

Erfaringsrapport – Nanortalik Sygehus juni 2024

Drømmer du om at styrke din kliniske erfaring i et trygt læringsmiljø, få et unikt, mere nuanceret og personligt indblik i den grønlandske kultur og alt dette med den storslåede, fantastiske grønlandske natur lige uden for dit kontorvindue, så vil jeg på det varmeste anbefale et klinikophold i Nanortalik!

Nanortalik er en lille by med omtrent 1200 indbyggere i det helt sydlige Grønland. Til byen er der tre tilhørende bygder, hvoraf den ene af disse, Narsarmijit, er Grønlands sydligst beboede sted med lige under 100 indbyggere. Nanortalik er en helt nyoprettet destination ved IMCC Grønland, og jeg var således den anden medicinstuderende, der havde på sygehuset.

Ankomst til Nanortalik

For at komme til Nanortalik flyver man i første omgang fra Kastrup Lufthavn til byen Narsarsuaq, der ligger på den grønlandske vestkyst. Herfra går turen videre med enten båd eller helikopter – to oplevelser der begge er helt fantastiske. Hvis du har økonomien til det, vil jeg klart anbefale helikopterturen, der er en kæmpe oplevelse i sig selv – man flyver over de mest fantastiske fjord- og fjeldlandskaber, og er du der i sæsonen for den såkaldte *stor-is* (enorme mængder havis der driver fra Grønlands østkyst fra sent forår og tidlig sommer), er det en endnu mere spektakulær oplevelse. Måske du, som jeg var, er heldig allerede i helikopteren at møde nogle mennesker, der bliver til gode venskaber under din tid i Nanortalik.



Vejret i Grønland er meget omskifteligt, og man kan derfor aldrig helt regne med, at ens rejseplan går som planlagt. Lad derfor være med at planlæg nogle vigtige ting lige på den anden side af din forventede hjemkomst. Min rejse til Nanortalik indebar en ekstra overnatning i byen Qaqortoq, hvor vi blot skulle have mellemlandet med helikopteren, men der var for dårligt vejr i Nanortalik til, at vi kunne flyve videre. Tag det som en del af oplevelsen og som en mulighed for at udforske de steder, hvor du eventuelt måtte strande 😊



Sørg for at informere hospitalet om, hvornår du ankommer – så vil en af portørerne fra hospitalet hente dig ved heliporten i sygehusets ambulance og køre dig til din bolig 😊

Bolig og internet

Sygehuset stiller en såkaldt vakantbolig til rådighed – dette vil enten være et lille hus eller en lejlighed. Jeg havde en lejlighed beliggende 5 min fra sygehuset, som havde alt køkkenudstyr, tv med DR, sengelinned, viskestykker, klude og håndklæder. Der vil oftest være lidt basisvarer som olie, basiskrydderier og salt/peber fra tidligere beboere. Ligeledes er der en

vaskemaskine, så man kan vaske sit tøj undervejs. Lejligheden har også en altan, hvor der er fin udsigt over en stor del af byen og blik ned til havnen.

Der er ikke internet i lejligheden, men dette kan købes via Tusass for omtrent 500kr/måned. Man kan dog tidligst opsige sit abonnement efter den første måned, hvorfor man altså som minimum kommer til at skulle betale for to måneder, hvilket er træls, hvis man kun skal være der 1 måned. For at få internet via Tusass kræver det endvidere et grønlandsk mobilnummer, men dette kan du nemt anskaffe dig ved at gå ned i Brugseni (brugsen) og bede om et taletidskort/simkort (gratis) i kiosken. Har du 3LikeHome som mobilabonnement har du en måneds dataforbrug i Grønland "gratis" (obs på max GB forbrug).

Der er internet på sygehuset ☺

Sygehuset og klinik

Nanortalik sygehus består af et sengeafsnit med 10 senge, en lille skadestue, et laboratorie og et ambulatorie, der fungerer som almen praksis. Som udgangspunkt er der 1 læge (Jan Færk), ca. 3-4 sygeplejersker, en række sundhedsmedhjælpere og så dig – alle så søde!



Som sagt var jeg blot nr. 2 medicinestuderende, de havde på sygehuset, så rammerne for mit ophold var ikke helt klart defineret – dette synes jeg dog ikke var noget problem, da det gav mig stor frihed til selv at præge, hvordan jeg ville have det, så jeg følte mig tryk i det hele. Således startede jeg ud med de første par dage primært at se patienter sammen med lægen, hvorefter jeg gradvist tog mine egne patienter. Indimellem så jeg stadig med inde hos lægen, hvis han havde en interessant patient på programmet, som jeg tænkte, der kunne være noget læring i for mig.

Dagen starter 7.45 med morgenkonference, hvorefter der som udgangspunkt er sat tid af indtil kl. 9 til at gå stuegang, hvorefter der er alminmedicinske konsultationer indtil 10.30, hvor der er frokost (I know, meget tidligt – men hyggeligt lige at gå op i frokoststuen og få en kop kaffe med plejepersonalet og nyde udsigten fra sygehuset). Efter frokost er der igen konsultationer indtil kl. ca. 14, hvor der er eftermiddagskonference. I princippet har du fri herefter. Der var dog nogle dage, hvor jeg blev lidt længere, hvis der kom ekstra patienter på lægens program, jeg gerne ville være med inde over, eller måske man lige havde nogle notater, der skulle færdiggøres.

Min primære funktion var i ambulatoriet, hvor der blev sat akutte patienter på, men derudover var arbejdsdagen meget alsidig. Det var derfor en god blanding af at have mine egne almen medicinske konsultationer, se med hos lægen, gå stuegang og se patienter i skadestuen. Jeg blev fra første dag oplært i at lave GU'er af Jan, hvilket var superfedt at få erfaring med.

Sygehuset har et rigtig godt ultralydsapparat, som Jan selv bruger meget til fx led og graviditetsscanninger. Personligt elsker jeg ultralyd og de mange ting, det kan bruges til i

diagnostisk øjemed, og underviser også selv i det herhjemme. Jeg udnyttede derfor apparatet rigtig meget, mens jeg var der – så gør endelig det, hvis du har lyst til at blive bedre til ultralyd!

Eksempler på hyppige konsultationstyper: ører, bevægeapparat, halsbetændelse, reflux, hoste, udslæt, pneumoni, UVI, p-piller, BT-kontroller.

Eksempler på procedurer/undersøgelser jeg lavede

- ultralyd (gravide, PVK-anlæggelse, nyrer m. hydronefrose, blære obs urinretention, lunger obs pleuravæske, hjerte), KAD-anlæggelse (m/k), suturering, GU, bursit-aspiration, RE, EKG-analyse, LFU, negle-resektion, ligsyn mm.

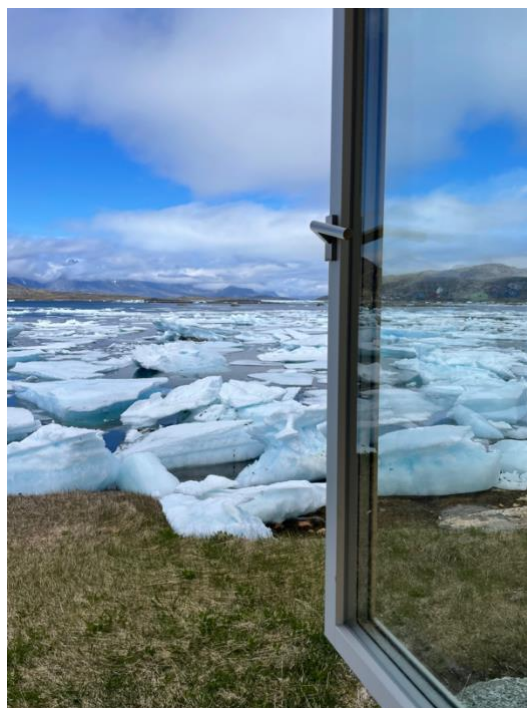
Man skal være forberedt på, at en stor del af ens konsultationer foregår med tolk (ca. 60-70% af mine var med tolk), hvilket ikke altid er en nem opgave. Mange informationer kan nemt gå tabt både fra dig til patient og fra patient til dig. Men det er en fed kommunikativ udfordring, der også sætter krav til, at man vælger sine spørgsmål med omhu og formuleringer med enkelthed. Husk desuden, når du henter patienten ind fra venteværelset at spørge, om ”jeg har brug for tolk?”, altså dig som medicinstuderende – det kan fremstå uhøfligt, hvis du spørger, om patienten har brug for tolk. Det er dig, der er kommet til landet og derfor *dig*, der har brug for tolk – ikke patienten.

Under dit ophold er det ret sandsynligt, at du kan komme med ud på bygdebesøg, dvs. hvor Jan sejler ud til de små bygder, der hører til Nanortalik, og ser patienter derude. Det var meningen, at jeg skulle have været med på to bygdebesøg i den tid, jeg var der, men da der var usædvanligt meget stors kunne vi simpelthen ikke sejle til de bygder, vi egentlig skulle. Derimod fik jeg den kæmpe oplevelse at få lov til – sammen med en erfaren sygeplejerske – at sejle ud til bygden Narsarmijit for at evakuere en patient, der var obs ileus.

Det kan også ske, at der i den tid, du er der, er speciallægebesøg eller jordemoderbesøg. Da jeg var der, var kardiolog Uka Wilhelm Geisler, der normalt er ledende cheflæge for medicinsk afdeling i Nuuk, forbi i ca. 3-4 dage for at se kardiologiske patienter – og her så jeg også med hos hende.

Jan skal desuden ikke helt sjældent tilse borgere i detentionen hos politiet. Jeg var med til dette en enkelt gang, hvilket var meget sjovt at opleve.

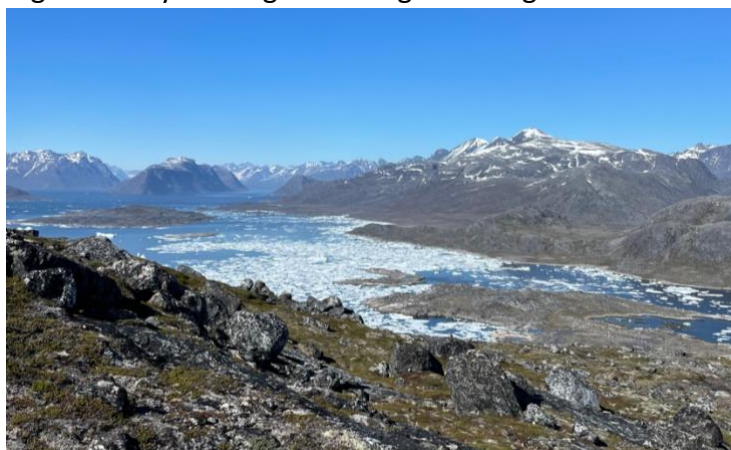
Oven i hatten har du dit helt eget kontor med nok verdens bedste arbejdsudsigt - se billede her til højre 😊



Aktiviteter

Nanortalik er en lille by, men byder på masser af muligheder.

- Først og fremmest er der jo den mest fantastiske natur, så der er rig mulighed for at tage på nogle skønne vandreture op i fjeldet, fx på Ravnefjeldet, hvorfra der er en fantastisk udsigt over byen og ind i fjorden. Der kan godt være en del myg, så husk et myggenet. Hvis du vil på en lidt længere vandretur, kan du vandre op på Storefjeldet. Det er ikke helt sjældent, at der bliver spottet isbjørne i områderne omkring Nanortalik, og mens jeg var der, var der spottet isbjørne i områder ikke langt fra den ø, Nanortalik ligger på. Og tænk engang - dagen efter jeg forlod Nanortalik, gik en isbjørn og dens unge faktisk igennem byen tidligt om morgenen! Jeg var der som sagt i en periode med usædvanligt meget stori, og det er netop med denne, at isbjørnene bliver "fragtet" længere sydpå fra den grønlandske østkyst. Det er således værd at have in mente, at risikoen for at støde på en isbjørn er der, om end den stadig er meget lille. Jeg var flere gange alene ude i fjeldet, men som oftest sammen med nogen. Det må være en individuel vurdering, om man vil gardere sig ved at have en riffel med.



- Aktiviteter i hallen: jeg var så heldig at lære byens lokale politimand gennem de sidste 2 år, Emil, og to af hans nye kollegaer, der skulle til Nanortalik og arbejde i 7 måneder, rigtig godt at kende. Emil, der er en ung og virkelig cool fyr, er ikke blot byens politimand. Han er et kæmpe forbillede for alle byens børn og unge og har gjort en kæmpe indsats for at skabe aktiviteter for byens børn og unge – så stor en indsats, at han, da jeg var der, modtog en pris for sit kriminalpræventive arbejde. Emil er der i hvert fald indtil sommeren 2025, så hvis du er heldig at være i byen, når han er der, så kan jeg kun anbefale at opsøge ham. De tre politibetjente og jeg endte med at lave rigtig mange ting sammen, herunder at tage del i alle de ting, som Emil laver for byens børn og unge. Næsten alle eftermiddage gik således med fx klatring både inde og ude, rappelling i fjeldet, fitness med byens unge drenge og piger mm. Derudover har Emil startet konceptet "Glad Fredag", hvor hallen fra 19-21 er åben, så byens børn kan komme ned og lege. Langt størstedelen af byens børn kommer derned. Lad mig bare sige, at der ikke var et sekund i de to timer, hvor der ikke hang minimum 2-3 børn på mig, der ville lege. Virkelig hyggeligt! Og forbered dig på, at du efterfølgende ikke kan gå uden for din dør uden at byens børn råber dit navn og giver dig krammere, når de ser dig 😊



- Kajakture – jeg var med Emil ude og ro i kajak – kæmpe oplevelse!
- Strikkeklub – jeg var heldig at blive inviteret med i en strikkeklub om tirsdagen, som nogle af byens kvinder havde. Sempelthen så hyggeligt.
- Badning! Jeg og byens tre politibetjente havde en søndagstradition med, at vi hoppede i vandet ved den lille strand, der ligger ude ved skydebanen – nogle gange med efterfølgende sauna i hallen. Det er altså vildt at bade omringet af store isflager!
- Gå på "Brættet" – hvor byens fiskere løbende indbringer nyfanget fisk mm. Da jeg var der, kunne man pludselig købe isbjørnekød, da der var blevet skudt en isbjørn i selvforsvar nogle kilometer fra byen. Det var dog i princippet ikke helt lovligt at sælge kødet, da det ikke var blevet meldt til politiet...
- Besøg byens museum, der er rigtig fint – opsøg eventuelt Jonas, der bestyrer museet. Han giver meget gerne en rundvisning på museet og er en rigtig god formidler!
- Bingo banko – der er banko hver dag nede i forsamlingshuset, endda to gange om dagen, hvis jeg husker rigtigt. Det er en oplevelse i sig selv og de går meget op i det – det går *lynhurtigt*, så det er bare om at hænge i! Man kan vinde alt fra penge til en sæl!
- Gå en tur op forbi kirken og spørg eventuelt en lokal om at udpege "Knud Rasmussen stenen" – en formation i klippevæggen, der fra en bestemt vinkel ligner et ansigt!
- Hvis du er på jagt efter en lille øl, så er der café 44 nede ved havnen, hvor der ofte er livemusik, eller byens Hotel Kap Farvel.
- Kaffemik – jeg håber, du bliver inviteret til kaffemik i løbet af dit ophold. Jeg var bl.a. til kaffemik hos sundhedshjælperen Gerda fra hospitalet i anledning af, at hun blev 30 år, og til kaffemik hos en af byens drenge i anledning af hans konfirmation. Her får du rig mulighed for at smage en masse af de grønlandske delikatesser – og ikke mindst er der altid et overdådigt kagebord, hvis ikke lige sælspæk eller tørfisk falder i din smag.
- Tur til de varme kilder – du kan bl.a. via "Serano Tours" komme på en skøn sejltur til de varme kilder. Noget af det bedste jeg ved er at sejle i Grønland – så smukt og majestætisk at sejle lige forbi de ofte gigantiske isflager. Jeg betalte 750kr for dagsturen, men hvis du møder nogle lokale, der inviterer dig med på sejlture, er det god stil stadig lige at give lidt penge til dem, da benzinen er rigtig dyr.



- Tur ind i Tasermiut fjorden - denne tur skulle være virkelig smuk, og det er mig stadig en gåde, hvordan jeg endte med aldrig at finde tiden til at komme på en tur derind. Det må være et tegn på, at jeg er nødt til at komme tilbage en dag 😊
- Har du lyst til at erhverve dig nogle håndsuede sælskindshandsker, så er Oline (spørg Jan om hendes nummer) kvinden, du skal gå til. Hun er en af de få tilbage i byen, der stadig mestrer den grønlandske sælskindssyning.

Derudover vil jeg også anbefale dig bare at have øjne og ører åbne – i juni måned, hvor jeg var i byen, var der både nationaldag, kulturuge, motionsløb, konfirmation og fodboldturnering mellem Nanortalik og de tilhørende bygder – arrangementer, der gav anledning til utallige sjove og hyggelige stunder, og jeg tror jeg kan tælle på mindre end en hånd, hvor mange eftermiddage/aftener, jeg bare havde derhjemme alene. Jeg var også så heldig at få lov til at være frivillig til et maratonløb i bygden Tasiusaq, der lå omkring en 40 minutters sejlads fra Nanortalik – kæmpestor oplevelse også!



Budget/økonomi

Flybilletterne til Grønland er generelt dyre, og nok endnu dyrere til Nanortalik, da man også skal med helikopter (man kan dog også sejle). Jeg købte flybilletter i midt januar (skulle afsted i juni) og måtte give 7000kr t/r.

Man kan få de fleste ting i supermarkedet deroppe, selvom ting som især friske grøntsager og frugt er ret dyre og sortimentet også lidt mindre. Jeg synes dog, at udgifterne til mad er overkommelige, hvis man er god til at handle lidt efter tilbud og kan nøjes med lidt simpel mad og rugbrød til aftensmad af og til.

Jeg har formentlig brugt omkring 12-14.000kr for den måned, jeg var afsted alt inklusiv, dvs. flybilletter, mad, oplevelser, sælskindshandsker, internet, hotel på hjemrejse mv.

Husk i kufferten!

Klinik: kliniksko (jeg havde træsko med, men endte bare med at gå i Birkenstock), stetoskop, pencillygte, kittelkort (IMCC har deres egne tilpasset Grønland – dem glemte jeg desværre)

Praktisk tøj – tænk generelt meget i ”lag-på-lag”: vandrestøvler eller sko, skiundertøj, regntøj, handsker, halsedisse, vindtæt jakke, trøjer, evt termobukser/busker med lidt for i.

Diverse: badetøj, en god bog, solcreme, myggenet, solbriller, termokop, evt. slik og chokolade (er meget dyrt deroppe), højtaler, HDMI-stik til at koble din computer til fjernsynet, evt. satellittelefon (InReach) hvis du vil meget alene i fjeldet (jeg havde min fars med men endte aldrig med at bruge den...).

Og vigtigst af alt! husk din nysgerrighed - både når det kommer til det faglige i klinikken og til mødet med den grønlandske befolkning. De er enormt hjertevarme!

Ja... Det siger nok det hele, at jeg ikke har været så god til at begrænse mig med denne erfaringsrapport. Jeg elskede hver dag, jeg var i Nanortalik. Jeg tog derfra med den største taknemmelighed og smil på læben. Så overvejer du bare det mindste at tage af sted, så håber jeg, at mine beskrivelser kan give dig det sidste skub til at sende en ansøgning afsted!



Du må til en hver tid gerne skrive til mig, hvis du har yderligere spørgsmål – fang mig på Facebook, Anna Strange, eller på mail annastrange1@gmail.com.