

Att vara en "free-mover"

Jaså, du är en free-mover? sade en svensk sjuksköterskestudent. Jag hade aldrig hört ordet förut och vet inte hur det stavas. Vad det innebär att vara en vet jag däremot! Det innebär att du själv ordnar din praktikplats. Det är alltså ingen färdig plats skolan har sedan tidigare att erbjuda dig. För mig blev det en väldigt lyckad praktik. Det var värt all möda och slit det var att få till den. Praktiken gick av stapeln från 13 december 2004 till 13 mars 2005.

Först på Blefjell Sykehus i Kongsberg Norge och därefter på Altnagelvin Hospital i Londonderry/Derry på Nordirland. Nämner de avdelningar som jag var på i den ordning de kom: Kombinerad mödravård/förlossning/bb avdelning Norge, barnavdelning, mödravård, bb, intensivvårdsavdelning, Nordirland. I Norge bodde på området till Fredheim Helsesenter vackert beläget på ett berg, en tidigare klasskompis bodde och jobbade där. På Nordirland bodde också hos goda vänner. Det var härligt att komma till ett glittrande snöigt Norge innan jul. Jag kasade i mörkret genom skogen på isiga vägar ner till bussen. Bra trim blev det. 30 minuter ner och ännu fler upp. Personalen var underbar och ansträngde sig på alla sätt att göra min praktik så givande och lärorik som möjligt. Som ssk-elev är det lätt att lasa sig vid att man absolut vill ta blodprov och träna på det. Både i Norge och på Nordirland på de avdelningar jag var hade de speciell personal till detta, tyvärr. Undantaget var intensivvårdsavdelningen på Nordirland. Hon som var min handledare där och flera andra agerade närmast som läkare. De gjorde det mesta på egen hand och bad i efterkant om en signatur. Det är frestande att skriva en massa värderingar, förslag och kommentarer, men kanske inte rätt plats, skall ju berätta om utlandspraktiken. Även om det inte blev det traditionella venösa blodprovstagandet för min del, blev det många prov som togs från artärer på intensivvårdsavdelningen.

Några särskilt starka händelser: En sen kväll i Norge var bara ute med barnmorskan en sväng för att förbereda för nästa droppåse som skulle hängas upp. Barnepleiern tittade ut lite uppstressad när vi kommer tillbaks. –Titta här! Kvinnan blödde, och vi kommer lagom in till att få se en knytnävsstor blodklump komma ut. Lyckligtvis var det en läkare uppe på avdelningen. Hon stod och pratade med någon. Snälla, kom ...! Hon kanske inte riktigt förstod hur allvarligt det var och gjorde sig ingen brådska, väl i rummet utbröt däremot panik! –DEN UNGEN SKAL UT NU!! –JEG VIL HA UT DEN UNGEN INNEN FEM MINUTTER! Varje sekund efter det här kändes som en evighet. Mamman blev grön vit i ansiktet. Kvar ensam på avdelningen blev pappan medan vi bokstavligen rusade mot hiss och operationssalen. Det blev mer dramatiskt än vad som var behagligt för någon av oss.

Fördelen med att vara elev i ett sådant läge är att du har möjlighet att få ett fågelperspektiv över vad som händer. Du är inte lika låst till just din specifika uppgift så som de andra. Nackdelen är att du troligen känner dig mer hjälplös än någon av de andra och att du står med en brinnande önskan om att kunna hjälpa till mer. I katastrofsituationer har ingen tid att läsa din namnskylt och har de inte sett dig förr kan de ta dig för vanlig personal och börja ge order om saker du skall göra som du inte har rutin på även om de är enkla. T.ex. –Hämta munskydd åt mig! (var är munskydden inne i operationssalen?) De var väldigt gulliga. När jag senare undrade över deras rutiner och i vissa fall avsaknaden av dem och var man lätt kunde hitta katastroftelefonnumret anordnade de ett möte där de skulle prata igenom hur de kunde

göra förbättringar. Andra händelser som stack ut var när jag fick gå med en sjuksköterska i ett fängelse, åka ambulans med en ung patient som vårdades i respirator, sitta och vänta på en restaurang till midnatt för att tioalet poliser undersökte en misstänkt bilbomb på vår gata. Nordirlands konfliktfyllda historia är ännu inte blott ett minne. Spänningar existerar om än inte så dramatiska. Min förståelse för patienter från andra kulturer vidgades. Erfarenheterna är ovärderliga för eventuellt arbete utomlands i framtiden.

Tips:

Innan utresa:

Har du vänner och släktingar i de länder du vill till, be dem om telefonnummer till tänkbara praktikplatser. I början är det många att kontakta och mycket information blir det efter hand. Skaffa ett litet anteckningsblock och en mapp att lägga lösa papper i med en gång, där du bara har material som gäller utlandspraktiken. Printa ut e-mail med viktig information, eller spara på annat säkert sätt. Be om bekräftelser på mottagna mail ifrån de andra länderna. Tills du fått detta kan du fortsätta att höra av dig. De kan ju ha felaktiga mailkonton! Ta inte för givet att all information gått fram o vänta inte bara snällt. Däremot är det väldigt viktigt att du uttrycker dig mycket artigt. Särskilt negativa saker skall uttryckas så vänligt som möjligt. På Nordirland t.ex. säger man gärna fraser som.: I'm afraid it's not possible. If it would suit you? Would that be convenient for you? Surely, I would be most glad to...

Jag önskar att jag hade skrivit upp namn, salar, hus och mailadresser till alla olika personer som skall kontaktas. Då hade det fortare blivit av att göra det än att stå där med bara ett förnamn och undra var i höstacken man kan hitta den nålen? Det obligatoriska MRSA testet som görs vid hemkomst bokas genom att man ringer till infektionskliniken på sjukhuset, detta kan troligen göras innan utresa. Om du mot förmodan behöver behandlas för MRSA är det ju bra att kunna sätta igång det så fort som möjligt. I skrivande stund har ännu inte fått provsvaret i handen...

Även om learning agreement är påskrivet och klart innebär inte detta att de i mottagarlandet skickar dig information om när du skall börja, vem som är din handledare m.m. Avtal i andra länder är inte alltid samma sak som att det verkligen kommer att utföras verkar det som. Tyvärr måste du nog i många fall kontinuerligt höra av dig, fråga frågor och vänligt upplysa om att du kommer.

Ha några passkort till hands. Det kan krävas på diverse dokument vid ankomst till skola/sjukhus. Om du får möjlighet besök gärna den svenska motsvarigheten till det du skall praktisera på utomlands. Många frågar hur det är i Sverige. Jag fick inte möjligheten att göra detta. Fördel: behövde inte säga att våra avdelningar var modernare, renare osv. Nackdel: det var inte lätt att kunna göra jämförelser och det blev väldigt mycket nytt att tackla på en gång. Boken: Kommunikationsträning på engelska för vårdpersonal av Elisabeth Legl, Studentlitteratur, var till nytta, rekommenderas.

Väl där:

Bli inte alltför frustrerad och ledsen över att trots dina ansträngningar kanske ingen som är på avdelningen den dag du kommer dit, vet om att du skall vara där. Möts du av en massa frågetecken, ta det med ro. Ha med ett papper eller tala om vem du kommit överens med. Det ordnar sig som regel efter att förvåningen lagt sig. Har du bett om handledare/mentor kan det underlätta.

På Nordirland är sjukhusklädseln oftast allt annat än vit. Sjuksköterskor har uniformer och många läkare går i sina egna kläder. Det finns inget omklädningsrum på de flesta avdelningar och de kommer till jobbet redan iförda sjukhuskläder. Du kommer att sticka ut, vilket som oftast inte gör något. Ditt namn kan vara lika knepigt för dem att uttala som det kan vara för dig att förstå deras engelska dialekt. Detta är inte ett tecken på att din engelska är dålig. Jag slet väldigt de första veckorna med vissas dialekt. Visa att du VILL lära dig saker, inte alla känner ansvaret att lära ut saker till dig, men om du visar att du inte är där som turist utan som en elev som vill lära, får du troligen ut mycket mer. Att ha satt upp några mål för vad du behöver lära och observera rent konkret kan underlätta. Min ena handledare gav mig ett arbete som jag behövde skriva för att visa att jag kunde något om barnsjukdomar. Eftersom det inte stod timantal på learning agreement gav det vissa problem ibland. På Nordirland jobbar de nämligen 12 timmars pass. När de skulle överföra detta till fyra timmars dagar och räknade bort timmen för lunch kändes det i vart fall som om det blev lite väl mycket somliga dagar med en nitisk syster som vägrade släppa mig en minut innan hennes uträknade tid. Sjukhusystemet är mycket hierarkiskt och hon är närmast som drottning på avdelningen. Hennes ord är lag, oavsett vad din mentor sedan skulle tycka. Ett sätt att förbereda sig på långa dagar där lite sker är att ha en bok med, det finns säkert någon annan bra lösning, kanske du kommer på den?

Hemkomst:

Försök berömma dig för det som görs istället för att få panik över allt som ännu är ogjort. Det är mycket att ordna med när man kommer hem. Du har helt säkert lärt en massa, även om du inte får betyg för det. Det finns inga betyg för ökad förståelse och skicklighet i att möta folk från andra kulturer, förbättrad engelska och att gott ha tacklat helt nya saker i helt nya miljöer som ensam svensk. Vissa saker i livet kan man inte mäta och skriva ner på papper.

