

Erfaringsrapport Nuuk august/september

Jeg var i klinik på Dronning Ingrid's Sundhedscenter (DIS) i uge 31-36 i forbindelse med mit selvtilrettelagte klinikophold på 9. semester på Aarhus Universitet, og det var en helt fantastisk oplevelse! Jeg kan varmt anbefale det til alle, der ønsker at kombinere et lærerigt klinikophold med enestående natur og nye oplevelser.

Indlogering

- Vi søgte i første omgang bolig gennem KAF, men blev desværre afvist. I stedet gik vi fire piger sammen og søgte bolig privat på Facebook. Vi meldte os ind i flere boliggrupper, og heldigvis var der flere, der skrev til os. Til sidst fandt vi en rigtig god lejlighed kun otte minutters gang fra DIS, hvilket passede perfekt til hverdagen i klinikken.
- At bo sammen viste sig at være en stor fordel. Vi delte udgifterne, lavede mad sammen og brugte mange hyggelige aftener på fælles aktiviteter. Det sociale gjorde opholdet endnu bedre, og jeg ville slet ikke have undværet det, selvom det var dyrere end bolig igennem KAF. Til reference gav vi 6500 kr. for bolig pr. mand for alle 6 uger.
- Vores lejlighed havde god wifi, så vi behøvede faktisk ikke at tilkøbe telefoni eller data, da vi både havde wifi derhjemme og på hospitalet, hvilket var en fordel, da det var ret dyrt at tilkøbe data.



Kost:

Madpriserne i Grønland er generelt lidt højere end i Danmark, men man kan godt holde udgifterne nede, især hvis man bor og handler sammen.

- Indkøb: Vi handlede primært i Brugseni, som har et bredt udvalg og jævnligt gode tilbud, som man kan gå efter.
- Prisniveau: Frugt, grøntsager, slik og sodavand er generelt dyrt, men til gengæld kan man ofte finde æg, kylling og nogle basisvarer til rimelige priser.
- Frokost: Vi spiste ofte frokost i kantinen på DIS, som både er billig og sund - her fik man let sin daglige portion grønt.
- Fisk og lokale råvarer: Et stort plus var muligheden for at købe frisk fisk direkte fra Brættet. Det var både hyggeligt og spændende selv at købe fisken og tilberede den derhjemme.

Klinikken og arbejdsopgaverne;

- Vi var i klinik på Dronning Ingrid's Sundhedscenter (DIS), som fungerer som en udvidet almen praksis, da de både dækker skadestuen, almen praksis samt et gynækologisk/småkirurgisk spor.
- Som studerende havde vi hovedsageligt vores funktion i almen praksis-delen.
- Vi var altid to studerende sammen ad gangen, og vi havde altid en superviserende yngre læge tilknyttet. Det gav en god balance mellem selvstændighed og faglig støtte.

- Hver konsultation varede cirka 30 minutter, hvilket gav tid til både grundig anamnese, undersøgelse samt for supervision.
- Vi så et bredt spektrum af patientproblematikker, herunder blandt andet:
 - o Akut otitis media
 - o Øjenbetændelse
 - o Gener fra bevægeapparatet
 - o Hududslæt
 - o Lungebetændelser
 - o Urinvejsinfektioner
- Ca. en dag om ugen var man i kons9, hvor man assisterede lægen i at lave småkirurgiske indgreb, varetage gynækologiske problemstillinger samt lave børneundersøgelser.
- Alt i alt var arbejdet på klinikken helt utroligt lærerigt. Vi blev udfordret på den gode måde, da der var et meget trygt læringsmiljø. Jeg har virkelig lært meget og føler mig meget godt klædt på til de kommende klinikophold herhjemme.

Oplevelser og gode råd:

Der er mange muligheder for at få en aktiv og oplevelsesrig fritid i Nuuk, og vi benyttede os af rigtig mange af dem. For blot at nævne nogle er der:

- Løbeklub hos Daddy's: Hver onsdag er der løbeklub hos Daddy's, som er en bar i midtbyen, der faciliterer social runs.
- Kaffevik: En meget hyggelig kaffebar med god stemning og fair priser. Her var vi ofte om eftermiddagen eller i weekenden for at drikke en god kop kaffe.
- Daddy's: Udover løbeklubben er Daddy's også et populært samlingssted i byen til at drikke en øl. Hver torsdag er der desuden quizaften!
- Vandreture: Vi var ude at vandre næsten hver weekend, og naturen omkring Nuuk er helt fantastisk. Man kan tage bussen (koster 10 kr. i kontant med studiekort) eller en taxi til Anstalten. Herfra er der mange flotte vandreruter, som man kan gå.
- Vinterbadning: Vi meldte os ind i "Nuuk Vinterbadelaug" på Facebook. Det koster omkring 100 kr. pr. kvartal, og så kan man kombinere vinterbadning med sauna og nogle gange ovenikøbet med lidt gus.
- Personaleforeningen Mattut: Personaleforeningen for hospitalet arrangerer forskellige aktiviteter, som man kan melde sig til. De giver desuden 15 % rabat hos Nuuk Water Taxi, der tilbyder mange ture f.eks. hvalsafari eller sejlads til isfjorden.

Alt i alt kan jeg kun anbefale at tage af sted!

