

ERASMUS+ Island 2024

Góðan daginn!

Ich bin Johanna und absolviere in München meine Ausbildung zur Pflegefachfrau, vom 22.1.2024 - 23.3.2024 durfte ich im HSU Krankenhaus in Selfoss, Island arbeiten.

Die Klinik ist Teil des Gesundheitszentrums in Selfoss. Das Gesundheitszentrum beinhaltet Allgemeinärztliche Versorgung, Betreuung von Schwangeren/ jungen Familien durch Hebammen, eine Ambulanz für Dialyse/Chemotherapie, Pflegeheime, Diagnostik (Labor, Röntgen/CT), eine Notaufnahme sowie eine allgemeinmedizinische Station, auf der ich hauptsächlich arbeiten durfte.



Die allgemeinmedizinische Station (Lyflaeknindeild) hat 24 Betten, in meist 3 Bettzimmern.

Als ich am 1. Tag auf Station kam, war ich nervös und gespannt auf das, was mich erwarten würde. Ich wurde sehr freundlich aufgenommen und nach einem kleinen Rundgang ging es schon mit meiner 1. Frühschicht los.

Für jede Schicht war ich einer Krankenschwester zugeteilt. Jede Krankenschwester ist für 3-5 Patienten zuständig. Die Dienstzeiten sind anders als ich es gewohnt war, der Frühdienst geht von 8:00 bis 16:00, der Spätdienst von 15:30-23:30 und der Nachtdienst von 23:30-7:30. Jeder Dienst beginnt damit, dass man sich im digitalen Dokumentationssystem zu seinen Patient*innen einliest, mündliche Übergaben gibt es nicht. Nach dem Einlesen schaut man nach seinen Patienten und richtet anschließend die Medikamente, die als nächstes anstehen. In der Frühschicht gibt es jeden Morgen eine interdisziplinäre Fallbesprechung mit den Ärzt*innen, Therapeut*innen sowie der Pflege. Dabei wird aus einer ganzheitlichen Perspektive alles den Patienten betreffende besprochen: die Therapie und Medikation, der Allgemeinzustand, mögliche Entlassung und Weiterbehandlung, etc. Dabei gefällt mir, dass alle zusammen auf Augenhöhe für das Wohl des Patient*innen arbeiten. Anschließend werden die Aufgaben verrichtet, die an dem Tag anfallen. Zum Schluss überschneiden sich Frühdienst und Spätdienst für 30 min und bei Bedarf wird sich mündlich über besondere Vorkommnisse ausgetauscht.

Ausbildung und Aufgaben Krankenschwester

Die Aufgaben der Krankenschwestern unterscheiden sich stark von denen, die ich in Deutschland gewohnt war. Das liegt daran, dass die Versorgung im Krankenhaus anders aufgebaut ist. Um in Island Krankenschwester zu werden, muss ein 4-jähriges Universitätsstudium absolviert werden. Die Aufgaben als Krankenschwester beinhalten Medikamente stellen & verabreichen, Infusionen richten, Zugänge legen, Blutkulturen abnehmen bB (manchmal auch Blutabnehmen), Wundversorgung, Sondieren bei Patient*innen mit Magensonde, Katheter legen, an interdisziplinären Fallbesprechungen oder Familiengesprächen teilnehmen und im digitalen Dokumentationssystem dokumentieren. Die Patient*innen werden bei den AEDs bei Bedarf durch Pflegeassistent*innen unterstützt. Diese übernehmen auch das Erheben der Vitalzeichen sowie das Blutzucker messen. Um Pflegeassistent*in zu werden durchläuft man in Island eine 2-jährige Ausbildung, nach der viele an die Uni zum Studium zur Krankenschwester gehen.

Viele Dinge sind gleich in der Versorgung aber einige Dinge sind mit besonders bei der Arbeit aufgefallen:

* Mir hat es sehr gut gefallen, auf einer allgemeinmedizinischen Station eingesetzt zu sein. In meiner Ausbildung im Akutsetting habe ich bis jetzt nur sehr spezialisierte Stationen gesehen. So konnte ich enorm davon profitieren, dass ich auf Station Patient*innen unterschiedlichster Krankheitsbilder kennenlernen und versorgen durfte.

* Stark überrascht haben mich die deutlich längeren Liegezeiten, einige Patient*innen habe ich sogar die gesamten 5 Wochen meines Praktikums begleitet.

* Dadurch, dass Island so klein ist, ist vieles in der Hauptstadt Reykjavik und im dortigen Universitätsklinikum zentralisiert. Es herrschte immer eine enge Zusammenarbeit und die meisten unserer Patient*innen wurden von dort zu uns verlegt.

* Überrascht hat mich, wie tiefgehend die medizinischen Kenntnisse meiner Kolleg*innen waren, beispielsweise Blutwerte analysieren oder EKG lesen sind selbstverständlicher Teil des Studiums.

Während des Praktikums durfte ich auch in anderen Abteilungen hospitieren. Einen Tag habe ich in der Endoskopie verbracht. Das Team war sehr nett, der Arzt hat mir viel erklärt und ich habe einen für mich neuen Bereich der Medizin kennengelernt. Außerdem durfte ich dort das iV Zugängelegen mit Unterstützung meiner Kollegen*innen üben. Ein paar Tage habe ich in der Ambulanz hospitiert. Dort findet Dialyse statt und Chemos und weitere Infusionen werden verabreicht. So habe ich viel über Nierenerkrankungen und den Dialyseprozess gelernt und konnte viel über Medikamente seltene Krankheitsbilder lernen. Einen weiteren Tag durfte ich im Labor arbeiten; dort habe ich das Blutabnehmen gelernt und ein wenig über Diagnostik. Obwohl mir ein wenig das Hintergrundwissen fehlte um alles zu verstehen war es eine tolle Erfahrung, auch dort hinter die Kulissen schauen zu dürfen.



Sprache

Sprachlich habe ich mich überraschend leichtgetan. Ich habe eine Zeit in Schweden gelebt und spreche Schwedisch. Da Schwedisch und Isländisch die gleichen Wurzeln haben und da die isländische Grammatik stark der deutschen ähnelt habe ich nach kurzer Zeit schon relativ viel verstanden habe. Leider war das Sprechen deutlich schwieriger. Mit meinen Kolleg*innen habe ich deshalb auf Englisch kommuniziert, was gut funktioniert hat, da die allermeisten Isländer*innen sehr gut Englisch sprechen. Mit den Patient*innen, meist ältere Leute, habe ich ein paar Brocken Isländisch oder Englisch gesprochen, manche konnten auch etwas Deutsch, weil die Sprache früher in der Schule unterrichtet wurde. Außerdem haben meine Kolleg*innen immer übersetzt.



Vor Ort

Gewohnt habe ich in einem kleinen Apartment, dass ich über eine isländische Immobilien Website gefunden habe (Iglöo.is). Es lag am anderen Ende der Stadt, aber da Selfoss sehr klein ist, war alles fußläufig erreichbar. Zur Arbeit habe ich einen 15min Fußweg, allerdings bei Wind und Wetter...

Ich habe mich wirklich gut aufgehoben gefühlt auf Station. Die meisten Kolleg*innen waren mir als Praktikantin gegenüber sehr offen. Sie waren sehr interessiert daran, wie die Arbeit und das Leben in Deutschland sind und wir haben uns viel über kulturelle Gemeinsamkeiten und Unterschiede ausgetauscht. Auch haben sie mir viele Tipps zu Unternehmungen in der Umgebung gegeben und mir von isländischen Bräuchen und Eigenheiten erzählt, die ich auch selbst miterleben durfte.

<- isländische Krapfen am Bolludagur

Ich hatte das große Glück, dass während meines Aufenthalts noch eine andere Erasmus Praktikantin aus Deutschland auf Station gearbeitet hat. Wir haben uns sehr gut verstanden und am Wochenende zusammen Ausflüge unternommen. Es hat sehr gutgetan, sich mit jemandem über die ganzen neuen Eindrücke und Erfahrungen austauschen zu können, der gerade das Gleiche erlebt. Da sie schon ein paar Wochen länger als ich da war, konnte ich sehr von ihren Tipps (wie man am besten Nordlichter sieht) und Empfehlungen (isländische Kockteilsoße ist ein Muss!) profitieren.



Freizeit

Da ich ein Großstadtmädl bin, war das 10.000 Einwohner große Selfoss anfangs eine große Umstellung, aber die Ruhe und das Beschauliche hat mir sehr gutgetan. In meiner Freizeit habe ich, ganz nach isländischer Art, das Häkeln wieder angefangen und war im Ort spazieren. An den Wochenenden habe ich, wenn es der isländische Winter zuließ, Ausflüge gemacht. Die Wetter- & Straßenbedingungen können sich stündlich ändern, weshalb ich hauptsächlich an der Südküste unterwegs war. Ich bin mehrmals mit dem Bus nach Reykjavik gefahren und war in dem Örtchen Vik. Bei einem geplanten Trip in den Norden Islands hat uns das Wetter einen Strich durch die Rechnung gemacht. An einem Wochenende habe ich mit einer Freundin ein Auto gemietet und wir sind zu mehreren Wasserfällen gefahren, haben die Geysir besichtigt und waren in einem der vielen isländischen Gewächshäuser und haben natürlich ganz viele Isländer Pferde gesehen! An meinem letzten Wochenende bin ich mit meinem Freund Richtung Westen gefahren. Die Städtchen Borganes und Akranes sind wirklich malerisch gelegen und absolut empfehlenswert zu besichtigen.

