

Erfaringsrapport: Klinikophold på Dronnings Ingrid's Sundhedscenter i Nuuk, november/december 2024

Jeg var så heldig at komme afsted til Nuuk via IMCC i november-december sidste år. Vi var i alt fire studerende afsted med IMCC, som alle var i klinik på Dronnings Ingrid's Sundhedscenter (DIS) som en del af det valgfrie forløb på 9. semester.

Flybilletter og rejse

Vi købte flybilletter direkte igennem Air Greenland. Da vi alle havde tid til at tage afsted en uge inden klinikopholdet startede, valgte vi at rejse lidt, inden vi landede i Nuuk. Vi fløj derfor først til Kangerlussuaq og overnattede der, hvorefter vi fløj til Ilulissat, før vi til sidst fløj til Nuuk. I alt kom vi af med ca. 8500 kr. for flybilletter. Mens vi var i Grønland, åbnede den nye lufthavn i Nuuk (tidligere har man altid skullet mellemlande i Kangerlussuaq), så fremadrettet bliver det nemmere, og forhåbentlig også billigere, at komme til Grønland. Dog kan det virkelig anbefales at tage turen ind til Kangerlussuaq, som er den eneste by, hvor man kan køre ind til indlandsisen. Den mulighed benyttede vi os af, og vi var på en fantastisk tur til indlandsisen, hvor vi udover at se det helt vilde naturfænomen, som den kilometer tykke is udgør, bl.a. så moskusokser og rensdyr. Derudover kan det virkelig anbefales at besøge Ilulissat, hvis man har tid til det. Udsigten over isbjergene, som flyder rundt i vandet, er helt magisk. Vi var bl.a. på vandreture (gul rute og blå rute), sejl- og fisketur mellem isbjerge med en lokal guide og så var vi på hundeslædetur.

Bolig

Vi søgte bolig via kollegieadministrationen KAF i god tid og fik alle boligtilbud herigennem. Desværre var det kun de tre af os, der fik bolig sammen, mens en fik en bolig et andet sted i byen. Vær derfor opmærksomme på at ønske hinanden som roomie, hvis I er flere der skal afsted og ønsker at bo det samme sted. Kollegieadministrationen ejer nemlig flere forskellige boliger rundt omkring i Nuuk, og der er ikke som sådan tale om et samlet kollegie, men mere en række lejligheder rundt omkring i byen.

Det er ikke rigtig muligt at få flyttet bolig, når man først har fået et tilbud. Vi forsøgte at kommunikere om dette med KAF både inden og efter vi kom derop, men der var ikke mulighed for at ændre det, på trods af, at der var et ledigt værelse i den bolig, som de tre af os boede i. Det viste sig dog i sidste ende ikke at være et problem, da der boede nogle søde folk i den anden bolig. Vi boede i blok 15, som, når man ser den udefra, ikke er den mest charmerende bygning, men når man kommer ind og ser udsigten udover vandet, er det en anden sag! Det var virkelig et dejligt sted at bo, tæt på det meste.

Mad

Indkøbsmulighederne i Nuuk er generelt rigtig gode. I Brugseni kan du næsten få alt hvad hjertet begærer. Nogle af de ting man er vant til at købe i Danmark, kan dog være lidt dyre, fx grøntsager. En aubergine koster fx 30 kroner og har måske set bedre dage, når den lander i grøntsagsafdelingen i Nuuk. Man vænner sig efterhånden til at spare basilikum væk fra sin pastaret

eller koriander fra thaimaden, og så lærer man at gå efter hvad der ser friskt ud, er på tilbud eller selvfølgelig bare de frosne grøntsager, som man også kan lære at holde af.

Desuden findes der en række asiatiske butikker i Nuuk, hvor man kan tanke op på chilisaucer, thai curry paste og andet godt, som kan spice madlavningen op.

På hospitalet er der en udmærket kantine, hvor man kan købe frokost til en okay pris, og ellers blev det ofte til nogle halvkedelige rugbrødsadder.

Legater

Selvom det er lidt surt arbejde at skrive ansøgninger, lave budget osv., kan det virkelig godt betale sig, hvis man får sendt nogle stykker afsted. Jeg søgte ca. ti legater og modtog penge fra tre af disse (William Demant Fonden, Læge Johannes Bitsch og hustru Agnes Bitsch's Mindelegat og Aalborg Fonden). Når man først har lavet budget, indhentet anbefaling m.m. er det jo bare at sende det afsted og så tilrette ansøgningen til den specifikke fond, og så kan det altså hurtigt blive til en ret god timeløn. Jeg brugte legatbogen til at finde relevante legater at søge.

Klinikopholdet

Når man er i klinik på Dronning Ingrid's Sundhedscenter, indgår man som en del af personalet og det er derfor meget anderledes ift. at være i klinik i Danmark. Det gør at man føler at man bidrager med et egentligt stykke arbejde, og det er derfor fedt at tage afsted i klinik! Desuden får man mulighed for at få flere ting i hænderne selv, hvorfor det virkelig er et lærerigt ophold.

Den første uge var introduktionsuge, hvor vi blev introduceret til systemet, blev vist rundt osv. De første dage fulgtes vi med en af de yngre læge, og i uge to var vi på egen hånd. Hverdagen er bygget sådan op, at man to og to varetager et patientspor, hvor der er afsat 30 minutter til hver patient. Hver dag er der en af de yngre læger, som har rollen som supervisor for de medicinstuderende, og man kan altid ringe til denne læge, hvis man har spørgsmål. Vi gjorde ofte sådan, at den ene studerende optog anamnese og lavede objektive undersøgelser, mens den anden skrev journalnotat. Herefter ringer man til den superviserende læge og fortæller om patienten, objektive fund og hvad man tænker behandlingsplanen skal være. Sommetider kommer den pågældende læge også ind i konsultationen for at snakke med eller se patienten, hvis der er tvivl, eller hvis man beder om det. Det er derfor et meget trygt læringsmiljø, hvor man altid kan spørge om hjælp.

Man ser generelt mange forskellige patienter, men de hyppigste tilstande var øvre og nedre luftvejsinfektioner, udslæt, infektion/smerter i ører og øjne, samt bevægeapparatssmerter. Udover at være i DIS skulle vi også have en dag om ugen, hvor vi var i Steno Diabetes Center. Her skulle vi lave LFU til astma- og KOL-kontroller og som en del af udredningen for obstruktive lungesygdomme. Det var ikke de mest inspirerende dage, men var da en mulighed for at koble lidt af.

Oplevelser i Nuuk

Selvom Nuuk er en ret lille hovedstad, har den meget at byde på! I november-december er man dog en lille smule begrænset af sollyset, som ikke optræder længe, når man har fri fra klinik. Så man må være god til at bruge weekenderne på at komme ud.

Det gode ved Nuuk er også at man er mange studerende afsted (vi var 4 fra IMCC og 6 fra universitetet), og derfor er der mulighed for at lave mange ting sammen. Man kan bl.a. tage på vandreture på Lille og Store Malene (Store Malene var ikke en mulighed, da vi var der, fordi der var for meget sne) eller man kan tage på sejl- og fisketure.

I hverdagen var vi med i vinterbadeklubben (Nuuk Vinterbadelaug på facebook). Der er både vinterbadning ved kolonihavnen hver søndag, som er gratis, og ellers kan man betale 100 kr i kvartalet for at være med i vinterbadeklubben, hvor der er en lille sauna, som ligger helt ud til vandet. Det er drevet af frivillige og saunaen er derfor kun åben, hvis der er nogen som har tændt op i den, men det er helt klart det værd alligevel. Vi lykkedes med at komme afsted ca. en gang om ugen, og det var bare helt vildt dejligt! Enkelte gange var vi heldige at se nordlys, mens vi var i det iskolde vand.

En anden fast tradition blev at tage til pubquiz på Daddy's hver torsdag. Her er spørgsmålene af blandet karakter og vi havde heldet med at vinde flere gange. Præmien er en hel flaske sprut, som man godt kan slippe afsted med at snige med hjem, så det er lidt et hack, da alkohol er ret dyrt i Grønland.

Derudover er der træningscentre, klatreklub og en svømmehal, hvis man er typen, der kan lide at bevæge sig. Ærligt talt brugte vi også en hel del tid på at se diverse serier (husk at tage en chromecast eller et HDMI-stik med), hvilket føles meget lovligt, når der er snestorm udenfor.

Nuuk er ikke et gastronomisk vidunder. Der findes dog nogle gode restauranter, som er et must at prøve. Det gælder bl.a. Charoen Porn, som er en thai-restaurant, der har ligget i Nuuk måske altid? Her kan man få en god hel rødfisk i rød karry og så bliver man også nødt til at prøve den grønlandske kaffe, der serveres med show. Det er uundværligt! Derudover kan man få en god brunch på Katuaq og en kop kaffe i god atmosfære på Kaffivik. Det kan også anbefales at tage til Brewshow på Godthaab bryghus. Her får man rundvisning og ølsmagning for 100 kr. Det er ret god value for money, da man får fire øl i løbet af smagningen.

For at opsummere har det bare været helt vildt fedt at være i Grønland og at være i klinik på DIS. Jeg håber, at anbefalingerne kan bruges og at du får et godt ophold!