Í pistlunum Úr penna stjórnarmanna LÍ birta þeir eigin skoðanir en ekki félagsins.

Synt á móti straumnum



Katrín R. Kemp
varaformaður Læknafélags Reykjavíkur

Ég vinn sem hjartalæknir á Landspítala og sjálfstætt starfandi. Á Landspítala meðhöndlum við sjúklinga með bráða hjartasjúkdóma og sinnum annars- og þriðja stigs forvörnum þar sem við reynum að draga úr áhrifum langvinnra hjartasjúkdóma og bæta lífsgæði sjúklinga okkar. Það er frekar auðvelt að ræða við sjúklinga um lyfjameðferð eða jafnvel aðgerðir vegna þekktra sjúkdóma, en þó að margar rannsóknir hafi sýnt fram á gagnsemi þess að meðhöndla lífsstílsþætti,[1] virðist vera erfiðara að sannfæra fólk að vinna að þeim markmiðum. Ég myndi áætla að einungis um 5% af sjúklingum sem ég hitti takist að gera nauðsynlegar lífsstílsbreytingar og viðhalda þeim.

Á stofu hitti ég sjúklinga sem koma í eftirlit vegna þekktra hjartasjúkdóma en hitti einnig einstaklinga sem eru ungir og hraustir en hafa áhyggjur af hjarta-og æðasjúkdómum.

Þarna er ég farin að sinna fyrsta stigs forvörnum, sem beinast að því að koma í veg fyrir að einstaklingar þrói með sér sjúkdóma. Markmiðið er að draga úr áhættuþáttum og styrkja heilbrigði áður en vandamál þróast. Ég met einstaklinga með áhættumati og er komin með góða ræðu um hollt mataræði, reglulega hreyfingu og skaðsemi tóbaks og áfengis. Þessi hluti starfsins þykir mér flóknastur. Það reynist nefnilega mörgum erfitt að breyta lífsstílsstefnunni. Og þó eru þeir sem koma til mín í þessum tilgangi þegar áhugasamir um að bæta heilsuna. Oft hugsa ég með mér að í heilsueflandi samfélagi þar sem heilsulæsi væri gott, þyrftu einstaklingar ekki að panta sérstaklega tíma hjá hjartalækni til að fara yfir þessi mál.

Að gera einstaklinga meðvitaða um fyrirbyggjandi aðgerðir til að minnka líkur á að þróa með sér sjúkdóma er mikilvægur þáttur í lýðheilsu og er miklu stærra mál en að mæta til mín í viðtal og fræðslu. Stjórnvöld spila stórt hlutverk og árið 2021 var samþykkt lýðheilsustefna til ársins 2030, sem leggur áherslu á heilsueflingu og forvarnir sem hluta af allri heilbrigðisþjónustu.[2] Þessari stefnu er mikilvægt að stjórnvöld fylgi eftir.

Læknafélagið stóð í fyrra fyrir fundum sem fengu nafnið „Læknisráð“ og voru hugsaðir fyrst og fremst til almennrar fræðslu um heilbrigðismálefni líðandi stundar. Lýðheilsuráð Læknafélagsins hélt nýverið Lýðheilsuþing þar sem heilbrigðisráðherra tók þátt. Nokkuð hefur borið á greinum í fréttamiðlum frá kollegum um krabbameinsskimanir og forvarnir, kvenheilsu, áfengisneyslu, sem og ofþyngd.

Allt er þetta vel, en betur má ef duga skal og mikið vildi ég að hlutfallið af sjúklingunum sem ég hitti, sem tækist að breyta lífsstílnum til hins betra, myndi aukast á næstu árum.

Hugtakið „upstream intervention“ í lýðheilsu vísar til aðgerða sem beinast að rótum heilsufarsvandamála með því að hafa áhrif á félagslega, efnahagslega og umhverfislega þætti sem móta heilsu fólks áður en sjúkdómar þróast.

Við, samfélag lækna, þurfum að vera ennþá duglegri að synda á móti straumnum og eiga samtal við stjórnvöld um markvissar aðgerðir. Við þurfum að auka fræðslu til almennings, bæði Læknafélagið og fagfélögin, og stuðla þannig að bættri lýðheilsu fyrir okkur öll.

Við, samfélag lækna, þurfum að vera ennþá duglegri að synda á móti straumnum og eiga samtal við stjórnvöld um markvissar aðgerðir.

Heimildir

1. Visseren FLJ, Mach F, Smulders YM, et al. ESC Scientific Document Group , 2021 ESC National Cardiac Societies; ESC Scientific Document Group. 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice, Eur Heart J. 2021;42(34):3227-3337.
2. Lýðheilsustefna til ársins 2030 samþykkt á Alþingi. Frétt á vef Stjórnarráðsins 12. júní 2021. www.stjornarradid.is/efst-a-baugi/frettir/stok-frett/2021/06/12/Lydheilsustefna-til-arsins-2030-samthykkt-a-Althingi.

Stjórn Læknafélags Íslands Steinunn Þórðardóttir formaður **Félag almennra lækna** Teitur Ari Theodórsson, Thelma Kristinsdóttir
Félag íslenskra heimilislækna Margrét Ólafía Tómasdóttir, Oddur Steinarsson **Félag sjúkrahúslækna** Hildur Jónsdóttir, Jóhanna Guðrún Pálmadóttir
Læknafélag Reykjavíkur Ragnar Freyr Ingvarsson, Katrín Ragna Kemp