

Utveksling til Sør-Afrika

Jeg studerer sykepleie ved Høgskolen i Østfold, avdeling Fredrikstad. 5. semester fikk vi mulighet til å ta praksisen vår i utlandet, og jeg og 3 andre jenter valgte å ta denne ved Nelson Mandela Metropolitan University (NMMU) i Port Elizabeth, Sør-Afrika. Dette var første året HiØ sendte sykepleiestudenter til Sør-Afrika, så vi visste ikke helt hva som kom til å møte oss de neste 3 mnd.

Ankomst og bosted

Vel framme på flyplassen i Port Elizabeth ble vi møtt av en eldre mann i minibuss som skulle ta oss dit vi skulle bo. På vei til huset vi skulle bo i fikk vi beskjed om at huset fortsatt var under oppussing, og at det ikke var klart for oss å flytte inn. Vi ble derfor kjørt til et hotell som vi skulle bo på midlertidig. Vi ble først lovet først 1 natt på hotellet, som ble til en helg og til slutt 1 uke før vi endelig fikk flyttet inn i huset. Vi kom til et kjempe stort hus i Summerstrand, med vår egen hushjelp som skulle bo hos oss. Huset lå veldig sentralt i forhold til matbutikker, stranda, skolen, kino, casino, restauranter og det som var å finne på. I starten var det mange arbeidere som kom og gikk da de fortsatt ikke var helt ferdig med oppussingen. Og vi erfarte tidlig at i Sør-Afrika tar det meste veldig lang tid. Men til slutt gikk alt i orden og flere norske sykepleiestudenter flyttet inn. Vi endte opp med å bli 13 norske sykepleiestudenter i samme hus, noe som viste seg å bli veldig vellykket og resulterte til mange gode vennskap.



Praksis

Skolen hadde ordnet egen sjåfør til oss som kom og hentet oss hver morgen og kjørte oss hjem fra jobb. Ble det endringer i timeplanen var han alltid tilgjengelig på telefonen og stilte opp for oss på alle døgnets tider.

De 3 første ukene skulle vi være på en klinikk som er en blanding av helsestasjon og legekontor. Det var mange "avdelinger" inne på klinikken som vi rullerte på. Det var barneavdeling, psykiatri, undersøkelse av gravide, gynekologisk avdeling, tuberkulose, HIV og avdelinger som sjekket blodtrykket, tok urinprøver, blodprøver osv.

Uken etter var vi i hjemmesykepleien hvor vi fikk hver vår sykepleier å følge. Noen dager dro vi hjem til de fattigste i township, andre dager dro vi til mer velstående pasienter. Pasientene vi besøkte hadde gjerne fått diagnosen tuberkulose, HIV eller kreft. Veldig mange av besøkene gikk ut på å snakke med pasienten om hvordan de hadde det, noe som ble et problem hos dem i township, da de kun snakket afrikaans.

Etter vi hadde vært i hjemmesykepleien skulle vi være to uker på et offentlig sykehus, på brannskade avdelingen. Denne avdelingen var delt i 3: Menn, damer og barn. Dette var nok den avdelingen som

gjorde mest inntrykk på meg. Her ble vi vitne til ekstremt mye gråt, smerte og lidelse blant pasientene. Mens vi var på denne avdelingen var det en parfyme fabrikk som eksploderte, så vi fikk inn ca 20 pasienter som var forbrente store deler av kroppen.

Resten av praksisen skulle vi være på et annet offentlig sykehus. De to første ukene var det intensivavdelingen. Her var det mange leger på avdelingen som var villige til å lære bort, så vi fikk mye undervisning og muligheten til å hjelpe til hos pasientene.

De to neste ukene var vi på operasjonsavdelingen. Det var mange operasjoner i løpet av dagen, så vi kunne velge og vrake mellom hva vi ville se på. Vi så blant annet amputasjon, hjerneoperasjon, ryggmargoperasjon, fjerning av galleblæra, kjeveoperasjon, brystfjerning og utskraping av infeksjøst vev i bein.

De to siste ukene skulle vi på akuttmottaket. Denne avdelingen var ganske ny, og i mye bedre stand enn resten av sykehuset. Akuttmottaket var nyere og med mye bra utstyr. Dagvaktene i løpet av uken var i utgangspunktet veldig rolige, det kom stort sett inn brudd. På nattevakter på helgen kom blant annet inn bilulykker, sloss skader, hundebitt og veldig, veldig mye knivstikk skader. Her fikk vi lov til å assistere leger og sykepleiere, og det ble noen travle og veldig interessante vakter.



Fritid

Vi har også fått tid til å oppleve masse på fritiden. Vi hadde 1 uke med "vårferie", hvor vi valgte å leie bil å kjøre bil langs Garden Route med flere andre internasjonale studenter til Cape Town. Her var det noe å finne på for alle til en hver tid. Vi dykket med hvithaier, besøkte vingårder, paragliding, var på Cape of good hope, besøkte Robben Island, safari turer osv.

Safari turer fikk vi opplevd flere ganger i løpet av oppholdet vårt. Vi var også i en løvepark og en elefant park.

En dag var vi en gjeng internasjonale studenter som frivillig tok med oss en fattig barnehage på bondegård. Vi ble omkring 20 studenter, 5 barnehagetanter og ca 50 barn på tur.

Vi har vært på flere helgeturer i nærheten av Port Elizabeth, hvor vi har hoppet i strikk, hoppet i fallskjerm, canopy tour, hesteridning og surfing.

Det er veldig mange internasjonale studenter i Port Elizabeth, så vi ble kjent med masse folk, og det var alltid noe å finne på på fritiden.



Port Elizabeth og Sør-Afrika generelt er et helt fantastisk sted, som har masse å tilby. Det er veldig billig å leve der, masse god mat og hyggelige folk. Jeg har opplevd mange forskjellige kulturer, blitt bedre i engelsk og jeg tror at denne opplevelsen gjorde meg til en bedre sykepleier. Vi har lært veldig mye om hva vi selv syns er riktig og galt i hvordan man behandler pasienter og blitt mer obs på hvordan sykepleier jeg selv vil bli.

Jeg sitter igjen med så mange gode minner, vennskap, erfaringer og opplevelser jeg aldri vil glemme. Jeg angreir ikke et sekund på at jeg dro. Det har vært 3 veldig innholdsrike mnd, og jeg skulle gjerne ha gjort det igjen.

