

Utteksling til Port Elizabeth, Sør-Afrika

Mitt navn er Linda, og jeg går tredje året på sykepleielinjen på Høgskolen i Østfold. Jeg elsker å reise og oppleve nye ting og kulturer, så da jeg fikk høre at skolen tilbød muligheten for tre måneders utveksling til Sør-Afrika for et begrenset antall studenter, var jeg ikke sen med å søke. Forventningene var høye, og etter hvert som møtene om utveksling tok sted, satt til slutt fire storøyde og reiseklare sykepleiestudenter igjen.

Ettersom vi går sykepleie var utvekslingen en erstatning for praksis. I vårt tilfelle hjemmesykepleiepraksisen. Vi fikk høre at vi skulle ha praksis på en klinikk, i hjemmesykepleien og på to forskjellige offentlige sykehus i Port Elizabeth, og også ha et fag på Nelson Mandela Metropolitan University (NMMU). Møtene vi hadde forberedte oss på at det kom til å bli tøft, og at vi kom til å få se diagnoser, sykdommer og sår som ikke forekommer ofte i Norge, og det ble mye fokusert på sikkerhetstiltak.

AVREISE OG ANKOMST

Det var mye (!) nøyaktig utfylt papirarbeid som skulle til for å ordne visum og lignende før avreisen, og etter hvert som avreisedatoen nærmet seg i slutten av august ble stressnivået ganske høyt. Vi hadde nemlig ikke fått noen adresse til et sted å bo. Men to dager før avreise fikk vi en mail om adressen til huset vi skulle bo i, og det lettet litt på stresset.

På Gardermoen ble det tatt farvel med kjærester og familie, og vi var veldig klare og spente på turen vår. Vi fløy via London til Johannesburg, og videre derfra til Port Elizabeth.



Da vi kom ut av flyet i Port Elizabeth fikk vi et lite sjokk. Det var jo KALDT! Vi visste at det var på slutten av vintertiden når vi kom ned, men vi regnet ikke med at vinteren i Afrika skulle være iskald! Det er ikke det man ser på TV.. På flyplassen ble vi møtt av en hyggelig

mann med en liten minivan som skulle kjøre oss til huset vi skulle bo i. Tingen var bare at huset vårt ikke var klart likevel, (vi lærte oss mer om «african time» senere i oppholdet), så vi ble kjørt til et hotell kalt Langarry Beachfront Holiday Apartments, som NMMU hadde arrangert for oss. Der fikk vi beskjed om at vi skulle bo i to-tre dager, og så fikk vi beskjed om at vi skulle bo der over helgen, og vi endte opp med å bo der i en ukes tid. Der møtte vi to andre sykepleierstudenter fra Agder som tok master, og de skulle også bo sammen med oss i huset.



Folkene fra universitetet tok oss godt imot, og kjørte oss rundt og viste oss steder vi kunne handle, spise og ha det gøy. De var veldig imøtekommende og hyggelige.

BOFORHOLD

Huset vi til slutt flyttet inn i var veldig stort, med to etasjer. Første etasje bestod av stue/spisestue, kjøkken, vaskerom, to spisestuer til, rommet til hushjelpen, utgang til hagen og veranda. Annenetasje bestod av soverom, felles oppholdsrom, bad og to verandaer. Til sammen bodde vi 13 norske sykepleierstudenter i huset. Man blir veldig godt kjent i en slik situasjon, og alle de herlige jentene gjorde opplevelsen helt fantastisk.



SKOLE

Som nevnt tidligere var det meningen at vi skulle ha et fag på NMMU. Det var interessant å se hvordan forelesningene var i Sør-Afrika kontra hjemme. Det var mye mer fokus på krig brukt i eksemplene gitt av læreren, og støynivået på elevene var for det meste skyhøyt. Det var vanskelig å forstå og få med seg hva læreren sa, mye på grunn av bråket rundt. Etter noen mandager med etikk fikk vi ordnet det slik at vi fikk benytte oss av biblioteket på skolen, og jobbe med arbeidskravet vårt.



PRAKSIS

Ettersom vi var de første sykepleierstudentene sendt fra Høgskolen i Østfold var vi litt «prøvekaniner» for turnusen vi fikk utdelt.

Vi hadde praksis fire forskjellige steder; alle praksisplassene var offentlige, og standarden var dermed lavere enn hva vi er vant med hjemmefra. Det var veldig interessant å se hvordan systemet fungerte, hvordan sykepleierne jobbet og hvordan pasientene ble behandlet. Vi var alle enige om at vi var veldig forberedt på at vi kom til å se mye sår, diagnoser og sykdommer som vi ikke har sett før og at dette kom til å være sjokkerende, men vi følte at vi ikke var like forberedt på hvor store forskjellene på pasientbehandlingen var.

De forskjellige fagområdene vi var innom var generell medisin på klinikken, palliativ pleie i hjemmesykepleie .



FRITID

Når vi hadde fritid var det nok å gjøre. Vi utnyttet de langhelgene vi hadde og dro på safariturer, marked, og på miniferier til byer i nærheten. Vi leide også bil og dro en uke til Cape Town da vi hadde springbreak. Det er en fantastisk by som absolutt er verdt et besøk. Sør-Afrikanerne er veldig stolte av landet sitt, med god grunn! Det anbefales på det sterkeste å leie bil. Da får man se så mye flott, og Sør-Afrika viser seg absolutt fra sin beste side. Det er veldig billig generelt, og man får mye ut av pengene med slike turer.



Jeg skrev også en veldig enkel blogg med bilder og litt tekst, slik at familie og venner kunne følge oppholdet mitt på den andre siden av verden for å få et litt mer bildemessig inntrykk .