

# Ásta María starfar á nýburagjörgæsludeild Karólínska sjúkrahússins í Stokkhólmi

Ásta María Ásgrímsdóttir er íslenskur hjúkrunarfræðingur sem býr og starfar í Stokkhólmi í Svíþjóð. Hún útskrifaðist árið 2019, starfaði í eitt ár á gjörgæsludeild og ákvað svo að freista gæfunnar og flytja erlendis. Í dag starfar Ásta á nýburagjörgæsludeild á Karólínska sjúkrahúsinu. Hún býr með kærasta sínum í höfuðborginni og nýlega stækkaði litla fjölskyldan þegar sænsk-danski garðhundurinn Bilbó bættist við hana. Ásta María var til í að svara nokkrum spurningum um lífið í Svíþjóð þegar blaðamaður hafði samband við hana á dögnum.

---

**Texti:** Sölvi Sveinsson | **Myndir:** Úr einkasafni

## Hvers vegna ákvaðst þú að flytja frá Íslandi? Og hvers vegna Svíþjóð?

Mig hefur alltaf langað til að prófa að búa erlendis, stækka sjóndeildarhringinn og læra nýtt tungumál. Svíþjóð er í hæfilegri fjarlægð frá Íslandi, tungumálið og menningin mjög lík en samt aðeins ólík. Svo er Stokkhólmur mjög falleg og skemmtileg borg. Það er gaman að prófa að búa í stórborg og vinna á hátækni sjúkrahúsi.

## Hvernig gekk að sækja um vinnu erlendis, var það flókið ferli?

Nei, það var alls ekki flókið ferli. Ég byrjaði að leita á Netinu og fann þá atvinnuumsókn hjá deildinni sem ég vinn á í dag. Áður en ég var ráðin fór ég í nokkur atvinnuviðtöl, þar á meðal eitt á sænsku en á þeim tíma var sænskukunnátta mín takmörkuð en ég fékk samt að lokum vinnuna.

## Hvers vegna valdir þú nýburagjörgæslu?

Ég vann á gjörgæslu heima á Íslandi, bæði með námi og eftir útskrift. Mér finnst gjörgæsluumhverfið mjög spennandi en mig hefur líka alltaf langað til að verða ljósmóðir. Eins og hjá svo mörgum var það ástæðan fyrir því að ég valdi hjúkrun. Ég hef alltaf verið heilluð af nýburahjúkrun. Mig langaði að prófa og sjá hvort að þetta væri sú hjúkrun sem ég vildi vinna við, ég var með þessu eiginlega



að sameina áhuga minn á gjörgæsluhjúkrun og ljósmóðurfræðum.

#### **Hvaða sjúklingahóp sinnið þið á deildinni?**

Nýburagjörgæsla er fyrir veika nýbura og litla fyrirbura niður í viku 22. Það eru nokkrar nýburagjörgæslur í Stokkhólmi og sú sem ég vinn á sérhæfir sig í minnstu fyrirburunum og fyrirburum sem þurfa að fara í kviðarholsaðgerð.

#### **Var tungumálið hindrun?**

Ég var fljót að ná sænskunni. Ég kunní aðeins norsku og dönsku þegar ég fór út og náði að bjarga mér á skandinavísku. Til að læra sænskuna sem best henti ég mér bara í djúpu laugina og byrjaði að reyna að tala hana. Það gekk mjög hratt fyrir sig og það leið ekki langur tími þar til ég skildi nánast allt sem sagt var og fólk skildi mig sömuleiðis. Tungumálið var því engin hindrun.

#### **Áttu skemmtilega sögu af misskilningi vegna tungumáls?**

Já, vegna reynslu minnar af hjúkrun COVID-19 sjúklinga heima á Íslandi var var ég send á COVID-hágæsludeild í tvo mánuði síðasta vetur. Þar varð skemmtilegur misskilningur milli mín og eins sjúklings. Ég hélt að „ingen aning“ þýddi „það var svo lítið“ en í raun þýðir það „ég hef ekki hugmynd“. Ég sagði það nokkrum sinnum við sjúklinginn minn

**„Þetta hefur verið miklu erfiðara en ég bjóst við og það hefur tekið mig langan tíma að aðlagast starfinu.“**

á einni næturvaktinni en var grunlaus um að ég væri sífellt að segjast ekki hafa hugmynd. Það var ekki fyrr en sjúkraliðinn sem var með mér talaði við mig um þetta að ég fattaði misskilninginn. Ég fór þá og útskýrði þetta fyrir sjúklingnum og við hlógum mikið.

#### **Er öflug teymisvinna á deildinni sem þú starfar?**

Já, mjög öflug teymisvinna, sérstaklega á milli hjúkrunarfræðinga og sjúkraliða. Hér eru sjúkraliðar með mjög mikla ábyrgð. Hjúkrunarfræðingar vinna náið með sjúkraliðum saman í teymi með tvo sjúklinga. Svo er auðvitað líka góð teymisvinna við aðrar starfsstéttir á deildinni þar sem ég er.

#### **Hvernig hefur gengið að aðlagast starfinu?**

Þetta hefur verið miklu erfiðara en ég bjóst við og það hefur tekið mig langan tíma að aðlagast starfinu. Deildin er krefjandi og hjúkrunarfræðingar bera mikla ábyrgð. Núna er rúmlega ár síðan ég flutti hingað og ég upplifi mig enn þá frekar nýja í starfi. Ég



ráðfæri mig mikið við reyndari hjúkrunarfræðinga og sjúkraliða. Það góða og jákvæða við þetta allt saman er hvað allir sem ég vinn með eru hjálpsamir, hafa verið í sömu sporum og skilja mig mjög vel.

### Er starfsumhverfið í Svíþjóð, þar sem þú starfar núna, ólíkt því sem þú þekkir frá á Íslandi?

Það kom mér á óvart að það eru svipuð vandamál hér og heima á Íslandi. Það vantar sárlega hjúkrunarfræðinga, laun eru lág miðað við aðrar stéttir með sambærilegt háskólanám og álagið er mikið. Ég fæ skilaboð þar sem ég er spurð hvort ég komist á aukavakt nánast daglega.

### Er mikið unnið eftir verkferlum og gæðaskjólum?

Já svo sannarlega, Svíar elska verkferla og gæðaskjöl sem er mjög þægilegt fyrir mig þar sem ég er ný í starfi. Það er auðvelt aðgengi að góðum leiðbeiningum á öllum ferlum og verkum hérna sem er gott.

### Hvernig hafa vinnufélagarnir tekið þér?

Vinnufélagarnir hafa tekið mér mjög vel og ég hef eignast góðar vinkonur í vinnunni sem ég hitti líka reglulega utan vinnu. Deildin hittist líka stundum öll saman utan vinnutíma. Svíar eru mjög skipulagðir og tímanlega í öllu en þann 21. október fengum við boð um drykk eftir vinnu þann 13. janúar 2022.

### Hvernig er maturinn í mótuneytinu?

Svíar koma allir með nesti að heiman í glernestisboxum og því fer enginn í matsalinn í hléum. Fyrir

„Það vantar sárlega hjúkrunarfræðinga, laun eru lág miðað við aðrar stéttir með sambærilegt háskólanám og álagið er mikið.“

slugsa eins og mig er sjálfssali sem selur ágætan frosinn mat. Ég fæ reglulega athugasemdir um að ég þurfi að vera duglegri að koma með nesti í boxi og hætta að borða frosinn sjálfssalamat.

### Mælir þú með því að hjúkrunarfræðingar sem starfa á Íslandi prófi að flytja og starfa við fagið í öðrum landi?

Þetta hefur verið ótrúlega erfitt og krefjandi og ég hef oft efast um þessa ákvörðun mína. Á sama tíma hef ég lært svo ótrúlega margt þannig að ég mæli heilshugar með því að stökkva til og prófa, bæði til að kynnast annarri sjúkrahúsmenningu og læra nýja hluti.

### Eitthvað sem þú saknar sérstaklega frá Íslandi?

Ég sakna fjölskyldunnar, vina minna og ég á líka kött sem ég sakna en ef ég á að nefna eitthvað annað þá er það bragðarefurinn á Vesturbæjarís.