

Hugleiðing heimilislæknis um áramót

Salome Ásta Arnardóttir

er heimilislæknir á
heilsugæslustöðinni í
Lágmúla í Reykjavík

Salome@hgjagmuli.is



Í upphafi árs er við hæfi að viðra væntingar sínar og vonir og dusta af þeim gömlu rykið og gá hvort þær falli að tíðarandanum. Sumt fólk nýtir sér þessi tímamót til að endurnýja áramótaheitin frá í fyrra gagnvart líkama og heilsu og fjölmennir af skyldurækni í líkamsræktarstöðvarnar til aflausnar synda sinna og tyftar holdið. Aflátsbréfin eru í mynd meðlimsskírteina og liggja oft ónotuð. Í samræmi við heimsýn okkar um himin og helvíti hefur okkur tekist að leiða almenningi fyrir sjónir að sjúkdómar og heilsuþrengingir séu refsing fyrir syndsamlegt lífverni. Við boðum að með lífverni sem lágmarkar áhættuþætti sjúkdóma fleytum við lífinu í átt að ódauðleikanum. En er þetta sanngjarn og sannur boðskapur?

Iona Heath, formaður breska heimilislæknafélagsins hélt ræðu á degi Williams Harvey í október 2011.¹ Þar gerði hún meðal annars að umtalsefni áhrif atburða og ævisögu á sjúkdóma einstaklinga, það sem Linn Getz hefur verið óþrengandi við að miðla okkur undanfarin ár. Allir læknar hafa reynt slú af því hvernig lífið fer með fólk. Ofbeldi, slys og langvinn streita skaða líkama og sál. Áföll á barnsaldri, svo sem líkamleg, tilfinningaleg- eða kynferðisleg áreitni/ofbeldi og fleira sem vekur þá hugsun að lífið hafi svikið eða farið ranga braut, auka hættu á alvarlegum veikindum og dauða fyrr en ella. Fátækt, misskipting auðs og kynþáttahatur hafa líka áhrif á líkamlega heilsu fólks og einnig þeir dómur heilbrigðiskerfisins sem sjúkdómsgreiningar eru hafa einnig sín áhrif. Mikið

hlakka ég til þegar hægt verður að setja inn í reiknilíkan áhættuþátta á www.hjarta.is hjartasár fólks, niðurlægingu og vonbrigði, þá væri kannske mark á takandi. Í ljósi tengsla áfalla og veikinda ættum við að leggja af gamaldags viðhorf um sekt og sjúkdóma.

Sérgrein heimilislækninga er eitt af mörgu sem stórveldinu Bretlandi hefur tekist að miðla heimsbyggðinni. Tveir hópar lækna með sömu grunnmenntun eru þar grundvöllur heilbrigðiskerfisins, annar hópurinn tekur að sér þjónustu við ákveðinn hóp fólks en hinn hópurinn tekur að sér sérhæfða þjónustu við sjúkdómaflokka. Þessar tvær nálganir læknisþjónustu bæta hvor aðra upp og getur hvorug án hinnar verið. Sérgreinalæknar og háskólasamfélagið hafa byggt upp stórkostlega þekkingu á sjúkdómum, tilurð þeirra, flokkun og meðferð, meðan heimilislæknar og þeirra fræðasamfélag nýtur góðs af sambandi sínu við fólk yfir langan tíma.

Í vel starfandi heilsugæslu sjáum við sjúkdóma ekki sem stöðugt fyrirbæri heldur fylgjumst með fólki frá því áður en sjúkdómurinn fær nafn og er varla einkenni, kannski smá brot í sálinni í lífsins ólgusjó. Og við sjáum líka hvernig veikindi verða hluti af lífi fólks og samfélags, krefjast síns pláss og hafa áhrif á sögu þeirra sem tengjast fjölskyldu- og tilfinningaböndum. Við fáum jafnvel stundum að fylgjast með samhengi milli kynslóða. Heyrum af langömmu sem leitaði gæfunnar á mölinni, sveitarómagi með króga upp á arminn. Síðar hvernig vonbrigði og vonleysi kenndi dóttur hennar æðruleysi sem jaðrar við tómlæti gagnvart lífinu. Við fylgjumst árum saman með þessari litillátu fjölskyldu, þar sem fæstir hafa framfæri sitt af vinnu, langömmubörnin sem fá sjúkdómsgreiningar nútímans og meðhöndlun við eirðarleysi í skólanum, en foreldrarnir fá greiningar á æðasjúkdómum, sem venjulega kallast ellimörk, fyrir fertugt svo tekið sé dæmi úr mínu „samalagi“.

Ég var nefnilega svo lánsöm að taka við samlagi. Hópi fólks sem var tengt sínum lækni. Frá lækni sem hafði byggt upp traust og tengsl við sinn hóp og var að auki í samfélagi samstarfsfólks á sinni heilsugæslu. Svona tengsl sem gera það mögulegt að kynnast fólkinu sínu. Þegar áföll og veikindin gera vart við sig geta læknir og skjólstæðingur velt fyrir sér ástæðum og þýðingu veikindanna með tengingu í lífshlaup viðkomandi, auk þess að koma á samstarfi um greiningu og meðferð, gefið veikindum meiningu í lífinu. Tengsl fólks við sinn heimilislækni verður sumpart ekki metið til fjár, en þó hefur verið reiknað út (þótt hagfræði eigi ekki upp á pallborðið í augnablikinu á Íslandi) að heilbrigðiskerfi sem byggir á heilsugæslu og heimilislækningum gefur betri árangur og borgar sig fjárhagslega til framtíðar.

Um áramót viðra ég því væntingar mínar og vonir til framtíðar, og dusta af þeim gömlu rykið, að hver einasti Íslendingur geti í framtíðinni sagt hver heimilislæknirinn hans er.

Heimild

1. Heath I. Divided we fail. Royal College of Physicians rcplondon.ac.uk/sites/default/files/harveian-oration-2011-web-navigable.pdf - desember 2011.

Stjórn Lí

Þorbjörn Jónsson
formaður
Valgerður Á. Rúnarsdóttir
varaformaður
Magnús Baldvinsson
gjaldkeri
Anna K. Jóhannsdóttir
ritari
Árdís Björk Ármannsdóttir
Orri Þór Ormarsson
Salome Ásta Arnardóttir
Steinn Jónsson
Pórey Steinarsdóttir

Í pistlunum *Úr penna stjórnmanna Lí* birta þeir sínar eigin skoðanir en ekki félagsins.