

Valona uge 5

24/04 2023 – Så er jeg nået til min sidste uge i Pieksämäki, Finland. Det er helt mærkeligt.

Men dagen starter ud med et hurtigt morgenmøde, hvor jeg derefter giver vores frue med Downs Syndrom et bad, jeg formår at kommunikere rimelig ok med hende og badet + påklædning går fint. Derefter giver jeg vores sengeliggende herre morgenmad, inden han skal i bad. Da han skal i bad, bliver han meget vred på personalet, men vi formår at bade ham uden de store problemer i badesengen. Efter han har været i bad, går jeg ind til vores Parkinson/Alzheimers herre og giver ham morgenmad, han er meget træt i dag, så en kollega fortæller han gerne må sove videre efter morgenmad, hvor jeg spørger om vi ikke bør skifte ham først? Der siger kollegaen at vi venter til han er mere vågen. Så det må jeg vel forholde mig til.

Da kl. er ca. 9:30 og personalet har haft kaffepause, kommer der 2 studerende, som skal hjælpe til i dag. Jeg går ud fra de tager sig af bl.a. Parkinson/Alzheimers herren. Jeg bliver sat til at give en kvindelig beboer et bad. Hun er ret frisk i sindet, hun snakker en del med mig under badet og jeg forstår ikke super meget hvad hun siger, men hun kalder mig "söpö tyttö" flere gange, som betyder *søde pige* og udtrykker hun kan lide måden jeg udfører badet på ved bl.a. at sige "se on niin ihanaa" som betyder *det er så dejligt*. Badet er færdigt, jeg får hende klædt på og kørt ud i stuen. Der gøres klar til Bingo spil i fællesstuen, de fleste beboere er med til at spille, og der er nogen der skal have lidt hjælp til at finde numrene, og heldigvis kan jeg godt numrene på finsk, så det er ikke noget problem for mig at hjælpe. Mens vi spiller Bingo, gøres der klar til frokost.

Da det er tid til frokost, sørger jeg for at vores sengeliggende herre får sin frokost og dessert. Ligesom jeg er færdig med at give herren frokost, kommer der et par ambulance personale, som skal køre en af vores beboere til hospitalet, da hun har forskudt hoften ret voldsomt, jeg får lov til at overvære proceduren, da jeg ikke har set en forskudt hofte før. Det lignede virkelig at hendes ben indefra var knækket af, og hendes hud var helt misfarvet, det så virkelig voldsomt ud. Hun fik noget smertestillende gennem en PVK, og der blev dobbelt tjekket at det var det korrekte præparat. Det var ret spændende at se.

Da jeg har fri og har klædt om, husker jeg at jeg har glemt min notebog i køkkenet og af en ukendt årsag tjekker jeg samtidig til Parkinson/Alzheimers herren, som kl. ca. 14, stadig ligger i sengen. Jeg kan både lugte og se at han ikke har haft fået udført pleje, da kateteret ser ud som det gjorde i morges, og han stadig ligger i samme position.

Det synes jeg ikke er i orden, fordi jeg ved han ikke er blevet skiftet, nok siden i nat. Der ved jeg at generelt burde det være, hvis beboerne måtte være trætte, udfører vi stadig pleje og evt. lader dem sove videre bagefter. Jeg finder det meget mærkværdigt, hvordan noget personale udføre fantastisk pleje og andre er ret sløset. Her taler jeg ikke kun om Finland, men også om DK.

25/04 2023 – Møder ind fra 7-13:30. Jeg og Emmi starter straks med at udføre plejeopgaver hos 2 sengeliggende beboere, jeg udfører plejen hos begge. Derefter udfører jeg selvstændigt plejeopgaver hos 2 andre beboere og jeg bliver rost efterfølgende for at være god til at klare de fleste opgaver på egen hånd. Da vi skal fordele morgenmaden hos vores beboere, spørger Emmi om jeg vil måle blodsukker og give insulin, selvfølgelig under opsyn. Hun fortæller nøje, hvad jeg skal gøre undervejs, trods for jeg har kendskab til proceduren, men dette gør mig ikke spor, for det kunne lige så godt have været anderledes. Jeg er overrasket over, hvor mange assistent opgaver jeg har fået lov til at udføre. Tror noget af det eneste jeg ikke har fået lov til, er at dosere medicin, hvilket selvfølgelig giver mening, så det gør mig ikke spor. Har bl.a. udført stomi- og kateterpleje, givet insulin og målt blodsukker, udleveret medicin og udført sårpleje. Der er brug for hjælp til morgenmaden på 3 sal og jeg tilbyder at træde til, heldigvis drejer det sig kun om at hjælpe 2 sengeliggende beboere med at spise. Det tager ca. 20 min i alt og jeg går derefter til kaffepause. Mens der er kaffepause, snakker vi om de næste opgaver og vi skal have 2 mandlige beboere i bad, dette sørger Emmi og jeg for. Den første herre kommer i bad, dette sørger Emmi for, mens jeg finder stomipose og

hvad vi ellers skal bruge. Jeg sørger for at få påsat stomiposen korrekt.

Vores anden beboer, der skal i bad er Parkinson/Alzheimers herren, men vi starter først med at udføre intimpleje, så der ikke kommer afføring på badestolen. Desværre bøvler vi med at få ham over på badestolen, grundet man mener herren godt kan stå oprejst, jeg ville VIRKELIG ønske at man snarest begyndte at indse at Parkinson mildest talt har overtaget herrens mobilitet og han fremover bliver nødt til at skulle liftes, jeg forstår godt man gerne vil vedligeholde hans mobilitet, men man burde også se på fakta og der er desværre ikke fremgang, kun modgang.

Det er tid til frokost og 3 sal har brug for hjælp igen, så jeg træder endnu engang til og hjælper de samme 2 beboere med at få frokost. Efter frokost rykker Emmi og jeg bordene væk, så vi kan komme til at lave aktivitet med beboerne, vi har pustet lidt balloner op, som vi kaster rundt og laver andre bevægelsesøvelser til musik, inden der serveres kaffe og kage og min dag er slut.

26/04 2023 – Møder ind fra 7-15 og dagen starter med jeg selvstændigt giver en kvindelig beboer et bad, hun rejser sig op hele tiden, fordi hun ikke vil i bad, men hun gør heldigvis som man siger, så havde faktisk ikke de store problemer med at give hende bad, men jeg følte at jeg kommanderet med hende konstant og det var knap så spændende. Da hun er færdig med bad og fået tøj på hjælper jeg hende ud i fællesstuen til morgenmad, hvor en anden kollega overtager.

Jeg forsætter med plejen hos fruene med Downs Syndrom og i dag virker hun meget træt, hun falder i søvn et par gange under plejen, en kollega kommer forbi og fortæller at en ny herre der er kommet hertil igår, har været vågen hele natten. Han har vandret rundt og vækket folk. Jeg formår at få plejen gennemført, men hun vil gerne spise morgenmaden på sit værelse.

Næste opgave er at give vores sengeliggende herre morgenmad, samt insulin. Jeg får lov til igen at give insulin.

Nu er der kaffepause for personalet og vi snakker om de næste opgaver. Den mandlige assistent og jeg tager plejen hos 2 beboere, den ene er Parkinson/Alzheimers herren. Han virker ikke træt for mit vedkommende, men han er meget stiv i leddene og det er svært at udføre både pleje og påklædning. Den mandlige assistent mener han er meget træt og vælger at lade ham ligge i sengen efter pleje, Emmi og jeg lifter ham fra sengen til stolen et par timer senere. Derefter tager vi plejen hos kvinden der bruger kørestol. Liften står på hendes værelse og jeg tager instinktivt sejlet, så vi kan få forflyttet hende sikkert, fremfor at bøvle med forflytningen og få ødelagt ryggen. Jeg kan godt mærke at jeg har forflyttet på en måde jeg slet ikke har gjort før, fordi der desværre ikke er bedre kendskab til hjælpemidler og jeg har ret ondt i øverste del af ryggen.

Efter frokost, spørger jeg om jeg må tage en af beboerne med ud på en tur, grundet jeg ellers ikke lige ved hvad jeg skal give mig til og det bliver godt modtaget, så jeg går en længere tur med en af beboerne, som sidder i kørestol. Der bliver ikke snakket så meget, men beboeren giver udtryk for det er rart med en længere tur, vi er ude i ca. 30min og det er 18+ grader samt solskin.

Da jeg kommer tilbage, er det tid til min evaluering og det går rigtig godt, jeg bliver rost for mit gå-på-mod, attitude, samt er de imponerede over mit finske og de har ikke oplevet før at en elev fra udlandet har været så interesseret i deres sprog og kultur, dette har været meget værdsat af personalet og det er svært for mig at modtage alle de generøse ord. Jeg har også nærmest kun gode ting at sige om Valona, men jeg fortæller også om, hvilke problematikker jeg har oplevet, samt konstruktiv kritik bl.a. om intimpleje-episoden (uden at nævne navne). Alt bliver vel modtaget og alle er tilfredse, så jeg kan tage herfra med god samvittighed og glæde over jeg har gjort en forskel både for personale og beboerne.

I morgen er min sidste dag og der er forårsfest for både personale, beboer og studerende. Jeg er meget spændt på hvad dette byder på.

27/04 2023 – Jeg vælger i dag primært at skrive en evaluering om min tur.

Jeg glæder mig meget til at komme hjem, men det betyder **absolut ikke** at jeg har været utilfreds! Jeg har nydt mit ophold meget, men er glad for det kun er 5 uger det drejer sig om, da jeg synes selve Pieksämäki for mig er en uinteressant by, med det mener jeg, det er en for stille by og jeg har savnet mere liv omkring mig. Dette har jeg ret hurtigt kunne mærke, påvirkede mit savn til DK. Selvfølgelig kan årstiden også have haft en betydning for "livet i byen" og jeg er måske bare kommet på et såkaldt forkert tidspunkt(?) Dette vælger jeg at tro, da jeg har hørt flere fortælle at her er rart om sommeren.

Men altså jeg har haft så fede oplevelser i weekenderne, mødt søde mennesker på min vej og jeg håber at kunne komme til nord Finland og opleve bl.a. nordlys, julebyen og mere til. Jeg ville ikke have foruden denne tur.

På selve Valona, er der ikke én dag der har været ens og det har været spændende. Nogen dage har været mere spændende end andre, men det er herligheden ved hele denne oplevelse. Jeg har på intet tidspunkt følt mig presset i tid eller været presset til at udføre opgaver jeg ikke har været komfortable med. Jeg har fået lov til at udføre mange assistent opgaver, hvilket jeg ikke havde regnet med. Personalet har været fantastisk og så imødekomende, jeg har følt mig inkluderet, trods sprogbarriere, samt har de været super til at svare på alle de spørgsmål jeg måtte have på bedst mulig vis. Jeg har ikke som sådan lært noget nyt mht. til forflytning, hygiejne osv. jeg har derimod fået lært personalet lidt om forflytning, udførelse af intimpleje osv. Spørgsmålet er om de bibeholder "de danske" teknikker, efter jeg er rejst. Men jeg rejser alligevel herfra med en masse ny erfaring, bl.a. om at kunne være omstillingsparat. Jeg rejser herfra med en følelse af, jeg er modigere end jeg havde regnet med og kan mere end jeg tror. Jeg er stolt af mig selv. Personalet føler jeg generelt værner meget om beboerne. De laver så mange ting med dem. Bl.a. gåture nu hvor vejret er godt, markedsture, bingospil og generelt er der godt samvær.

Det har været virkelig spændende og lærerigt (*ift. hvad man ikke skal gøre* 😊) at opleve forskellen på arbejdsgangen fra Finland – **Valona** – til DK. Jeg troede alligevel at Finland var på omtrent samme niveau som Danmark, når det kom til medicin håndtering, forflytning, pleje osv. måske endda mere strikse. Men der tog jeg fejl. De har regler der minder om Danmark, men forskellen på udførelsen af opgaver har været stor i de fleste tilfælde. Så det der har gjort det største indtryk på mig, er den store forskel på arbejdsgangene. Jeg har generelt til evaluering i går givet positiv feedback, men også konstruktiv feedback som jeg håber, bliver taget til eftertanke, men ellers skal Valona-personalet have stor tak for deres tid, tålmodighed og deres imødekommenhed. Kan jeg anbefale Valona? – Både ja og nej. Ja: grundet deres store imødekommenhed og nej: grundet mangel på hjælpemidler og det har derfor været hårdt til tider. Kiitos paljon Valona.

Lidt om i dag: Da vi kommer ind til Parkinson/Alzheimers beboeren, ser vi han har seponeret sit kateter og samtidig opdager vi at der er urin i blodet, dette ved sygeplejersken godt og han er allerede opstartet på medicin mod noget infektion. Sygeplejersken isætter et nyt kateter og nu må vi håbe han ikke seponerer det igen. Jeg udfører plejen hos 3 yderligere beboere og hjælper til med morgenmad.

Jeg hjælper efterfølgende til med at pynte op og klargøre til festen som starter kl. 13, så jeg er ikke meget på selve Valona. Der bliver pyntet med både balloner og serpentiner, der er kaffe, *sima (fermenteret alkoholholdig drik)* og *munkit (donuts)*.

Beboerne får frokost lidt tidligere, grundet festen og personalet spiser også frokost tidligere, og derefter starter vi med at få bragt beboerne over til festsalen. Der er mange der kommer med til festen og der er et lille band (2 pers.) som spiller "god gammel" finsk musik – og *lidt Elvis*. Der bliver danset på bedste vis og alle ser ud til at hygge sig. Festen varede i 1 ½ time. Jeg har haft en fantastisk sidste dag og var meget tårevældet da jeg skulle tage afsked. Jeg fik en lille gave fra Emmi, som har været min vejleder under hele forløbet og jeg havde også en lille gave med til Emmi, Miia og Soili. Nu er jeg parat til at komme hjem til DK

– Men først en weekend i Helsinki og så hjem til Danmark! Jeg takker af for nu.
Näkemiin, se on ollut hauska! Kiitos paljon!







Forårsfest på Valona





Emmi - min fantastiske vejleder

Soili - sødeste menneske



Thank you Heidi!
Lovely, when you were
with us ♡
Welcome back 😊

Heidi ♡

♡: Emmi



© Creative Image Library/ Greg Cuddiford
Painettu Suomessa
www.karto.fi