

Tilveran á tímum COVID

Ragnar Danielsen

Hjartalæknir á Landspítala

ragnarda@landspitali.is



Á Möðrudalsöræfum á góðum degi.

Ég hef í ein þrjátíu ár farið árlega til útlanda á skíði. Í ár var skíðaferðin með æskuvinum mínum farin í byrjun febrúar til Selva á Ítalíu og heppnaðist vel, gott veður og færi og allt gekk stórslysalaust. Við bjuggum á góðu hóteli við aðalgötu bæjarins, grunlaus um að á öðru hóteli við sömu götu væri veiruóværa nokkur farin að láta á sér kræla.

Ég var staddur uppi í hesthúsi viku eftir að ég kom heim úr skíðaferðinni og nýkominn af baki þegar síminn hringdi. Maður með djúpa rödd kynnti sig, spurði mig nafns og sagði svo: „Þetta er hjá rannsóknarlögreglunni“. „Jæja,“ svaraði ég. Sá djúpraddaði spurði svo hvernig ég hefði það og ég sagðist vera hress, nýkominn af hestbaki. Þá hló hann þurrlega en sagði svo að í flugvélinni sem ég kom með heim frá Ítalíu hefði verið farþegi sem greinst hefði með COVID-sýkingu. Hann ráðlagði mér að hafa samband við heilsugæsluna ef ég fengi einhver pestareinkenni. Ég hringdi sama dag í samferðafólk mitt úr skíðaferðinni, enginn annar hafði fengið upphringingu. Ég var hinn útvaldi.

Það var komið fram yfir miðjan febrúar og fréttir af vaxandi tíðni COVID-sýkinga bárust víða að og nú var pestin líka komin til Íslands. Samstarfsfólk mitt vissi að ég hafði verið á skíðum erlendis svo ekki vildi ég mæta í vinnuna án þess að vita

hvort ég hefði sýkst. Ég hafði því samband við heilsugæsluna, sem snarlega sendi heim til mín lækni sem tók COVID-sýni er reyndist neikvætt.

En tími COVID var runninn upp. Á Landspítala breyttist allt starfsumhverfið, umgengni við sjúklinga og samstarfsfólk og vinnan á stofu lagðist að mestu af. Hvernig verður tilveran við svona aðstæður? Þjóðfélagið að mestu lokað og menningarlíf, vana- og fjölskyldusamvera mjög takmörkuð. En hesthúsið var opið og þar skiptumst við hestaeigendur á að mæta, en aldrei í hóp, héldum tveggja metra regluna og notuðum grimmt spritt, útvortis. Það var oft hvíld í því að fara einn í reiðtúr í Heiðmörkinni og spjalla við klárana. Ekki var hægt að fara á svigskíði, enda skíðalyftur lokaðar, en ekkert mál að fara á gönguskíði. Þegar vel viðraði fór ég stundum á gönguskíði fyrri part dags og á hestbak síðdegis. Þrátt fyrir COVID voru veturinn og vorið því ekki alslæmur tími.

Þá daga sem ekki viðraði til útreiða eða útivistar var ágætt að leita athvarfs í tónlistinni. Ég hef fengist við tónlist frá 13 ára aldri, var á yngri árum í ýmsum hljómsveitum og gríp enn í gítarinn mér til ánægju og afslöppunar. Hef mest spilað sem trúbador á fjöllum í hestaferðum en líka við önnur tækifæri. Ég er með lítið hljóðver heima hjá mér. Þar tek ég upp eig-

in lög eða eftir aðra, eftir því hvað kemur upp í hugann. Ég hef gefið út eina plötu með spilafélögum frá menntaskólaárunum og þrjár með eigin tónlist. Það er andleg hvíld í því að fást við tónlist, hún ber mann í annan heim og viddir.

Ég hef frá barnæsku haft áhuga á hestum og síðustu þrjá áratugi farið árlega í hestaferðir á sumrin, þá fyrstu yfir Kjölsumarið 1992 með Íshestum og eftir það í mörg ár með föstum ferðahóp. Síðar eignaðist ég eigin hesta og fór að vinna sem fararstjóri hjá Íshestum. Svo hef ég einnig ferðast með öðrum hestafyrirtækjum, oftast sem rekstarmaður. Undanfarin ár hefur ferðunum fjölgað, orðnar þrjár til fjórar hvert sumar. En sumarið 2020 lofaði ekki góðu. Farþegar erlendis frá komu ekki til landsins og margar hestaferðir voru afbókaðar. En sumir ákváðu að koma, þrátt fyrir COVID-próf og sóttkví, frekar en að missa af hestaferð. Þetta endaði með því að ég fór í fjórar vikulangar hestaferðir í sumar með góðu samreiðarfólki, íslensku sem erlendu. COVID-umgengnisreglur voru virtar og allt gekk vel.

En er leið á ágúst fór COVID-smitum aftur að fjölga og sóttvarnareglur voru hertar. Þó þrasað sé um hvernig framkvæma eigi slíkar reglur er ljóst að COVID-vírusinn verður meðal okkar í óráðan tíma.



Við greinina á heimasíðu Læknablaðsins má hlusta hljóðskrá með laginu „Strengjalos“ af plötunni HUGHRIF sem Ragnar gaf út árið 2011 og inniheldur instrumental lög eftir hann. Þetta er slökunartónlist hjartalæknisins. Best að hlusta með góðum heyrnartólum!