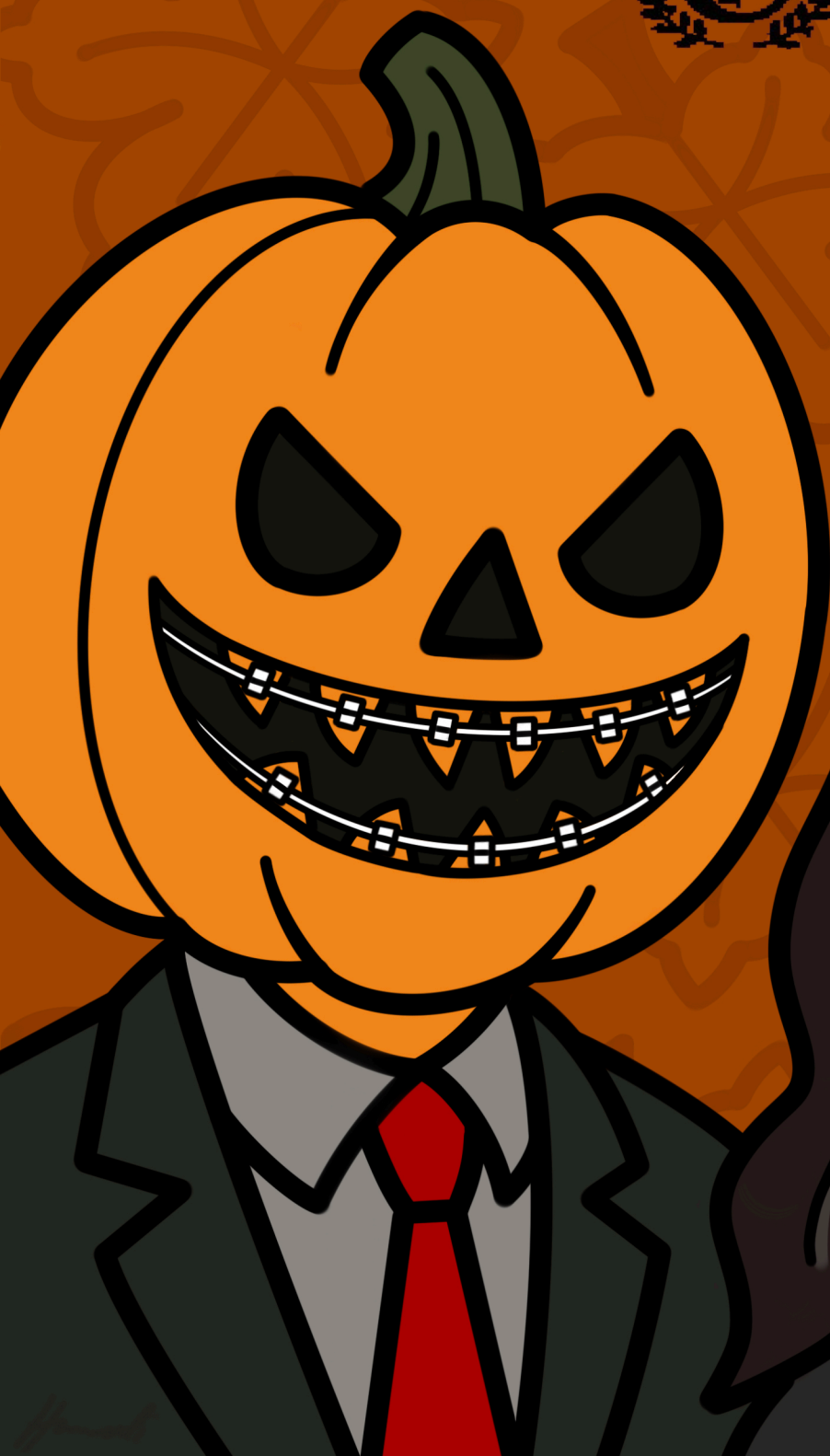


Sonden





I Detta Nummer

<i>Redaktionen hälsar</i>	3
<i>OF anslagstavla</i>	4
<i>Intervju med Per-Fredrik</i>	6
<i>Sonden lagar</i>	8
<i>Halloween nummer</i>	10
<i>Lär känna nya styrelsen</i>	14
<i>Preben</i>	17
<i>Halvvägs utbildningen</i>	18
<i>Leendet är porten till själen</i>	20
<i>Tillfällig leg upplevelse</i>	22

Sök till redaktionen redan idag!

Vill du vara med och göra innehållet i Sonden lite roligare och knäppare eller vill du vara med och bidra med kunskap, insändare eller krönikor? Oavsett vad, är du mer än välkommen att bidra! Hör av dig till redaktionen via mail till ofsonden@gmail.com, på instagram via [@ofumea](https://www.instagram.com/ofumea) eller prata med någon i redaktionen direkt!

SONDEN ges ut 4 gånger per år av Umeås Odontologiska Förening.
Chefredaktör och ansvarig utgivare: Rawan Jalilati, tandläkarprogrammet T4. Uppslagsbilderna i tidningen är designad med tillgångar från Freepik samt Adobe InDesign 2025.

För kontakt och frågor om annonsering hänvisar vi till vår mail:
ofsonden@gmail.com

Omslagsbilden: Designad av Mohammed Baqer H.

Redaktionen hälsar

Hej kära läsare och framtida kollegor!

Hoppas alla har haft en otroligt bra sommar, med mycket sol, glass, bad, resor och kanske tjänat några extra tusenlappar!

Nu är det tråkigt nog dags att kavla upp ärmarna och starta den nya terminen vi har framför oss, för vissa av oss den allra sista terminen!

Låt mig presentera... Höst - numret 2025. I detta rysliga nummer kommer ni kunna läsa om en intervju med 91 åringen Per-Fredrik (!!)

!!) som var en av de första som tog examen från tandläkarprogrammet här i Umeå. Ni kommer att få matlagninginspiration, lära känna alla nya i styrelsen, hur halvvägs utbildningen känns och hur T10 haft det i sommar. Kika även in Väster-
norrlands reklam där både jag och gamla Sonden direktören Lein är med! Allt detta med rysliga
texter och hur det egentligen var att arbeta som tandläkare under första världskriget på sida 10.

Jag hoppas att ni gillar det!

Jag önskar er verkligen ett stort lycka till med kommande tentor, kämpa på!
Vi hörs på nästa Sonden nummer!

- Rawan Jalilati, Chefsredaktör för Sonden

Redaktionen utgörs av:

Helena Stureson



Maria Spändbåge



Malte Franz





OF Anslagstavla

Vice ordförande:

Skriver nya avtal och fixar sponsorer för kommande termin

Stugfogde

Planering av invigningsfest för stugan på G!!

Klubbmästare:

- Planering för kommande aktiviteter, ev. samarbete med sportmästare

Sportmästare:

Många nya ideer. Idrottshallen bokas ej som innan pga minskat intresse. Kommer att bokas för träning inför turnering



I Holmsund, vackert beläget vid havet, ligger OF:s stuga som alla är välkomna att hyra. Stugan har fungerade el, ett enkelt kök, modern förbränningssto, samlingsrum och vedeldad bastu. Vatten hämtas från havet. För extra mysfaktorer har stugan nu utrustats med el-kamin, perfekt för fredagsmyset!

Pris odontologistudent: 200 kr/helg

Pris icke-student: 300 kr/helg.

För mer info eller bokning av stugan, maila stugfogde@ofumea.se

Styrelsen VT-2025



Sevin Çetiner
Ordförande



Maya Ramadan
Vice ordförande



Said Bakrawi
Sekreterare

NY



Ghada Khalifa
Kassör

NY



Sara Sibai
Informationsansvarig

NY



Adam Ajjan
Stugfogde

NY



Helin Aydin
Sportmästare



Sabira Hassan
Kulturmästare

NY



Nermeen Mashan
Klubbmästare



Janna Al-Eameshi
Ledamot

NY



Rim Kassem
Ledamot T10



Rawan Jalilati
Sonden chefredaktör

Sonden söker nya skribenter!

Är du tandläkar-tandhygienist-eller tandteknikerstudent?

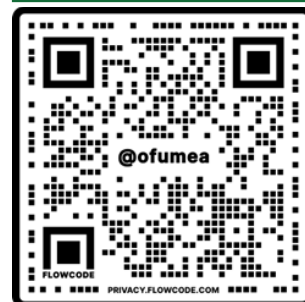
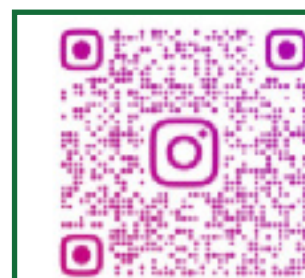
Är du nyfiken på hur det är att vara engagerad i en förening utan att behöva sitta i en styrelse?

Sök till Sonden!

Som skribent får du reda på heta nyheter innan alla andra, en inblick i hur det är att vara aktiv i Odontologiska Föreningen samt värdefulla tips på vägen från äldreterminare i Sondenredaktionen!

Sök till redaktionen redan idag på ofsonden@gmail.com!

Sonden needs YOU



S
O
C
I
A
L
M
E
D
I
E
R

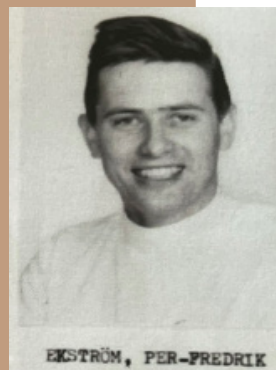


Intervju med Per-Fredrik

Hans Per-Fredrik Ekström, 91, var en av de första 16 personerna som tog examen på tandläkarutbildningen vid Umeå universitet.

Hur känns det att vara här idag?

"Det var mycket teknik att ta in. Det är så mycket hjälpmedel ni har till hjälp. Vi hade inte sånt på medeltiden. Vi hade remdriven bormaskin, det var mot slutet vi började använda turbin (high-speed). Det tog väl lite tid innan man liksom var van, man fick vara lite försiktig med den borsten. Vi fick använda den direkt på patienten, det var ingen inlärningsstid där."



Vad är det starkaste minnet du har av tandläkarprogrammet?

"Mycket jag minns, mycket jag inte minns också. Det var en svår fråga."

Sällskapet tillägger att Per-Fredrik alltid har pratat väldigt varmt om utbildningen och att det var en väldigt rolig tid.

Per-Fredrik instämmer och fortsätter:

"Vi hade ju roligt tillsammans, vi var ju ett gäng, vi kände till andras svagheter och styrkor. Sen var vi på fester på kårhuset. Det var inte det starkaste minnet de kvällarna, men vi hade ju en jättestor bardisk och ett stort dansgolv också. Vi hade en övervåning på ett hus där i centrum, nära Skarinska. Och så var det ytor med bord och stolar där man kunde sitta och dricka tandläkarsprit... nej, kaffe", säger Per-Fredrik lite skämtsamt.

"Men det var roligt för lärarna var också där och man fick prata mer och lära känna dem också. Men man pratade och såg aldrig rektorn. Vi sa du till lärarna, inget formellt. Några år senare fick vi vara på Skarinska med medicinarna, det var bara ett gångavstånd från kårhuset."

Hur har ditt arbetsliv sett ut efter examen?

"När vi kom ut i arbete så stod sköterskorna uppradade i ett led på morgonen för att säga 'god morgon doktor', men det gjorde jag slut på ganska snabbt."

"De tre första månaderna fick jag gå på Centraltandvårdskliniken, en specialistklinik som hade inriktningar såsom ortodonti och parod. Sedan kom jag ut på enmansklinik i Kronobergs län med två sköterskor och sterilpersonal. Här jobbade jag i 7 år. Efter det började jag på en annan klinik i samma län i 20 år där jag också var själv. Samtidigt hjälpte jag en annan klinik emellanåt."

"Efter dessa 27 år flyttade jag till Bohuslän, Tanumshede. Mot norska gränsen, väldigt vackert, det var ett semesterställe. Jag har trivts bra i alla kliniker.

Jag har varit 40 år i branschen, exklusive tandläkarutbildningen. Jag var med under debatterna kring amalgam, oral galvanism bland annat. Jag har faktiskt en amalgamfullkrona, min pappa lagade den då när jag var 10 år och den sitter fläckfritt än idag – hade den varit farlig hade det hänt något med tanden. På den tiden stod sköterskorna med bara händer när de knådade kvicksilvret. Idag är det helt förbjudet."

Har du någon hälsning eller tips till alla som går tandläkarprogrammet just nu?

"Ni ska se till att under första året ha någon vägledning, att ni inte hamnar på en enmansklinik direkt då det är ett stort ansvar. Ni borde ha någon erfaren som kan hjälpa er när ni behöver. Men man är ju tvungen att lära sig på en enmansklinik, så på det sättet är det bra."

"Ett annat tips är att jobba på samma klinik under längre period, för att se resultat och utveckling i patienterna. Ni borde även vara medvetna om att ni kommit in på en utmärkt och bekostad utbildning."

Jag har fortfarande mycket jag behöver smälta och bearbeta efter dagens runda. Det är mycket olikt, men till det bättre."

Vad har din hobby varit på sidan av tandläkeriet?

"Frun har förmågan att köpa hus. Hon kunde komma in ibland när jag hade patient och berätta att hon köpt ett hus. Hon bestämde vart vi flyttade, men jag trivdes vart som helst så länge jag trivdes på arbetet. Det blev en del renovering och byggande genom åren. Jag gifte mig faktiskt med Västerbottens Lucia. Vi gifte oss ganska snabbt och fick två barn, en pojke och en flicka."

"På sidan av höll jag på mycket med motorcyklar. Jag tog också ett privat certifikat och flög brandflyg med fyra passagerare." Per-Fredrik berättar om en farlig situation han hamnat i där han satt i baksätet och inte kunde kontrollera något.

"Jag har även haft tre båtar, den största hade fyra kojer och en kaptenkoj, ungefär 8–9 meter lång var den. Jag fiskade mycket krabba. Sista tiden hade jag en snabbare båt men den var också lite mindre."

"Jag var även fotbollsspelare och var med i universitetslaget. Då fick jag fara till Stockholm och var även med i landstingslaget. Jag har alltid styrketränat också."

Vad gör du på dagarna idag?

"Jag går ut med vovven, en liten vit ulltuss, när det är fint väder. Jag tränar lite lätt – tidigare tränade jag med för tunga hantlar, så jag har minskat belastningen på lederna. Jag har även en flygsimulator hemma och kan simulera så att det känns verkligt. Den har allt möjligt, autopilot också."

Per-Fredrik vill hälsa att han har fått ett fint mottagande som han inte glömmer på länge och att han kände sig extra välkommen när några från termin 6 ville ta en bild med honom.

Tack för att du tog dig tiden att vara med på intervjun, Per-Fredrik. Vi har verkligen mycket att lära! Vi ses förhoppningsvis nästa år – ta hand om dig tills dess och kom ihåg att du är branschens charmigaste Per-Fredrik.



Bild på Julia Konradsson (T10) och Per-Fredrik.



Per-Fredrik gör en bro framför kungen, Gustaf den VI Adolf, nuvarande kungens farfar som invigde skolan.

Tandläkaren som lagade tänder i sin Rolls-Royce under första världskriget

Krigets brutala verklighet

Första världskriget bröt ut den 28 juni 1914 efter "Skotten i Sarajevo", då Gavrilo Princip mördade ärkehertig Franz Ferdinand av Österrike och hans hustru Sophie. Händelsen satte igång en kedja av krigsförklaringar som snart kastade hela Europa in i ett av de blodigaste krigen i historien.

Nya vapen och stridstekniker pansarvagnar, kulsprutor och kemiska vapen som senapsgas och kloridgas skapade ohyggliga skador. Europas militära teknologi hade utvecklats långt mer än dess medicinska kapacitet. I skyttegravarna var det svårt att inte halka över alla ruttade lik. Det fanns fler lik än vad som gick att begrava, och liken användes till att fylla igen skadade vägar som var militärt viktiga. I de leriga skyttegravarna var ansiktsskador särskilt vanliga. Soldater som stack upp huvudet över kanten riskerade att träffas direkt i ansiktet av kulor och granater.

Totalt drabbades omkring 280 000 soldater från Tyskland, Frankrike och England av allvarliga ansiktsskador. Av de sex till åtta miljoner soldater som dog under kriget, skadades dessutom det dubbla antalet, många med livslånga men.

Förutom de stora funktionella problemen efter ansiktsskador fick de genomlida stort utanförskap och levde ofta undagömda i resten av sina liv. Andra synliga skador, såsom att ha förlorat armar och ben, ansågs inte vara lika skamfylld och dessa soldater ansågs vara hjältar efter att ha försvarat sitt land. Ett skadat ansikte framkallade känslor som avsky och äckel. Ansiktsavvikelse hade varit stigmatiserat i århundraden och associerades med sjukdomar som skörbjugg och syfilis, intellektuell funktionsnedsättning, kroppslig bestraffning och synd. Ett sådant öde ansågs vara värre än döden.

Soldater som blivit skadade på slagfälten hade svårt att få vård. Inga fordon kunde transporteras till fronten och därför behövde de skadade bäras av andra soldater. Att bäras ut på bål från krigets front innebar stora risker även för transportörerna, och personer med ansiktsskador ansågs ha liten chans att överleva och lämnades ofta till sitt öde. På grund av okunskap var det vanligt att de sårade soldaterna med ansiktsskador fick ligga på ryggen, och därmed drunknade soldater med skador i huvud-halsområdet i sitt eget blod.

Auguste Charles Valadier – excentrikern i ridstövlar

I detta mörker träder August Charles Valadier fram. Han var en fransk-amerikansk tandläkare som spelade en banbrytande roll under första världskriget. Han var tandläkaren som byggde om sin Rolls-Royce till att rymma en tandläkarstol och utrustning för att kunna behandla patienter nära västfronten, allt på egen bekostnad. Han var en excentrisk man iklädd dyra kläder och ridstövlar. Han beskrevs som en cowboy som kunde rulla cigaretter med ena handen och hålla i hästens tyglar med andra handen. Han föddes i Paris 1873.

Han kom från en förmögen familj och drev en exklusiv tandläkarklinik nära Champs-Élysées, där bland andra Spaniens kung fanns bland hans patienter.

När Frankrike 1914 förklarade krig mot Tyskland vände allt upp och ned. Han ville bidra till kriget, men kunde inte anställas av franska armén eftersom han var en amerikansk medborgare. Dessutom hade inte den franska armén en tandläkarkår. Inte heller briterarna värderade tandläkare högt. Bevarandet av tänder hade låg prioritet inom armén.

I England hade tandvård för soldater prioriterats högre under tidigare krig eftersom tänderna krävdes för att riva upp påsarna med krutpulver. Nu användes repeterande vapen, som har ett magasin som innehåller flera patroner och en mekanism som automatiskt för in nästa patron i pipan efter att ett skott avlossats. Ordspråket “an army that cannot bite, cannot fight” gällde inte längre. Soldater från arbetarklassen hade väldigt dålig tandstatus, och vissa hade aldrig rört en tandborste. Dessutom var armématen svårtuggad. De hårda kaloririka kakor som åts kunde frakturerera sköra tänder ifall de inte först doppades i té eller vatten. Den monotona dieten och dåliga munhygien kunde dessutom leda till nekrotiserande ulcerös gingivit, även kallat “trench mouth”.

Från tandvärk till pionjär inom plastikkirurgi

Till en början såg varken franska eller brittiska armén något större värde i tandläkare. Det var inte förrän general Douglas Haig utvecklade en fruktansvärd tandvärk under slaget vid Asine oktober 1914 som behovet av tandläkare inom armén adresserades. Valadiers rykte som professionell och begåvad tandläkare gjorde att han kallades från Paris till Asine för att extrahera generalens tand. Han behövde resa 15 mil och gå sista biten eftersom hans bil blev skadad av tyska kulor. Efter det fick han uppdraget som den första tandläkaren som behandlade brittiska trupper i Frankrike under första världskriget.

Under första världskriget behövdes mer avancerade förmågor än extraktioner av dåliga tänder. I de små tillfälliga sjukhusen var infektioner dödsorsaken för 28% för alla skadade. Tetanus, nekroser och sepsis orsakades när sår exponerades för bakterierna från de gödselrika åkrarna. Valadier upptäckte att sår syddes ihop tidigt utan att de rengjordes på insidan, och därför stängde inne infektionerna, och började rengöra sårnoga innan han behandlade dem.

Snart insåg han att de stora utmaningarna inte låg i trasiga tänder, utan i de katastrofala ansiktsskador som kulsprutor och artilleri orsakade. 1915 grundade han en käk- och plastikkirurgisk enhet vid General Hospital i Wimereux, specialiserad på ansiktsskador. Han bekostade mycket av verksamheten själv med pengar från sin privatklinik och arvet från hans mor, dessutom vägrade han att ta emot lön från armén. Hans tandtekniker i Paris tillverkade de apparater som behövdes för ansiktsrekonstruktioner. Efter som Valadier inte var kirurg fick han hjälp av Harold Gillies, som senare skulle bli känd som plastikkirurgins fader.

Banbrytande metoder

När Valadier träffade Gillies var plastikkirurgi fortfarande nytt och outvecklat. Försök att rekonstruera kroppen var begränsade till små områden som öron eller näsor. Bland de kirurger som försökte rekonstruera ansikten var det få som fokuserade på det estetiska och inte bara den funktionella. Valadier började experimentera med bentransplantationer, vilket inte var helt nytt men fortfarande ett inte särskilt utvecklat område. Första fallet av bentransplantation som dokumenterades var 1668 när holländska kirurgen Job Van Meekeren skrev om ett fall där en rysk kirurg hade restaurerat en defekt i en soldats kranium genom att operera in en benbit från en hund. Kyrkan bedömde ingreppet som okristligt och soldaten blev exkommunicerad (bannlyst). När soldaten ville ta bort benbiten igen upptäckte hans kirurg att soldatens egna ben växt fast i hundbenet och därför inte gick att avlägsna.

Utan bentransplantationer var det svårt att rekonstruera ansikten utan att lämna stora insjunkningar eller hål. Förutom att vara oestetisk gav det funktionella besvär såsom problem med tal, andning och tuggning. I ett fall tog Valadier en bit av en patients revben och fäste under huden för att rekonstruera näsan. Han fortsatte att utveckla och uppfinna nya innovativa metoder. I två olika fall med mandibelfrakturer utförde han ingrepp som idag kallas för distraktionsosteogenes.

Det är en medicinsk metod där man fixerar benändarna och långsamt drar dem isär med hjälp av en skruv, vilket stimulerar ny benväxt och fyller ut defekterna. Detta hade aldrig tidigare utförts i ett ansikte. När soldaten Philip Thorpe träffades av ett skott i ansiktet blev hans underläpp och en stor del av hans mandible söndertrasade. Valadier band ihop två ändar av mandibeln och satte fast en expansionsskruv till en gummiplatta som långsamt separerade de frakturerade delarna, och lyckades fylla igen hålrummen. Distraktionsosteogenes blev inte etablerat inom käkirurgin föränn 1990-talet, vilket visar att han var decennier före sin tid. Kirurgen Gillies lärde sig mycket av samarbetet med Valadier, och öppnade sedan en specialistklinik för plastikkirurgi i The Queen's Hospital i London.

Hoppas ni tyckte att detta var en intressant läsning. Mer att läsa om Valadier och Gillies finns i boken "The Facemaker" av Lindsey Fitzharris.

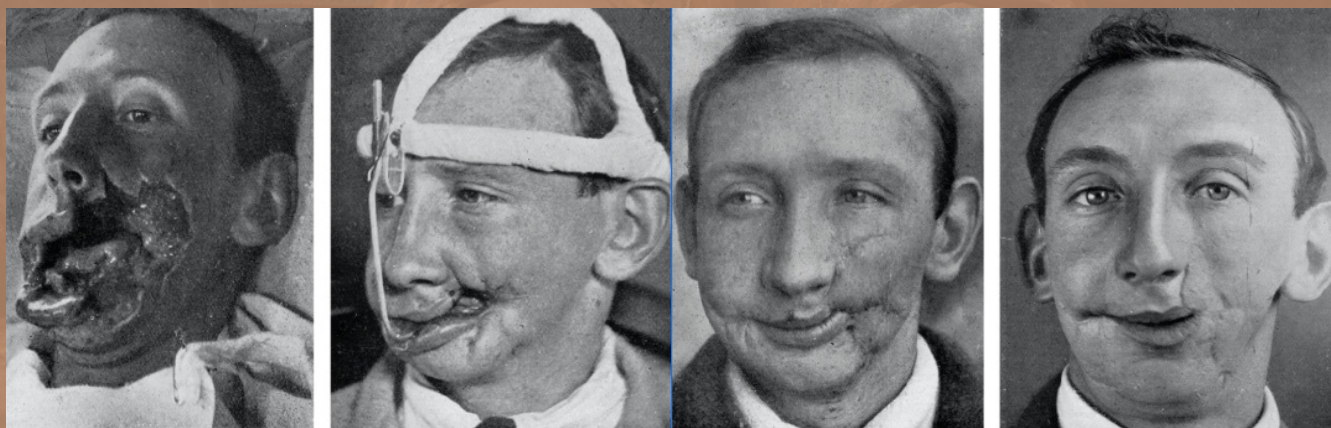
- Helena Stureson



Bild på Valadiers bil som användes som mobil tandvårdsklinik.



Bild på Auguste Charles Valadier



Bilder på soldaten Walter Ashworth som skadades under slaget i Somme (juli 1916). Harold Gillies utförde ansiktsrekonstruktionerna.

Lär känna nya styrelsen

Jag heter Nermeen

och är tandläkarstudent på termin 4, med ett stort intresse för både studier och personlig utveckling. Jag tränar regelbundet, älskar kaffe och har en särskild förkärlek för katter.

Fun fact: Som tandläkarestudent är jag 50% människa, 50% kaffe och 100% inte att leka med innan första klunken.



Hej! Rim heter jag och jag sitter som ledamot T10.

Jag går sista terminen på tdl-programmet och mitt jobb på OF är att vara kontaktperson mellan T10 och OF samt ha hand om T10ornas klasskassa.

Fun fact om mig: Jag är kung på att göra kycklingljud. En annan sak...jag är livrädd för ballonger. Varför är de så obehagliga?!?!?!?



Hej! Jag heter Adam Aj-

jan, är 26 år och pluggar termin 6 på tandläkarprogrammet.

Jag är en Umebo som gillar att fiska och vara ute i naturen, därför tog jag på mig rollen som stugfogde i OF. Jag gick med i OF för att se till att stugan verkligen används av våra kära odontologer.

En fun fact om mig är att jag kan citera Harry Potter-filmerna utantill.





Hej
allihopa!

Jag heter Ghada , tänk er ljudet
när man rullar ett R på franska, så ska "G"
låta när man läser mitt namn, har du svårigheter så kan
du fråga mig.

Jag går termin 6 på tandläkarprogrammet, Jag är den nya kassören för OF, ser
fram emot att träffa er allihopa och hantera er ekonomi!

Fun fact om mig: Jag har genomgått en Scu-
ba-diving (dykarkurs) i Bali.

Hej på er!

Helin heter jag och har nyligen påbörjat T2
på tandläkarprogrammet. Jag är 21 år och kommer
från Mjölby, som är en liten håla i Östergötland.

Det ska bli superkul att framträda som sportmästare i
OF.

Fun fact om mig: Jag har råkat krocka pappas bil
4 gånger på ett år, tillslut fick bilen skrotas.



He-
eej, Sara
Sibai heter
jag och går
tandläkarprogram-
met termin 6. Det är
så spännande att få vara
en del av OF, här händer det
alltid något nytt och jag lär mig
massor varje dag! Jag ser fram emot
rollen som informationsansvarig och att
se till att ni hänger med på allt kul! Jag ser
fram emot att skapa fina minnen tillsammans
och göra studentlivet till något man saknar med
värme efter examen.

Fun fact om mig: när du fyller år så kan jag sjunga för dig fö-
delsdagssången på indiska



Intresserad av att gå med i OF?

Att engagera sig i vår förening är en fantastisk möjlighet att stötta och sprida
glädje bland andra studenter! Genom OF får du chansen att samla värdefulla
erfarenheter, knyta nya kontakter och ha roligt tillsammans.

Om du är intresserad av att bli en del av styrelsen, är du varmt välkommen!
Tveka inte att skriva till oss eller komma fram och prata med en av oss om du
har några frågor.



Många har en ökad risk för karies

– utan att ens vara medvetna om det!

► Informera och förklara för dem om deras riskprofil.
Och överväg Duraphat® som en del av kariesbehandlingen



Medicinska högfluoridprodukter, för användning på kliniken och hemma¹⁻⁵

Beställ gratis material på ColgateProfessional.se

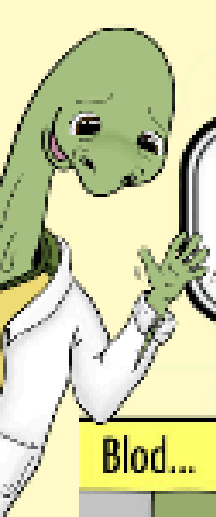
Referenser:

1. Marinho VCC et al. Cochrane Database of Systematic Reviews 2013 2. Ekstrand KR et al. Caries Res 2015;49(5):489-498 3. Baysan et al. Caries Res 2001;35:41-46 4. Ekstrand KR et al. Caries Res. 2013;47 (5):391-8 5. Schirmeister JF et al. Am J Dent 2007;20(4):212-216

Information om förskrivning

Läkemedlets namn: Duraphat® 5 mg/g tandkräm. 1 g tandkräm innehåller 5 mg fluorid (som natriumfluorid), motsv. 5 000 ppm fluorid. **Indikation:** Förebyggande av dental karies hos ungdomar och vuxna, speciellt hos patienter med risk för multipla kariesangrepp (karies i tandkrona och/eller tandrötter). Ska endast användas av patienter som är 16 år eller äldre. **Kontraindikationer:** Överkänslighet mot den aktiva substansen eller något av de övriga innehållsämnen. **Varningar och försiktighet:** På grund av det höga fluorinnehållet ska tandkrämen endast användas efter rekommendation av kvalificerad vårdpersonal, såsom tandläkare, farmaceut eller tandhygienist. Ska inte sväljas. Ett ökat antal källor för fluor kan leda till fluoros. Innan Duraphat® används, bör en genomgång av det totala intaget av fluorid göras. Fluor i form av tabletter, droppar, tuggummi, geler eller tandlack och fluoriderat vatten eller salt ska undvikas under användningen. En tub Duraphat® innehåller 255 mg fluoridjoner. Innehåller natriumbensoat som kan orsaka lokal irritation och spearmint-arom som kan orsaka allergiska reaktioner. Ska inte användas under graviditet och amning utan en noggrann risk/nytta värdering. **Innehavare av godkännande för försäljning:** Colgate-Palmolive A/S, Sundkrogsgade 11, 1. sal, 2100 København Ø. Danmark. **Receptstatus och förmån:** Receptfritt läkemedel. Förmån. 1 x 51 g tub. **Senaste översyn av produktresumé:** 2024-05-24. För ytterligare information finns på www.fass.se.

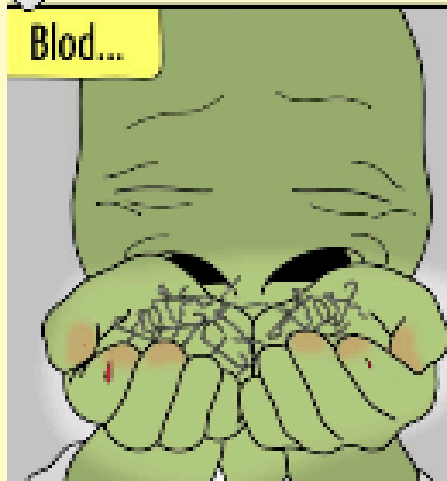
Läkemedlets namn: Duraphat® 22,6 mg/ml (fluorid) dentalsuspension. **Indikation:** Kariesprofylax. **Kontraindikationer:** Ulcerös gingivit och stomatit. Överkänslighet mot det aktiva innehållsämnet eller mot något hjälpämne. **Varningar och försiktighet:** Appliceras av tandläkare. Applicering till hela tanduppsättningen bör inte ske på tom mage. Tuber: Förpackningens material innehåller latex. Kan ge allvarliga allergiska reaktioner. Samma dag som Duraphat® har applicerats, ska ej andra högdoserade fluorpreparat användas. Regelbundet intag av fluoridtabletter bör avbrytas under några dagar. Bör undvikas under graviditet. Det finns inte tillräckligt med information om fluorid utsöndras i bröstmjölk. **Innehavare av godkännande för försäljning:** Colgate-Palmolive A/S, Sundkrogsgade 11, 1. sal, 2100 København Ø. Danmark. **Receptstatus och förmån:** Receptbelagt. Ej förmån. **Förpackningar:** Ampuller: 5 x 1,6 ml; tuber: 1 x 10 ml. **Senaste översyn av produktresumé:** 2024-05-20. Ytterligare information finns på www.fass.se.



PREBEN

PROVAR TANDTEKNIKERPROGRAMMET

Blod...



Svett...



Och tårar av lycka... tihi



Uuu, jag vet inte om jag är så värd
för just i er nya frösmekiner...



Jag tror inte det är så bra att anpassa sig
till de moderna teknikerna Preben. Men nu
är du ganska slipad ut den nya elvenet



Hej! (att du inte känner mig, men
känner jag vill bli en spelare...)



Here's what happens if you lose. This device
will be activated in 10 seconds. Answer the
dentist and tell them about their shitty
inventions, or your family dies... 9 seconds...
Make your choice...



Preben, jag tror inte att det
är så bra att anpassa sig
till de moderna teknikerna Preben. Men nu
är du ganska slipad ut den nya elvenet

Det är lugnt, det är
barnen här...

Halvvägs utbildningen

Hur känns det att ha gått halva utbildningen?

"Väldigt bra"

"Det känns jåkligt bra. Jag kan inte ens tro hur fort allt har gått. Det känns som att vi har precis haft ett case med Thomas Borén. Det känns jätteläskigt om jag ska vara helt ärlig. Snart ska jag ta egna beslut och folks munnar ska vara mitt och bara mitt ansvar!" - Adam

"Känns mer verkligt ju mer tiden går"

"Det känns både skrämmande och kul på samma gång. De första 2,5 åren har verkligen sprungit förbi, så försöker ta tillvara på varenda sekund vi har kvar av utbildningen. Det är så roligt att studera och jag har verkligen ynnesten att få gå i världens bästa klass med de finaste människorna. Nu har vi mycket kliniktid med patienter framför oss vilket känns väldigt roligt! Man lär sig nya saker varje dag!" - Alva

"Det känns nästan överkligt att ha gått halva programmet men också att det gått för fort trots allt lidande och tårar. Men men, det blir bara alltmer spännande igenom åren"

"Det känns bra! Äntligen räknar man hur många terminer som är kvar inte hur många man har gått!" - Yomna

"Känns helt galet! När jag tänker tillbaka känns det så sjukt att tänka på hur mycket man har lärt sig under en så kort tid. Jag är stolt över mig själv och alla mina klasskompisar som klarat sig genom allt! Klarar vi oss såhär långt klarar vi oss till examen <3"

Det känns lite överkligt men även underbart!

"Super bra faktiskt, de senaste 2,5 åren gick förbi blixtnabbt, det var precis vi började och nu har vi tagit oss igenom en del. Vi har alltid blivit uppskrämda av äldre terminare och tänkt men oj hur ska vi klara fysio, patologi och allt det teoretiska men det visade sig att den svåra biten är lite längre fram (nu i t6) då allt börjar på allvar med den kliniska delen. Så om ni tycker att teorin är svår, vänta mina vänner bara till t6. Meeeen låt oss vara lite positiva ändå.... om alla andra klarar det, så gör vi också det."

"Känns sjukt hur snabbt det har gått.

Det spännande o läskigt på en och samma gång men jag är taggad på vad som ska komma och på all kunskap vi ska lära oss."

"Det känns både helt magiskt, men även lite tragiskt. Det känns som att det var igår Peyman redogjorde för hur MazeMap fungerade, och idag har vi gått halva utbildningen. Önskar att tiden saktar ner lite, men detta talar väl också väldigt gott för utbildningen. Jag hade aldrig kunnat tänka mig att denna utbildning är så grym som den faktiskt är." - Edvin

Hur var 50% sittningen?

"Dunder"

"Sittningen var toppen! Viktigt att fira milstolpar!"

"Åhh det va så roligt, önskar jag hade kunnat göra om kvällen"

"Den var suuuuper"

"Den var toppen! Allt var bra fixat, maten var jättebra, roliga lekar, etc. etc. Ett riktigt skönt gäng att fira 50% med!" - Edvin

"Det var riktigt banger såklart. Tack till alla som deltog och speciellt tack till vår fotograf Ismail Maan T8!" - Adam

"Najs, såg framemot den, och besviken blev inte jag iaf. Alla var så fina, trevligt att se människorna jag går i samma klass som jag i annat än klinikkläder. Maten var också dunder. Men tips till yngre terminare att boka en annan lokal då Rex blir alltmer dyr." "SÅ BRA! En av de

"Kul" - Noor

bästa sittningarna man har haft hittills"

"Jättekul! Shout-out till Adam som ordnade med Rex, och alla andra som deltog i pyn-tande & annat plane-rande!"

"Banger" - Yomna

"Den var 10/10!!! Grym toastmaster aka Edvin Creutzfeldt, roliga lekar anordnade av Alma Söderström och Ghada Khalifa och självfallet SPEX som alla tre grupper fick framföra. På eftersläppet kom både yngre och äldre terminare vilket var superkul!" - Alva

"Den var riktigt trevlig!! God mat, bra sällskap, suveräna spex och en riktigt bra stämning helt enkelt!!" - Johan st

Vad ser du mest fram emot de kommande åren?

”Träffa fler patienter!
Tror även det kommer bli spännande att dra ut en tand för första gången.”

”Jag ser fram emot att lära mig massa mer och bli en så duktig tandläkare som möjligt!”

”Examen” - Noor

”Jag ser mest fram emot att få starta karriären som tandläkare och pröva mina vingar.” - Edvin

”Mer praktik mer erfarenhet” - Yomma

”Hur livet kommer att förändras för oss”

”Att få utvecklas kliniskt och teoretiskt inom de olika ämnena men också att få hänga med alla fantastiska personer i min klass och på programmet.” - Alva

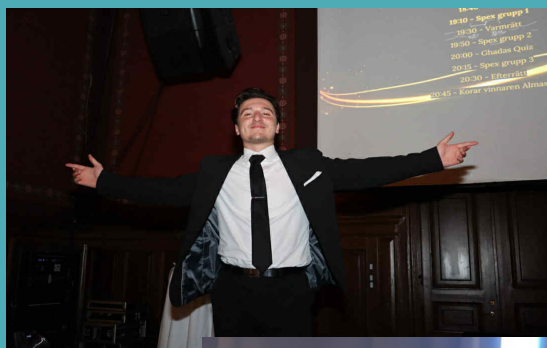
”Möta fler patienter i många olika kurser, gå vidare med utbildning utan omtentor (man hoppas verkligen på det), njuta av de sista åren av utbildningen.”

”Att ta examen såklart”

”Jag ser fram emot att examina min första tand, hahaha. Såklart ser jag fram emot att lära mig mer som tandläkare och känna mig mer säker på det jag gör. Dessutom ser jag fram emot att ta examen” - Adam

”Min licens”

”Att få lära mig allt spännande som vi även kommer göra senare ute i arbetslivet, men såklart även ta tillvara på tiden man har kvar här med kompisar och studentaktiviteter :-)” - Johan St



Leendet är porten till själen

Jag läser nu min 5:e termin på tandteknikerprogrammet. Examensarbetet är i full gång och praktiken väntar runt hörnet. Såklart är jag taggad och ser fram emot att testa mina kunskaper. Men det finns något jag inte längre kan hålla för mig själv. En sen kväll i våras när jag satt på medicinska fick jag ett - minst sagt - oväntat meddelande. När jag vände blad damp det ned ett kuvert i knät. Nyfiket vände jag på det men det fanns ingen avsändare. I kuvertet fanns det ett ihopvikt papper. Det lyder såhär:

“Hej tandteknikerstudent, bra att du pluggar! Jag vill börja med att säga att det här brevet inte är till för att avskräcka dig, utan som en uppmaning att lyssna på dina handledare.. Det önskar jag att jag hade gjort.”

Att gå ut på praktik gav mig en otrolig insyn i yrket och få se alla jobb som kommer in – trasiga broar, proteser som är fulla i beläggningar och avtryck där man funderade på hur nära det var att tänderna skulle följt med. Tillslut kände jag att jag inte kunde förvånas längre. Men det som hände den där dagen i vintras, 3 månader in i praktiken... det var något annat. Något jag inte kan förklara.

Som praktikant är det - som du kanske redan hört - vanligt att få börja med lättare arbeten eller en order som blivit senarelagd av diverse anledningar. Min handledare gav mig just ett sådant arbete. Inga konstigheter, patienten var en man, 64 år utan tidigare protetisk behandling. Det var en 16:a som skulle förses med en krona i Zirkonia. Men redan när jag tog avtrycket ur plastpåsen kände jag att något var fel. Jag tittade närmre på avtrycket när alginatet plötsligt brände genom handsken som en het spisplatta och jag drog åt mig handen. Direkt fick jag som en metallisk smak i munnen och tänkte att jag måste ha bitit mig i tungan av chocken. I förvirring stod jag bara och stirrade på avtrycket som låg framför mig på bänken. Efter några långa sekunder tog jag min gipskopp och började blanda gulgips. Jag fyllde upp modellen fort och lämnade gipsrummet med en konstig känsla av att vara iakttagen.

För att få tankarna på annat började jag skrapa bort vax från min tilldelade bänk och som en stressad mormor i väntan på besked om barnbarn skrubgade jag så frenetiskt att en av de som jobbade där kom fram och undrade om jag druckit för mycket kaffe. Vi skrattade och vi konstaterade att det nog tvärtom var dags för en kaffepaus. Gipset hade ändå en stund kvar att stelna. Vid gott mod gick jag sedan tillbaka in i gipsrummet för att ta ur modellen. Men till min förvåning var gipset helt rinnigt, och iskallt. Jag rådfrågade min handledare som sa att jag skulle ge det en stund till, men om det inte fungerade kunde jag kanske hinna slå ut en ny modell - om det blivit något fel med vattenmängden på gipset. Men med tanke på att dagen började närma sig sitt slut så tillade han “Efter kl.16 skulle jag dock avråda dig från att gå in i gipsrummet”. Jag tog för givet att han menade att jag inte skulle börja något tidskrävande så nära inpå hemgång. Men då jag ville visa framfötterna så gick jag - dum som jag är - ändå in strax efter kl. fyra.

Väl inne i gipsrummet försökte jag tända lamporna som jag tänkte säkert hade någon form av timer. Ljuset i lysrören surrade bara till men inget ljus kom. Då folktandvårdens labb låg i källaren i sjukhuset, så fanns där inga fönster. Rummet var helt beläget i mörker. Jag drog fram mobilen och startade ficklampan. Avtrycket låg kvar där jag lämnat det och för att kunna ta ur modellen behövde jag lägga ned mobilen på bänken för att kunna använda båda händerna. Modellen lossnade ur alginatet med ett blött vacuum liknande plopp. Jag vet att jag låter galen men i nästa sekund stod jag och höll i en halvt förmultnad och sargad käke.

Det började ringa i öronen och genom tårarna såg jag blod droppa ned på den kalla plåtbänken. Den metalliska smaken kom återigen tillbaka. Utan att tänka slängde jag iväg det vidriga stycket och sprang ut ur gipsrummet så fort jag kunde. Jag låste in mig på toaletten för att skölja av min hand. Till min förvåning var hela vänsterhanden täckt av gips, inget blod.

Hela den natten sov jag oroligt. En normal människa kanske inte hade velat återvända till ett sådant ställe men nästa dag var jag återigen på plats. Jag skämdes över min lättskrämdhet och låtsades som att gårdagen aldrig hade hänt. På morgonen i fikarummet mötte jag min handledare som undrade hur det gått med modellen. Jag svarade att det kunde gått bättre och att det nog tyvärr inte går att använda avtrycket. Han kollade förvirrat på mig och sa "Men modellen ligger ju på din bänk, jag tyckte nog ändå att den såg bra ut?". Mycket riktigt låg en gipsmodell med en preparerad 16:a på min bänk. Jag började stamma fram något att säga men min handledare borrade blicken in i mig. "Gick du in i gipsrummet efter kl.16 fast jag avrådde dig?". Jag kunde bara nicka som svar. "Jag förstår.. då har du nog lärt dig en läxa. Den här gången var dom snälla med dig. Glöm aldrig att leendet är porten till själen, och som tandtekniker kommer du att komma i kontakt med många.. själar".

Jag känner mig fortfarande skakad efter händelsen och jag inser att de som jobbat inom yrket har mer än bara erfarenhet av form och färg. Återigen, "lyssna på din handledare och respektera din arbetsplats. Jag önskar dig allt gott."

Det här brevet har jag på sätt och vis sett som ett skoj, en chans att skrämma upp redan nervösa studenter som är lättpåverkade. Men det är något med det som fått mig att behålla det. Vem vet, kanske är det jag som om några månader går och lämnar ett kuvert - utan avsändare - i en bok på medicinska. Lämnar en uppmaning om försiktighet. Det återstår att se, men tills dess behåller jag brevet i tryggt förvar och hoppas att personen som skrivit det har funnit sig i yrket och är lämnad i fred.



- Malte Franz

Tillfälligt leg. upplevelse

Under termin nio var snacket i klassen vart man skulle arbeta under sommaren på sitt t.leg. Vi var alla taggade och lite nervösa över att äntligen få testa tandläkarrollen på riktigt!

Själv började jag terminen kluven. Skulle jag ansöka om sommarjobb med t.leg och få prova tandläkarhatten en gång innan jag tar examen? Eller skulle jag jobba ännu en sommar som tandsköterska, som jag gjort två somrar tidigare? Jag visste inte riktigt hur arbetet på t.leg skulle skilja sig mot erfarenheterna vi redan fått på studentkliniken. Ändå bestämde jag mig för att testa t.leg, och jag kan definitivt säga att det var extremt värdefullt!

Under sommaren fick jag chansen att jobba både i Sverige och i Norge. I Sverige arbetade jag på FTV i Sundsvall, där jag möttes av ett fantastiskt team som fick mig att känna mig väl omhändertagen. Första dagen var lugn med bara två patienter, men sedan ökade tempot gradvis och jag tog snart emot 6–8 patienter per dag. Något som stack ut var mängden patienter med kariesproblem som var större än det jag någonsin sett på studentkliniken. Bara under en månad behövde jag remittera 3 barn till specialist för behandling under narkos på grund av den höga kariesaktiviteten i tidig ålder. Jag fick möjlighet att göra allt från rotfyllningar och extraktioner till behandlingar under sedering. Förutom att bygga klinisk erfarenhet, och ta del av äldre tandläkares unika perspektiv, fick jag också känna efter hur jag själv vill ha det när jag börjar jobba efter examen! Jag lärde mig till exempel att administrationstid i början av dagen, snarare än slutet var mer hjälpsamt då det kom med fördelen att kunna öppna dagens journaler och göra förberedelser. Detta minskade min stress och gjorde att jag blev klar med journalerna mycket snabbare.

Efter en lärorik månad i Sundsvall väntade nästa äventyr: Norge. Under utbildningen hade jag ofta hört studenter prata om att de kan tänka sig jobba i Norge. Det gjorde mig nyfiken och jag tänkte att det hade varit så roligt att testa på det i en månad. Dessutom hade jag hört talas om ett projekt i Norge som heter TOO. Där samarbetar psykolog och tandläkare för att hjälpa patienter med odontofobi eller PTSD. Denna patientgrupp ligger mig extra nära hjärtat. Under min utbildning har jag träffat några med stora svårigheter och de har gjort att det känns viktigt för mig att lära mig allt om hur vi kan underlätta besöken för dem.

I början jobbade jag mest som tandhygienist: jag tog bilder på PSP-plattor, höll motiverande samtal och gjorde mekanisk infektionsrengöring. Men snart fick jag också ta extraktioner, akuta behandlingar och rotbehandlingar. Det kändes riktigt spännande särskilt eftersom jag på studentkliniken tyvärr haft många återbud och uteblivanden i endo kursen.

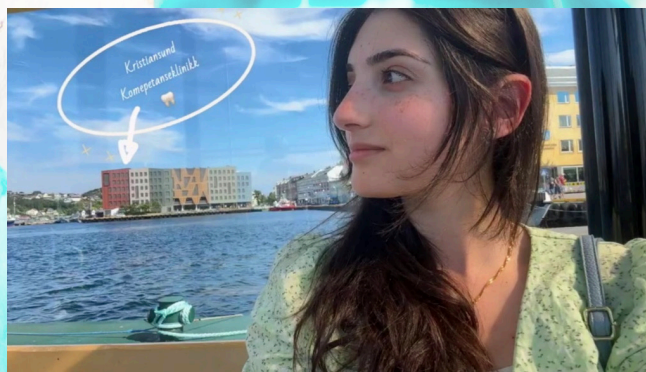
Jag tog även initiativet att besöka en TOO klinik för att lära mig hur teamet använder exponeringsterapi, en KBT-metod, för att hjälpa patienter minska sin rädsla i tandläkarrummet. Målet är att patienterna i slutändan ska kunna få behandling i vilken tandläkarstol som helst.

Att få prova tandläkaryrket i ett annat land var en fantastisk erfarenhet som jag verkligen kan rekommendera! I Norge kunde jag prata svenska medan patienterna svarade på norska, och jag lärde mig både hur deras tandvårdssystem fungerar och hur det är att jobba 7 timmar per dag.

Nu när jag är tillbaka på universitetet för sista terminen har jag kunnat ställa alla mina frågor, som jag noggrant samlat i mina anteckningar, till våra handledare! Mitt största tips är: våga prova! Det här är en unik chans att testa på tandläkarrollen innan ni får den "på riktigt". Använd chansen att arbeta på t.leg. Utforska vart du vill jobba, hur du vill jobba och vilken kompetens du saknar. För mig har det öppnat dörren för kontakter såväl som insyn i mina färdigheter och gjort att jag nu inför sista terminen vet vad jag ska fokusera lite extra på när jag fortfarande är en student!

Lycka till! <3

- Lein Hilwah, T10



...Tillfälligt leg. upplevelse

Var har du jobbat i sommar och hur känns det att komma ut i verkliga livet?

Jag jobbade i Härnösand, som är en liten stad norr om Sundsvall. Det var både läskigt och skönt att få jobba på riktigt. När det var riktigt pulpanära kariesangrepp kände jag ofta "I'm just a girl". När jag behövde hjälp från min handledare skrev jag ett meddelande till henne i T4. Ena gången skrev jag "Jag lyckas inte med mitt matrisband :'(", och på något vis råkade jag klicka i en ruta så att meddelandet ploppade upp hos alla i hela kliniken. Dock var min handledare inne hos en hygienist just då och kunde tack vare mitt misstag se meddelandet ändå, så det var ju bra. Tack och lov var det inte ett av mina mer dramatiska meddelandet som skickades till alla, såsom "omg tror jag ser pulpan HJÄLP". Det absolut skönaste var att kunna signera mina egna daganteckningar.

Vad har varit mest oförväntat/annorlunda?

En del saker vi lärt oss i skolan görs annorlunda på klinikerna. T.ex. rekommenderade mina kollegor att borsta med Corsodyl vid pericoronit, medan käkkirurgerna i Umeå anser att det inte ger någon tilläggsseffekt. På kliniken använde de även zekrya-borr för rotseparering, vilket vi fått lära oss här supermegadåligt och ett big no no. Det som var mest oväntat var gubben som inte ville ha bedövning när jag skulle extrahe-
ra hans tand. Har lärt mig i efterhand att vissa har tandextraktioner utan bedövning som fetish, hoppas han inte hade en sådan...

Finns det något tips du önskar att någon berättade till dig innan sommaren?

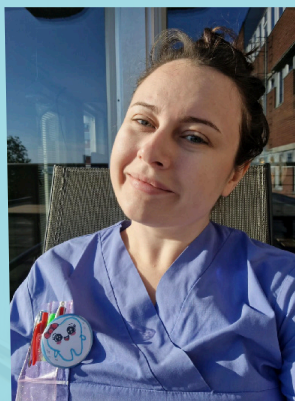
Det är väldigt viktigt att ha en gruppchatt med alla dina kompisar som också jobbar på tillfälligt leg där ni kan skriva av er om alla misstag och alla gånger det nästan blev ett misstag. Det är lätt att känna första veckan att man är en sämst, världelös och pissdålig charlatan, men när man pratat ut med sina vänner i samma sist känns allt bättre.

- Helena Stureson

Sommar i Ö-vik

Sommaren mellan termin nio och tio får tandläkarstuderenter jobba som tandläkare på så kallad legitimation. Jag fick möjligheten att göra det i fina Örnsköldsvik, ca elva mil söder om Umeå. Där fick jag göra allt möjligt, bland lagningar, både enkla och komplicerade extraktioner och undersökningar. Patienter har också varit mycket olika: lugna, tandvårdsrädda, med särskilda behov, barn, vuxna etc. Under dagen har det ofta varit sex patienter och alltid administration i slutet under handledning.

Sammanfattningsvis har det varit otroligt kul och lärorikt. Rekommenderar starkt till er yngre terminare!



- Maria Spändbåge

Var har du jobbat i sommar och hur känns det att komma ut i verkliga livet?

Jag jobbade på folktandvården i Örebro. Det var jättekul att komma ut och få smaka på arbetslivet lite tidigare. Det var lite läskigt, nervöst, spännande men mest av allt var det riktigt nice att få ha fullt ansvar och ta alla beslut helt själv, utan att behöva konsultera en lärare.

Vad har varit mest oförväntat/annorlunda?

Det var en extremt stor skillnad gällande hur vi jobbar på Uni och hur man jobbar på folktandvården. Allt går så mycket snabbare på folkis. Man har korta arbetstider så det gäller att vara kvick, ta snabba genomtänkta beslut och se till att vara säker på sin sak. Det var också skönt att slippa skriva romaner till dagan-teckningar. Där jag jobbade fanns det redan färdiga, korta mallar vi kunde använda oss av. Så det var riktigt nice och sparade extremt mycket tid!

Finns det något tips du önskar att någon berättade till dig innan sommaren?

Nej, faktiskt inte. Jag kände mig riktigt bra förberedd till att gå ut och jobba på tillfälligt leg tack vare mina lärare från Umeå. Kvaliteten på utbildningen vi får här är på topp och det märktes verkligen när jag var ute och jobbade.

- Rim Kassem

Nu startar TAK-Thyg – Tandakademin Västernorrland för tandhygienister

Anna-Marie Koch och Jenny Almgren är superhandledare på TAK-Thyg.

Ett handledningsprogram under ett år – för tandhygienister. Det är vad Folk tandvården Västernorrland nu vill satsa på, och redan i vår startar intaget.

Text & foto: Birgitta Strandh

Sedan 2022 finns TAK – Tandakademin Västernorrland, för nytexaminerade tandläkare. Där får tandläkarna extra handledning en dag i veckan under ett helt år av så kallade "superhandledare", erfarna kollegor som bara har till uppgift att handleda.

Konceptet har blivit en stor framgång och fått mycket uppmärksamhet bland studenterna.

Nu startar Folk tandvården Västernorrland TAK-Thyg-Tandakademin Västernorrland för tandhygienister.

– Det är roligt att det satsas mer på tandhygienister i vår region nu, och att man ser värdet av att ta hand om den här yrkesgruppen lika mycket som tandläkarna, säger Anna-Marie Koch, en av "superhandledarna" på nya TAK-Thyg.

Att ett eget TAK behövs för nytexaminerade tandhygienister råder det ingen tvekan om, enligt både Jenny och Anna-Marie.

– För att få tandhygienister som är nya i yrket att känna sig stöttade, att de får mycket kunskap från

början och att de får tid och lära sig det här lilla extra som man gör när man kommer ut i yrket, säger Anna-Marie.

Handledarkollegan Jenny Almgren menar att ett TAK-Thyg behövs, inte minst för att det är ett bristyrke, åtminstone i Västernorrland.

– En ny tandhygienist behöver också stöttning i sin vardag, precis om tandläkarna. TAK-Thyg kan få kollegor att stanna kvar, säger Jenny.

Så här kommer det att gå till:

En dag i veckan sammanstrålar nyanställda tandhygienister på Folk tandvårdens klinik i Härnösand, där TAK-Thyg håller till. Superhandledarna finns på plats med ett enda syfte – att finnas till för adepterna. Handledningsprogrammet ska pågå i ett års tid, med start i februari 2026.

– Det blir allt från barntandvård till äldretandvård och allt däremellan. Man får egna patienter men även kortare föreläsningar med till exempel våra specialister, avslutar Jenny.

Sök TAK Tandhygienist!

TAK-Thyg – Tandakademin Västernorrland för tandhygienister

- Start februari 2026.
- En dag i veckan under två terminer.
- Placering: Folk tandvården Härnösand.
- Vårtermin feb – juni
- Hösttermin sept – jan
- Handledning på hemmaklinik + TAK Tandhygienist 1 dag i veckan
- Max antal deltagare: 5

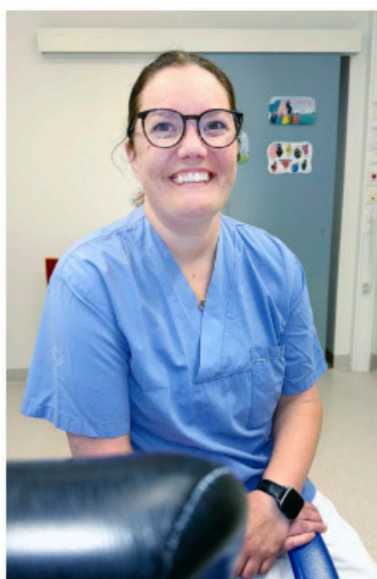


Håll utkik efter
vår annons som
publiceras inom
kort!

Sök till TAK-Thyg
via qr-koden som
går till Region
Västernorrlands
lediga jobb-sida.



Här är superhandledarna på TAK-Thyg: "Roligt se människor växa i sin yrkesroll"



Jenny Almgren,
tandhygienist Folk-
tandvården Nacksta,
Sundsvall och hand-
lerade TAK-Thyg:

– Jag har bland annat handlett våra portugisiska tandhygienister vi har i länet, men även studenter från universiteten. Det är roligt att se människor växa i sin yrkesroll.

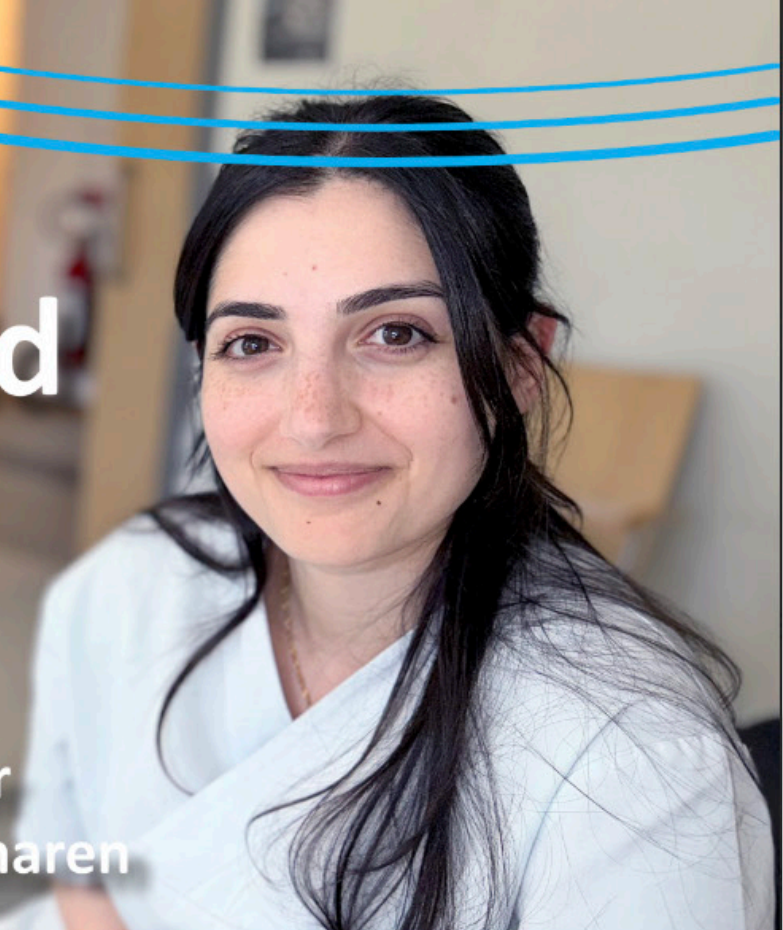
Anna-Marie Koch,
tandhygienist på
Folk tandvården
Härnösand:

– Jag är huvudhandledare för handledare i Region Västernorrland för tandhygienisternas VFU (verksamhetsförlagd undervisning). Jag jobbar både mot Umeå universitet och Karlstad universitet.



”Jag vill alltid utvecklas”

Lein provade tre yrkesroller och två länder under sommaren



Lein Hilwah går termin 9 på tandläkarprogrammet och i början av sommaren arbetade hon på Folk tandvården Nacksta utanför Sundsvall på tillfällig tandläkarlegitimation. Därefter väntade arbete i Norge.

Text & foto: Birgitta Strandh

– Jag vill testa olika delar av tandvården och olika arbetsmiljöer, både privat och offentligt, men även utomlands, berättar Lein.

För Lein har sommarjobbet i Nacksta varit en positiv upplevelse.

– Första dagen började med bara två eller tre patienter – i slutet av veckan hade antalet fördubblats, säger Lein.

Arbetet på kliniken har gett henne värdefulla erfarenheter, bland annat att hantera svårare bedömningar och barnpatienter med särskilda behov. Stödet från handledare och kollegor har varit ovärderligt.

– Det känns tryggt att veta att jag kan få hjälp, samtidigt som jag utvecklas och vågar ta egna beslut.

Tandläkare Pal Gergely, som arbetar i behandlingsrummet intill Lein, har varit ett stöd under sommaren.

– Hon är mycket duktig och väldigt, väldigt noggrann med all behandling, säger Pal Gergely, och tillägger att de är tacksamma för att Lein har varit där i sommar. – Sköterskor och receptionister är otroligt skickliga på att läsa av situationer och underlätta mitt arbete.

Varför valde du Folk tandvården Västernorrland?

– Jag hade hört att handledning är väldigt bra här, att lönen är konkurrenskraftig och det finns goda möjlig-

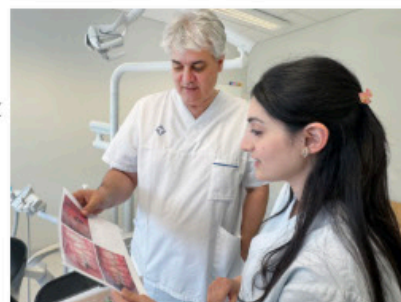
heter till specialisering. Om jag vill flytta till Sundsvall efter utbildningen ville jag också se om jag trivs både i staden och på kliniken.

Just att prova på saker är lite av Leins signum. Därför jobbade hon i slutet av sommaren i Norge, på en liten offentligt finansierad klinik. Där auskulterade hon en dag på en klinik, specialiserad på tandvårdsrädda patienter.

– Jag blev intresserad efter att ha behandlat en patient med stark tandvårdsrädsla. På kliniken i Norge arbetar tandläkare och psykolog tillsammans i samma rum, och det ville jag verkligen uppleva.

När tandläkarstudierna är avslutade i januari siktar Lein på att stanna i Norrland och fördjupa sig inom specialistområden, kanske ortodonti.

– Jag är väldigt nyfiken och vill alltid utvecklas. Jag kan definitivt se mig själv som specialist i framtiden, men vilken väg det blir får tiden visa.



”Det känns bra att veta att Pal är där, men att jag också kan”, säger Lein Hilwah.



Sommarjobben gav studenterna försprång – viktiga erfarenheter via Folktandvården

Tandläkarstudenterna från vänster: Rawan Jalilati, T4 Umeå, Ebba Gabrielsson T3 KI, Roxanna Barghi, T4 Umeå och Sofia Lindgren T4 Umeå.

Medan en del kopplade av i sommarvärmen valde fyra tandläkarstudenter att tillbringa sommaren på Folktandvården Centrum i Sundsvall.

Ebba Gabrielsson, Rawan Jalilati, Roxanna Barghi och Sofia Lindgren har tack vare sommarjobbet fått en chans att lära känna yrket närmare och få ett försprång i studierna.

– Det har varit otroligt lärorikt att se hur en vanlig dag på kliniken ser ut, och att få använda material, säger Ebba Gabrielsson, som börjat termin 3 på tandläkarprogrammet i Stockholm.

Att jobba tillsammans med erfarna tandläkare, tandhygienister och tandsköterskor har gett studenterna viktiga insikter, inte bara i tandläkaryrket, utan också i samarbete.

– Tandläkare arbetar på olika sätt, så det är spännande att se hur behandlingar kan variera. Jag har också fått en större förståelse för tandsköterskans perspektiv, vilket jag tror kommer hjälpa mig mycket i framtiden, säger Rawan Jalilati, som går termin 4 i Umeå.

Flera av dem återvänder till kliniken för andra sommaren i rad, och i år har de kunnat ta ännu mer initiativ och känna sig tryggare. Dessutom har de kunnat förbereda sig inför kommande kurser.

– Vi har en röntgenkurs direkt i början av hösten, och nu har jag redan fått ta flera röntgenbilder. Det gör att jag känner mig bättre förberedd, säger Roxanna Barghi, som också börjat termin 4 i Umeå.

Samma gäller för klasskamraten Sofia Lindgren, som passat på att träna sitt kliniska öga.

– Jag har varit extra uppmärksam på hur tandläkaren borrar, och fokuserat på att ta röntgenbilder. Då har jag försprång när kursen börjar, säger hon.

Vad är det som gör sommarjobbet på Folktandvården Västernorrland så värdefullt? Enligt studenterna är det kombinationen av engagerad personal, varierande arbetsuppgifter och möjligheten att verkligen få prova på yrket.

– Alla är otroligt hjälpsamma. Vi får vara delaktiga och testa på mycket – ta bilder, hämta patienter, assistera. Det är en väldigt fin stämning här, säger Roxanna.

Ebba håller med.

– Nu har jag fått en tydligare bild av det jag pluggar till. Det ger mig motivation att fortsätta utvecklas och lära mer.

