

Rydd plass til lege

Jesper Blinkenberg ■ INTERVJUET AV JANNIKE REYMERT

Mange kvier seg for legevaktarbeid og utvikler et ambivalent eller negativt forhold til denne delen av fastlegejobben. Tidligere Utposten-redaktør og fastlege Jesper Blinkenberg har en helt annen holdning til legevakt.

– Jeg har alltid likt legevakt, likt å jobbe sammen på tvers av faggrupper, når det haster og der noe står på spill – da er det meningsfullt å være på jobb. For legevakt er jobb, ikke en hobby for spesielt interesserte, slår han kategorisk fast.

Jesper har fått lov til å sette dagsorden for dette intervjuet, og vi har knapt satt oss før han begynner å snakke om legevakt og tilliggende herligheter.

Han er fastlege i Askøy kommune, vel 20 minutters kjøretid fra Bergen sentrum der

– *Legevakt er kjernen i min legeverden, sier Jesper Blinkenberg.* FOTO: TONE MØRKEN



Legevakten, folkens!

han bor. Ofte sykler han ned til kaia og tar båten til jobben. Den første tiden etter turnus jobbet han på Bergen legevakt. Fra den travle bylegevakta med flere timers ventetid var det fantastisk å komme til en kommune med en velorganisert legevakt for de 28 000 innbyggerne som bor i Askøy.

UTPOSTEN: Mange kolleger opplever legevaktarbeidet som et ork. Det er vel mange grunner til det. Man står alene, «alt» kan skje og ettermiddagene og nettene er jo den tiden på døgnet mange ønsker å ha fri. Blir du aldri lei av å ta dine legevakter?

– Legevakt er kjernen i min legeverden. Her er de sykeste midt i en haug av ganske friske. Den store utfordringen er å finne disse. Når jeg innimellom ikke tar mine vakter, er det på grunn av resten av livet – familieforpliktelser, reiser, andre oppgaver. Jeg tror mange fastleger sliter med å ta inn over seg at legevaktarbeidet er, og skal være, en like naturlig del av jobben som det er å sitte på kontoret og ha pasienter mellom klokka åtte og fire på dagtid. Sykehuslegene har en helt annen holdning til dette og tar sine vakter som en naturlig del av arbeidsplanen.

Han skynder seg å legge til at det er store mangler ved organiseringen av legevakt som har bidratt til at den har lav status blant kollegene.

– Teamarbeid må tilrettelegges ved at legevakten og ambulansestasjonene samlokaliseres så man kan utnytte hverandres kompetanse og vite at det er flere å spille på når det kniper. Når så fastlegeordningen binder legene sterkt til kontoret på dagtid, blir legevakten lett vurdert som en mindre viktig del av jobben som vi ikke har like stort ansvar for som pasientene på listen vår.

Med et hjertesukk fortsetter han: – Leger må dessuten snart innse at de ikke er bedre enn andre til å jobbe mye. Skal de orke legevaktarbeide på kvelds- og nattetid må de ta seg fri på dagtid. Dette handler om gammel tradisjon og machokultur. Å jobbe lange vakter er noe alle kan skryte på seg,



FOTO: TONE MØRKEN

men ingen snakker om hvor dårlig jobb man kanskje gjorde på slutten av en alt for lang arbeidsøkt, der blæren var full og magen tom etter 12 timers jobb i strekk.

På Askøy har det relativt nye legesenteret, Strand legesenter, fem kontorer som deles av syv leger slik at ingen av legene er tilstede hver dag. I tillegg har de fellesliste, og selv om pasientene kan forholde seg mest til en lege vet pasientene at de ikke kan forvente å treffe denne legen hver dag.

– Målet vårt er at alle skal kunne lage sin egen arbeidsplan, også med plass til legevakt. Flere tar fri før eller etter vakt. Med så god inntjening vi fastleger har, mener jeg vi har litt å gå på. Ingen blir ruinert av å unne seg en fridag etter nattevakt, eller en ekstra fridag før eller etter helgejobbing, sier Jesper og hører at han blir veldig bombastisk; – For de som har kjøpt seg inn i en praksis for rundt en million kroner er det selvsagt vanskelig å ikke ha fokus på høy

inntjening, i alle fall en periode. Det er jo synd at de unge legene må sette seg i så stor gjeld for å ha en jobb å gå til.

Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin

Så stor er Jespers interesse for legevaktmedisin at han de siste ti årene har hatt deltidsjobb på Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin (Nklm) i Bergen. Senteret er nabo med seksjon for allmennmedisin ved Universitetet i Bergen og er finansiert av Helsedirektoratet. – Det er nok ikke tilfeldig at kompetansesenteret ble lagt til Bergen. Min sjef, Steinar Hunskaar, skal ha mye av æren for det. Det allmennmedisinske miljøet her kan skilte med et solid, kunnskapsbasert allmennmedisinsk miljø og var dermed godt rustet til å ta på seg denne oppgaven.

Jesper har jobbet mye med utvikling av



FOTO: TONEMØRKEN

kursmal til de obligatoriske akuttmedisinskursene alle allmennleger må ta hvert femte år som ledd i videre- og etterutdanningen. Han har også vært med og laget et nettkurs som er et nyttig forkurs til selve akuttmedisinkurset. Kursmalen kan også benyttes til smågrupper eller trening av akuttmedisinske prosedyrer på legekonto- ret.

I disse dager tilpasses kursmalen til den nye legevaktsforskriften som trådte i kraft 1. mai 2015, og nytt nettkurs er på vei. Helse- direktoratet legger opp til at kursene heretter skal være tverrfaglige, for leger og annet legevaktpersonell som jo oftest er sy- kepleiere.

– Jeg synes det er positivt at disse kurse- ne skal være for alle yrkesgruppene i lege- vakt, helst burde de vært for alle som deltar i den akuttmedisinske kjeden i primærhel- setjenesten. Det skulle bare mangle at vi ikke har felles kurs og trener sammen.

Sammen med Harald Sundby arrangerer han også kurs i akutt sosialmedisin. De har allerede arrangert et kurs, og to nye er satt på timeplanen.

Det er faktisk en avlegger fra min tid som medredaktør i *Utposten*. Kollega Harald Sundby skrev en god artikkel om de vanske- lige sosialmedisinske utfordringene i all- mennmedisin. Jeg likte det han skrev, og vi fant tonen. Senere tok han kontakt for å få meg med da han hadde blitt utfordret til å arrangere et kurs om sosialmedisinske ut- fordringer på legevakt. Nå arrangerer vi kurs sammen. Dette handler om psykiatri, flyktninger, trusler om vold. Mange synes dette er vanskelige og krevende sider av legevaktarbeidet, kursene gjør legene bedre i stand til håndtere dette med faglighet, kunnskap og ferdigheter.

Doktorgrad på gang

UTPOSTEN: Etter flere års venting på alle nød- vendige godkjenninger skal Jesper nå ta

fatt på et ph.d. arbeid der han skal studere allmennlegers og legevaktlegers praksis for øyeblikkelig-hjelp-innleggelse. Han skal koble sammen data fra Fastlegeregis- teret, Helfo-databasen og Norsk pasientre- gister som har informasjon om innleggel- ser i sykehus. Hypotesen er at leger har ulik terskel for å legge pasienter inn i sy- kehus som øyeblikkelig-hjelp. Men hvor store er forskjellene?

– Forskjellene skyldes nok delvis ulik to- leranse for å leve med risiko, og at noen le- ger derfor legger inn flere pasienter enn andre. Men det er nok andre faktorer som også spiller inn, og det vil jeg se nærmere på.

UTPOSTEN: Dette blir krevende, er du ikke redd for å ta deg vann over hodet?

– Jo, men jeg er optimist av natur. Her i Bergen er det et sterkt miljø for forskning og jeg har fått en veldig god start med den Nasjonale forskerskolen for allmennmedi- sin (NAFALM) hvor jeg har vært med siden i høst.

Skriveprosessen har han erfaring med både fra sine fem år som medredaktør i *Ut- posten* og da han sammen med kollega Ingrid Hjulstad Johansen oppdaterte *Lege- vakthåndboken* i 2012.

Å revidere *Legevakthåndboken* og tilrette- legge den for nett og app var en kjempe- jobb, men vi kom i mål. Jeg var så heldig at jeg skadet foten rett før påske det året. Mens andre gikk på ski kunne jeg tilbringe påsken med foten høyt og fingrene på tas- taturet. Det var lange dager, men vi fikk i det minste spist matpakke og påskeegg mellom skriveøktene, så like travelt som på legevakt var det ikke, sier han med en liten latter.

UTPOSTEN: Fortell litt mer om kompetanse- sentret, hva driver dere med?

– Oppdraget vårt er å drive forskning og fagutvikling for legevakt. Vi har mange

ulike prosjekter. I Legevaktsregisteret re- gistrerer vi alle legevakter og organisato- riske forhold rundt dem, så som størrelsen på legevaktstrikterne, hvem som samar- beider med hvem, hvor mange som er på vakt og hvor lange vaktene er. Dette bruker vi til å uttale oss så kunnskapsbasert som det går an. Vårt mål er at legevaktene skal bli så gode som mulig, både faglig og orga- nisatorisk. Vi synes også det er viktig å styrke allmennlegers stilling i legevakt- sammenheng. Målet må være å få så gode vilkår på legevakten at alle fastleger vil jobbe der.

Jesper tror mange leger føler seg faglig ensomme på vakt. – Som oftest sitter legen alene og skal avgjøre hvem som er så syke at de må innlegges og hvem som er så fris- ke at de kan sendes hjem. Hvis vi ikke gjør de rette vurderingene vil enten sykehuse- ne bli overfylt, eller vi sender alvorlig syke mennesker hjem. Disse vanskelige avgjø- relsene snakkes det alt for lite om, blant annet fordi vi jobber så alene. Hadde vi hatt et forum for det ville vi lært mye av hver- andre. I studietiden gikk vi stort sett på sy- kehusene og lærte oss å se verden derfra. De som fortsetter på sykehus blir jo gående i et miljø med mange å drøfte pasientene med, mens vi på legevakt blir sittende helt alene med et stort ansvar. Dette er vi opp- tatt av ved Nklm.

Fremtidens legevakt

Kompetansesenteret har også laget et for- slag til organisering av fremtidens lege- vakt. – Vi har beskrevet tenkte legevakts- distrikter med over 30 000 innbyggere i nedslagsfeltet. Som hovedregel bør de ha to leger på vakt. Der avstandene blir for store ser vi for oss en legevaktsentral med satellitter i ytterkantene som for eksempel har kvelds åpne legekontorer. Vi foreslår også at det skal være et nasjonalt mål at ingen legevaktsdistrikter skal være så store at ikke 80–90 prosent av innbyggerne har under 40 minutters kjøring til nærmeste legevakt. Dette er en utfordring i store de- ler av distriktsnorge.

Kollega Guttorm Raknes hos oss har sett på bruk av legevakt i forhold til avstand mellom bosted og legevaktens tilholds- sted. Han fant at antall henvendelser fra dem som bodde langt unna legevakten var klart lavere uansett tilstand og hastegrad. Ikke bare var det færre henvendelser for bagatellmessige ting, men dette gjaldt også for de alvorlige tilstandene. Vi kan altså fastslå at det er en klar smertegrense for hvor stor avstand det kan være til legevak- ten.

De unge legene

UTPOSTEN: Med en del år i faget bak seg er det naturlig å tenke på etterveksten. Har du noen tanker om hvordan vi skal legge til rette for å få unge leger til å søke seg til vårt fag?

– Jeg tror vi på en eller annen måte må gjøre det lettere å komme inn i allmennpraksis enn det er i dag. Den økonomiske bøyggen med rundt en million kroner for å kjøpe seg inn i en praksis er et stort hinder for mange unge. Jeg tror mange frykter å bli slavebundet til høy turnover av pasienter for å skaffe seg stor nok inntekt til å forsvare denne investeringen. Vi bør også lage utdanningsstillinger der arbeidsbyrden er tilpasset et familieliv med små barn og ektefelle i full jobb. Der har vi noe å lære av sykehusturnusene med fri før og etter vakt, avspaseringsuker og bedriftsbarnehager. Likeledes ligger vi langt bak sykehusmiljøene med å legge til rette for god fagutvikling på arbeidsplassen. Allmennleger bør sette av noe av arbeidstiden hver uke til fagutvikling på kontoret. Det skaper et godt arbeidsmiljø og kultur for samarbeide. Dette etterspør de unge langt mer enn de eldre legene, noe som gir meg et håp om forbedring.

Jesper forteller at da han satt i redaksjonen i *Utposten* var de på praksisbesøk i Portugal. Der har de utviklet en flott modell for nyutdannede leger: I tre år jobber utdanningskandidatene veldig tett med en eldre kollega der det er avsatt rikelig tid til refleksjon over ulike problemstillinger som dukker opp i praksisen.

– På vårt kontor prøver vi å sette av en time i uka til smågruppevirksomhet. Vi har også satt oss som mål å være et kontor

som skal forandre seg og ikke gro fast i gamle vaner. Derfor har vi nylig gått gjennom våre rutiner og gjort en del endringer. For å være mer tilgjengelige for pasientene våre har vi begynt med åpen telefonlinje hver morgen slik at pasientene kan ringe rett inn til sin lege. Etter denne telefontiden bruker vi 15 minutter til kaffeprat. Det er både hyggelig og nyttig, der er det rom for å ta opp små og store faglige problemstillinger – det er en luksus vi unner oss med god samvittighet.

Friluftsliv er best i Norge

Når Jesper ikke er på jobb står friluftslivets gleder høyt på prioriteringslisten.

– Jeg prøver å holde meg til Norge, det er jo rart at vi som bor i dette flotte landet må reise utenlands for å få til fine turer, sier han og fronter miljøaspektet som en god grunn til kortreiste ferier. En stund prøvde jeg å ikke kjøre fly i det hele tatt, men med en kone som er glad i Frankrike og en sønn fra Kina er det ikke så lett å være helt prinsippfast.

En stor turopplevelse han gjerne forteller om var da han og den eldste sønnen bestemte seg for å gå over fjellet fra mormorens hus i Oslo og hele veien hjem til Bergen. – Vi brukte 19 dager på turen. Vi gikk gjennom marka, over vidden og gjennom vestlandsnaturen. Det å bruke så mange dager og bare ha oss selv å tenke på ga en stor ro. Den eneste oppgaven var å passe på oss selv og nå frem til neste leirplass. Det var tid for mange, lange og gode samtaler. Vi valgte et tema hver dag. Vi var innom politikk, religion, skole, yrker, familie og andre temaer som dukket opp der

og da. Det var stort å gå helt hjem, den siste etappen ned fra Ulriken var veldig annerledes enn alle de andre turene vi har tatt til den toppen. Vi har fortsatt med våre årlige turer, forteller han tydelig fornøyd med at sønnen som nå er 17 fortsatt vil gå fjellturen med far – i Norge.

UTPOSTEN: Vi avslutter med et spørsmål man ofte stiller leger: – Hvorfor valgte du å bli lege?

– Ingen i min familie er leger. I mine første ungdomsår tenkte jeg å studere på Handelshøyskolen, men etter en sommerjobb på kontor der jeg ble satt til faktureringsarbeid innså jeg at dette ikke var noe for meg. På videregående fikk jeg det for meg at jeg ville gjøre noe bra for folk, hjelpe andre på en eller annen måte. Da valgte jeg å satse på medisinstudiet.

De første årene etter endt studium lurte jeg på hvorfor jeg valgte et yrke med så mye ansvar, det har tynget meg, særlig i de første årene. Det er nok derfor jeg er opp-tatt av at de unge, nyutdannede kollegene våre trenger tettere faglig fellesskap og mulighet for oppfølging. For meg hjalp det av en eller annen grunn å bli spesialist, som om noe lettet. I dag angrer jeg ikke på yrkesvalget mitt, jeg trives faktisk bedre og bedre, avslutter han før han triller sykkel sin hjem en stille, februarkveld med klar himmel og et sjeldent nordlys over Bergen. Jeg kan ikke annet enn smile over at han uten å anskues sykler med regntrekket på sykkelhjelm i finværet. Bergensere vet mer enn andre om vær som skifter fra minutt til minutt, det kan være kjekt å vite hvor regntrekket er – til enhver tid!

