

Annt um tvískipt hlutverk lækna

Sæmundur Rögnvaldsson er nýdoktor og sérnámslæknir í lyflækningum. Hann var valinn *Ungur vísindamaður Landspítala* vorið 2025 og nú á dögum fékk hann um 60 milljóna króna rannsóknarstyrk frá World Cancer Research Fund. Styrkur þessi er til þess að rannsaka tengsl næringar og líkamsþyngdar við forstigi mergæxlis og þróun þess yfir í mergæxli. Á síðasta ári fékk hann auk þess tæplega 70 milljón króna verkefnastyrk frá RANNÍS til að rannsaka tengsl forstigs mergæxlis við aðra sjúkdóma

■■■ Rósa Steinunn Solveigar Sturludóttir

Pó að Sæmundur sé nú í fæðingarorlofi reynir hann að nýta lúrana til þess að læðast í vísindin, svara tölvupósti og mæta í viðtal hjá *Læknablaðinu* og segja okkur hvað varð til þess að hann byrjaði í rannsóknum.

„Ég hafði verið áhugasamur um rannsóknir lengi en byrjaði loks í doktorsnámi hjá Sigurði Yngva Kristinssyni 2016 þegar ég var ennþá í Læknadeild Háskóla Íslands. Eftir að hafa klárað læknanámið 2017 tók svo við kándíatsár og svo sérnám í almennum lyflækningum samhliða rannsóknum. Doktorsverkefninu lauk svo 2022 og ég hef síðan haldið áfram að rannsaka, samhliða sérnáminu. Mínar rannsóknir hafa tengst forstigi mergæxlis (*monoclonal gammopathy of undetermined significance*, MGUS). MGUS er einkennalaust og upprunnið í plasmافرurum, þær mynda mótefni, svokölluð m-prótín, sem hægt er að greina í blóði. Sum þeirra sem eru með MGUS fá svo mergæxli eða skylda sjúkdóma. MGUS er algengt, um fjögur til fimm prósent Íslendinga yfir fertugu eru með það, en mitt doktorsverkefni snérist um það hversu klínískt mikilvægt MGUS er. Það getur verið erfitt að vera viss á því vegna þess að lang flestar rannsóknir fara bara fram á þeim sem greinast fyrir tilviljun með þetta einkennalaus ástand, oftast út af öðrum sjúkdómum. Þetta veldur valbjögun.“

Blóðskimun til bjargar

„Rannsóknir mínar eru hluti af *Blóðskimun til bjargar* og er umfangsmikil rannsókn sem Sigurður Yngvi er í forsvari

fyrir. Hugmyndin þar er að kanna hvort að hægt sé að skima gegn þessu forstigi og finna fólk sem mun einhverntíma fá mergæxli, fylgja því eftir og finna þau sem eru alveg að fá mergæxli (að visu bara minnihluti þeirra) og meðhöndla þau. Spurningin er líka hvort það borgi sig að skima fyrir þessu. Kjarninn í því sem ég er að gera er að vinna í kringum þessa rannsókn þar sem verður til einstakt skimað þýði með MGUS. Þetta einstaka þýði gerir okkur svo kleift að komast framhjá þeirri valbjögun sem einkennir eldri rannsóknir.“

Mikilvægt að geta fært fólkí tól í hendur

„Minnihluti fólks sem er með forstigi mergæxlis fær mergæxli en það er alvarlegur sjúkdómur. Hluti af því sem við höfum áhuga á er hvort það séu einhverjir sérstakir umhverfisþættir sem geti spáð fyrir um hver þau eru sem fá mergæxli. Þannig gætum við fylgt þeim þéttar eftir, gripið fyrr inn í eða jafnvel haft áhrif á þessa umhverfisþætti til að koma í veg fyrir mergæxli. Verkefninu sem ég fékk styrk fyrir er ætlað að kanna hvort lífsstílsþættir eins og offita og mataræði tengist forstigi mergæxlis og þróun þess yfir í virkan sjúkdóm. Ef svo væri, gætum við ráðlagt fólkí með MGUS að breyta lífsstílum og þannig gefið þeim sem hafa MGUS tól í hendur til að hafa áhrif á sínar horfur auk þess sem þá gæti verið mögulegt að nota þyngdarstjórnunarlyf.“

Hvaða eiginleika þarf góður vísindamaður að hafa?

„Þetta er stór spurningin. Nútímavís-

indi eru flókin og það þarf fólk með mismunandi þekkingu og hæfileika. Fólk með andstæða hæfileika gerir oft góð vísindaverkefni. Ég nýt góðs af því að hafa góða samstarfsfélaga, sem hafa aðra styrkleika en ég. En grundvallareiginleikar góðs vísindamanns myndi ég segja að væru fyrst og fremst forvitni, sköpunargleði, nákvæmni og heiðarleiki.“

Forvitinn að komast inn fyrir huluna

Sæmundur segist alls ekki alltaf hafa ætlað að verða læknir. „En ég hef alltaf verið tilbúinn til þess að sveigja af þeirri leið sem ég er á og læknisfræðin vakti athygli mína á menntaskólaárunum. Áhuginn á því að sinna fólkí og forvitni um þennan lokaða heimi sem engir aðrir fá að vera í. Að komast inn fyrir huluna þótti mér spennandi tilhugsun.“

Annt um tvískipt hlutverk lækna

Sæmundur hefur stundað sérnám í lyflækningum meðfram doktorsnáminu. „Ég held að það sé besta leiðin til þess að gera það, allavega fyrir mig. Mér er mjög annt um þetta tvískipta hlutverk lækna og ég held að þetta sé mjög öflug blanda. Það þurfa ekki allir sem eru lækna að stunda vísindi og öfugt. En það er mikilvægt að einhverjir tengi klínísku þjónustuna við fílabEinsturn rannsókna. Þá er hægt að taka mikilvægu rannsóknarspurningarnar beint frá sjúklingum og þjónustuna við þá inn á rannsóknarstofuna og koma svo þekkingunni sem allra fyrst tilbaka í klíníkina og



Það eru spennandi tímar framundan hjá Sæmundi. Mynd RS.

bæta þjónustuna. Vísindin gefa einnig tækifæri til þess að fá hvíld frá klínísku vinnunni en þó þetta sé oft erfitt, hefur þetta verið gefandi blanda fyrir mig.“

Rannís-styrkurinn

Vorið 2024 hlaut Sæmundur einnig verkefnastyrk frá Rannsóknarsjóði Íslands (RANNÍS) fyrir öðru verkefni. „Þann styrk fékk ég í janúar á síðasta ári. Það verkefni snýr að því að kanna einkennagefandi MGUS, því þó svo að MGUS sé einkennalaus þá geta M-próteinin verið eitruð og valdið sjúkdómum, til dæmis nýrnasjúkdómum, taugasjúkdómum og fleiru. Þessi breiði sjúkdómaflokkur er illa skilinn og talinn mjög vangreindur en það er þó alls óljóst hversu algengt þetta er og í sumum tilfellum er hreinlega óljóst hvort að hann sé til. Verkefninu er ætlað að nýta skimaða pýði Blóðskimunar til bjargar til að kortleggja betur hverjir fá þessa sjúkdóma og finna áhættuþætti fyrir því að MGUS sé ekki lengur einkennalaust. Við

viljum skýra myndina með einkennagefandi MGS og draga úr vangreiningu.“

Rannsókn birt í Blood

Sæmundur hefur leiðbeint þó nokkrum hópi nema, bæði á BSc-, MSc-, og doktorsstigi. BSc-verkefni Ástrúnar Helgu Jónsdóttur, sem er ein af þeim nemum sem í lengri tíma hafa verið hjá honum og Sigurði Yngva, leiddi nýlega til birtingar í *Blood* en það er eitt virtasta tímarit á sviði blóðlæknisfræðinnar. „Það er mjög ánægjulegt að það hafi gengið upp. Verkefnið fjallar um fólk með hátt kalk í blóði sem er með MGUS, eitt eitt algengasta einkenna þeirra sem eru með mergæxli. Í verkefninu skoðaði Ástrún útkomu einstaklinga með MGUS sem eru með hátt kalk í blóði, en það gæti verið vísbending um að viðkomandi sé kominn með mergæxli og gæti leitt til ítarlegrar uppvinnslu. Rannsóknin leiddi þó í ljós að mergæxli er nánast aldrei orsök einangraðrar blóðkalsíumhækkunar. Sagan er góð og hefur skýrt

klínískt gildi en svona birting í *Blood* er afskaplega mikilvæg fyrir okkur.“

Í framhaldsnám til Gautaborgar

Í haust er stefnan tekin á Gautaborg í sérnám í blóðlækningum en þar er Sæmundur alinn upp. „Ég veit að sænskan mín hljómar nokkuð vel enda lærði ég hana sem barn, en það er ekki nóg. Mér finnst ég ekki vita nógu mikið um menningu og samfélag landsins. Ég reyni því eins og ég get að undirbúa mig vel og læra eitthvað um sögu Svíþjóðar og pólitík svo ég verði viðræðuhæfur.“

Von Willenbrand bandið og ritstjórn

Á *Læknadögum 2025* var Sæmundur með „pöbkkviss“ á 110 ára afmælistalpingi *Læknablaðsins*, en þá var hann nýhættur í ritstjórn *Læknablaðsins*. „Þó að nóg hafi verið að gera, þáði ég sæti í ritstjórn, aftur þetta um að komast bakvið „huluna“ og skilja það sem gerist í ritstjórn svona blaðs. Mér fannst þetta spennandi og skemmtilegt en þurfti því miður að hætta vegna anna, en það var ómetanlegt að fá að komast í ritstjórn svona snemma á ferlinum.“

Sæmundur tróð einnig upp með hljómsveitinni von Willenbrand Band á afmælistalpingi *Læknablaðsins* á *Læknadögum*. „Það var skemmtilegt verkefni og gaman að því hve margir læknanemar voru með. Tónlistin hefur alltaf fylgt mér. Ég hef verið í kórum og spilað á trompet og í menntaskóla var ég í ýmsum hljómsveitum. Í dag er ég í salsahljómsveitinni *Salsakommúnan* sem spilar frumsamda íslenska salsatónlist og við hyggjum á plötuútgáfu í sumar.“

Draumurinn að eignast pítsaofn

Sæmundur hefur einnig gaman að elda mennsku. „Á mínu heimili elda ég flesta daga og hef einstaklega gaman af því að halda þematengd matarboð. Ég held ég taki samt ekki við af Ragnari Frey,“ segir Sæmundur og hlær. Aðspurður segir Sæmundur að lokum: „Hvar ég sé mig eftir 20 ár? Ég stefni á að hafa eignast hlaðinn pítsaofn og kannski bát til þess að geta veitt fisk, sem ég elda svo! Þessu er annars ómögulegt að svara. En minn draumur er líklega að vera akademískur blóðlæknir. Að vera með sjúklinga, sinna þeim og vinna í vísindum samhliða.“