuderende, som jeg hyggede mig meget sammen med. Efterfølgende delte jeg boligen med forskellige sygeplejersker som havde vikariater af varierende længde (2-3 uger ad gangen). Boligen er udstyret med:

- Vaskemaskine
- Håndklæder
- Sengelinned
- TV med grønlandske kanaler + DR1 og DR2
- DVD-afspiller med diverse film, nogle bedre end andre :)

Der er IKKE internet i boligen, men jeg nød at være lidt offline. Man kan frit benytte internettet på sygehuset eller på hotellerne hvis man drikker en kop kaffe der.



## **Sygehuset**

Regionssygehuset Sisimiut fungerer både som primærsektor og som sygehus med skadestue, røntgenstue, skiftestue, sengeafdeling, apotek, laboratorium, øjenklinik, venerisk klinik, jordemor konsultation, fysioterapi/ergoterapi og livstilsambulatorium. Ydermere haves en operationsgang, hvor der primært foretages kirurgiske aborter. I dagtid er hovedindsatsområdet de ambulante lægekonsultationer som foregår i de seks konsultationsrum. Da jeg har praksiserfaring hjemmefra, fik jeg fra første dag mit eget konsultationsrum, hvor jeg udvalgte de patienter fra akutlisten, som jeg følte, at jeg havde kompetencer til at tilse. Et par dage efter havde jeg et kort møde med en af de visiterende medarbejdere, om hvilke patienter jeg kunne tilse, og så blev mit program åbnet for booking af konsultationer med 30 minutters varighed. Konsultationerne foregik enten under supervision af en yngre læge eller ved løbende konferering. Jeg kunne selv rekvirere røntgenbilleder og blodprøver, men ikke recepter. De mest gennemgående problemstillinger jeg har tilset, var klager fra bevægeapparatet, mavesmerter, afføringsgener, hududslæt (fnat, atopisk dermatit, urticaria), øvre/nedre luftvejsinfektioner, mellemørebetændelse og urinvejsinfektioner.

## **Arbejdsgangen på sygehuset**

Man møder ind omklædt kl. 08 på røntgenstuen hvor gårsdagens røntgenbilleder gennemgås. Derefter er der typisk tid til at hente en kop kaffe inden man går op til morgenkonferencen, som begynder kl. 08.30 med overlevering fra sygeplejerskerne. Patienterne visiteres telefonisk hver morgen fra 08-09, hvor de kan tilbydes konsultation hos en læge, medicinstuderende, sygeplejerske eller sundhedsassistent efter problemstillingens kompleksitet. Der er afsat akuttider på hvert lægeprogram fra 09-9:30 hvorefter de ambulante patienter tilses. Vagtlægens program består af stuegang fra 09-11, hvorefter denne tilser patienter fra akutsporet resten af dagen. Om eftermiddagen er der afsat tid til bygdekonstulationer hvor konsultationerne foregår telemedicinsk. Om torsdagen har man samlet de patienter som har behov for en procedure under overskriften "dippedektomidag". Herunder hører modernmærke-excisioner, biopsier, implanon- og spiral anlæggelse/fjernelse, negleresektioner, ano- og rektoskopier samt medicinske og kirurgiske aborter.



## **Bygdebesøg**

Mens jeg var i Sisimiut, var der planlagt to bygdebesøg i juni, hhv. til Sarfannguit og Itilleq, som begge har et indbyggertal på ca. 100. Jeg var så heldig at få lov at komme med på begge besøg for at tage blodprøver og give børnevaccinationer. Det var en enormt fed mulighed, både for at se de helt små grønlandske samfund, men også for at opleve den begrænsede adgang til sundhedsydelser, samt konsekvenserne af dette.

Jeg er meget taknemmelig for at have fået muligheden for at tage mit klinikophold i netop Sisimiut. Læringsmiljøet har været meget trygt og tilpas udfordrende. Jeg har opnået et stort fagligt, såvel som kulturelt udbytte gennem mit ophold. Hvis man er interesseret i at få lov til at arbejde selvstændigt, har man en stor mulighed for at udbygge sine kliniske og praktiske færdigheder under god supervision. Jeg kan kun give mine varmeste anbefalinger, og krydse fingre for at du også får lov at komme afsted. Held og lykke!

## **Samlet budget**

Fly tur/retur:	9.507 kr. (købt separat gr. Rundrejse, så lidt dyrere end normalt)
Bolig:	1.700 kr. (850 kr./mdr.)
Mobildata/abonnement:	499 kr./mdr. (Tusass 20 GB)
Mad:	ca. 2500 kr./mdr.
Ture/oplevelser:	ca. 4.000 kr. <b><u>i alt</u></b>
I alt:	21.210 kr.

## Gode råd

- 1) **Ajunngilaq**, "det er godt" er et godt grønlandsk udtryk at kende. Alt kommer sig ikke så snært i den Grønlandske kultur, hvor tid ikke regnes på samme måde som i Danmark. Tag det som en oplevelse, alt løser sig i sidste ende.
- 2) Der er mulighed for **gratis fitness** efter kl. 16 hos fysioterapeuterne i kælderen. Der er et smith stativ, benpres maskine og leg-kurl samt nogle mindre kettlebells. Det valgte jeg at benytte og således sparre penge på et fitness abonnement. Hvis man kan anskaffe en B-nøgle kan man også vælge at morgentræne.
- 3) **Facebook** er en god hjælp, hvis man vil vide hvad der foregår i byen. Informationer om alt fra officielle løb til dagens fangst på brættet, kaffemik i kulturhuset og gode tilbud i Brugsenii kan findes på de forskellige grupper.
- 4) **Hvad jeg savnede i min kuffert:**
  - En god skal-jakke (fedt at have i al slags vejr)
- 5) **Hvad jeg havde pakket for meget:**
  - T-shirts (man bruger hospitalstøjet, så jeg havde ikke brug for mere end 2 stk.).
  - Tøj generelt...
  - Bøger (vejer meget = overvægt, og der er mange efterladte i boligerne).
- 6) **HUSK** klinikfodtøj, stetoskop, lommebøger (der er rigelige lygter og reflekshammere), gode vandrestøvler, løbesko, solbriller, skiundertøj, handsker, hue mv.

## Legater:

Jeg søgte følgende legater og fik 0 ud af det. Forhåbentlig har du bedre held med det!:

1. William Demant Fonden (vigtigt med en god anbefaling)
2. Overlæge Poul Martin Christiansen og hustrus fond
3. Sportsbuddy studielegat
4. Fairlån legatet
5. Alfred Helsted & Eli Møllers legat
6. Dansk Tennis Fond
7. Bermann & Rosenbergs rejselegat
8. Aase og Jørgen Münthers Fond
9. Legat via Vemmedtofte Kloster

10. Hannibal Sanders Fond (Margrethe Brinchs Legat)
11. Kaptajn J. Chr. Jensen og hustru Magdalene, født Schous, Fond
12. Erasmus legatet
13. Politimester Colind
14. SU-kontoret legater
15. Sallingfonden