

Meðfylgjandi mynd er tekin af Ellen Ivarson, Frölunda HC, í Scandinavium fyrir leik Frölunda HC og Timrá þann 13. febrúar síðastliðinn.



Baldur Þórólfsson

Dagur í lífi bæklunarlæknis

07:40 Vakna við að strákarnir, Óskar Bjarni 6 ára og Einar Jóel 2 ára, koma upp í og vekja okkur Mögggu. Núna er vetrarfrí í skólanum hjá Óskari þannig að strákarnir fengu að vaka aðeins fram eftir og vakna því ekki klukkan 6 eins og oft.

8:00 Fjölskyldan borðar morgunmat í rólegheitunum. Við Magga tökum frídaga til skiptis í vikunni og gerum eitthvað skemmtilegt með Óskari í fríinu. Við morgunverðarborðið er dagurinn skipulagður og þau mæðgin setja stefnuna á trampólíngarð.

9:00 Ég fer með Einar á leikskólann. Fyrir hádegi er ég með tíma fyrir pappírsvinnu en af því að ég ligg nokkuð vel til fer ég bara í ræktina og hreyfi mig. Ég klára þá litlu pappírsvinnu sem bíður bara seinni partinn.

11:00 Kem heim úr ræktinni. Fæ mér hádegisverð og kaffi. Hlusta á útvarpið og renni yfir fréttir.

12:00 Keyri í vinnuna. Ég vinn 50% á Sahlgrenska háskólasjúkrahúsinu og 50% á stofu sem heitir Sportsmed hér í Gautaborg. Í dag er það göngudeildarmóttaka á Sahlgrenska.

12:45 Móttakan byrjar. Listi dagsins er alveg ágætur. Átta sjúklingar bókaðir og þrír símatímar. Blanda af nýkomum og endurkomum. Það er ansi gott fyrirkomulag á móttökunni. Einn hjúkrunarfræðingur eða sjúkraliði með hverjum lækni sem sér um að taka inn sjúklingana, taka sauma, draga upp í sprautur

og þess háttar. Ég fæst aðallega við liðspegulunaraðgerðir á hnjám og öxlum og listi dagsins því nokkuð fjölbreyttur. Endurtekin liðhlaup í öxl, impingement í öxl, liðþófaáverkar og krossbandaáverkar í hnjám eru meðal verkefna dagsins.

16:15 Móttakan klárast. Ég sest á skrifstofuna og tek þessa þrjá símatíma sem bíða og klára svo þá litlu pappírsvinnu sem var eftir.

17:30 Keyri upp í Scandinavium-höllina þar sem íshökkíleikur er næst á dagskrá. Ég er liðslæknir fyrir Frölunda HC sem er stórt atvinnumannalið hér í Gautaborg. Í kvöld er heimaleikur gegn Timrá, liði sem er rúma 700 km frá Gautaborg. Þrátt fyrir það eru um 500 stuðningsmenn þeirra mættir. Um það bil 10.000 miðar seldir, sem er bara nokkuð gott fyrir þriðjudagsleik.

17:45 Mæti og skipti um föt. Sest niður með Stínu Hedin sjúkraþjálfara og einum leikmanni sem er meiddur á ökkla og spilar ekki í kvöld. Við förum yfir stöðuna og leggjum upp plan fyrir endurhæfingu hans næstu daga. Þegar mikið er undir þarf stundum að hjálpa mönnum með staðeyfingar eða önnur trix til að hjálpa þeim að spila en það er ekkert slíkt á dagskránni í dag.

18:00 Heilsa upp á sjúkraþjálfara andstaðinganna og fer yfir helstu atriði með honum. Sýni honum sjúkraherbergið og hvar sjúkrabíllinn er staðsettur. Förum stuttlega yfir ferlana ef einhver alvarleg meiðsli koma upp á ísnum.

18:15 Fer upp á veitingastaðinn í Scandinavium og fæ mér að borða með gömlum kollega, Torsten Jonsson. Torsten var læknir liðsins á undan mér. Sinni því starfi í yfir 30 ár áður en hann fór á eftirlaun fyrir nokkrum árum. Var þar áður leikmaður liðsins og á nóg af sögum úr bransanum.

19:00 Leikur hefst. Mínir menn ná sér ekki nægilega vel á strik og eru komnir 0-2 undir um miðjan leik. Einn leikmaður Frölunda fær blóðnasir eftir létt högg á nefið og ég þarf endurtekið að skipta á bómullargrisjum í nösunum þegar hann kemur útaf. Seint í leiknum er annar sem fær léttan snúning á hné en eftir stutta skoðun á bekknum gef ég grænt ljós á að hann haldi áfram. Fyrir utan læknisstörfin geng ég í ýmis önnur verkefni sem þarf að leysa, svo sem að handlanga teip eða fylla á vatnsbrúsana. Mínir menn ná að gefa í undir lok leiks og jafna 2-2. Hvorugt lið nær að skora í framlengingu en við vinnum í vítakeppni.

21:30 Góð stemmning og fagnað létt inni í klefa. Við Stína tékkum af hvern og einn leikmann. Ég skila svo stuttu rapporti til þjálfaranna um að ekkert sérstakt hafi komið upp og að allir taki fullan þátt á æfingu morgundagsins.

22:15 Kem heim. Strákarnir sofaðir þannig að við Magga slökum aðeins á í stofunni og spjöllum um hitt og þetta þangað til við förum og leggjum okkur.