

Undervisningsfilm om medisinsk uforklarte plager og symptomer:

# Fra usikkerhet til mestring

■ PETER PRYZZ INTERVJUET AV STEFÁN HJÖRLEIFSSON



Har du en pasient med fibromyalgi som insisterer på at det må finnes en kombinasjon av tabletter som fjerner smertene? Eller en pasient med kronisk utmattelsessyndrom som gråter over at det ikke finnes noen forklaring på hvorfor han er så syk? Forkortelsen MUPS står for medisinsk uforklarte plager og symptomer, det vil si noen av de problemstillingene som utfordrer allmennlegene mest. Norsk forening for allmennmedisin satser på å øke kompetansen til norske allmennleger i håndteringen av MUPS. Allmennpraktiker og veiledningskoordinator Peter Prydz forklarer:

– I forbindelse med Nordisk kongress i allmennmedisin i København 2009 ble det stiftet en referansegruppe for medisinsk uforklarte plager og symptomer (MUPS). Referansegruppene i Norsk forening for allmennmedisin er en viktig arena for fagutvikling og ikke minst for å spre tilgjengelig kunnskap til allmennlegene i Norge. At det er stort behov for forskning om MUPS sier seg nærmest selv. Men selv om noen av deltakerne i referansegruppen også er forskere, er ikke referansegruppens oppgave å drive forskning. Referansegruppen skal først og fremst formidle den kunnskapen som finnes om disse tilstandene.

En av de første ideene vi kom opp med i gruppen var å lage en undervisningsfilm. Vi ble særlig inspirert av den filmen som ble laget i Tromsø noen år tilbake om vanskelige sykemeldinger. I den filmen deltok leger som spilte seg selv mot pasienter som var skuespillere. Denne modellen hadde vi lyst til å anvende i en ny film om MUPS. Undervisningsfilmen om vanskelige sykemeldinger er særlig rettet mot turnusleger og brukes mye på turnuslegesamlingene som Fylkeslegene organiserer. Det har blitt mange gode diskusjoner med utgangspunkt i denne filmen. Egentlig ser vi allmennleger generelt som målgruppen for den nye undervisningsfilmen, men vi har spesielt tenkt på veiledningsgruppene. Det falt meg naturlig å tenke i dette formatet. Veiledningsgruppene er viktige for de unge allmennlegenes utdanning.

Basert på ideer fra referansegruppen for MUPS har Peter Prydz sammen med Kirsti Malterud altså laget en undervisningsfilm for allmennpraktikere. Tittelen er *MUPS – Fra usikkerhet til mestring*. I filmen vises tre konsultasjoner med pasienter med ulike plager, og det legges opp til at man stopper opp underveis og diskuterer det man har sett.

I tillegg kommer påfyll av relevant teori og kunnskap i tilknytning til hver av konsultasjonene.

– Vi fikk profesjonelle skuespillere til å lære seg en pasienthistorie som ble laget i referansegruppen. Så går de til en lege som spilles av en ekte allmennlege og legger frem sine problemer. Legen spiller seg selv og pasienten spiller videre basert på den responsen han eller hun får fra legen. Omtrent midtveis i konsultasjonen, når det er blitt åpenbart at legen står foran en stor utfordring, gjør vi et stopp. Der tenker vi at hovedtyngden av diskusjonen skal komme. Vi legger opp til en diskusjon om hvordan legen kan gå videre i konsultasjonen for å hjelpe pasienten.

Tilbakemeldingene vi har fått så langt er blant annet at pasientene i filmen er veldig gjenkjennelige. Vi ville overhodet ikke karikere eller fremstille pasienter som krangler og er gale og vrage på alle kanter. Dette er vanlige pasienter som rammes av vanskelige tilstander som legen har vanskelig for å finne ut av. Og vi har altså blandet konsultasjoner som er gjenkjennelige for allmennpraktikere med diskusjoner og korte teoretiske innspill. Denne blandingen av teori, kasuistikk og diskusjoner er en arbeidsform mange allmennpraktikere vil kjenne igjen fra veiledningsgruppene de deltar i, eller har deltatt i.

**Men det kan virke som et paradoks at dere lærer et undervisningsopplegg for å formidle kunnskap om noe legevitenskapen per definisjon ikke forstår tilstrekkelig godt. Det handler tross alt om «medisinsk uforklarte» plager og symptomer. Finnes det virkelig så pålitelige og anvendelige forklaringer på det uforklarte at allmennpraktikere bør bruke tid på å se denne filmen?**

Vi snakker jo her om tilstander med sammensatte årsaker og sannsynligvis ofte sirkel-

formede årsakssammenhenger. Noen av disse årsakssammenhengene har vi en viss forståelse av selv om mye gjenstår. Vi vet tross alt en del om hvordan vi kan gripe inn. Ikke minst vet vi at det er viktig å formidle håp. Hvis legen ikke anerkjenner pasientens plager og symptomer, eller hvis legen opplever at pasienten kommer for å plage legen, blir det en dårlig behandlingsallianse. Hvis man derimot møter pasienten med at vi har en del kunnskap og en del råd vi kan gi, så vil det i mange situasjoner føles nyttig for pasienten og litt mer avslappet for legen.

Noe av det som fikk meg til å ønske å lage denne filmen er egne erfaringer med å snu pasientens holdning til sine plager. Noen ganger har jeg lykket med å hjelpe en pasient til å se plagene ikke så mye som en sykdom som skal kureres, men som et handicap man ikke uten videre blir kvitt, og som det er viktig å lære seg å leve med på best mulig vis. Noen ganger har jeg oppsummert det omtrent sånn: Alle har hørt om personer som går til Sydpolen uten armer. Men tenk på deg selv: For det første trenger du ikke å gå til Sydpolen. Og for det andre mangler du ikke armer. Det viktigste er at du setter pris på det du faktisk klarer. Og du bør kanskje bruke litt tid og energi på å merke deg hva du faktisk klarer. Så kan du komme tilbake og snakke med meg om det. Det er på en måte å snu situasjonen – sette saken på hodet. At du bruker mer energi på å vektlegge de faktorene som gjør deg så frisk som du tross alt er, tross ditt handicap. Dette er det som på fagspråket kalles salutogenese, som Kirsti Malterud også presenterer i filmen.

Jeg vil våge den påstand at både det å ta pasientene på alvor med deres plager og det salutogenetiske perspektivet er blant ferdighetene som utgjør ryggraden i norsk allmennmedisin. Men vi kan alle trenge å styrke

ryggraden. Det er jo så mye forskjellig vi allmennpraktikere skal gjøre. Og veldig mye av det vi gjør er andre spesialister flinkere til. Men det er kanskje ikke noen andre som er flinkere til de ferdighetene som undervisningsfilmen fokuserer på. Likevel er vi ikke alltid så bevisst på hvor betydningsfullt det er å anerkjenne pasientens plager og hjelpe dem til å ta i bruk sine egne ressurser for å styrke helsen. Dermed er noe av hensikten med denne filmen å styrke allmennlegene i bruk av ferdigheter de allerede har og bruker. Det handler om å sette ord på og styrke det teoretiske fundamentet for en tilnærming til pasientene og helsen deres som allmennlegene allerede anvender.

De tre konsultasjonene viser hver i sær en måte å møte pasienter med MUPS som illustrerer noen av de teoretiske innspillene som også gis i filmen. Men dette undervisningsopplegget leverer ikke noen fasit. Konsultasjonene vil arte seg forskjellig avhengig av hvem legen og pasienten er, selv gitt den samme teoretiske forståelsen av MUPS. Og filmen gir rikelig anledning til refleksjoner og diskusjoner om brytningene mellom enkelt-pasienten, etablerte og mangelfulle skolemedisinske sannheter, ny og ikke helt anerkjent forskning, og alternativ medisin, alt mens man skal være en trøstende lege og sammen med pasienten søke en felles, konstruktiv forståelse. Filmene kan lastes ned til visning på en vanlig PC ved å følge en lenke fra Legeforeningens nettsider (via NFA og referansegruppens sider: <http://www.legeforeningen.no/id/167672>) og anbefales for alle allmennpraktikere til bruk i veiledningsgrupper og smågrupper.

stefan.hjorleifsson@isf.uib.no

UTPOSTEN  
TETT PÅ!