

Min vision: Hvordan jeg ønsker at arbejde

AV LISBETH BANG

Kunne vi i dette rige oplyste land have råd til at eksperimentere – lave et plejehjem, hvor vi ville stå i kø for at bo hvis det blev aktuelt for os – lave en skole hvor eleverne ville fryde sig hver time de gik der – lave arbejdspladser hvor vi blev i godt humør bare af at tænke på, at nu skulle vi på arbejde –

Der er en digter som ved sit livs afslutning er citeret for at sige: «Lite vidste jeg at livet er de mange hverdagens øjeblik...» På samme måde er det gået op for mig at dagligdagens tilbud af livskvalitet er det, som er forebyggelse for god helse og trivsel. Livskvalitet, det er præcis det, jeg ønsker at arbejde med som samfundsmedicinere.

Hvorfor griber jeg pennen og fortæller, hvad der ligger mig på hjertet og netop til Utpostens læsere? Måske fordi det ligger stærkt på dette mit hjerte som har været vidne til alskens hændelser. Det kunne hende at I andre Utpost-læsere kunne være interesseret. Vi har delt mange vedkommende artikler i årenes løb og har på den måde det fælles, selvom vi ikke direkte har truffet hverandre.

Filosofiske holdepunkter

Jeg er samfundsmedicinere og almenpraktikere og har fungeret som en blanding af sådan i 20 år. Specielt de seneste år hvor jeg har arbejdet med ren almenpraksis er det samfundsmedicinske aspekt blevet stadig stærkere. I mit møde med de mennesker som kommer ind ad døren som patienter har jeg tænkt at mit daglige arbejdsfelt er resultaterne af vor hverdag, hvordan vi har det og hvordan vi tager det. Det har mange gange passet mig dårligt, at jeg får ansvaret for at gøre folk raske, når jeg har så lidt indflydelse på, hvorfor folk bliver syge. Og her tænker jeg på nogle ret åbenlyse faktorer, som jeg mener har været medvirkende til at læsset er væltet. Men dette er indledningen – Jeg vil give nogle konkrete eksempler på hvad jeg mener er bærebjælker for



Lisbeth Bang

f. 1947

Uddannet ved Københavns Universitet 1981, specialist i almen- og samfundsmedicin. Erfaring som praktiker, planlægger, iværksætter, underviser, forsker og fagligt forfatter. Boet i Norge siden 1983

trivsel og god helse, så læseren har mulighed for at tage stilling til udsagnene.

Hverdagene udgør vort liv. Betingelser for det levende liv, både nu og fremover er kernen i min samfundsmedicinske forståelse. Hvis jeg skal opfatte mig som en nyttig samfundsmedicinere skal jeg have mulighed for at handle i forhold til livets vigtige områder og få synlige resultater frem. Ord uden handling er som festtaler. Vakre sæbebobler, der flyver afsted og deler op lysrefleksen i smukke farver, men de er en øjebliksoplevelse. Selvom de er af sæbe, vasker de ikke rent.

At arbejde med forebyggelse er som at arbejde med sit parforhold

«Der ligger en stor opgave i at koordinere samfundets kræfter for en prioritering af det forebyggende arbejde. Hvordan skal vi opnå dette?»... var en appetitvækker til diskussion på en arbejdsmedicinsk konference i 1998. Spørgsmålet er fortsat lige relevant. Der eksisterer vel også det der kaldes en *bred enighed* om at forebyggelse er vigtig at satse på. Der er produceret rigtig mange rapporter både nationalt og internationalt der belyser, forklarer, dokumenterer, underbygger osv alt, der trænger at blive gjort. Det er blevet klarere for mig eftersom jeg selv er blevet ældre og måske også som et resultat af hjernens destillerende funktion (?) – jo flere gange tankerne vender gennem synapserne og neuronerne des klarere bliver de – at forebyggelse eller mangel på samme foregår hver dag. Det er ikke et spørgsmål om

som samfundsmediciner

at indføre det som et nyt fænomen... Det er som et parforhold – det er der hele tiden – det bliver noget sludder at arbejde med sit parforhold ved at sætte tid af til det på en søndag, og på samme måde med forebyggelsen.

Lægeløftet og hverdagen

Der eksisterer noget der kan kaldes fælles basale goder. Goder som hver og en af os er afhængig af – uanset. Det er meget banalt og helt enkelt, men desværre ikke mindre rigtigt. Det er næsten i samme klasse som et H.C.Andersen eventyr (Nattergalen, Kejserens nye klæder etc). Samtidig siges som en form for modargument «at folk er så forskellige», og at «der er smag og behag», underforstået at vi ikke kan komme frem til noget, som alle skulle være interesseret i eller optaget af, at hver især derfor må sørge for sig selv. Men der er fælles basale goder som er aktuelle, uanset hvilken kultur eller hvilken del af verden man kommer fra og som gælder i alle tidsaldr.

De fælles livsbetingelser er aktuelle for lægekundskaben at værne om. Hvad enten vi er almenpraktikere, bedriftslæger, sygehuslæger, plejehjemslæger eller hvor vi nu er placeret. Det at være læge indebærer at afgive et lægeløfte. Der er en anden dimension i at få tilladelse til at udøve lægegerning og at tage imod den udfordring end at være f.eks ansat i et privat firma som sælger computere.

Jeg tænker på fælles livsbetingelser som: *De rent eksistentielle* for at opretholde livet, såsom: ren luft, adgang til varme (klæder, husly, brændsel), rent vand, nærende mad, mulighed for hvile og søvn, omsorg og kærlighed fra andre mennesker, at kunne tage vare på sin helse, at kunne blive inkluderet i socialt fællesskab. *De demokratiske rettigheder*: Ligeværd – uanset køn, alder, udseende, race, religion og seksualitet – ytringsfrihed, retten til uddannelse, retten til information, organisationsfrihed, retten til ejendom, retten til arbejde, retten til at blive taget vare på, hvis man ikke kan tage vare på sig selv.

Måske lyder det overflødigt at bruge ordet livsbetingelser i velfærds-Norge, mens vi kan være enige om at for store dele af verdens befolkning er disse goder ikke selvsagte – og at

det skal der selvfølgelig gøres noget ved. Og alligevel – hvis vi standser op og er ærlige så er vand, jord og luft ikke så rent som det kunne være hos os i Norge. Madproduktionen kan der sættes spørgsmålstejn ved. Hvor helsegavnligt er det, at kød og fiskeopdræt ikke kan foregå uden tilsætning af penicillin og andet antibiotika? Hvor helsegavnligt er det med en ophobning af dyr som bliver stressede og syge, fordi de ikke kan få lov at bevæge sig ordentligt på grund af pladsmangel? Svine- og hønseopdræt foregår på betingelser som får de tyske koncentrationslejre til at ligne hoteller. Lakseopdræt? Vi behandler forfærdelig mange dyr uværdigt – selvom de skal blive til mad, er de også levende væsener så længe de er i live. Hvem har givet os lov til at behandle andre levende væsener så dårligt?

Hvorfor lukker vi bestandig øjnene for plejehjemssituationen

En anden livsbetingelse som kan kritiseres i Norge er håndhævelsen af retten til at blive taget vare på, hvis man ikke kan tage vare på sig selv: Dagens billede af dette: En seng på en to-personers stue på et plejehjem, at bading er begrænset til en gang ugentlig, at man kommer op at sidde i en stol ved lunchtid og bliver lagt i seng igen før middag. At der ikke er nok personale til at dække ens behov for at blive snakket med, trøstet, holdt i hånden. Jeg husker særdeles godt de sygebesøg til beboere på plejehjem (under legevaktskøring) hvor jeg ikke kunne få min hånd tilbage, når jeg indledte besøget med at præsentere mig og give hånd. «Så dejlig varm hånd du har» kunne jeg få at høre.

Det er slet ikke vanskeligt selv i velfærds-Norge at se forhold som trænger bedre løsninger. Nogen vil have modargumenter som at almindelige mennesker ikke er kompetente til at komme med løsninger på områder som i udgangspunktet ikke er defineret som deres egne fagfelter. Men vi er alle brugere af disse eksisterende løsninger – den tilgængelige mad, den tilgængelige luft, den tilgængelige kvalitet på vand. Og vi kan alle risikere at komme til at blive beboere på et plejehjem. Der findes vel næppe idag mange personer som ville sige at det er lige sådan, de har ønsket sig deres plejehjemssituation.

Et år fungerede jeg som kommunelege I i en større kommune (23 000 indb) og havde i en periode det konkrete doktoransvar for plejehjemmets beboere. Det var uden tvivl et nyt fint og moderne plejehjem med et hyggeligt og engageret personale – alligevel ville jeg ikke selv ønske at bo der. Under en konference som omhandlede samfundsmedicinens plads i kommunehelsetjenesten (dengang samfundsmedicinens plads blev omdefinert fra at være ansvarlig til at kunne rådgive, hvis de blev bedt om det!) spurgte jeg de tilstedeværende politikere, hvem af dem som med glæde ville bo på de eksisterende plejehjem – og fik ikke noget svar. (Jeg synes fortsat spørgsmålet er for vigtigt til at blive behandlet som en utidig provokation.)

Menneskenes ufattelige kreative evner

Mennesket har bevist at det er et kreativt og handlekraftigt væsen. Men der er en forunderlig niveauforskell i det vi har opnået og det vi ikke har fået til endda. Mennesker er sendt afsted til månen og mars. På gader og stræder går folk og snakker ind i en lille brikke – trådløst – med resten af verdens befolkning. Men fortsat er drømmen af et plejehjem ikke iværksat, og hvad med drømmen af de øvrige institutioner vi gennem årene sluses igennem? For slet ikke at snakke om drømmen om en arbejdsplads?

Visionstænkning, kreativitet og human resource kapital er udtryk som står for en positiv erfaring med at udnytte hjernens skabende potentiale målrettet og raskt. Teorien bag er,

at intet bliver opfundet eller opdaget uden at en eller anden har en indre forestilling om det. Det elektriske lys, fjernsyn, telefon etc. blev ikke «opdaget» før der forud var en klar forestilling om at slik kunne det gøres. Til en konference om human resource kapital, blev der som eksempel på en gruppes visionsarbejde brugt at de havde opfundet en flytype som ville komme til at revolutionere hele fly og transportbranchen. Jeg foreslår at vi læger benytter os af visionstænkning og ikke overlader dette redskab kun til industrien. Både når det vidunderlige plejehjem skal udformes, den triveligste arbejdsplads og alt andet som trænger at blive gjort – Der produceres idag mange rapporter som ikke bliver brugt – og så har kreative dygtige folk spildt deres energi på slikt arbejde.

En reel mulighed for at bruge sin cykel til transport

For at gå fra et eksempel på hverdagskvalitet – plejehjemet – hvor jeg ikke synes vi mennesker har fundet en god nok løsning, til et andet eksempel på hverdagskvalitet hvor løsningen er langt bedre: Cykling som transportmiddel. Cykling er godt for den individuelle fysiske helse, cykling forurener ikke, cykling er støjsvag, er venlig overfor andre medtrafikanter. En cykel tager kun lidt plads op pr. trafikant. Den har en rimelig anskaffelsespris og en lang holdbarhed, hvis enkle vedligeholdelsesprincipper bliver fulgt. En cykel kan bruges til at transportere passagerer og varer. Cyklen kan kombineres med andre transportmidler – offentlige såvel som private – ved at man kan tage den med på toget, med på flyet, bag på droschen. At cykle slider ikke særligt på asfalt og vejbelægning. I København udgør cykling 35–40% af det daglige transportbehov. August 2000 oplyste flere nordiske aviser at de der cyklede dagligt et kvarter til en halv time f.eks. til og fra jobben havde 50% bedre helse end de, der ikke gjorde det. Dette var uanset andre trænings og motionstyper. Virkelig mange fluer er smækket i et smæk ved at cyklen er et dominerende transportmiddel. Men forudsætningen for denne mægtige samfunds genistreg – at kombinere trafik i en storby med forebyggende helse af befolkningen og energibesparelse med mindsket luftforurening er at forholdene for cyklisterne er lagt til rette. I en millionby som København er de fleste gader og veje forsynet med cyklestier i begge sider af vejen, med egne trafiklys og trafikregler for cyklister. Cyklestien er løftet op fra gadeplan og markeret med kantsten, således at biler undlader at køre indover.

Fra København.

Læg mærke til cykelstiens bredde og kantstenene.





Det er forståeligt at cykeltrafikken i Oslo, hvor jeg bor til daglig, udgør en forsvindende del af trafikbilledet. At cykle i Oslo idag er med livet som indsats. Det er ikke vanskeligt at se, hvad der skal gøres, hvis vi ønsker en større del af trafikbilledet skal være cyklister i de større norske byer. Det er en tom gestus at opfordre almindelige folk at cykle til jobben, vuggestuen, barnehaven, skolen, universitetet, hvis det ikke er lagt til rette for at cykle.

Livskvalitet i boligområdet – eksempler fra Nørrebro

Et andet eksempel som handler om hverdagen – rammer for hverdagen – er boligplanlægning. Helse- og trivselsfremmende boliger er grundlæggende for menneskers ve og vel. I min studietid tilbage i 1970-tallet fik vi i socialmedicin i en time fremlagt Vagn Christensens doktorarbejd fra 1950-tallet i København. Vagn Christensen var alment praktiserende læge og havde funderet over, hvilke faktorer der gjorde sig gældende, når syge børn måtte indlægges på sygehus. Ud fra den spørgsmålsstilling havde han fundet frem til en signifikant genganger i sygehusenes udskrivningsbreve: Det var *de samme adresser* gennem tiderne som havde forsynet børneafdelingerne med syge børn. Altså at syge børn ikke var tilfældige individer, men at det var forudsigbare adresser og gårde i København, som producerede sygdom hos små unger. – Senere har man i København udført en gennemgribende saneringsarbejde af de Københavnske slumområder.

Murmaleri ved indgangen til børnehaven – Fælledvej er også tidligere «sort firkant» og så da helt anderledes ud.

Nørrebro. Baggården til Baggesensgade 3. Baghuse er revet og har givet plads til en grøn gård. Der er ved at blive sat op glasverandaer.





Indgangspartiet til boområdet «Brumleby» absolut midt i København.

I begyndelsen af saneringsperioden blev de restaurerede lejligheder for dyre for de oprindelige beboere som blev forflyttet ud i højhuse i forstæderne. Noget som mange af dem ikke trivedes noget særligt ved. Senere har man arbejdet for at de oprindelige beboere skulle få mulighed for at blive boende efter saneringen med forskellige økonomiske støtteordninger. I slutningen af åttiårene og nittiårene er der faktisk lavet mange vakre løsninger inde i Københavns sorteste dele.

Man har bestræbt sig for at få mere lys og luft rundt boligerne og meget mere lys og rumfølelse inde i boligerne. Der er oprettet fælles grøntområder, både planer hvor folk kan ligge ude om sommeren, små anlæg af borde og bænke, hvor man kan nyde et måltid mad sammen, skærmede muligheder med træer og buske hvor børnene kan lege, at de er ude i det store vildnis og anlæg med grøntsagshaver, hvor der hører en lille jordlod til hver lejlighed. Og al denne herlighed findes inde i det, der før var den sorteste firkant, og til en husleje på 2–5000 kr månedligt, afhængigt af antal værelser. Et område Korsgade – Blågårdsgade, der tidligere var gedigen slum, mørkt og trist og småt har man f.eks håndteret således at en del af de oprindelige bygninger er bevaret. Man har holdt fast i den del af gårdkomplekset som kaldtes forhusene og revet bag- og sidehusene. I tillæg har man bygget brede svalegange op om forhusene således at man har inddraget trapperummene i lejlighederne til bolig. For at få lyset ind har man benyttet sig af virkemidler som at gøre hovedindgangsdøren af glas, således at lyset strømmer ind fra svalegangen til hallen. I skillevæggene mellem rum og gange har man på samme måde indlagt glasfelter. I stuen hvor der ikke har været aktuelt at tilføje veranda har man istedet lavet rumslige franske altaner med glaskarnapper. Det fælles gårdanlæg præges af tommetykke myke græsplæner og duften af kaprifolier, jasmin, roser, bærbuske og frugttræer.

Brumleby på Østerbro

Et andet eksempel på menneskevenlig renovering er Brumleby. Brumleby ligger midt i Østerbro, et andet kærneområde af København. Allerede før 2. verdenskrig var Brumleby defineret som slum. Efter krigen, i genopbygningsfasen i 50 årene og i opgangstiden i 60.erne blev der udarbejdet flere samlede planer om nedrivning med bygning af 20–30 etagers højhuse på tomten. De beboere som holdt til i Brumleby magtede at gøre modstand mod disse højhusplaner. Området står idag som en utrolig vakker fredfyldt perle af tæt lav bebyggelse i to etager med have rundt til begge sider af huset og i tillæg fællesarealer til grøntsager som i en kolonihave. Området har fået flere internationale priser for restaureringsarbejdet og trivselsaspektet for beboerne. Jeg kan bare opfordre læseren til at drage indenom og kigge på. Det er lejelejligheder, som mennesker med gennemsnitsindtægt beboer. Det ligger helt centralt i en storby. Grunden måtte være uhyre attraktiv for både det pengestærke erhvervsliv og pengestærke private. Alligevel er området kommet almindelige folk til gode. Vi som ikke bor der men passerer forbi, kan glæde os over de fine farver på husene, et væld af blomster, træer og grønt og folk som ser ud til at de trives, mens de holder på med ting ude.



Nærbillede af haverne der hører til hver lejlighed.

Kommunen har ved den boligpolitik skabt noget vakkert som både de der bor der og vi der ser på det glæder sig over. Det er eftertragtet at bo i disse lejligheder. De kvaliteter der er lagt ind i bebyggelsen, er noget alle mennesker trives med. Det handler om prioriteringer og at lægge forholdene til rette – præcis som med cykelstier. Og at iværksætte planerne.

Inger Christensen's digt beskriver dette på en anden måde:

«Et samfund kan være så stenet
at alt er en eneste blok
Og indbyggermassen så benet
At livet er gået i chock
Og hjertet er helt i skygge
Og hjertet er næsten hørt op
Til nogen begynder at bygge
En by der er blød som en krop»

De eksempler jeg har nævnt er fra København. – Jeg er vokset op i denne by, har boet i mange dele af byen, sågar også i solidt slum og i byfornyede tidligere slum. Jeg er klar over at der også i Oslo og i mange andre norske storbyer er mange fine eksempler at nævne, men jeg har ikke personligt

kendsskab til disse områder og har derfor valgt at tage udgangspunkt i det jeg kender godt og forklare princippet istedet.

Arbejdspladsen – udfordringerne står i kø

Snakker vi om hverdagene og om at lægge forholdene til rette for levelige hverdage er der vel intet som er så dominerende tidsmæssigt i vort liv og vor hverdag som arbejdet og arbejdspladsen, eller mangel på arbejde og arbejdsplads. Arbejdet og faget giver os identitet, tilhørighed, at have mulighed for at udføre et stykke arbejde som er nyttigt for andre, som har en høj kvalitet, som giver egen og andres anerkendelse, eller andres taknemmelighed, som indebærer en glæde for en selv at udføre. Det er som en gave. Der er ordspil som beskriver dette: «Arbejdet adler», «Arbejdet bærer glæden i sig selv,» «De var så opslugte af sit arbejde, at de glemte alt omkring sig.»

Der er bevægelse indenfor rammerne for arbejdslivet hele tiden, det ser man, hvis man kaster et historisk tilbageblik indenfor Norden. Men der er ingen mening idag at nøje sig men en tilfreds beundring over at vi er kommet så langt i menneskehedens historie at vi har ophævet livegenskabet og slaveriet og at kvinder har fået ret til at tage en uddannelse

og tjene penge med den. Fortsat har vi i realiteten et køns- og raceopdelt arbeidsmarked, store kønsforskelle i formue, løn og pensionsudbetaling. Der står utfordringer i kø på at blive løst inden dette område. En anden utfordring er at se på hver enkelt arbeidsplass, hvad skal ændres for at hverdagene på arbeidsplassene bliver mere trivelig? For at vi ikke bliver deprimerede, nedslidte, udbrændte, syge? Før-tidspensionerede – uførepensionerede. For at en stadig større del af arbeidsstokken ikke skal blive skudt ud, fordi de ikke «passer ind» til tempoet og effektivitetskravene? Vi er ikke riktig kommet der hvor arbeidsplassen er en glæde og en like så viktig del af vor trivsel som den private arena.

At tilrettelægge for trivsel istedet for at tjene penge på vore behov

Efter min mening mangler vi at tenke nyt omkring, hvad en arbeidsplass er og skal være. Arbeidsgiver og arbeidstager står idag i et modsætningsforhold med forskjellige interesser. Hovedmålet med arbeidet er tilsyneladende at tjene penge, det er ikke at producere noget egentlig nyttigt og verdifuldt. For ikke at tale om situationer hvor det vi produserer er til skade for andre og for os selv. Det er til ettertanke at det at tjene penge, at være rig på materielle verdier har høy verdi og er en succesfaktor i samfundet – hvordan man har kommet til pengene, hvilke menneskelige egenskaper man besidder er ikke i samme grad et tema. Normen at tjene penge gjelder også, når de rike lande handler med det vi kalder «de fattige lande». Det skulle være selvsagt at vi istedet handlede fornuftig med jordens ressurser. At vi ikke så verden opdelt i et «vi» og et «de». At vi tenkte globalt og handlede lokalt.

Mennesker som har været oppe i verdensrommet fortæller, at det at se jorden fra et verdensroms perspektiv gav en ind-sigt som også var forbundet med sterke følelser – at jorden var så utrolig smuk, fordi den var fuld af liv – at den skilte sig ud fra de andre planeter – at det blev vældig tydelig for dem, at vi som mennesker måtte prioritere høyere at tage vare på denne vor jordklode og de fælles betingelser for liv.

Gode betingelser for vor hverdag kommer ikke af sig selv – og der er heller ikke væsener ude fra rummet som kommer og leverer varen. Ligesom alt andet mennesket har fått til – både det herlige og det vi godt kunne være foruden, så er det vi mennesker som må tage saken i vore hender. Jeg har trukket frem lyspunkter som tilrettelægning for sykling og en boligpolitikk som prioriterer trivelige boliger for små penge til almindelige mennesker. Andre vil kunne trekke andre eksempler frem. De lyspunkter er naturligvis vigtige i sig selv. De fungerer samtidig som bevis på at det kan lade sig gøre.

At være samfunnsmediciner er at have fått en viden og en ind-sigt som forpligter og om ikke andet – så til at si fra. For mig er det et ønske at samfunnsmedicineren har en naturlig plass i de organer der tilrettelægger samfundet. Virkeligheten idag er langt fra denne visjon. Jeg kunne samtidig ønske mig arbeidsmålet: At tilrettelægge for menneskelig trivsel istedet for markedets eksisterende mål: At tjene mest mulig med penge på menneskelige behov. Kære læser, le ikke hånligt eller sig at dette er umulig! Tänk istedet på alle de fantastiske ting vi har fått til og revurder, hvad der egentlig skulle være til hinder for at få flere fantastiske ting gjennomført.

Norsk Hypertensjonsforening Kurs om hypertensjon

28.feb–1.mars 2002

Søkt godkjenning: Allmennmedisin Videreutdanning: Emnekurs: 16t i hypertensjon Etterutdanning: Klinisk emnekurs: 16t i fagområde hypertensjon. 16t som valgfritt kurs for indremedisin, nyresykdommer, hjertesykdommer og samfunnsmedisin.

Målgruppe: Leger under utdanning og etterutdanning i indremedisin, nyremedisin, hjertemedisin, allmennmedisin og samfunnsmedisin.

Læringsmål: Oppdatering på nyere viten om patofysiologi, diagnostikk og behandling av hypertensjon.

Kurssted: Store Auditorium, Ullevål universitetssykehus (Ikke bekreftet)

Kursledelse: Prof. dr. med. Per Omvik, Hjerteravd., Haukeland sykehus, Prof. dr. med. Ivar Eide, Nyremed. avd., Ullevål universitetssykehus, Overlege dr. med. Sverre E. Kjeldsen, Hjertemedisinsk avd., Ullevål universitetssykehus, dr. med. Rune Mo, Kardiologisk seksjon, med. avd., Regionsykehuset i Trondheim, ass. lege Eigil Fossum, Hjertemedisinsk avd., Ullevål universitetssykehus (kursleder).

Påmelding til: Eigil Fossum, Hjerter-Lungesenteret, Ullevål universitetssykehus, 0407 Oslo

Påmelding E-post: eigil.fossum@ioks.uio.no

Påmeldingsfrist: 1.2.2002

Antall deltakere: 180

Antall kurstimer: 16

Kursavgift: kr. 1000,–

Kursavgift ikke leger: kr. 1800,–