

Sygeplejersken 26 — 27

Studiestart

Danish Journal
of Nursing



Kære kommende sygeplejerske

Jeg vil gerne ønske dig tillykke med, at du har valgt et fag, hvor du kommer til at gøre en forskel.

For de nybagte forældre og deres baby. For den kræftsyge patient. Eller for plejehjemsbeboeren, der skal have en værdig afsked med livet.

Du træder ind i et fag med mange muligheder – både for at udforske sygeplejefaget og for at udforske verden med dit fag. Og du træder ind i et fællesskab, hvor vi er stolte af vores fag, fordi det giver mening.

Det giver mening for os, fordi det giver mening for borgere og patienter. Og for samfundet i det hele taget.

Sygeplejersker er en del af fundamentet under sundhedsvæsenet, og vi er med til at skabe et sundere samfund.

Glæd dig – du kommer også til at gøre en forskel. Hver dag.



Dorthe Boe Danbjørg

Dorthe Boe Danbjørg
Forkvinde i Dansk Sygeplejeråd

Fordele ved at være medlem af SLS

Sygeplejestuderendes Landssammenslutning (SLS) er en studenterorganisation i fagforeningen Dansk Sygeplejeråd, der kæmper for sygeplejestuderendes rettigheder – og der er mange fordele ved at være medlem.



SLS-emblemet

Som medlem får du tilsendt et SLS-emblem, som du kan bære, når du er i praktik. Så kan kollegaer, patienter og borgere se, at du er sygeplejestuderende og medlem af SLS.

Håndbog for sygeplejersker

Medlemmer får også den særlige håndbog for sygeplejersker. Håndbogen er nem at have i kittellommen, så du hurtigt kan finde information om alt fra procedurer til doseringer.

Tilbud og rabatter

Som medlem af SLS får du adgang til en række rabatter på f.eks. studie-bøger, forsikringer, studieboliger og til butikker. Læs mere på dsr.dk/sls



Fagbladet Sygeplejersken

Hvis du er medlem af SLS, får du fire gange om året fagbladet *Sygeplejersken* i din postkasse. Bladet og sygeplejersken.dk giver dig indblik i sygeplejefaget, sundhedspolitik og sygeplejerskers hverdag landet over.

Legater og stipendier

Når du har været medlem af SLS i et år, kan du søge legater og stipendier hos Dansk Sygeplejeråd til bl.a. udveksling og studierejser.

Erhvervsansvarsforsikring

Som medlem af SLS er du ansvarsforsikret, både når du er i klinik, udfører praktiske øvelser i undervisningen eller er på klinikophold i udlandet.

Faglige arrangementer

SLS-afdelinger på dit uddannelsessted holder gratis faglige arrangementer, der gør dig klogere og giver dig et fagligt netværk på tværs af årgange. Arrangementer kan du finde på lokalafdelingernes sociale medier.



Rådgivning

Hvis du får problemer på studiet eller i klinikken, kan du som medlem af SLS altid kontakte din lokale kreds i Dansk Sygeplejeråd og få rådgivning af faglige konsulenter.

From Leeds with Love.



I et hierarkisk sundhedsvæsen med tydelige forskelle fra Danmark lykkedes det sygeplejestuderende **Katrine Jæger** at vokse, både som menneske og sygeplejerske.

Tekst **Anton Kjøller Alexandersen**

Foto **Privat**

“Jeg kan flere ting, end jeg egentlig tænkte, jeg kunne.”

Svaret falder godt halvvejs inde i interviewet med Katrine Jæger, ovenpå at hun i løbet af 6. semester har været på udveksling i England. Hun drog til Chapel Allerton Hospital i Leeds i 10 uger med et formål om at opnå en forandring.

“Jeg ville udvikle mit sprog, men jeg ville også gerne prøve at være lidt mere selvstændig og rykke mig både fagligt og personligt,” fortæller hun og fortsætter: “Nu har jeg lært at være mere selvsikker.”

Til daglig studerer Katrine Jæger på 6. semester på UCL i Vejle, men inden hun rejste til Leeds, var hun kørt lidt død i undervisningen på semesteret. Det var mere røv-til-sæde-undervisning, som hun selv formulerer det, og derfor kom udvekslingen og udfordringen i det engelske som et belejligt *break* fra hverdagen. “Jeg lærer bare bedre ved at prøve det selv. Det var en anderledes mulighed også at skulle yde sygepleje på et andet sprog. Så det var fedt,” siger Katrine Jæger.

Uniformen viser din profession

I løbet af sin tid i det engelske var Katrine Jæger både på et ortopædkirurgisk afsnit og et *stroke*-rehabiliteringsafsnit, hvor det blev tydeligt for hende, at der er forskel på det engelske og det danske sundhedsvæsen.

“Det er meget hierarkisk i sundhedsvæsenet i England. Uniformfarven viser, hvilken profession man har. Ergoterapeuterne er grønne, fysioterapeuterne er mørkeblå og de læger, jeg så, havde almindeligt tøj på. Det var virkelig specielt,” husker hun.

Foruden det kom medicindoseringen også bag på hende. Her var praksissen, at sygeplejersken skulle dosere medicin med en lille trolley, som man kørte ind på stuen til patienten.

“Når man er i gang med at dosere medicinen, kan folk komme hen og snakke til én samtidig, så man skal lige koncentrere sig ekstra meget.”

Thank you, love

Men også visse kulturelle forskelle blev tydelige i løbet af udvekslingen, hvor særligt patienter viste deres taknemmelighed i kærlige vendinger, som ikke er hverdagskost i Vejle.

“Patienterne sagde “Thank you, flower” eller “Thank you, love” i stedet for at sige mit navn. Det er vist bare det, man gør, i England. Det var lidt noget andet end herhjemme i hvert fald,” siger hun.

Kan man sige, at du er blomstret efter dit ophold?

Katrine Jæger griner, inden hun høfligt svarer:

“Ja, det kan man godt sige.” ♥



Peter

på 52 er

one of the girls



Som en moden mand med en karriere inden for lidt af hvert har Peter Andersen vinket farvel til indtægter for at læse til sygeplejerske. **Han vender aldersforskellen til fordele** og siger ja til fællesskabet.

Tekst **Mathilde Nyfos Ebbesen**

Foto **Kasper-Emil Tornfeldt**

På sygeplejerskeuddannelsen i Svendborg er de fleste studerende på 1. semester i starten af 20'erne. Her er Peter Andersen undtagelsen. Som en mand på 52 år med familie og et langt CV, skiller han sig ud fra mængden.

"Pigerne fra mit hold griner af mig, fordi vi skal i praktik om lidt, og jeg skal på plejehjem. Det synes de er sjovt. Og det er det jo også," griner han.

Peter Andersen har bl.a. rundet søværet som veteran i over et årti, været radiograf og klinisk vejleder, er uddannet psykoterapeut, har arbejdet i psykiatrien og været misbrugsbehandler i et fængsel.

Men en dag, da han sad i sin bil på vej hjem fra sit arbejde i Nyborg Statsfængsel, tænkte han, at nu skulle det være nu. Han sagde sit job op og søgte ind på sygeplejerskeuddannelsen. Og kom ind.

Store faglige helte

Når man spørger Peter Andersen, hvorfor han ville læse til netop sygeplejerske lige præcis nu, svarer han:

"Fordi jeg kunne, og jeg var klar. Jeg slap jo alt - indtægter, hele lortet - og så søgte jeg. Det var det, jeg ville. Der var ingen dvælen og ikke nogen tvivl."

For sygeplejen har nemlig siddet i Peter Andersen længe. Han husker tilbage til et bifag om åndelig omsorg i 00'erne på radiografuddannelsen. Sygeplejeunderviseren omtaler han i dag som en af sine faglige helte, og det har betydet, at sygeplejen har ligget i hans baghoved og ulmet i mange år.

Når det kommer til faglige helte, mødte han også mange dygtige sygeplejersker på Svendborg Sygehus i sit virke som radiograf. Dem lærte han meget af, fortæller han - og så var han en lille smule misundelig på deres opgaver:

"Min faglighed er meget holistisk og menneskenær, og som radiograf fik jeg kun lov til at være med et vist stykke ad vejen. Når jeg begyndte at synes, at det blev rigtig interessant, var der ikke mere adgang, for det var sygeplejerskeopgaver. Og der kunne jeg bare mærke, at jeg var det forkerte sted. Jeg var simpelthen på en forkert sti."

Han nævner mere omsorgsnær patientkontakt og hele forløb, som dét, han manglede.

Strikkecafé og Crazy Daisy

Peter Andersen vidste godt, at der ville være en stor aldersforskel mellem ham selv og hans medstuderende, da han søgte ind på uddannelsen.

"Selvfølgelig har jeg gjort mig nogle tanker på forhånd om, hvordan jeg kobler mig på det her fællesskab, på nogle unge mennesker, som kommer fra en anden tid, og som f.eks. er knivskarpe til IT. Og hvordan jeg gør mig gældende med min tidligere erfaring uden at virke som sådan en klog, gammel tosse," fortæller han.

Men det kan man godt, siger han. Hans strategi er at være ydmyg og sig selv. Og så vil han gerne være en del af det sociale fællesskab det meste af tiden - f.eks. til Svendborg Løbet i maj, hvor de studerende lavede et gå- og løbehold, men også når pigerne inviterer ham med på strikkecafé.

"Sidst, jeg blev spurgt, kunne jeg ikke, fordi jeg skulle hente min søn på efterskole. Der er vi jo forskellige steder i livet. Jeg har også en datter på syv, og de siger, at jeg bare skal tage hende med, og det kommer jeg da til at gøre på et tidspunkt."

"De siger, at jeg skal være *one of the girls*. Men du kan ikke finde mig på Crazy Daisy klokken to om natten mere. Det har haft sin tid. Og det forstår de godt. Det er der respekt omkring," fastslår han.

Foruden det sociale aspekt af aldersforskellen, er der nogle fordele ved, at forskellige aldersgrupper er samlet i en faglig sammenhæng, oplever han. Når de skal lave nogle mere tekniske ting i undervisningen, som at producere en podcast eller lave et Mindmap, aner Peter Andersen ikke, hvilke knapper, han skal trykke på. Det ved hans medstuderende i 20'erne. Til gengæld har han noget faglighed i bagagen, han kan bidrage med - og en arbejdsmoral fra en hel karriere.

Peter på plejehjem

Praktikken er noget af det, Peter Andersen ser frem til i løbet af resten af sin studietid. Hans næste praktik er på et plejehjem.

"Jeg glæder mig til at komme ud og være sammen med de mennesker, som det handler om. Det handler jo ikke om mig."

Han fortsætter:

"Praktikken er en virkelig god måde at koble teori og praksis sammen på. Læringen på sygeplejerskeuddannelsen handler jo ikke om 12-tallet. Det handler om at kunne sætte det, vi lærer, i spil for patienterne."

Peter Andersen har endelig fundet sin rette sti. Nu har han et råd til dig, der har skiftet sti - eller bare har fundet den rigtige:

"Mød op. Altså, simpelthen mød op, og bliv en del af det, der er på sådan en uddannelse. Og spørg. Alle mennesker har noget forskelligt at byde ind med. Og så skal du komme, som du er, og være dig." ♥

Fortalt til Emma Kold

Råd fra fire, der kender studiet indefra



Sådan får du

mere overskud,

bedre læring og

sjoovere fritid

på studiet.



Katrine R. B. Jæger
6. semester, UCL Vejle

Gå til arrangementer

Fester, fredagsbarer, oplæg og for-
eningsmøder. Katrine R. B. Jægers vil
råde sygeplejestuderende til at komme
til arrangementerne udenfor undervisnin-
gen – også selvom der ikke er mødepligt.

"Det er her, man kan møde folk fra andre
semestre og få mere viden om alt muligt,
man ikke vidste, man havde brug for, f.eks.
om mental sundhed, fagforeninger eller
andre fagprofessionelle," fortæller hun.

For selvom det kan være svært at
kæmpe sig ud af sengen på en fredag
eller blive to timer efter undervisningen,
så er det her, man for alvor lærer noget,
mener Katrine R. B. Jæger.

"Jeg har lært vildt meget fra studerende
på andre semestre, også dem, der f.eks.
læser til sundhedsassistent. Det er virke-
lig givende at dele viden med hinanden
på tværs af andre faggrupper."

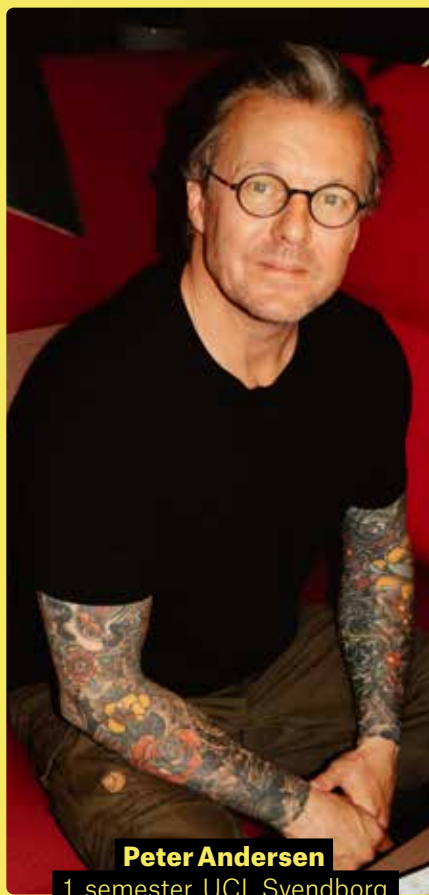


Christine Sonne
4. semester Professionshøjskolen
Absalon Roskilde

Visuel læring

Hjemmesiden eller appen Highlight er hvad Christine Sonne vil anbefale. Et læringsværktøj, som giver pensumnær teori igennem videoer, quizzet og visuelle forklaringer til natur- og sundhedsfaglige uddannelser. Et abonnement koster 119 kr. om måneden, men er pengene værd, mener Christine Sonne.

"Det er bare en mere visuel måde at lære på end at læse i en bog, og det fungerer virkelig godt for mig," fortæller hun. Med en mere forklarende og engagerende formidling af pensum synes Christine Sonne, at teorien sidder lidt bedre fast i hjernen.



Peter Andersen
1. semester, UCL Svendborg

Vær nysgerrig

"Stil dig nysgerrigt over for alt, du lærer på sygeplejestudiet," anbefaler Peter Andersen. Han er 52 år og bliver stadig overrasket over, hvor meget læring der er at hente på uddannelsen.

"Det er slående, hvor vigtigt det er, at det man lærer bringes i spil, når man står ved patienterne," siger Peter Andersen, der nu er i sin første praktik på et plejehjem. Der kan han mærke, hvor vigtig viden fra undervisningen er ude i virkeligheden:

"UVI (Urinvejsinfektion, *red.*), hygiejne, TOBS (tidlig opsporing af begyndende sygdom, *red.*) og immobilitet – alt sammen viden som jeg skal anvende helt konkret."

Derfor skal man huske at være nysgerrig, når man sidder på skolebænken, mener Peter Andersen.



Ivalu Camille Lundquist
Færdiguddannet i 2024

Lær dine studiekammerater at kende

Ivalu Camille Lundquist blev færdiguddannet sygeplejerske i 2024, men hun husker stadig, hvad der betød mest for hende i sin studietid.

"Brug energi på at lære dine studiekammerater at kende. Det gør bare hverdagen federe," fortæller Ivalu Camille Lundquist.

Det er vigtigt at have gode relationer til sine klassekammerater, så det er trygt og rart at gå på studie, mener hun. "Så tror jeg, man lærer bedst."

"Måske får du dine nye bedste venner, måske ikke. Det vigtigste er bare, at studiet bliver et rart sted at være, for I skal trods alt bruge meget tid sammen de næste 3½ år."

Ivalu redder liv med næsesprays

Da Ivalu Camille Lundquist læste til sygeplejerske for et par år siden, havde hun ikke forestillet sig, at hun ville lande i rollen som sundhedsfaglig koordinator i NGO'en Antidote. *Sygeplejersken* er taget med hende på tur til **stofindtagelsesrum og herberger** for at uddele livreddende næsesprays.

Tekst **Emma Kold**

Foto **Marcus Emil Christensen**

Justin Bieber hænger over hovedet på Ivalu Camille Lundquist, der sidder på sin plads i et lille kontor på Halmtorvet på Vesterbro i København.

Rundt på væggene er der flere farverige plakater og flyers. *Spot en overdosis*, står der på en af dem, *God stil med stoffer*, står der på en anden.

"Vil du have en sodavand?" spørger hun Christi Cecilia Kongskilde, som er ny i Antidote. Hun arbejder på et socialt frikort, som er en ordning, der giver socialt udsatte mulighed for at tjene ca. 44.000 kr. om året skattefrit.

De to tager begge en Faxe Kondi, mens de snakker om dagens rute rundt på Vesterbros herberger og stofindtagelsesrum.

Ivalu Camille Lundquist blev uddannet sygeplejerske i 2024 og arbejder i dag som sundhedsfaglig koordinator i Antidote

Danmark, en nonprofitorganisation, der arbejder med at bekæmpe overdosisdødelighed.

Det var langt fra hér, Ivalu Camille Lundquist forestillede sig, at hun skulle arbejde, da hun startede på sygeplejeuddannelsen. Men da hun blev færdiguddannet i 2024 og fik arbejde på en akut neurologisk afdeling, kunne hun mærke noget, der trak i hende.

Og da hun halvandet år efter fik tilbudt jobbet i Antidote, mærkede hun, at det var det helt rigtige.

I dag står hun for medicinbehandlingen og at oplære alle "instruktører" i at dele naloxon-næsespray ud – en næsespray, der kan bremse en opioidoverdosis på 30 sekunder. Ifølge Antidotes egne tal, er 229 af de næsesprays, de har uddelt, blevet brugt på en overdosis i 2024.

Det er sådan nogle næsesprays, nyansatte Christi Cecilia Kongskilde skal dele ud sammen med Ivalu Camille Lundquist i dag.

Livreddende næsespray

"Det er mit job at sikre, at alle ansatte har den nødvendige viden om, hvordan de udleverer næsesprays og formidler viden om overdosis til alle slags mennesker," fortæller Ivalu Camille Lundquist og pakker en mulepose med næsesprays i sorte etuier med Antidotes logo på: Et solgult plus omsluttet af en cirkel i samme farve.

I de næsesprays, som Antidote uddeler, findes stoffet naloxon. Stoffet optages igennem slimhinderne i næsen, sætter sig på receptorer i hjernen og blokerer for opioiderne i op til 90 min. De kan købes på apoteker uden recept til ca. 300 kr. for en pakke ►



Ivalu Camille Lundquist har før selv skulle bruge en næsespray på personer med overdosis, og alle gange er modtagerne vågnet op med det samme og været ved bevidsthed, indtil ambulancen kom.

Da Christi Cecilia Lundquist (t.h.) brugte stoffer, havde hun også sin færd på ved Mændenes Hjem. I dag har hun været stoffri i 18 år og arbejder hos Gadenes Stemmer, hvor hun guider byvandring i København.



- med to stk, men Antidote giver dem gratis til dem, der kunne have gavn af dem.

Udover at dele næsesprays ud på gaden og oplære andre i at gøre det samme, holder Ivalu Camille Lundquist oplæg og kurser om tegn på overdosis ved forskellige stoffer, og om hvordan man stopper dem på både bosteder, festivaler, natklubber og uddannelsesinstitutioner.

"Der er flere og flere unge mennesker, der bruger opioider. Mange af dem ved ikke, at det er farligt, så der er flere unge, der oplever overdosis. Derfor er det så vigtigt at undervise dem i det her, for vi ved, at det kan redde folks liv," fortæller hun.

Ifølge Ivalu Camille Lundquist er det logisk, at der er ansat netop en sygeplejerske i en NGO som Antidote.

"Jeg er det sundhedsfaglige bindeled til alle instruktører, og det giver enormt god mening, at det er en sygeplejerske, der er ansvarlig for deres faglighed. Det er jo rigtig medicin, vi uddeler, og det kræver en faglighed."

"Har I narko?"

Ivalu Camille Lundquist og den nytilkomne Christi Cecilia Kongekilde går ud over Halmtorvet i den skarpe sol. De snakker om, hvordan man bedst kan informere om næsesprayen, mens de går hen mod Café Dugnad, et socialt tilbud med gratis mad og udstyr til sikker stofindtagelse.

Christi Cecilia Kongekilde har før været i caféen, da hun selv brugte stoffer og boede på gaden. Det har hun været ude af i 18 år → siden hun blev gravid med sin første søn, fortæller hun.

I caféens baggård sidder folk og spiser linsesuppe og drikker øl i solen. Der er høj musik fra en JBL-højttaler, og der lugter af cigaretter og hash.

"Har I narko?" spørger en mand ud i mængden, mens Ivalu Camille Lundquist og hendes lærling bevæger sig bramfrit gennem gården og styrer hen mod en gruppe unge mænd ved et bordbænkesæt. Hun spørger, om de kender Antidote. De ryster på hovedet.





I det lille kontor på Halm-torvet arbejder både frivillige og lønnede, og Ivalu Camille Lundquist arbejder tæt med projektledende koordinator Anders Skov Nielsen.

"If you see someone who is unconscious, has no or abnormal breathing or has blue lips and nails, you can give them this," siger Ivalu Camille Lundquist og viser mændene, hvordan næsesprayen fungerer, inden de tager imod et sæt.

Inde i caféen er der tilrøget og varmt. Christi Cecilia Kongekolde går hen til en ung kvinde og tilbyder hende en næsespray. Hun kender den godt og tager imod den. I det andet hjørne sidder en mand og smelter noget pulver på en ske, mens hans sidemakker fixer noget fra en sprøjte i armen.

Clash med sundhedsvæsenet

Da Ivalu Camille Lundquist som nyuddannet arbejdede på en akut neurologisk afdeling, blev hun mere interesseret i at arbejde med mennesker, der ikke helt passer ind i de klassiske rammer i sundhedsvæsenet.

"Dem, der har brug for noget noget mere end medicinsk behandling," som hun siger.

Hun oplevede, at sundhedsvæsenet til tider havde svært ved at håndtere patienter med f.eks. psykisk sygdom eller afhængighed.

"Der er et *clash* mellem sårbare mennesker og sundhedsvæsenet, som ikke altid tager hensyn til, at en patient, der har taget oxy'er (stærke opioider, *red.*) i 20 år, skal have en meget højere dosis for at blive smertedækket, end andre måske skal," siger Ivalu Camille Lundquist og fortsætter:

"Der mangler fokus blandt sundhedsfaglige om, hvordan man behandler mennesker med f.eks. alkohol- eller opioid-overforbrug eller abstinenser."

Det *clash* inspirerede hende til at møde borgere og patienter uden fordømmelse, som hun er nødt til i arbejdet i Antidote.

"Jeg bruger meget af min faglighed til hurtig relationsdannelse og differentiering i måden, jeg formidler på. Det gør man også på et hospital, men her er der bare andre omstændigheder, fordi jeg lidt oftere skal formidle sundhedsfaglig viden til aktive stofbrugere," fortæller hun.

På deres territorium

Næste stop på oplæringsturen for Christi Cecilia Kongekilde er Mændenes Hjem, en social institution og stofindtagelsesrum, der tilbyder social- og sundhedsfaglig hjælp til hjemløse, udsatte og stofbrugere.

"Der er ikke nogen af de her mennesker, der er farlige, men man skal huske, at vi træder ind på deres territorium. Jeg skal mærke rummet og tænke meget over, hvad jeg udstråler, og hvor meget jeg fylder, for jeg stikker jo lidt ud," siger hun og peger på sine platform-crocs.

Foran bygningen på Istedgade sidder to mænd på hver sin side af gaden og drikker øl.

Den ene mand griner, da Ivalu Camille Lundquist spørger, om han vil have en næsespray.

"Jeg bruger ikke sådan noget lort, gem det til nogle andre," siger han.

"Du kan jo ikke redde dig selv, men du kan redde andre," svarer hun ham.

Ingen skal dø af en overdosis

Solen er forsvundet bag et lag skyer, da Ivalu Camille Lundquist og Christi Cecilia Kongekilde går tilbage mod det lille kontor på Halm-torvet.

En dag som i dag er kun en lille del af, hvad Ivalu Camille Lundquist bruger sin arbejdstid på. Tit er hun ude at holde oplæg på gymnasier, på bosteder og til sundhedsfaglige og andre faggrupper. Men det er aldrig skræmmekampagner, siger hun.

"Vi siger aldrig til folk, at de ikke skal tage stoffer. Det lyder måske paradoksalt, men vi tror ikke på, at vi kan få dem til at lade være. Vi *kan* til gengæld sikre, at de altid ved, hvordan de giver livreddende behandling bedst muligt, bl.a. ved at bruge en naloxon-næsespray," siger Ivalu Camille Lundquist.

Netop dét er, hvad Ivalu finder mest meningsfuldt ved jobbet.

"Det motiverer mig virkelig, at jeg ved, jeg er med til at bekæmpe overdosisdødelighed, og at det virker. Der er ikke nogen, som skal dø af en overdosis. Især ikke når der findes et præparat, som kan hjælpe." ♥

2 studerende med 60 års forskel

Uddannelsen har ændret sig meget siden 1960, men **Aase** og **Christine** opdager, at følelsen af at stå usikker, nysgerrig og ny i sygeplejen er den samme.

Tekst **Mathilde Nyfos Ebbesen**

Foto **Brage Borup**



”Ved stuegang kom overlægen ind. Så 1.- og 2.-reservelæge, afdelingssygeplejersken og til sidst en elev. Eleven skulle enten sprøjte hexoderm i overlægens hænder eller følge efter med et askebæger, som han kunne skodde i.”

Det fortæller 83-årige **Aase Damtoft** i sit køkkenalrum, hvor møblerne har ens beigeblomstret betræk, og kaffestellet er af porcelæn og delikat. Hun sidder side om side med 58 år yngre **Christine Sonne**, som har samme trang til at arbejde med mennesker, som Aase havde i 1960, da hun startede som sygeplejeelev på Bispebjerg Hospital. Christine Sonne er sygeplejestuderende på Professionshøjskolen Absalon i Roskilde og er i øjeblikket i praktik som udekørende sygeplejerske i Roskilde Kommune.

De to kvinder er mødtes for at tale om, hvad de har tilfælles: Sygeplejen. For der er nemlig sket en del med uddannelsen de sidste 60 år.

”Min tid som sygeplejeelev er jo som taget ud af serien Sygeplejerskolen. Vi boede på tremandsværelser, vi rullede vattamponer og vatpinde, når der var en ledig stund, og en vagt sørgede for, at vi ikke havde besøg efter kl. 22. Det lyder jo som et nonnekloster!”

Aase fortæller med øjnene rettet mod Christine Sonne, som selv har lidt svært ved at forestille sig at bo på hospitalet under sin uddannelse.

”Rent praktisk ville det da være rart at bo der, hvis jeg nu f.eks. blev sendt langt væk i praktik. Men det lyder lidt mere som en højskole end en uddannelse,” svarer hun rettet mod Aase Damtoft.

Aase Damtoft nikker og fortæller, at hun kalder sine medelever under uddannelsen for livsvidner - til forelskelser og bryllupper, på charterrejser og til begravelser.

Tiden har ændret sig, men selvom sygeplejestuderende ikke længere bor sammen, er der stadig socialt samvær på uddannelsen.

”Vi mødes, når vi har undervisning, til fredagsbarer og internt med studie-

venner. Og så er det nok lidt nemmere at mødes nu, fordi vi har sociale medier, hvor vi hele tiden kan være i kontakt,” fortæller Christine Sonne.

Vejen ind i sygeplejen

Selvom de to kvinder har haft forskellige oplevelser med uddannelsen, der har ændret sig med årene, ligner deres vej ind i sygeplejen hinanden. At arbejde med børn var deres første indskydelse.

”Jeg ville så gerne have været barneplejerske. Men så sagde min mor en dag, at jeg ville have mange flere muligheder som sygeplejerske,” fortæller Aase Damtoft.

”Altså, barneplejerske? Er det ligesom en sundhedsplejerske i dag?” Spørger Christine Sonne.

”Nej, det var en uddannelse for sig selv. Det var en form for hjælper til sygeplejersken i børneinstitutioner, der ofte blev ledet af sygeplejersker.”

Så hun blev sygeplejerske, men endte med at arbejde på plejehjem det meste af sin karriere, fortæller Aase Damtoft, som i dag er glad for sin mors råd.

Christine Sonne ville egentlig også arbejde med børn, men efter et stressforløb i den vuggestue, hun arbejdede i, måtte hun finde på noget andet.

”Jeg ville gerne arbejde med mennesker og børn, og der tænkte jeg, at sygeplejersker måtte have meget med mennesker at gøre.”

”Er du glad for det?” spørger Aase Damtoft.

”Ja, meget. Jeg kan rigtig godt lide, at man er sin egen person, når man er på arbejde. At man bruger sin faglighed, men også sig selv, når man skaber en relation til de mennesker, man passer.”

Aase Damtoft nikker i enighed.

Injektioner i appelsiner

Aase Damtoft kan se, at der er noget, der har ændret sig med uddannelsen de sidste 60 år. De studerende virker mere rustede i dag, end de var dengang.

”Det var jo ikke fordi, vi ikke havde undervisning løbende dengang, men nok ikke så meget som i dag. Og det var undervisning på en anden måde. Jeg blev f.eks. undervist i, hvordan man injicerer, på en appelsin.”

”Det har jeg hørt om før!” udbryder Christine Sonne.

Aase Damtoft og Christine Sonne kigger tilbage på Aases tid som sygeplejelev. Dengang gik hun på hold B, og det samme gør Christine 60 år senere.



- "Ja, men der er jo også patienter med appelsinhud, ikke?" griner Aase Damtoft.

Christine Sonne har ikke skullet øve injektion på en appelsin, men hun oplever også, at man bare bliver kastet ud i nye ting som studerende anno 2026. Hvis man vil.

"Vi havde ikke fået undervisning i at give en subkutan injektion, så da jeg kom i praktik, spurgte de, om jeg havde lyst til at prøve det. Det havde jeg egentlig ikke, for jeg blev lidt usikker på mig selv - det turde jeg da ikke gøre på et rigtigt menneske."

Hun fandt frem til et kompromis:

"Til sidst sagde jeg, at jeg gerne ville se en anden gøre det, og så kunne jeg gøre det bagefter. Og nu kan jeg så det."

Ængstelig autoritet

Efter Aase Damtoft har rakt sin gæst en skål med træstammer og bedt hende om at huske at tanke sin kaffe op, spørger Christine Sonne, om Aase Damtoft stadig kan huske sin første patient. Og det kan hun helt tydeligt. Han var en meget nydelig 75-årig mand, som tog det pænt, at hun var usikker.

Christine Sonne kan også godt huske sit første møde med en rigtig patient i sin første praktik:

"Jeg skulle ind på en patientstue, og jeg havde aldrig været på den side af sygehuset før. Så stod jeg lige pludselig der i uniformen, og det var ekstremt angstprovokerende at skulle gå derind. Jeg overtænkte meget, hvad jeg skulle sige og gøre, for de ville jo se mig som en slags autoritet."

"Hvad gjorde du så?" spørger Aase Damtoft.

"Jeg bankede på, og gik ind og sagde godmorgen, præsenterede mig selv og spurgte, om han havde sovet godt. Det var bare en stille og rolig snak, der førte hen til, hvad han kunne tænke sig til morgenmad."

Det viste sig, at det slet ikke var så slemt, som hun troede.

"Det var overhovedet ikke skræmmende. Da det var overstået, tænkte jeg, at nu har jeg prøvet det, nu kan jeg godt gå ind til den næste også," siger Christine Sonne.



De to kvinder har begge oplevet usikkerhed i deres første møde med borgere og patienter. Men man skal bare springe ud i det, mener de.

Aase Damtoft tilføjer:

"Og nogle gange kan den usikkerhed, der er første gang, godt være positiv for patienterne. Man kan godt blive meget hårdhudet af vanen, hvor mennesket måske ikke rigtigt skinner igennem. Så en lille smule usikkerhed er ikke usundt."

Er omsorgen stadig til stede?

Aase Damtoft griner højt og slår i bordet, hver gang hun husker tilbage på nogle af de opgaver, sygeplejeeleverne havde i 1960'erne: Hvordan de skulle skylle stål-kanyler igennem for blod, så de kunne genbruges, og at de skulle sørge for, at patienterne lå pænt med hænderne foldet over dynerne under stuegang.

Men alligevel synes hun også, at der mangler noget i dag:

"Vi kaldte os de varme hænder. For vi var gode til at skabe patientkontakt og sætte os ind i patientens situation."

I dag mener hun, at sygeplejersker har for meget fokus på at dokumentere, og hun har en oplevelse af, at sundhedspersonalet sidder med ryggen til patienterne ved deres computere.

Men Christine Sonne er ikke helt enig i, at omsorgen har måttet vige for dokumentationen.

"Jeg synes helt sikkert, at der er et stort fokus på plejen. Men jeg tror også, det varierer fra person til person, hvad man prioriterer. Omsorg er dog stadig et stort fokus på uddannelsen."

Aase Damtoft supplerer:

"Det, tror jeg, er meget rigtigt. Det er individuelt. Fordi jeg oplever selv som patient, at nogle sygeplejersker har mere tid end andre."

"Ja, lige præcis. Det handler om, hvad man går op i," siger Christine Sonne.

Efter kaffen er drukket, giver Aase Damtoft et råd til Christine Sonnes videre færd i sygeplejen:

"Nyd det. Vælg et speciale. Du virker som et empatisk menneske, så du skal nok nå langt. Og så hav det sjovt imens." ♥

Tænk, spørg og investér

Praktikken er for mange der, hvor håndværket læres, og oplevelserne kan være både gode og dårlige. Netop færdiguddannede **Bolette Bjerre**, har prøvet det meste og giver her sine bedste råd til din praktik.

Fortalt til **Emma Kold**



Bolette Bjerre
sygeplejerske



Reflektér over, hvad du laver

"I mine første praktikker begyndte jeg at lære rigtig meget om medicin. F.eks. lærte jeg, at hvis jeg gav morfin til en patient, så skulle jeg også give et afføringsmiddel. Jeg gjorde det, fordi en sygeplejerske havde fortalt mig, at jeg skulle. Der skal man huske at spørge sig selv: Hvorfor gør jeg det her? Man skal jo rent faktisk reflektere over det, man laver, så man lærer noget."

Et godt råd: "Reflektér over, hvad du gør, sæt spørgsmålstejn ved dine arbejdsopgaver og tag noter. Det har gjort mig meget bedre til at koble teori og praksis sammen, og det har virkelig hjulpet mig i mine senere praktikker."



Spørg hellere en gang for meget

"Hvis jeg skulle ind til en patient og sætte et plaster på et sår, kunne jeg godt have brug for at hive fat i en kollega og spørge om hjælp, i stedet for at jeg skulle stå og gætte mig frem til hvilke plastre, der passede på hvilke sår. Man kan godt føle sig til besvær, når sygeplejerskerne farer rundt, og man stiller et spørgsmål for 20. gang. Men det er jo derfor, vi er i praktik, og folk vil gerne lære fra sig."

Et godt råd: "Vi er studerende, vi bør ikke vide alting. Det er bedre at spørge om hjælp og så gøre tingene på den rigtige måde, end at komme til at lave fejl, fordi man synes, man skal kunne det hele."



Investér tid i dine nye kollegaer

"I løbet af et år kommer der rigtig mange praktikanter igennem ude på afdelingerne. Sygeplejerskerne møder hele tiden nye studerende og oplever stor udskiftning. Det er ikke med vilje, men nogle gange går det bare stærkt for dem, og så får de ikke altid taget sig tid til os praktikanter."

Et godt råd: "Investér tid og energi i at lære dine nye kolleger at kende, for det betyder meget at være en del af et fællesskab. Spis frokost med dem, spørg ind til deres liv og fortæl om dig selv. Jeg har i hvert fald oplevet, at når jeg har givet noget af mig selv, så er det kommet 100 gange tilbage."



De små hold sikrer, at man som sygeplejestuderende hurtigt bliver tæt med hinanden, også på tværs af årgangene, fortæller Ulda Poulsen (bagerst til højre).

Her er der også fødsler og hjerneblødninger på skemaet

På **sygeplejerskeuddannelsen i Grønland** går undervisning i anatomi og grundlæggende sygepleje hånd i hånd med emner som fødsler og hjerneblødninger. Arktisk sygepleje er vigtigt at mestre i et land med store afstande, hvor sygeplejersker ofte står alene med mange akutte opgaver.

Tekst **Christina Sommer**
Foto **Oscar Carl Scott**



De sygeplejestuderende begynder stille og roligt at indfinde sig i undervisningslokalet på 3. sal, hvorfra der er udsigt til både hav og bjerge. Det er fredag eftermiddag, og emnet for dagens fremlæggelser på 6. semester er tværprofessionelt samarbejde i patientforløb.

Det er ikke kun udsigten, der adskiller sig fra et undervisningslokale på en dansk professionshøjskole. Det samme gør antallet af studerende og længden på bacheloren, der udbydes af Ilisimatusarfik, Grønlands Universitet, i Nuuk.

Studielektor og sygeplejerske Maja Christensen har sat sig på et bord til højre for den elektroniske tavle, og efter



lidt tekniske udfordringer er hun klar til at overvære de i alt fem fremmødtes PowerPoint-præsentationer. Yderligere en studerende er med på teams, mens to er fraværende i dag.

Set med danske øjne er der altså tale om et lille hold, men helt normalt for sygeplejerskeuddannelsen i Grønland, forklarer Maja Christensen, der er født og opvokset i Nuuk.

"Vi har optag en gang om året og optager normalt 14 hver gang, da antallet af praktikpladser er begrænset. I år har vi

Mere info om den grønlandske sygeplejerskeuddannelse

Scan koden:



otte, der dimitterer, for nogle falder jo fra eller har orlov, hvilket er helt normalt."

Tilpasset grønlandske forhold

De studerende har arbejdet med dagens fremlæggelser to og to, og mens præsentationerne foregår på dansk, går snakken lystigt på både dansk og grønlandsk før og efter. Og netop muligheden for at tale grønlandsk er vigtig, mener 27-årige Aviaq Sørensen.

Hun har gået på efterskole og gymnasium i Danmark og taler fejlfrit dansk. Hun tog også første semester af sygeplejerskeuddannelsen i Odense, men valgte at flytte tilbage til Grønland igen af personlige årsager. Og det er hun glad for.

"Uddannelsen er tilpasset de grønlandske forhold, og det betyder meget, at vi alle kender hinanden og kan tale sammen på både dansk og grønlandsk. Nogle ting er bare lettere at forklare og forstå på grønlandsk," siger hun.

Det er sygeplejestuderende Ulda Poulsen på 32 enig i, og hun er også glad for de små hold.

"Jeg startede i 2020, men har haft orlov nogle år. Vi kender heldigvis hinanden godt på tværs af årgangene, og man bliver hurtigt tæt med sine medstuderende."

Apopleksi og fødsler

Den grønlandske sygeplejerskeuddannelse adskiller sig fra den danske ved at være en universitetsuddannelse, og den tager fire år, bl.a. fordi de studerende også skal undervises i arktisk sygepleje, som f.eks. omfatter nødhjælp til fødende, suturering (sy/lime sår eller flænger) og vurdering af akutte tilstande.

"Vi bliver undervist dybdegående i sygdomslære og behandling af akutte sygdomme og tilstande. Det er vigtigt, da det ofte er os, der kommer til at stå alene i de mindre byer og bygder og har den første kontakt med borgerne," fortæller Aviaq Sørensen, mens Ulda Poulsen uddyber:

"Vi skal kunne handle på akutte henvendelser og sy flænger, og vi har haft om fødsler og mange forskellige akutte tilstande f.eks. apopleksi (blodprop eller blødning i hjerne, *red.*). Vi er også blevet undervist i at bruge den systematiske ABCDE-tilgang, der hjælper en med

- at prioritere, hvilke undersøgelser og behandlingstiltag, man skal iværksætte.”

Rynke på næsen betyder nej

Den grønlandske uddannelse består også af lige dele undervisning og praktik, og de studerende har bl.a. været i praktik på et af de regionssygehuse, der ligger uden for Nuuk. Det har givet indblik i de mange forskellige opgaver, man ofte står med alene som sygeplejerske, og hvilke konsekvenser den udbredte mangel på fastansatte sygeplejersker i Grønland har.

”Mange steder er de kliniske vejledere også vikarer, så nogle gange har man ikke en vejleder hele praktikperioden. Man bliver hurtigt god til at tage sin læring i egne hænder,” siger Aviaq Sørensen.

Det er også i praktikperioderne, de for alvor har fået øje på de kulturforskelle og sprog vanskeligheder, der kan opstå i mødet mellem grønlandske patienter og sygeplejersker fra f.eks. Danmark.

”Vi grønlandere siger f.eks. ”nej” ved at rynke på næsen og ”ja” ved at løfte øjenbrynene. Det er der mange, der ikke ved. Og vi kan også blive bedt om at tolke mellem patienter og vikarer. Selvom det er op til en selv, om man vil, kan det godt være lidt frustrerende,” siger Aviaq Sørensen.

Ulda Poulsen er enig:

”Der er mange ting, der er anderledes her i Grønland, men vi brænder alle for sygeplejen og har hver vores passion. Selv er jeg blevet vild med sundhedsplejen efter at have været i praktik her.”

Sparring er vigtigt

Kultur- og sprog vanskeligheder er også temaet for dagens sidste PowerPoint-præsentation, der kigger på tværfagligt samarbejde i en case, hvor en grønlandsk patient, der ikke taler dansk, skal til Danmark for at få behandling. Efter fremlæggelsen opsummerer studielektor Maja Christensen.

”Det kan være svært nok at koordinere patientforløb mellem forskellige faggrupper og afdelinger, og det er endnu mere komplekst, når der skal koordineres mellem to hospitaler og to lande.”



Aviaq Sørensen valgte sygeplejestudiet, da hun gerne vil arbejde med mennesker, men også fordybe sig mere teoretisk i forskellige emner.

Som underviser er hun også glad for de små hold og den fortrolighed, hun har med de studerende.

”Vores studerende er meget forskellige. Nogle kommer lige fra gymnasiet, mens andre har stiftet familie. Mange

må allerede som ung flytte hjemmefra for at tage en gymnasial uddannelse, og bagefter skal de så flytte til Nuuk for at tage sygeplejerskeuddannelsen. Det er store krav, og jeg er glad for, at vi har tid og mulighed for at følge de studerende individuelt og tage flere snakke, hvis de har brug for det.”

Det værdsætter de studerende også.

”Mange af de patienter, vi har i praktiken, møder vi igen. Og sker der en ulykke i Nuuk, påvirker det os alle. Her betyder det meget, at der altid er nogen at sparre med, enten blandt underviserne eller ens medstuderende, også på tværs af årgangene. Det er vigtigt i et lille samfund som vores,” siger Aviaq Sørensen. ♥

LÆS

Flere hundrede sider. Så meget teori skal du læse på 1. semester for at blive klogere på f.eks. anatomi, farmakologi og sygdomslære. **Synes du, det lyder uoverskueligt**, er du ikke alene, men der er hjælp at hente.

Tekst **Christina Sommer**



Du når dårligt at hilse på dine nye studiekammerater, før studielivet banker på med undervisning, mødepligt og masser af læsestof. Pensumlisten på 1. semester byder på flere hundrede siders teori i emner som anatomi, farmakologi og videnskabsteori, og nogle gange skal du læse 100 sider på en uge.

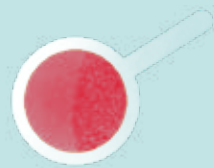


Astrid Monrad
læsevejleder, UC Syd

Ordblind eller i tvivl?

Som ordblind har du krav på at få en række IT-programmer gennem den såkaldte SPS-ordning, der støtter din læsning og skrivning. Du kan også få forlænget tid til udvalgte prøver og studiestøttetimer med en læsevejleder på skolen eller gennem dit lokale VUC.

Har du mistanke om, at du er ordblind, har du ret til at blive testet, også selvom du er blevet det tidligere. Spørg din studievejler for mere hjælp.



Det kan virke uoverskueligt, men der er hjælp at hente uanset, om du er ordblind, har mistanke om at være det eller bare synes, de mange sider er svære at komme igennem. Det fortæller læsevejleder ved UC Syd, **Astrid Monrad**.

"Man skal først og fremmest indstille sig på, at det er en ny form for læseopgave og andre typer tekster og ord, end man har prøvet før. Formålet er også anderledes, så man skal ikke lade sig slå ud af, at det hele er lidt nyt og svært, for det er det," forklarer hun.

Dan dig et overblik

Lange fagtekster kræver først og fremmest en helt anden læsetilgang end f.eks. skønlitteratur, siger Astrid Monrad.

"Man skal ikke starte med at læse teksten lige under overskriften og så køre igennem til sidste punktum. Man skal allerførst danne sig et overblik – kig tekst og billeder igennem, læs overskrifterne og overvej, om det er noget, du er stødt på før. Stil dig også spørgsmålet, hvad du skal bruge det til, og hvad du skal kunne, når du har læst teksten. Er du i tvivl, så spørg din underviser eller dine studiekammerater."

Vurdér, nærlæs og skim

Når du har dannet dig et overblik og kender formålet med den tekst, du skal læse, er det også nemmere at vurdere, hvilke afsnit du med fordel kan nærlæse eller skimme samt tage de rette noter, siger Astrid Monrad.

"Når man skimmer, er mit tip, at man læser første sætning i hvert afsnit i en given tekst. Det kan give en idé om, hvad teksten handler om. Min erfaring er også, at teksterne på sygeplejestudiet er ret læsevenlige. Mange kommer fra det samme forlag og har en pædagogisk tilgang og tydelig struktur, hvor overskrifterne er dækkende for, hvad der kommer hvornår." ♥

De kæmper for din skyld

De ligner ikke magthavere, men de sidder med ved bordet, når sygeplejerskeuddannelsen bliver udviklet. Cecilie Elmstrøm og Magnus Omø Johansen arbejder på fuld tid for sygeplejestuderendes rettigheder og **insisterer på, at de studerendes stemme bliver hørt.**

Tekst **Emma Kold**

Foto **Alexander Håkansson**

"Jeg følte mig bare som en meget lille myre i en kæmpe stor myretue," siger Cecilie Elmstrøm om dengang, hun startede på sygeplejestudiet på Københavns Professionshøjskole Tagensvej.

I dag er hun forperson i Sygeplejestuderendes Landssammenslutning (SLS). Hun sidder i et lille kontor i indre København, og over for hende sidder næstforperson Magnus Omø Johansen. De er netop blevet valgt som forpersoner i SLS, som er studenterorganisationen i fagforeningen Dansk Sygeplejeråd.

Det næste år er de på orlov fra sygeplejestudiet for at arbejde fuld tid for sygeplejestuderendes vilkår.

"Jeg manglede et fællesskab, der ikke handlede om druk, som jeg kunne se mig selv i, og hvor jeg kunne gøre en forskel for vores studie. Og så startede jeg en SLS-lokalafdeling på mit campus sammen med nogle medstuderende, og der-

Når vi er 7.000
sygeplejestuderende,
så lytter folk
pludselig.



Magnus Omø Johansen
næstforperson i SLS

fra var det bare lidt en glidebane," fortæller hun om sin vej som politisk aktiv i SLS.

"Men jeg meldte mig egentlig ind i SLS til at starte med for at få rabat på skolebøger og billigere forsikringer," siger hun og griner.

Ikke noget stille-mus-kontor-job

Vejen til sygeplejefaget var heller ikke lige for Cecilie Elmstrøm:

"Jeg startede på en bachelor i filosofi, men jeg kunne godt mærke, at jeg savnede noget praktisk – noget jeg kunne bruge med det samme, efter jeg havde lært det."

Da hun blev præsenteret for sygeplejefaget af et familiemedlem, tænkte hun: Ej, det skal jeg da godt nok ikke.

For hende lød det som et fag med ringe vilkår.

"Men så læste jeg ind i det og tænkte, at det jo er alt det, jeg synes er interessant. Det er både pædagogik, psykologi, farmakologi, anatomi og fysiologi – alt samlet i én. Så jeg tænkte, wow, det skal jeg da," fortæller Cecilie Elmstrøm.

Næstforperson Magnus Omø Johansen nikker og stemmer i:

"Jeg blev også vildt overrasket over, hvor meget jeg kunne bruge praktisk, da jeg startede på sygeplejerskeuddannelsen. Jeg troede, jeg skulle læse fysik på universitetet, men nu er det så svært at se mig selv i et stille-mus-kontor-job," siger han. De to forpersoner kigger rundt i deres eget lille fælles kontor og bryder ud i latter over ironien.

"Ja, okay – *what are you doing here then?*" spørger Cecilie Elmstrøm grinende.

Løn i sidste praktik

SLS har igennem årene sat sit præg, når politikere har forsøgt at pille ved sygeplejestuderendes vilkår eller uddannelse.

Helt konkret, fortæller næstforperson Magnus Omø Johansen, sad SLS med om bordet, da sundhedsuddannelserne skulle reformeres, under udviklingen af rammerne for det faglige indhold på sygeplejerskeuddannelsen og senest, da der blev forhandlet overenskomst for sygeplejestuderendes løn og ansættelsesvilkår.

Fra 1. januar 2027 skal sygeplejestuderende nemlig ansættes i deres sidste lange praktik, og de skal "kun indgå i normeringen i det omfang, der er muligt", som



Vi bliver inviteret ind i de rum, hvor der bliver taget beslutninger om vores uddannelse.

Cecilie Elmstrøm
forperson i SLS

der står i den nye overenskomst. Sygeplejestuderende skal ansættes på 30 timer om ugen plus syv timers studieaktivitet til 16.400 kr. om måneden.

“For mig er det vigtigt, at ansættelsen bliver tryk, især for det første hold studerende, fordi det er en kæmpe omvæltning. Bekendtgørelsen for den nye sygeplejerskeuddannelse er ikke på plads endnu, og den skal ændres, før ansættelsen er endelig,” siger han og fortsætter:

“Så vi arbejder hårdt for, at det er læring, der fortsat er hovedfokus, for vi vil ikke acceptere, at vi bliver billig arbejdskraft. Der er vores rolle at holde professionshøgskolerne op på deres ansvar og få klædt sygeplejestuderende på, så de kender deres rettigheder og er trykke.”

Slagkraft i SLS

De to forpersoner har hørt fordomme om, at studenterpolitiske organisationer som SLS ikke for alvor kan ændre noget, men det er de to rygende uenige i.

“Vi har en kæmpe stemme. Vi bliver inviteret ind i de rum, hvor der bliver taget beslutninger om vores uddannelse,” fortæller Cecilie Elmstrøm.

“Vi er jo hverdagens eksperter. Vi er dem, der ved, hvad der er vigtigt for sygeplejestuderende,” supplerer Magnus Omø Johansen.

Første gang Cecilie Elmstrøm mærkede slagkraften i SLS, var, da der var en bekymring for, om den daværende SVM-regering kunne finde på at afskaffe bachelorprojektet på sygeplejerskeuddannelsen i uddannelsesreformen - et forslag, der aldrig blev stillet.

“Arbejdet med at redde bachelorprojektet satte virkelig gang i min motivation. Jeg var bekymret for, at vores uddannelse ville blive set helt anderledes på i samfundet. Jeg tænkte på mig selv, mine fremtidige kollegaer og på, hvad det ville betyde for fagligheden og i sidste ende for patienterne.”

Det var også den kamp, der for alvor satte ild til Cecilie Elmstrøms politiske gløder, og fik hende til at stille op til forperson-posten.

Hvis 7.000 studerende råber...

For både Cecilie Elmstrøm og Magnus Omø Johansen står det klart, hvorfor det er vigtigt at engagere sig i studenterpolitik.

“Hvis vi ikke råber højt, risikerer vi, at vilkårene og kvaliteten af vores uddannelse forringes. Og hvis det kun er Cecilie og mig, der råber, så er der ingen, der lytter. Men når vi er 7.000 sygeplejestuderende, så lytter folk pludselig,” siger Magnus Omø Johansen.

Cecilie Elmstrøm nikker anerkendende og siger så:

“Vi kæmper så mange kampe, som den enkelte studerende måske ikke lægger mærke til i hverdagen, men de ville helt sikkert lægge mærke til det, hvis vi ikke var her.” ♥



Hun ville forske

– så hun blev sygeplejerske

Sygeplejerskeuddannelsen åbner mange døre, og **Maiken Kidholm-Laursen** har valgt **praksisnær forskning**. Hun mener, at sygeplejerskens tætte møde med patienterne giver et afgørende indblik i, hvad der mangler viden om i sundhedsvæsenet.

Tekst **Mathilde Nyfos Ebbesen**

Foto **Michael Drost-Hansen**

Sygeplejersken er helt tæt på patienten. Måske så tæt, som en faggruppe kommer, siger Maiken Kidholm-Laursen. Derfor mener hun også, det er vigtigt, at sygeplejersker forsker. Hun blev selv færdig som sygeplejerske i 2019, og siden har hun læst en sundhedsvidenskabelig kandidat og er i gang med en ph.d. om familiers sygdomsforståelse, tilpasning og funktion, når en forælder har kræft.

"Sygeplejerskeuddannelsen var den helt rigtige for mig, fordi den åbner så mange døre. Der er mange fede kandidatuddannelser, man kan bruge til at bygge oven på grunduddannelsen. Det giver virkelig mulighed for at designe lige præcis det arbejdsliv, man ønsker," siger hun.

Maiken Kidholm-Langhoff har altid villet forske. Hun kan huske sin fascination af forskningsprocesserne allerede i folkeskolen, hvor særligt de dybdegående projektuger stod hendes hjerte nært.

"Jeg elskede at arbejde med en problemformulering, finde al den viden, inden for et område, jeg kunne og så præsentere det for resten af klassen. Det har siddet i mig, at jeg vil finde mig et job, hvor jeg arbejder på den måde."

Sammen med forskningen har sundhedsområdet siddet i hende i lang tid.

"Jeg har haft en stor interesse for sundhedsvæsenet så længe, jeg nærmest kan huske. Og dér er sygeplejerskeuddannelsen

en god blanding af det praktiske og det teoretiske, som giver én mulighed for at hjælpe andre mennesker direkte, men også mere indirekte gennem forskning og udvikling," forklarer hun.

Den vigtige praksis

Maiken Kidholm-Laursen vil råde alle sygeplejersker, der gerne vil forske, til at tage et år eller to i praksis. Det er nemlig der, man opdager behovet for mere forskning. Idéen til hendes ph.d. opstod netop, da hun var i praksis.

"Jeg tror, at de bedste projekter opstår, når man har været ude i den virkelige verden og set et behov."

Da hun arbejdede på Hæmatologisk afdeling på OUH, blev hun bekræftet i, at når man får en alvorlig sygdom som kræft, så påvirker det ikke kun patienten, men også dem, der står patienten nær.

"Dengang havde OUH et slogan, der hed "Patienten først", og det var de virkelig dygtige til at sørge for. Men det med at omfavne hele familien rundt om patienten, er noget, der er rigtig svært i en travl klinisk hverdag."

Hun fortæller, at hun sagtens kunne have valgt at læse f.eks. folkesundhedsvidenskab for at forske i sundhedsvæsenet, men hun tænkte, at dét at opleve praksis med egen faglighed, ville give hende en større indsigt i, hvordan sundhedsvæsenet opleves for patienter og deres pårørende.

"At komme ud og observere med mine egne øjne i felten og være direkte vidne til, hvordan patienter oplever sundhedsvæsenet. Det kunne et arbejde som sygeplejerske give direkte mulighed for," siger Maiken Kidholm-Laursen, som også håber på en delestilling mellem forskning og praksis i fremtiden.

Og så synes hun, at det er helt vildt vigtigt, at sygeplejersker forsker for at udvikle faget og gøre sygeplejersker dygtigere.

Til dig, der vil forske

Da Maiken Kidholm-Laursen blev færdig som sygeplejerske i 2019, var dét at gå forskningsvejen med det samme ikke så udbredt, og hun oplevede, at folk kiggede lidt skævt til hende, når hun fortalte, at hun ville læse videre.

"Jeg var ret alene om at gå den vej, men jeg har en fornemmelse af, at der er kommet en større opmærk-





somhed på forskningen i faget. Der er flere sygeplejersker, der tager en i ph.d., og vi har også fået flere sygeplejefprofessorer.”

Hun fortæller, at hun selv var den første sygeplejerske på UCL i Odense, der skrev sin bachelor som en forskningsartikel, men at det er langt mere udbredt nu. Og det synes hun, man bør udnytte. Derfor er hendes råd til sygeplejestuderende, der drømmer om at forske, at de ikke skal være bange for at række ud til forskningsverden.

”Hvis man brænder for noget, skal man virkelig ikke være bange for at finde en professor eller forsker, der er inden for et specielt felt, og sige, man gerne vil være med til at lege. For de står med åbne arme derude, og nogle gange skal man bare sige det højt for at blive en del af det.” ♥

Den korrekte påklædning

– det skal du vide

Tekst **Josephine Stær**

Hår

Langt hår skal sættes op og være samlet, så du undgår, at det falder ned på patienten. Hvis du bærer tørklæde, må der ikke være løsthængende stof.

Smykker

Generelt anbefales det, at du ikke bærer smykker, når du er på arbejde. Halskæder, der sidder tæt på halsen og ørestikker er dog tilladt. Du må ikke bære ringe, armbånd og armbåndsure.

Hænder

Sørg for, at dine negle er rene og kortklippede, og brug ikke neglelak, da revner i lakken kan indeholde mikroorganismer. Kunstige negle er ikke tilladt.

Ansigt

Hvis du har skæg, skal du sørge for, at det er trimmet i en kort længde.

Arme

Dine underarme skal være frie op til over albuerne ved direkte kontakt med patienter, så du kan vaske dig på hele underarmen.

Duft

Spar på parfumen. Kraftige dufte kan være til gene for patienterne, som også kan lide af parfume-allergi.

Nålen

Du får først emblemet med firkløveren, når du er færdig og medlem af Dansk Sygeplejeråd. Hvis du som studerende er medlem af SLS, får du tilsendt SLS-emblemet, som du kan bære i praktik.

Sko

Der er ikke krav til, hvilke sko en sygeplejerske har på, ud over at skoene skal kunne rengøres effektivt. Vælg dog gerne komfortable sko, som er gode at gå i gennem en hel arbejdsdag.

Sygeplejersken

Danish Journal
of Nursing

Ansvarsh. chefredaktør
Louise Balleby

Redaktionschef
Kristine Jul Andersen

Redaktører
Emma Kold
Lotte Havemann

Bladsekretær
Ditte Jørgensen

Journalister
Anton Kjølner Alexandersen
Christina Sommer
Emma Kold
Josephine Stær
Mathilde Nyfos Ebbesen

Grafisk design & layout
Mathias Nygaard Justesen

Studiestart 2026/2027 – Omdeles til 1.semesterstuderende på landets sygeplejerskeuddannelser efterår 2026 og forår 2027. Artiklerne er skrevet i foråret 2026, og de studerende går derfor ikke længere på de samme semestre ved studiestartsbladets udgivelse. **Ophavsret:** Enhver anvendelse af hele eller dele af artikler, fotos og illustrationer i Studiestart, såvel papirudgaven som den elektroniske udgave, er kun tilladt med skriftligt samtykke fra redaktionen eller forfatteren/fotografen/illustratoren jf. lov om ophavsret. **Illustrationer:** Marie Boye Thomsen **Udgiver:** Dansk Sygeplejeråd, Sankt Annæ Plads 30, 1250 København K, telefon: 3315 1555, redaktionen@dsr.dk, sygeplejersken.dk, ISSN 0106-8350 **Tryk:** Stibo