

Reisebrev fra

Stockholm

Nå har jeg vært på utveksling i Stockholm i over to måneder og har akkurat begynt i min andre praksis her borte.

Min første praksis var på et eldreboende litt sør for Stockholm sentrum der jeg bor, så da var det opp klokken 5:15 for så å ta tunnelbanan i en time for å rekke vekten som begynte klokken 07. Her i Sverige så har de lengre dager enn oss, så dagen min var over 15:30 eller 16:00. Lange, men interessante dager har det vært.

“

Vi er ikke så like som svenskene som vi kanskje tror vi er.



Sykepleieren har mer en administrativ rolle. Her er jeg i praksis på en vårdcentral, hvor jeg dokumenterer på min veilederes kontor som er distrikssköterska, noe som tilsvarer helsesøster på norsk.

Jeg har utveksling ved Ersta Sköndal högskola.

En ting er språket hvor enkelte ord har en helt annen betydning på svensk enn på norsk. Men dette lærer man seg fort. En annen ting er selve sykepleieoppgavene. Her har hjelpepleierne mer ansvar for den daglige omsorgen for pasienten, dvs at det er de som gjør morgen- og kveldsstell, matning, tar beboerne med på tur eller aktiviteter og lignende, men det er også de som eksempelvis gir medisiner (bortsett fra narkotika) og sondeemat. Sykepleieren har en mer administrativ rolle og gjør typiske sykepleieoppgaver som å sette insulin, skylle urinkateter, såromlegginger, dokumentere og rapportere til neste sykepleier som kommer på vakt. Rapporten mellom resten av personalet fungerer som en stille rapport. Medisinrommet ser også annerledes ut enn hva jeg er vant med fra tidligere, her har de låste medisinskap inne på sykepleiernes kontor og alle medikamenter er ordnet i alfabetisk rekkefølge, så ingen ATC ordning som i Norge. Det er også bare en sykepleier som er tilknyttet hver avdeling. En sykepleier på ca 13 pasienter på dagvakt og en sykepleier fordelt på fem avdelinger på kveldsvakt med ansvar for 53 pasienter og en sykepleier på nattevakt for alle avdelinger med ansvar for ca 150 pasienter. Men selve sykehjemmet er ganske likt som hjemme, rommene og fellesarealene er litt større, men alle har eget bad og egne møbler på sitt rom og de har aktiviteter, konserter og mye annet som beboerne får være med på. En gang i uken viser de også film i kinosalen som finnes i bygget. Det finnes og en egen massasjeavdeling for de ansatte. Denne rakk jeg dessverre aldri å benytte meg av.

Den andre praksisen er på en vårdcentral. En vårdcentral er som et legekontor, legevakt og en helsestasjon i ett. Så alle pasienter som kommer hit kommer enten akutt eller på innboket tid med enten helsesøster eller legen. Her er arbeidsdagen fra 07:45 – 17:00, så også her blir dagene lengre enn i Norge. Hittil har jeg erfart at det kommer mange som vil sjekke blodtrykket, få kostveiledning, få hjelp med røykeslutt, legge om ett sår, ta suturer, få vaksine, sjekke INR, ta Crp, EKG, operere bort en føflekk eller inngrodd tånegl. Dette er det stort sett helsesøster som gjør, men også en hjelpepleier gjør å noen av disse prosedyrene. Operasjonene gjør legene.



Min første praksis var på Högdalen äldreboende. Her holder jeg på med lysbehandling av et diabetisk fotsår.



- Vil bli sjuksköterska

Alle jeg møter av både personale og pasienter synes det er så koselig med norsk, de sier at det høres ut som vi synger når vi prater. Jeg personlig har alltid tenkt omvendt at jeg synes svenskene høres så glade ut når de prater. Og omtrent alle både ansatte og pasienter spør om hvorfor jeg velger å gjøre praksis i Sverige fordi man tjener jo så mye mer i Norge. Så hver dag må jeg si samme frase til forskjellige pasienter. "Joda, man tjener mer i Norge, men penger er ikke alt". For det hører med til min utvekslingshistorie at jeg søkte hit fordi jeg tenker å flytte hit neste sommer for å bli sjuksköterska.

En annen kulturforskjell som jeg har lært meg er hvor viktig det er med *fika* i løpet av arbeidsdagen. Da samles "all personal" for å ta et knekkebrød eller lignende og en kopp kaffe, en pust i bakken. Fika er gjerne noen timer før lunsj og det er satt av ca 15 min og man tar gjerne en fika igjen litt senere på dagen. Og lunsjen er også en stor ting her. Her spiser de de reneste middagsmåltidene til lunsj, men noe man behøver når dagene er så lange. Så jeg har også adoptert lunsjkulturen og tar med meg rester fra middagen og varmer i micro'n dandert pent og pyntelig på en tallerken.

Jeg har også vært med på noen forelesninger på skolen jeg har utveksling med og selve sykepleierutdannelsen er organisert annerledes enn hvordan vi har det på LDH. Her har de ulike kurs i løpet av året med en avsluttende eksamen til hvert kurs. I tillegg så er det praksisveileder som godkjenner praksis også har de en praktisk eksamen etter hver praksis i en øvelsesavdeling som skolen godkjenner.

Selv om det blir lange dager i praksis og man gjerne jobber med oppgaver eller leser på studiedagene så blir det tid til litt sosialt også. Jeg forsøker blant annet å klatre og svømme en dag i uken og i tillegg gå på café med mine nye studiekompiser fra Høgskolen.

Stockholm er kanskje ikke så langt unna, men svenskene er ikke så like oss som vi kanskje tror, så man behøver ikke å reise langt bort for å oppleve en annen kultur. Jeg har trivdes kjempe bra i Stockholm og fått lære meg masse nytt. Jeg kan å anbefale på det sterkeste å dra på utveksling for man lærer masse og ikke minst lærer man mye om selv seg.

Hilsen fra Camilla som er i et julepyntet Stockholm



Turistshopping i Gamle Stan.