

Erfaringsrapport Aasiaat, Februar-Marts 2025

Randi og Frida studerer medicin på Aarhus Universitet, og vi har haft fornøjelsen af at tilbringe vores 2-måneders medicinske ophold på Aasiaat Sygehus som en del af vores selvtilrettelagte forløb på 9. semester. Vi anbefaler at søge om forhåndsgodkendelse så tidligt som muligt, så alt er på plads. Opholdet i februar og marts 2025 var to uforglemmelige måneder.

Ansøgning

Vi søgte hver for sig gennem IMCC. Randi havde oprindeligt søgt med sin læsemakker, men endte i stedet sammen med Frida. Vi kendte derfor ikke hinanden på forhånd og mødtes for første gang i Københavns lufthavn. Vi havde begge en drøm om at opleve Grønlands vinter med snedækkede landskaber, hundeslædekørsel og nordlys – og vi glædede os til at opleve det hele i de kolde måneder. Allerede ved ankomsten begyndte dagene at blive længere, og vi oplevede ikke mørket som et problem. Der var masser af dagslys efter arbejde.

Flybilletter i Grønland

Vi købte vores billetter til og fra Aasiaat cirka seks måneder før afrejse, med en mellemlanding i Nuuk. I vintermånederne skal man forvente forsinkelser og aflysninger, så tålmodighed er nødvendigt. Vi anbefaler at købe billetter direkte gennem AirGreenland, da de har gode aftaler ved forsinkelser. Vi betalte begge omkring 2.700 kr. per vej, men det kræver at man er tidligt ude. Overvej også en hjemrejse via Ilulissat.



Det koster det samme at flyve fra Ilulissat hjem, som det koster fra Aasiaat, og man kan derfor undgå at betale ekstra for den ene af flyene fra Ilulissat.

Legater

Frida søgte 10 legater uden held, og Randi søgte ingen. Grønlands-ophold er blevet meget populære, hvilket kan gøre det sværere at få støtte. Man kan prøve, men vi ville nok ikke bruge alt for meget energi på det.

Praktisk tøj i -28 grader



Under vores ophold nåede temperaturen ned på -28 grader, så det var vigtigt at være klædt godt på. En lang frakke, der dækker benene, er en fordel, da den holder godt på varmen. Almindeligt skitøj fungerede også fint. En varm hue og trøje, en uldhalsedisse og uldent undertøj er et must. Store luffer og skibukser er uundværlige, da de beskytter mod kulden - man kan evt. købe et par lækre, varme sælluffer deroppe til ca. 1000 kr. Vi brugte enten Sorel-støvler eller Moon Boots, som fungerede godt, men det kan være en fordel at have sko med pigge eller købe ekstra pigge til is, da det ofte er glat.

Indkvartering

Vi boede ovenpå livsstilsambulatoriet i hver vores værelse i et hus ved siden af sygehuset. Huset

har fire værelser med seng, skrivebord, TV og skab på 1. sal, samt fælles bad og toilet. I stueetagen er der et køkken, som vi delte med livsstilsambulatoriets personale i dagtimerne. I weekenderne havde vi huset for os selv. Det var dog kun en midlertidig løsning pga. en brand, så kommende studerende vil sandsynligvis blive indkvarteret i et andet hus tæt på ambulatoriet. Her er forholdene lignende, men internetforbindelsen rækker ikke helt dertil, så man bør overveje at købe ekstra net (koster ca. 500 kr/mdr og købes i Tusass).

Aasiaat er en by med ca. 3.000 indbyggere og har fire supermarkeder, et par tøjbutikker, en sportsbutik, Jysk og nogle spisesteder – så man mangler ikke noget.



Sygehuset

Forberedelsen var præget af lange svartider på mails, og da vi ankom, var sygehuset ikke klar over, at vi kom. Heldigvis var alle søde og hjælpsomme, og tingene faldt hurtigt på plads. Vi delte et ambulatoriespor og skiftedes til at observere og tage patienter. Nogle dage fulgte vi blot lægerne. Vi havde selv mulighed for at vælge patienter ud fra, hvad vi gerne ville se, og fik bl.a. erfaring med smerter i bevægeapparatet, luftvejsinfektioner, udslæt, svimmelhed samt mere komplekse problemstillinger i samråd med lægerne.

Vi oplevede stor frihed, hvis vi var opsøgende, og fik begge prøvet meget. Vi fulgte bl.a. et gynækologisk spor, hvor vi fik lov til at ultralydsskanne transvaginalt samt anlægge og fjerne p-stave. Vi føler begge, at vi har rykket os fagligt.

Sygehuset har 19 sengepladser, en lille akutmodtagelse og fire konsultationsrum. Der foretages ikke operationer, medmindre et specialistteam er i byen. Vi var så heldige at deltage i en helikopterevakuering af en patient fra en bygd – noget, der sjældent sker, men som man kan være heldig at opleve.

Vi er blevet gode venner

Selvom vi ikke kendte hinanden på forhånd, har opholdet givet os mulighed for at blive rigtig gode venner. Vi har tilbragt meget tid sammen, både på arbejde og i fritiden, og det har været fantastisk at have en at dele oplevelserne med. Det er en stor fordel at være to, når man er langt hjemmefra, og vi har lært meget af og om hinanden.

Fridas kæreste var med

Min kæreste var med i fire uger og arbejdede hjemmefra, mens vi var i praktik. Vi kunne dele et værelse, hvor der var to senge. Jeg havde ikke fået et klart svar på forhånd, men det viste sig at være

muligt. Det fungerede heldigvis godt for os alle tre, men det kan være en god idé at få afklaret med den medrejsende på forhånd.

At rejse i januar og februar

Dette er det perfekte tidspunkt for en ægte vinteroplevelse, samtidig med at dagene bliver længere. Vi har haft rig mulighed for at se nordlys (det bedste sted er ved skiklubben), stå på langrend, køre hundeslæde og vandre i fjeldene. Man kan køre på hundeslæde indtil slut april/maj alt efter vejret. Der er mange aktiviteter, hvis man selv er opsøgende.



Ugentlige aktiviteter:

- **Mandag:** Krea-café på SØMA hver anden mandag kl. 19:30 med gratis kaffe og kage.
- **Onsdag:** CrossFit kl. 17:00 – 18:00 i gymnastikhallen ved folkeskolen (10 kr. pr. gang).
- **Torsdag:** Strikkeaften hos Grethe kl. 19:00 i hendes butik – gratis med kaffe og the.
- **Fredag:** CrossFit kl. 17:00 – 18:00 samt hygge på Café3 med sygeplejersker og læger kl. 17:00.

Derudover kan man melde sig ind i **fitnessGI** i den store hal for ca. 299 kr./mdr., hvis man kan fremvise, at man arbejder på sygehuset.

Vi mødte mange søde mennesker på sygehuset - især sygeplejerskerne som vi hyggede os meget med. Vi afholdte flere fester/samskudsgilder for det danske personale. Vi deltog også i CrossFit i den lille hal hver onsdag og fredag kl. 17-18, hvilket var en god måde at møde folk på. Man kan lokke et smil og lidt good-will ud af grønlænderne ved at lære sig lidt grønlandsk undervejs.

Alt i alt har det været en uforglemmelig oplevelse, som vi varmt kan anbefale til andre!

Afslutning: Vi har haft en fantastisk tid i Aasiaat, og det har virkelig været en oplevelse, der har beriget os både fagligt og personligt. Grønland er et smukt og inspirerende sted, og Aasiaat har et åbent og venligt fællesskab. Vi har lært en masse – både om det grønlandske sundhedssystem og om os selv. I er velkomne til at skrive til fhejgaard@hotmail.com eller randi.n.andersen@gmail.com hvis I har uddybende spørgsmål.

