



Mýnd/Gunnar Sveinsson

Andmælendur voru Eva M. Svanborg, yfirlæknir og prófessor emeritus við Háskólann í Linköping í Svíþjóð, og Grace Pien, læknir og lektor við Johns Hopkins háskólasjúkrahúsið í Baltimore í Bandaríkjunum. Umsjónarkennari var Thor Aspelund, prófessor við læknaeildina. Leiðbeinandi var Christer Janson, prófessor við Uppsalaháskóla í Svíþjóð og í doktorsnefnd sátu Samuel T. Kuna, prófessor emeritus við háskólann í Pennsylvaníu, Helga Ágústa Sigurjónsdóttir, klínískur prófessor við HÍ, og Jóhanna Eyrún Torfadóttir, lektor við HÍ.

Úr ágrípinu

Íþyngjandi dagsyfja er ólík því að vera syfjaður einstaka sinnum. Hún er til staðar flesta daga, skerðir lífsgæði og eykur slyshættu. Íþyngjandi dagsyfja er algeng í kæfisvefni og svarar kæfisvefnsmeðferð. Erfitt hefur reynt að finna heildstæða aðferð til að meta dagsyfju. Algengast er að nota Epworth syfjuskala (ESS), stuttan spurningalista sem metur líkur á að sofna/dotta við mismunandi aðstæður. Áreiðanleiki ESS hefur verið dreginn í efa og veik fylgni hefur fundist milli ESS og annarra dagsyfjumælinga. Markmið verkefnisins var að kanna svipgerðir íþyngjandi dagsyfju í almennu þýði og hjá kæfisvefnssjúklingum.

Ályktanir: Íþyngjandi dagsyfja er margþætt einkenni sem tengist heilsu og lífsgæðum. Greiningin krefst mun víðtækari nálgunar en hingað til hefur verið notuð.

Doktorinn

Elín Helga er stúdent af náttúrufræðibraut MH, tók BS-gráðu í læknisfræði frá Háskóla Íslands 2010 og lauk kandidateitprófi 2013. Elín lauk þriggja ára sérnámsprogrammi í almennum lyflækningum við Landspítala í samstarfi við Royal College of Physicians í Bretlandi og er að ljúka sérnámi í heimilislækningum.

Doktorsvörn frá Háskóla Íslands: Elín Helga Þórarinsdóttir

Elín Helga Þórarinsdóttir varði doktorsritgerð sína í lækna-vísindum við læknaeild Háskóla Íslands 16. júní. Ritgerðin ber heitið *Einkenni og svipgerð íþyngjandi dagsyfju: Ramnsókn á almennu þýði og kæfisvefnssjúklingum*.

Hvað segir nýdoktorinn?

Af hverju vildir þú verða læknir?

Ég held ég hafi aldrei velt því mikið fyrir mér. Ég ætlaði fyrst að verða dýralæknir en ákvað svo að reyna inntökuprófið í læknaeild og komst inn. Þar með var það ákveðið.

Hversu erfitt er að verða doktor á skalanum 1-10?

Það er allavega erfiðara en maður heldur í fyrstu. Sérstaklega þessir síðustu metrar, setja saman ritgerðina, undirbúa vörnina og láta þetta allt ganga upp. Held ég segi bara að samtals hafi þetta verið 7/10 á erfiðleikaskalanum (en 9/10 á skemmtiskalanum).

Hvað yrði þitt fyrsta verk sem heilbrigðisráðherra?

Ég tel að innan helstu ségreina læknisfræðinnar sé verið að greina og meðhöndla einstaka sjúklinga líkt og gerist best í okkar samanburðarlöndum. Grunnþjónustan er hins vegar í molum og þar vantar mikið upp á að heilbrigðiskerfið okkar sé að veita heildstæða þjónustu með þarfir íslensku

þjóðarinnar í huga. Ég myndi því byrja á að efla grunnþætti heilbrigðisþjónustunnar í nærumhverfi sjúklinga. Jafnframt myndi ég nota vísindalegar matsaðferðir til að skoða árangur breytinga og loks draga ályktanir út frá niðurstöðum matsins.

Hvaða bók, þættir, músík, líkamsrækt er best?

Besta bókin er náttúrulega nýja bókin hans Henriks G. Garcia, *Læknir verður til*. Hún er bara eins og dagbók úr mínu eigin lífi. Annars hef ég ekkert horft á sjónvarp síðustu vikur og eina líkamsræktin hefur verið að hlaupa á eftir börnunum enda hver einasta mínúta verið notuð í að klára doktorsverkefnið og sjá um börnin þrjú.

Hvað er skemmtilegast að gera þegar þú ert ekki í vinnunni?

Að vera með fjölskyldunni í hversdagsleikanum, reyta í garðinum, þrjóna, gefa öndunum brauð, fara í útilegur og heimsækja vini og ættingja.