

# Notater fra en trett lege (V) med

Utposten har i nr 3, 4 og 6/2000 trykket tre innlegg fra kollega Øystein Hallre: «Notater fra en trett lege». Vi fikk følge ham fra erkjennelsen om at han måtte sykemeldes fra sin praksis som allmennlege til han bestemte seg for å selge praksisen og slutte som fastlege. Vi har nå fått «epikrisen», og mange med oss har sikkert vært spent på hvor veien gikk videre for vår kollega. Vi vil rette en stor takk til Øystein Hallre som så åpent og ærlig har delt sin tanker og problemer med oss og ønsker ham lykke til videre!



## *En dag i juni 2002*

Så er det over. Jeg er både lettet og tilfreds. Jeg er tung i beina og trett i hodet. Men denne slitenheten går over etter en god natts søvn. Jeg setter legekoffertene inn i bagasjerommet og lukker bakdøra. Setter meg inn i bilen og skrur på Ni-timen. Sola er godt oppe. Landskapet er saftig grønt. Heggen blomstrer. I grøftekantene lyser det livskraftig gult i løvetann. Jeg skal hjem fra en kveld og natt på Legevakten.

Det er tre år siden jeg ble sykemeldt for utbrenthet nå. Først et halvt år hundre prosent og så et halvt år femti prosent. Det er to år siden jeg ble friskmeldt. Skjønt frisk og frisk. Jeg følte meg ikke særlig sterk eller avklaret. Men jeg fungerte. Godt nok til å drive videre til jeg kunne få solgt praksisen. For jeg hadde bestemt meg: Jeg ville langt vekk fra kontoret, pasientene og legeyrket.

I år med psykoterapi hadde gjort meg kjent med de dypere lagene i mine tankemønstre og mine følelser. Jeg snakket uoppfordret om meg og mitt. Psykiateren lyttet og repeterte for meg det jeg fortalte. Løftet det opp. Så litt på det, snudde det litt rundt og belyste det fra en annen vinkel. Prøvde å tolke det. Og han dreide meg stadig mot det ubehaget jeg følte for legearbeidet. Dette var godt pakket inn. Jeg gikk hele tiden utenom det. Men han tok meg tilbake – omtrent som man tar en hund som har driti på teppet og styrer snuten dens ned i den ubehagelige bæsjen. Samtidig undret han seg over hvordan jeg på samme tid kunne drive fritidsaktivitetene kun utifra lyst. Med et vanntett skott mellom arbeid og fritid. En tydelig dikotomi. Gjøre plikta om dagen og det morsomme ellers.

«Du må slutte å engasjere deg sånn i pasientene dine!» Sjefspsykiateren sitter foroverlent og ser intenst på meg. Vi har første evalueringsmøte litt ut i behandlingen i prosjektet: «1 års psykoterapi – hvilken effekt?» Jeg tenker: «Hva mener han med det?»

Jeg setter bilen i garasjen. Henter avisen, går inn og setter over kaffen. De andre er gått på jobb og skole. Jeg smører tre skiver. Syltetøy på den siste.

Hvorfor gjorde jeg aldri opprør mot autoritetene og styrte utviklingen helt etter min egen lyst? Jeg var tilbake til begynnelsen på det hele: grunnlaget for valget av medisinstu-



Jeg forstår min far og min samtid i det avgjørende øyeblikk: det var det beste de kunne si til meg som ung mann. Jeg breider heller ikke meg selv. Jeg spilte etter aller beste evne med de kortene jeg hadde på hånden. Nei, det viktigste for meg er å fokusere på videreutvikling med de kortene jeg har nå!

Og så kommer jeg til det vanskelige: jeg synes ikke medisin er noe spennende fag lenger. Det er kinkig å si dette, men det er så mye annet som er ti ganger mer fengende. Jeg får Tidsskriftet, men leser det ikke. Jeg var stinn av teoretisk lærdom da jeg gikk ut fra studiet og hadde ingen lyst til å lese mer. Jeg ville lære allmennmedisin i allmennpraksis. Jeg dro på kurs og fikk Spesialiteten. Jeg leste alle epikriser. Og jeg leste *Utposten* innimellom. Men jeg leste sjelden/aldri Tidsskriftet. Jeg nevnte det for kollega Leif R. mens vi stod ved urinmikroskopet på distriktslegekontoret straks etter turnustjenesten. Han så på meg. Jo, det gjorde han regelmessig. «Jeg vil ikke risikere å sitte igjen lei og utbrent om 20 år.»

Var det så enkelt?

Jeg skrur av orgelet og setter meg ved kjøkkenbordet. Jeg finner Aschehougs Norgeshistorie og Snorres Kongesagaer og slår opp ved bokmerket. «Så tok Harald Hardråde og mennene hans dei to galeiane og rodde inn i Sjøvidarsund (Bosborrus). Då dei kom der som det låg jarnlekkjer tvers over sundet, sa Harald at dei skulle setja seg til årane på bae galeiane. Men alle dei som ikkje rodde, skulle springa atterut med skinnsekkane sine. Såleis rende galeiane opp på jarnlekkjene. Men så snart dei stod fast og dei ikkje gjekk lenger, bad han alle i hop springa frami. Då stupte galeien til Harald framover og glei ned av jarnlekkja, men den andre sprakk medan han rei på lekkja og mykje folk kom bort.»

Jeg lyste ut driftstilskuddet og sa opp stillingen med virkning fra 1. sept 2000. På Helsekontoret i kommunen viste de forståelse og ville støtte meg så sant noen kom og overtok driften av kontoret. Jeg visste innerst inne at jeg ikke ville tilbake til praksisen. Den dro meg bare ned. Ikke volumet, men innholdet. Jeg måtte videre. Jeg ville utvikle meg. Vikle meg ut av det jeg hadde viklet meg langsomt inn i. Men det er vanskelig å få tankene til å gå de nye veiene. Du forlater ikke med letthet noe du er grodd fast i. Et daglig handlingsmønster som sitter i ryggmargen. En verden som du tror skal være sann. Jeg gikk to skritt fram med pågangsmot og ett skritt tilbake med vegring. Vil jeg dette? Tørr jeg satse på å gjøre noe helt annet? Vil jeg klare meg?

Og så møtte jeg motgang. Flere viste interesse for å overta, men trakk seg etterhvert. Og den som ble igjen, ville legge

ned kontoret og flytte driftstilskuddet til en annen del av kommunen. Det ville ikke kommunen. De ville lyse ut på nytt. Jeg var sliten. Kontoret kokte hver dag. Jeg følte jeg var kommet fra liggende til knestående stilling, men måtte kjempe alt igjennom selv. Jeg var så tung. Jeg ville bare vekk! Drite i om kontoret ble lagt ned! Kommunen firte ikke. Jeg tenkte på mine ansatte og de trivelige pasientene. Jeg prøvde å finne mellomløsninger: jobbe halvparten selv, få inn en kollega. Ev. jobbe aleine videre inn i Fastlegeordningen og selge deretter.

Psykiateren ser granskende på meg: «I din tenkning og argumentasjon kommer du stadig med: hva er de andre, kollegene, de ansatte, pasientene, kommunen tjent med...? Hva er du mest tjent med?!» Jeg hører hva han sier, men er så sliten. Der er så enkelt å bare gå tilbake og åpne døra, la pasientene strømme inn, trykke på knappene, la alt gå på ryggmargsrefleksene i dette gamet som jeg kan så godt.

Jeg går ut og tar en rask tur oppover åsen bak huset. Jeg går fort og blir varm. Setter meg ned og ser utover vann, skog og fjell. Ser opp og lar lyset flomme inn. Det er så herlig!

Jeg måtte ha et pusterom. Jeg reiste med kona mi i svarteste november 2000 til Caribien en uke. Og palmesuset, varmen, den ledige rytmen, havets uendelige muligheter og avstanden til mine motbakker gjør at jeg ser klart: det er bare en vei! Du skal vekk fra allmennpraksis og gradvis over i det som ligger ditt hjerte nærmest: nemlig formidling. Bruke ord, toner og bilder til å formidle hverdag, historier og stemninger. Dersom jeg tar en legevakt i uken, får jeg nok penger til å klare meg og frigjort nok tid til mitt nye liv og virke. For jeg er fortsatt svært interessert i menneskene og alle deres historier – unntatt sykehistorien. Den kan jeg, og jeg har den langt opp i halsen.

Vi har det andre møtet for å evaluere psykiatriprosjektet. Jeg lener meg forover mot sjefpsykiateren: «Jeg har tenkt mye på det du sa siste gang, nemlig dette med å slutte med å engasjere meg sånn i pasientene. Jeg har derfor bestemt meg for å slutte med... pasientene.»

Fastlegereformen blir vedtatt, og legene hopper ned fra gjerdet. Det kommer en doktor som overtar praksisen og kjøper meg ut 1. februar 2001! Jeg går til banken og betaler ned alle lån. Jeg er fri! For en følelse! Foran meg ligger en lys og spennende, men litt usikker framtid.

Som en overgang arbeider jeg tre måneder som assistentlege på medisinsk avdeling på Ringerike Sykehus. Meget trivelig og inspirerende kollegialt fellesskap. Stappfullt av

alvorlige sykdommer og triste skjebner. Og møte med et fagfelt som føles svært fremmed.

Jeg svinger aleine inn i heisen. I det store speilet ser jeg en gråhåret mann med briller, hvit frakk og stetoskop i lomma. Jeg blir stående forundret og se på han med hodet litt på skakke: «Hvem er du? Hva gjør du her?»

Etter lufteturen spiser jeg litt cornflakes og går etterpå ned i mitt nyinnredete og stappfulle hjemmekontor tilhørende «Hallre Frilans Produksjon» – et enkeltmannsforetak registrert i de solide bygningene i Brønnøysund. På dataen ligger det bilder fra hverdagen til legene på den medisinske avdelingen. Jeg tenker å lage en fotodokumentar. Det ligger bilder av en kvinnelig glassblåserlærling og hennes hverdag. Kan det bli en bok om noen år? Det ligger et Evert Taube potpourri som et voksenkorps har bestilt. Det ligger flere arrangementer for sangkvartett og komp. I kveld skal vi ha siste øvelse før opptredenen om noen dager.

Jeg har fått tilbake gløden. Det er ingen daglig kontakt med det tidligere store rommet inni meg med all pasientlidelsen og min egen utbrente følelse. Men jeg får vondt inni meg når jeg hører om noen som er rammet av sykdom eller ulykke. Riktignok blir jeg fortere sliten enn jeg kan huske jeg gjorde før. Men hvor mye livskraft er forresten adekvat

for en femtiåring? Og seksuallivet? Jo takk, heller lørdag midt på dagen enn lørdag natt.

Jeg har fått tilbake humøret. Jeg ler mer. Jeg kan okke og øjje meg, ja hyle over innslag i Dagsrevyen – i stedet for bare å sukke. Og framfor alt: jeg gleder meg til framtida. Gleder meg til å stå opp hver dag og komme i gang. Ferie er vel å bra, men å få komme i gang med hverdagen er hakket bedre.

Vi spiser middag og møter hverandre etter hver vår hverdag. Vi er alle i vår egen forestilling med våre replikker og sceneanvisninger. Jeg spiller i stykket «Veien videre.»

### EPIKRISE (kirurgisk versjon)

51 år gammel spesialist i allmennmedisin som i sin tid inn gikk et fornuftsektekap med sitt yrke og som har gått helt tom av mangel på lidenskap. Drevet mye trøste- og bærevirksomhet siste 20 år. Etter ett års ombygging av egne tankemønstre, har han forlatt gammel virksomhet og staket ut ny kurs for de nærmeste år basert på litt legevaktsarbeid og mye aktivitet i eget produsentforetak som han håper kan vokse til et levebrød. Skrives ut i velbefinnende med avtale om årlige kontroller med fundering over det essensielle spørsmålet: «Kjære deg! Hvordan trives du med arbeidet ditt – egentlig? Hva drømmer du om?» Øystein Hallre

## LEDIGE STIPENDIER

### Allmennpraktikerstipend 2. halvår 2003

Med midler fra Den norske lægeforenings fond til videre- og etterutdanning av leger, utlyser Instituttgruppe for samfunnsmedisinske fag i Oslo, Institutt for samfunnsmedisinske fag i Trondheim og Bergen og Institutt for samfunnsmedisin i Tromsø 18 stipendmåneder for 2. halvår 2003. Det kan søkes om stipend for 1 til 6 måneder for allmennpraktikere som ønsker å gjennomføre et forskningsprosjekt og eller medvirke til et undervisningsopplegg i allmennmedisin eller samfunnsmedisin. De oppgaver en ønsker å søke stipend for å gjennomføre, må ha en klar tilknytning til problemer innen primærhelsetjenesten. Kvinner oppfordres spesielt til å søke. Stipendiatene forventes å være tilknyttet ett av de nevnte instituttene i deler av stipendperioden. Hvis kvoten ikke fylles av søkere som arbeider i primærhelsetjenesten, kan også andre leger eller annet helsepersonell med interesse for eller tilknytning til primærhelsetjenesten komme i betraktning. Vi minner om at forskning i allmennmedisin kan telle i etterutdanningen, jfr. spesialistreglene. Stipendiater vil bli invitert til å framføre sin prosjekt på forskningsdagen på Primærmedisinsk uke/Nidaroskongressen. Allmennmedisinsk forskningsutvalg foretar tildeling av stipendmidler etter innstilling fra de respektive institutter. Det er utarbeidet et søknadsskjema og veiledning for aktuelle søkere som kan fås ved henvendelse til Allmennmedisinsk forskningsutvalg, Institutt for allmennmedisin, Postboks 1130 Blindern, 0318 Oslo, tlf. 22 85 06 55, fax 22 85 06 50 eller de allmenn-/samfunnsmedisinske instituttene. Søknader med kortfattede prosjektbeskrivelser sendes samme adresse innen 1. april 2003. Søknader som er poststemplet etter søknadsfristen blir ikke tatt i betraktning. Søknadsskjema kan også lastes ned fra flg web-adresse:

<http://www.uib.no/isf/nsam/afu>