

Allmenntmedisinske utfordringer

Utposten publiserer artikkelserien under denne fellesbetegnelse. Vi ønsker å sette søkelys på felter av allmenntmedisinen som kan virke vanskelige, uklare og diffuse, og som man kanskje ikke lærte så mye om på doktorskolen, men som vi stadig konfronteres med i vår arbeidshverdag. Redaksjonen ønsker også innspill fra leserne.



Fastlegen – og helsens grunnstoffer

■ PER FUGELLI *professor i sosialmedisin, Universitetet i Oslo*

Sammen med Benedicte Ingstad har jeg gjennomført en kvalitativ studie av folks forestillinger om helse (1). Vi har intervjuet 80 mennesker på fem ulike steder i landet, kvinner og menn, unge og gamle, friske og syke, fiskere og akademikere.

Som vi skrev i vår artikkel «Helsens grunnstoffer – og noen freidige spørsmål» i Utpostens julenummer i 2009, har vi kommet på sporet av at menneskets helse inneholder fem grunnstoffer:

- fravær av sykdom
- verdighet
- frihet
- likevekt
- helhet

Som en tiårsgave til *Fastlegen* vil jeg i denne artikkelen sjekke moderne biomedisin og allmenntmedisinen mot helsens grunnstoffer. Min hypotese er:

Den spesialiserte biomedisinen har et anlegg for å svekke helsens grunnstoffer, bortsett fra det første, mens allmenntmedisinen har et anlegg for å fremme helsens grunnstoffer.

Nå, la oss vandre med freidig mot og teste disse påstandene.

Fravær av sykdom

Fravær av sykdom er en sterk betingelse for helse i følge våre informanter:

«God helse – selvfølgelig det er å være uten sykdom», sier en.

Utsagnet klargjør medisinenes misjon: Å helbrede den syke. Vi er djevlesk gode på det.



Medisinsk vitenskap gir oss stadig nye teknologier og enorm klinisk makt. Vi gjør livet bedre for millioner av mennesker hver dag, hver natt. Moderne biomedisin er et mektig prosjekt. Det representerer en enestående symbiose mellom intellektuell brillians, teknologisk raffinement og humanistiske verdier. All-

mennpraktikerne er stolte av å ta del i det universelle helseforetaket, kalt moderne biomedisin.

Men helse er ikke bare fravær av sykdom, sier våre folk. Helse krever også nærvær av positive verdier – biologiske, åndelige og sosiale. Størst av dem er antagelig:

Verdighet

Verdighet er helsens grunnmur signaliserer meldingene fra «Helse på norsk»-studien. Da vi gjorde feltarbeid i Nordvær intervjuet presten de tre konfirmantene og spurte: «Hva er viktigst for at du skal ha det godt i livet?» De svarte i kor: «Å bli sett og godtatt som meg».

Hvordan reagerer medisinen med dette helsens grunnstoff kalt verdighet. Fremmer eller skader vi menneskenes verdighet? Moderne biomedisin danser i vitenskapens transe. Moderne medisin er forhekset av rasjonalitet. Moderne teknomedisin nærmer seg pasienten som en kroppslig ting. En eldre kvinne uttrykker denne følelsen av å bli gjort til et objekt med elegante ord:

«Når jeg går for å se legen min, føler jeg meg som et transportmedium som bærer med meg sykdommen til ham. Men jeg er ikke sykdommen min. Jeg er meg, et menneske på jorden.»

Verdigheten kan forvitte ytterligere når medisinen erstatter religionen som moralsk domstol. Gud er død, medisinen «ruler». I dag bor synd, skyld, renhet og verdighet i det medisinske hus, ikke i kirken. Tilgivelse eller fordommelse blir gitt av legen, ikke av presten. Medisinen designer ideelle normer for kropp og livsstil, sjeler og funksjonsevner. Mennesker som avviker fra medisinsens normalitet blir offer for stigma, skam og anklage.

En videre trussel mot menneskets verdighet følger av at medisinen er låst i den epidemiologiske fellen. Resultater fra forskning på massen bringes til handling på en fullstendig annerledes enhet: Den unike, humane gåten kalt pasienten. Resultater fra det store N blir transplantert tilbake til originale meg. Det er en hasardiøs og tidvis katastrofal operasjon.

Allmennpraktikeren kan motvirke medisins tyveri av verdighet, fordi allmennpraktikeren står for det motsatte av standardisering, nemlig personlig legekunst. Som doktor Rieux i Albert Camus roman *Pesten* har allmennpraktikeren oppdaget at «Det er mer blant menneskene å beundre enn å forrakte». Allmennpraktikeren lagrer beundring for pasientens vilje til å leve, mestre og kjempe selv på randen av avgrunnen. Den kloke fastlegen gir pasienten «licence to live», som seg. Legens respekt bygger verdighet hos pasienten.

Frihet

Frihet, å ha styringsrett over eget liv og egen framtid er helsens tredje grunnstoff. En kvinne i 60-årene forbinder helse med:

«Å våge å tro på deg selv, å gjøre dine egne valg i livet».

Hvordan forvalter medisinen denne fornemme helsekilden frihet? Det er en sterk overbevisning i medisinen om at «Vi vet hva som er best for pasienten». Til alle tider har helbredene påstått å vite hva som er «Det Rette Liv» for deg. Medisinen mener det godt, men for pasienten kan resultatet bli undertrykking

Medisinen tar frihet og helse fra menneskene på enda en måte. Medisinen dømmer helsen til døden i fryktens fengsel. Beskyttelse, forebygging, strev, plikter og selvfornektelse preger helseopplysningen. Fortapt i risikoenes ødemark er helse som glede, mot, mening og frihet til å drive eksperimenter i livet.

Allmennpraktikeren kan stå fram som medisinsens frihetskjemper. Fordi allmenn-

praktikeren ikke kan gjøre annet enn å be-kjenne seg til demokratiet. Som nær-livet-lege for 1500 forskjellige mennesker har fastlegen lært å samarbeide med den eneste ekspertene på meg, mitt liv, min verden, min fortid, min framtid, min helse: pasienten selv. Allmennpraktikeren vet at han har rett, fisken i Nordvær, som priser helse som en personlig eiendom:

«God helse, det kommer an på hvem du e, kor du bor og samfunnet rundt deg, – og først og fremst den personen du e. Der er ingen fellesnevner. Det som er godt for ein kan ikkje hjelpe to tusen».

Likevekt

Likevekt er helsens grunnstoff i mange kulturer.

Våre informanter bekrefter denne medisinske visdom. En mann i 40-årene i Fjellbygd forbinder god helse med:

«Ja, at du er i harmoni, at du liker deg selv, har det bra med menneskene rundt deg, at livet ditt er i balanse».

For å oppnå harmoni må du tilpasse deg, mestre og tåle. Å finne balansen krever en pragmatisk, ikke en utopisk holdning til livet. For en gammel mann i Fjellbygd, krever helsen at

«Du er balansert og finner deg godt til rette. For å finne balansen må du tilpasse deg et liv i forandring».

Seneca, stoikeren, lærer oss at det er bare en vei til helse: Å forkaste forventningen om himmel på jorden og forelske seg i et liv med feil og plager. En kvinne i Småby lever etter Senecas prinsipp:

Det er nå 72 definerte spesialiteter og subspecialiteter i moderne biomedisin.

Det er etter den siste sykdomsklassifikasjon 22 117 diagnoser. ILLUSTRASJON: COLOURBOX.COM

«Vel, mannen min han er 71 nå. Han har hatt en bypass operasjon og høyt blodtrykk, men jeg vil ikke drømme om å si at han har dårlig helse. Og jeg selv brakk ryggen for ti år siden. Nå har jeg uføretrygd. Jeg våkner opp om natta med smerter, men jeg vil ikke si at helsen min er dårlig».

Våre informanter forventer ikke å være klo-ner av supermenn eller superkvinner. De for-søner seg med livet og helsen som en blanding av gleder og sorger, av velvære og smerte, av trygghet og frykt.

Kritikere anklager medisinen for å infisere menneskenes sinn med utopiske forventninger. Medisinen tilstreber null risiko. Følgelig forventer menneskene null risiko. Medisinen lover optimal fysisk, mentalt og sosialt velvære. Følgelig forventer menneskene å være bedre enn vel. Sykdomsskaping, ikke helbredelse, kan bli følgen av en hyperaktiv medisin. Det er en fare for at medisinen, ved å love for mye forebygging og for mye helbredelse, kan føre folk inn i medisinsk miserabelisme.

Her trenger vi fastlegene som kloke mel-lommenn og -kvinner. Dere er trenet i å bygge bro mellom idealhelsen på det medisinske parnasset og realhelsen der ute i den menneskelige jungel. Dere har spesialisert dere i å oversette den medisinske læreboken til livet på en ganske alminnelig onsdag. Allmennpraktikeren er nær-livet-legen. «*Nobody knows the trouble I have seen*», klager en negro spiri-tual. Det er galt. Fastlegen kjenner en del av ditt trøbbel, dine begrensninger, din frykt og hans eller hennes ydmyke mål er, sammen med deg, å gjøre den beste helsen mulig ut av det. Dere er reality-leger. Dere er alle kolle-ger, brødre og søstre i navnet av en helbreder jeg møtte i Afrika. Han kalte seg selv profes-

sor Goodenough. Allmennpraktikeren er mester i ufullkommenhet. Det er et modig mesterskap å holde. Hold fast på det, det burde kvalifisere for Nobelprisen i medisin.

Helhet

Selve ordet helse kommer fra gammelnorsk heil som betyr å være hel eller gjøre hel. Informantene våre er enige i at helse er helhet. En kvinne i 30-årene, mor til to barn, formidler dette helhetsbilde av helse:

«God helse for meg, selvfølgelig tenker jeg på min egen helse, men som mor føler jeg at god helse for meg krever at ungene mine har det godt. Så hvis jeg håndterer ungene mine greit, har økonomi til den sunne maten jeg gjerne vil gi dem, har venner jeg trives med, det er god helse. Og i tillegg er god helse å ha en å le med og en å være glad i».

Denne unge moren bekrefter gyldigheten i Piet Heins poetiske definisjon av helse:

«Health is not bought with the chemists' pills
nor saved by the surgeons' knife.
Health is not only the absence of ills
but a fight for the fullness of life.»

Hvordan tilnærmer medisinen seg helse som helhet? Det er nå 72 definerte spesialiteter og subspecialiteter i moderne biomedisin. Det er etter den siste sykdomsklassifisering 22 117 diagnoser. Oppdelingen av men-skets legeme og sjel har vært medisinsens prinsipale metode siden Descartes startet for 400 år siden. Det har brakt store framskritt til delen, men på bekostningen av det hele. Moderne biomedisin er dobbelt blindet for sjelen og helheten (2).

Mange pasienter føler at de går i stykker når de møter den spesialiserte teknomedisinen. De opplever en slags dekonstruksjon. De savner en lege som kan gjenreise helse som et hele. De lengter etter dere, mestere i helhetsmedisin. Allmennpraktikerens arbeidsmåte er å diag-nostisere og behandle en sykdom i et organ, i en kropp, i et menneske, i en familie, på en arbeids-plass, i et samfunn, i et miljø. Dette er fastlegens fornemste kompetanse, ikke bare i ti år, men til evig tid: Å få medisinen til å virke, innrammet av hele livet, til denne enestående pasienten, på denne merkelige onsdagen, på dette underlige stedet på jorden.

LITTERATUR

Fugelli P, Ingstad B. «Helsens grunnstoffer – og noen freidige spørsmål», Utposten nr. 8 2009.

Fugelli P, Ingstad B. Helse på norsk. God helse slik folk ser det. Oslo: Gyldendal akademisk, 2009.

Fugelli P. Døden, skal vi danse? Oslo: Universitetsforlaget, 2010.

 per.fugelli@medisin.uio.no