

## Praxiseinsatz im Home Care Center und der gynäkologischen Station in Mikkeli

Während unseres dualen Studiums in der Gesundheits- und Krankenpflege, nahmen wir im August 2017 die Möglichkeit wahr, an einem Auslandspraxiseinsatz teilzunehmen.

Nach einigen Gesprächen mit unserer Auslandskoordinatorin stand schnell fest, es soll nach Mikkeli, Finnland, gehen. Erstmal auf die Karte schauen, wo diese kleine Stadt zwischen hunderten von Seen und Wäldern liegt. Als die Urlaubsverschiebung durchgerungen war und all die Unterlagen ausgefüllt, freuten wir uns auf 8 Wochen Finnland mit Erasmusförderung. Direkt am ersten Tag wurden wir herzlichst von Pia empfangen, Pia erklärte uns, wie sich unsere Einsätze gliedern, auf welcher Station bzw. in welchem Home Care Center wir eingeteilt sind und stellte uns anschließend unseren Mentorinnen vor. Unsere Mentorinnen halfen uns mit der Suche nach einem Fahrrad (welches wirklich notwendig war), gaben uns Tipps bei der Suche nach günstigen Haushaltsartikeln und zeigten uns die besten Second-Hand Läden.

Während der Arbeit bemerkte man schnell die Unterschiede zum Deutschen Gesundheitssystem und auch die Arbeitsatmosphäre war viel entspannter. Schnell lernte man, dass Stress auf der Arbeit nichts verloren hatte und, dass es genug Zeit für die jeweiligen pflegerischen Aufgaben gab. Jeder von uns hatte eine eigene Mentorin, welche den selben Dienstplan hatte und immer an unserer Seite war. So hatten wir oft die Zeit für praktische Anleitungen und Fehler, die sich ggf. bisher eingeschlichen hatten, konnten schnell beseitigt werden. Durch die ständige Zusammenarbeit, hat man schnell Vertrauen zueinander aufgebaut und man konnte nach einiger Zeit gewisse Tätigkeiten selbstständig durchführen. Auf der Station sowie in der häuslichen Pflege haben wir viel zum Thema Wundmanagement gelernt, wir haben Blut abgenommen, die jeweiligen Laborwerte analysiert und ggf. die Dosis der Medikamente geändert. Des Weiteren konnten wir bei Hausbesuchen das typisch-finnische Frühstück Puuro vorbereiten oder bei der Körperpflege helfen. Die Hausbesuche waren immer besonders nett, da wir immer freundlich empfangen wurden und einen Eindruck davon bekommen konnten, wie die Finnen leben (selbst in der kleinsten Wohnung gab es dennoch eine Sauna).

Die Kommunikation verlief immer auf Englisch. Am Anfang hatten wir das Gefühl, dass kaum einer sich traut, mit uns in englischer Sprache zu sprechen. Das war allerdings eher der finnischen „Schüchternheit“ zu verschulden und legte sich, nachdem man sich besser kannte. Auch andere Erasmus-Studenten leben in Mikkeli. Es lohnt sich auf jeden Fall über Facebook Kontakt zu den Organisatoren der Universität aufzunehmen. Die heimischen Studenten organisierten viele Trips in das Umland oder auch ins Ausland (z.B. St. Petersburg, Tallinn und Stockholm).

Wir haben über den gesamten Zeitraum in einem Erasmus Wohnheim namens Moas gewohnt, um welches wir uns schon im Vorhinein gekümmert haben. Hier leben viele Erasmus-Studenten aus der

ganzen Welt auf kleinem Raum zusammen, sodass man immer wieder neue Leute kennenlernt. Die Miete ist recht teuer und wenn möglich, sollten einige Alltagsgegenstände, wie z.B. Besteck, Bettwäsche, etc., mitgebracht werden.

Generell sollte bei einer Planung für einen Finnland-Praxiseinsatz ein gewisses Budget vorhanden sein. Die Lebensmittelkosten sind im Vergleich zu Deutschland extrem hoch und da vor Ort noch einige andere Anschaffungen anstehen, empfehlen wir, sich schon vorher etwas Geld bei Seite zu legen. So teuer die Lebensmittel sind, umso günstiger sind die Fernbusse (Onnibusse). Wenn man früh bucht, kann man schon eine Fahrt nach Helsinki (2,5h) für nur einen Euro ergattern. Da sich auch einige freie Tage in unserem Dienstplan ergaben, haben wir ebenfalls die Chance genutzt und sind mit dem Onnibus/Leih-Auto losgefahren, um die Umgebung zu erkunden. Auf unserer Liste standen Helsinki, Tampere, Tallinn und zu guter Letzt der nördliche Teil Finnlands, wo wir sogar in den Genuss kamen, Nordlichter und Elche zu sehen.

Insgesamt war der Praxiseinsatz in Mikkeli wirklich sehr lehrreich. Wir haben viele neue Erfahrungen aus der Praxis sammeln können, interessante Leute kennengelernt und dazu noch viele Facetten aus der skandinavischen Natur gesehen. Wir würden jedem empfehlen, die Chance zu nutzen und sich ein eigenes Bild von der finnischen Kultur zu machen. Mit Hilfe unserer Auslandskoordinatorin Inge Bergmann-Tyacke ist der bürokratische Wahnsinn auch ganz einfach zu bewerkstelligen 😊

Jasmin und Annika

(Kurs B.Sc. 15)