

Erfaringsrapport ved hjemkomst etter utenlandsopphold 2019

1. Hva har du lært?

Jeg hadde medisinsk praksis fordelt på tre forskjellige sykehusavdelinger, hvor jeg var på hver avdeling i to uker. Først var jeg på "respiratory", hvor det var mange ulike sykdomsbilder, men spesielt KOLS forverring/ throax problemer. Ukene var veldig spennende med høyt tempo og mange ulike lærings situasjoner. Videre var jeg på "geriatric rehab" som mer enn mindre var en venteplass for eldre med demens som kom fra andre avdelinger og nå enten skulle hjem eller på sykehjem. Ukene her var rolige og dagene mer rutinebasert, ettersom de fleste pasientene på avdelingen blir værende i flere uker. Det var også mindre fokus på kliniske ferdigheter, og mer stell og pleie. Til slutt var jeg på kirurgisk gynekologisk avdeling. Her likte jeg meg veldig godt. Det var travelt og mye som skjedde. Det var en fordel at jeg hadde vært på ortopedisk avdeling hjemme. Sykepleierne på denne avdelingen gikk også over på nyfødt når de trengte hjelp der, så det fikk jeg også være med på.

Noe jeg har blitt godt drillet på er medikamenthåndtering. Dette er det veldig stort fokus på, på alle avdelingene. Det var forventet at jeg visste hva, hvorfor, hvordan, bivirkninger mm. Jeg ble ofte spurt ut i uventede situasjoner, både foran pasient, lærer fra skolen og andre sykepleiere. Å kunne se sammenhenger og å forklare og begrunne *hvorfor* var alltid i fokus. Da måtte man trekke inn både anatomi/ fysiologi, sykdomslære og medikamentkunnskaper. Jeg har også lært mye om å sette injeksjoner og å blande/ gi antibiotika. Dette blir gjort litt annerledes enn vi lærer hjemme, så det var spennende å ta del i. Sårstell og bandasjering har jeg også fått være med på en del. Manuelle målinger og observasjoner var det også stort fokus på, og jeg måtte kunne relatere og forklare det jeg observerte til både pasient og sykepleier. Informasjon og veiledning til pasient har jeg også fått øve meg mye på. Jeg sitter igjen med inntrykk av at sykepleierne generelt er veldig dyktige i både kunnskap og praksis, og at jeg har fått tatt del i og lært masse.

2. Hvordan har praksis vært organisert?

Hver praksisperiode er uavhengige av hverandre. Jeg var heldig og fikk alle mine praksisplasser på samme sykehus. På hver avdeling får man en "facilitator" (lærer) fra skolen, som kommer hver dag og ser til/ spør deg ut/ hjelper til/ går med deg for å teste deg i kunnskaper og ferdigheter. Det er opptil hver facilitator hva de legger vekt på i vurderingen og hva de forventer av innleveringer. Jeg hadde nesten ikke innleveringer, men heller muntlig utspørringer hver dag. Hver dag går man med en ny sykepleier. Hvilken sykepleier man får blir tilfeldig bestemt ved vaktskifte. Det er tiden med facilitatoren som danner grunnlaget for midt og sluttvurdering, da sykepleierene ikke følger opp studenten på samme måte som jeg er vant med hjemme. På gynekologisk hadde jeg ikke facilitator, og da merket jeg at jeg savnet den lille "tryggheten". Vurderingen av denne praksisen ble gjort av avdelingssykepleier, noe som var litt spesielt ettersom hun ikke hadde tatt noe del i min læring. På de to første praksisene var vi 6 -7 studenter med samme facilitator, og 2-3 studenter gikk sammen på hver avdeling. Det var forventet fra dag en at jeg tok ansvar for 2-3-4 pasienter, og jeg ble behandlet på lik linje som de australske studentene. Tiltross for at

jeg går 3. Året, gikk jeg med 2. Års australske studenter. Forventningene var allikevel at jeg skulle kunne/ gjøre like mye som en 3. Års student. I Australia er allikevel arbeidsoppgavene til sykepleierne noe annerledes, så venefloner fikk jeg ikke øvd meg på, siden det er legenes arbeid. Jeg fikk være med på observasjoner, medisiner, dokumentasjon, pasientundervisning, stell og pleie, med mer. Når det kommer til arbeidstider går man hel sammenhengende uke med bare dagvakter og en med kveld, ingen helg eller natt.

3. Hva har vært positivt med oppholdet?

Det meste! Få ta del i en ny kultur, møte mange nye mennesker, utfordre seg selv, bli bedre i engelsk, se og oppleve mange flotte steder, prøve ut nye sporter og å føle at en har vokst som person på flere områder. Selv om det har vært et intensivt og utfordrende semester, har det også vært veldig gode muligheter for å gjøre mange "kjekke" ting. De første ukene av semesteret var rolige og da utnyttet vi tiden til å reise og bare kose oss. Etter hvert som semesteret tok seg opp ble det mer til at ukedagene gikk til skolearbeid og helgene til å finne på ting. I Brisbane og Australia generelt foregår det noe til en hver tid og været er alltid på topp, så det er aldri vanskelig å finne på noe å gjøre! I tillegg slutter semesteret tidlig i November, noe som gjør at man får en lang og varm sommerferie før semesteret starter opp igjen i Januar. 😊

4. Hva har vært utfordringene?

Jeg vil si at alle forberedelse som måtte gjøres i forkant av reisen var svært krevende. Det var papirarbeid her og der, søknader, deadliner, besøk til politistasjon, reise til Bergen for å ta helsesjekk, legekantor for å få underskrifter og vaksiner, og visumsøknad. Mye av dette koster en god del (tror jeg måtte ut med 7-8000 kr på forhånd uten flybilletter til Australia), samt at det tar opp veldig mye fritid midt oppi praksis og eksamenslesing. Når jeg kom til Australia var det en ny runde med papirarbeid, innleveringer og søknader, og det følte ut som "dobbel arbeid" av det jeg allerede hadde fikset og levert inn. Siden jeg reiste alene som spl student følte jeg til tider at jeg sto alene i ting. Allikevel var det hjelp å få av både UiS og QUT når jeg spurte. Under oppholdet syntes jeg praksis også var utfordrende. Det ble ikke tatt hensyn til at man var ny i rutinen/ sykehuskulturen/ språket. Siden det er tilfeldig hvilken sykepleieren en går med, var det også en del av sykepleierne som gjorde det åpenbart at de ikke hadde noe interesse av å ha med seg student. Dette var ubehagelig i begynnelsen, men ettersom dette var gjengående på alle avdelingene ble en litt vant med at en bare måtte gjøre det beste utav det selv. Språket var også en liten utfordring, da mye av medisinske ord/uttrykk/ diagnoser bare blir gitt i forkortelser. Samt gikk alt av dokumentasjon, journaler og forordninger for hånd på papir, absolutt ingenting på data.

5. Hva har du fått med dere av sosiale opplevelser?

Veldig mye. Det er mange studentorganisasjoner som man kan melde seg inn i og som arrangerer fester og sosiale aktiviteter gjennom hele semesteret. Jeg var med i ANSA som kjørte trivia hver torsdag, samt helgeturer og surfing til for eksempel Byron Bay. QUEST og QUT Surfers var andre organisasjon jeg reiste på helgeturer med. QUT arrangerte også mange festligheter og en tur til Gold Coast i orientation uka. Jeg var også medlem i QUT buddies og QUT climbers. Utover det er det alltid noe som forgår i Brisbane, for eksempel

festivaler, live musikk, markeder med mer. Det er også veldig mange nordmenn i Brisbane og vi ble fort en stor gruppe, og da var det alltid noen å reise/ dra ut med osv.

6. Vil du/dere anbefale oppholdet videre til andre studenter?

Absolutt!! Det kjentes veldig skummelt i forkant å skulle reise alene til andre siden av jorden for å gå på skole og å være i praksis, men jeg sitter igjen med så utrolig mange gode opplevelser, vennskap og ikke minst et stort læringsutbytte, som jeg aldri ville vært foruten. Til tross for forberedelsene og utfordringene har det vært et helt nydelig semester. Utveksling er noe jeg vil anbefale på det sterkeste, for det er en unik sjanse til å oppleve, vokse og bare ha det kjekt! Brisbane er også kjempe, kjempe fin studentby. Opplevelsen min med QUT har også bare vært positiv. Reis!!