

Erfaringsrapport for juli og august 2025

Jeg har været på klinikophold i juli og august på Ilulissat Regionshospital. Et ophold som jeg har været meget glad for og hvor jeg har lært rigtig meget. Det har givet mig et spændende indblik i livet i Grønland, et af de smukkeste og vildeste steder jeg nogensinde har været. Nedenstående beretning var min oplevelse og jeg tager forbehold for at noget er lavet om siden da. Jeg håber mine erfaringer kan give dig endnu mere lyst og mod til at tage afsted!

Forberedelse

Jeg er studerende på AU og var afsted lige efter 8. semester. På AU kan man bruge faget "selvtilrettelagt klinikforløb" og få ECTS-point for et 2 måneders klinikophold. Inden afrejse havde jeg ikke forberedt mig det store. Fagene på 8. semester og mit arbejde i almen praksis var god forberedelse i sig selv. Derudover har jeg også taget FADL's EKG-kursus, da det er os studerende som skal tolke alle EKG'er, så det bliver man ferm til. Dog er det ikke et must at gøre de helt store forberedelser, da alt personale er supersøde til at tegne og fortælle, hvis der er noget man ikke har prøvet før. Og man skal bare spørge! Derudover forsøgte jeg at have et åbent sind, være ydmyg og have mod på at springe ud i de udfordringer som jeg mødte under mit ophold. Læringskurven var stejl, men på den måde lærte jeg bedst og mest. Dog skal man være opsøgende fordi meget få ting sker af sig selv i Grønland ;-)

Hverdagen på sygehuset

Selve sygehuset ligger på en klippe lige ud til vandet og har muligvis verdens bedste beliggenhed og udsigt. Fra konsultationsrummene og frokoststuen kan man se hvaler og flotte isbjerge og når det er klart, kan man se fjeldene på Diskøen. Det bliver man aldrig træt af!

Jeg var afsted med en anden medicinstuderende, og sammen delte vi et ambulatorie (lig almen praksis i Danmark). Nedenfor kan du se vores ugeprogram. Vi skulle hver morgen i samarbejde fordele patienterne ud fra hvad vi synes kunne være spændende. Det svarede til ca. 5 patienter dagligt. Der er god mulighed for supervision, da en af lægerne altid har "hjælpelæge"-funktionen, som er til for at hjælpe både os studerende og alle andre faggrupper ved behov. Man kan bruge tiden efter morgenkonferencen inden første patient til at konferere sine patienter, men man kan også bare tage det som det kommer. Det gjorde jeg. Som udgangspunkt skal vores notater altid kontrasignes af hjælperlægen, medmindre man har lagt en plan med en anden læge.

Udover ambulante patienter kan man også gå stuegang, hvis man har lyst. Det havde jeg ikke. Jeg synes det var mere spændende at være på OP eller i skadestuen. Jeg synes også at det var fedt at hjælpe til med de akutte patienter, fordi man kunne udfordre sig selv og vælge noget man synes lød spændende. Det foregår alle dage undtagen onsdag, hvor man hjælper efter evne og selvfølgelig kan spørge hjælperlægen. Generelt kan man få rigtig mange ting til at lykkes hvis man siger det til personalet når man møder noget som man synes er spændende.

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08:00-08:30	Morgenkonf.	Morgenkonf.	Morgenkonf.	Morgenkonf.	Morgenkonf.
08:30-09:00	Forberedelse	Forberedelse	Forberedelse	Forberedelse	Forberedelse
09:00-11:00	Konsultationer	Konsultationer	Operationer	Konsultationer	Konsultationer
11:00-12:00	Akutprogram	Akutprogram	Operationer	Akutprogram	Akutprogram
12:00-12:30	Afrunding	Afrunding	Afrunding	Afrunding	Afrunding
12:30-13:00	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost
13:00-13:30	Middagskonf.	Middagskonf.	Middagskonf.	Middagskonf.	Middagskonf.
13:30-15:30	Konsultationer	Børneus.	Smear	Konsultationer	Konsultationer
15:30-16:00	Afrunding	Afrunding	Afrunding	Afrunding	Afrunding

Tolkene er helt afgørende for arbejdsgangen, fordi mange patienter selvfølgelig primært taler grønlandsk. Dog oplevede jeg at mange kunne dansk i en vis udstrækning så man kunne have en konsultation. Når man bruger tolk, kan det tage ekstra tid og der er nogle gode tips og tricks. Dem kan du spørge om når du kommer derop. Tolkene kan også lære dig lidt grønlandske gloser.

En ting som jeg vil minde dig om, er at man er studerende og ikke ansat. Derfor skal man sørge for at få set det man synes er spændende og også holde lidt fri, så man ikke bare bliver en arbejdshest. Vi gør det her frivilligt uden at få løn. Det fandt jeg ud af lidt sent i mit ophold. Det er muligt at "blokke" sit program, hvis man vil følge en bestemt læge eller gerne vil have fri en eftermiddag til en tur eller lign, bare man siger det i god tid. Men HUSK alt med måde ;-)

Jeg vil på det kraftigste arrangere overlap med de medicinstuderende der kommer inden og efter dig, da den generelle oplæring er fra stud.med. til stud.med. Det er rigtig rart at få noget oplæring fra dem som har lavet opgaverne, Cosmic (journalprogrammet) og få de gode tricks til klinikken og livet i Ilulissat. Lægerne og sygeplejerskerne har ikke fuldt overblik over hvad vi egentlig laver hihi.

Praktik og økonomi

Flybilletterne købte jeg ca. 2 måneder før mit ophold, mit indtryk er at priserne stort set ikke varierer over tid, dog bliver de billige billetter hurtigt taget. Jeg betalte ca. 10.000 kr. tur/retur. Men kig også efter flybilletter fra andre flyselskaber end Air Greenland. Der er flere udbydere efter at den nye lufthavn i Nuuk er åbnet, og snart er den nye lufthavn i Ilulissat fædig, så man kan flyve direkte fra Danmark til Ilulissat. Generelt når man rejser i Grønland skal man være

indstillet på at dårligt vejr kan påvirke ens rejse. Derfor er det en god ide at flyve nogle dage før den 1. i måneden og ikke planlægge et for stramt program, hvis man skal på ture eller lign, efterfølgende. Jeg var selv strandet 3 dage i Kangerlussuaq, men så fik jeg også set Indlandsisen. Sygehuset har total forståelse for at man kommer senere pga. flyforsinkelser. Det skal man ikke være bekymret for.

Som studerende bor man på loftet over patienthotellet, hvor man får sit eget værelse. Jeg var så heldig at få et værelse med udsigt. Man kan være alt mellem 2 og 6 studerende som bor på loftet. Køkkenet er lidt lille og der er kun 1 bad, men det er super hyggeligt at bo der. Det siges at det spøger deroppe, men jeg blev ikke generet af de grønlandske spøgelser mens jeg boede der ;-)

Handlemulighederne i Ilulissat er gode, især Pisiffik kunne jeg godt lide. Der er alt hvad man skal bruge, dog kan der være lidt lav beholdning af frugt og grønt afhængig af årstid og hvis skibet er forsinket. Det er lidt dyre end i Danmark, men tilbud og datovarer er the way, hvis man gerne vil spare lidt penge. Og når der er tilbud i Grønland, så er der TILBUD!

Sammenlagt brugte jeg omkring 25.000 kr. alt i alt. Jeg sparede heller ikke på noget, for jeg ville gerne opleve det hele når jeg nu var i deroppe. Især turistture er dyre, men det er også store oplevelser som jeg ikke havde været foruden og jeg synes det er pengene værd. Dog kan man også få mange fede naturoplevelser gratis eller til få penge. Man kan evt. vente med at booke til man er heroppe, da der flere steder i byen gives rabat, når man arbejder på sygehuset, så det er værd at høre ad. Jeg søgte flere forskellige fonde, men fik ingen bevilling. Jeg vil anbefale at oprette en bruger på legatbogen.dk, som giver godt overblik over hvilke fonde der kan søges og hvornår deadline er. Listen med de fonde jeg søgte, kan ses længere nede.

Fritiden

Hverdagene går meget med arbejde, men pga midnatssol, var det altid muligt at nå ud om aftenen. Hvis man er afsted om sommeren SKAL man opleve hvalsafari og kajak på Isfjorden. Man kan også nå at gå den gule eller røde vandrerute efter arbejde. Disse er et par kilometer. Hvis man vil gå længere ture, er blå, orange eller pink/lilla rute også fede. Dog skal man have respekt for terrænet og lige gå turene sammen med nogen første gang. Især hvis det er vådt vejr kan man falde og slå sig slemt. Det oplevede jeg på første hånd i skadestuen, da en turist kom ind med brækket skulder. Jeg spiste aftensmad flere dage ude med Isfjorden eller gul rute, mens jeg så på isbjergene eller hvaler. I juli og august er der mange myg, så myggenet er et must have og den orange "giftige" myggespray fra Fangerspar er meget effektiv. Da min kæreste var på besøg, var vi ved Eqi gletsjeren, hvor vi overnattede i telt. Det var så fantastisk og en meget stor oplevelse. Hvis man ikke er så outdoor findes der også luksushytter man kan overnatte i, dog til højere pris. Jeg vil virkelig anbefale Inuk Adventure, som er en lille lokal turistvirksomhed der drives af Rikke og hendes mand. De kan bl.a. tilbyde kajak, SUP og wakeboard på Isfjorden.

Hver tirsdag og torsdag er der gratis crossfit i hallen (fordi man arbejder på sygehuset wup wup!), der er god stemning, man bliver virkelig motiveret af fællesskabet og det er en god

mulighed at møde folk som ikke arbejder på sygehuset. Det kan også anbefales at tage med til bingo en aften, hvor man kan vinde cool cash, dog vil jeg anbefale man tager afsted med en lokal, der lige kan forklare regler og fortælle hvad der er kutyme. Generelt får man rigtig meget ud af at tale med de fastansatte på hospitalet og kigge på opslagstavlen ved kantinen, hvis du kunne tænke dig at komme ud og sejle, på hundeslædetur og andet. De kender helt sikker nogen og kan hjælpe med at få det til at ske.

Alt personale på sygehuset jeg mødte under mit ophold, var meget åbne og imødekommende og man sås også udover arbejdstiden. Det var til forskellige arrangementer i byen, til træning i hallen, strikkeaften og til fredagsbar. Det er faktisk de medicinstuderendes fornemmeste opgave at arrangere fredagsbar hver uge og der er meget god opbakning til det fra resten af personalet.

Det er uden sammenligning det klinikophold, jeg har fået allerstørst udbytte af, både fagligt og socialt. Og over det faglige har det været en meget stor oplevelse at være i Grønland. Befolkningen er supersøde og imødekommende, hvis man giver noget af sig selv. Derudover har jeg fået nogle naturoplevelser jeg ikke har fået andre steder. Jeg håber min erfaringsrapport har givet dig lyst og inspiration til at komme afsted. Tag afsted, du vil ikke fortryde det!



Kajaktur på Isfjorden



Udsigt fra mit værelse



Telttur til Egi gletsjeren



Fisketur i Breddebugt



Solnedgang ved sygehuset

Fonde jeg har søgt:

Toyota

Lungeforeningens rejselegat

Zonta

Sportsbuddy

Reinholdt W. Jorck og hustrus fond

Tennis fonden

Familien Hede Nielsens fond

Fairlån legat

Læge Johannes Bitsch og hustru legat

Frimodt-Heineke fond

Lippmann fonden

William Demant

Jørgen Buch's fond

Winbergs fond

Etatsraad C. G. Filtenborg & hustru Marie Filtenborgs Studielegat

Aarhus Universitets Almene Studenterfond

Politimester J. P. N. Colind og hustru Asmine Colinds mindelegat

Torben og Alice Frimodts Fond