

# Ekki eitt, ekki tvennt, heldur þrennt

Erna Sif Óskarsdóttir er ein af þessum konum sem virðast geta allt

■ ■ ■ Hávar Sigurjónsson

Á árlegu þingi samtaka evrópskra lyflækna vann Erna Sif Óskarsdóttir læknanemi á 6. ári fyrstu verðlaun fyrir besta ágrip á veggspjaldi. Erna Sif hóf nám í læknisfræði haustið 2011 en stundaði samhliða nám í næringarfræði og lauk mastersprófi í þeirri grein fyrir réttum tveimur árum. Áður hafði hún stundað flugnám og öðlast atvinnuflugmannsréttindi.

„Þetta var þriðja árs verkefnið mitt í læknisfræðinni og var reyndar hluti af stærra rannsóknarverkefni sem Þórarinn Árni Bjarnason deildarlæknir var að vinna undir handleiðslu Karls Andersen hjartasérfræðings,“ segir Erna Sif.

„Þórarinn Árni auglýsti eftir læknanemum til að starfa við rannsóknina þegar ég var á öðru ári og við vorum þrjú sem réðumst til hans. Okkar hlutverk var að kalla fólk í rannsóknina, taka blóðprufur og skrá niðurstöður. Við ákváðum síðan öll þrjú að gera okkar þriðja árs verkefni út frá þessari stóru rannsókn Þórarins Árna.“

Þriðja árs verkefnið má líta á sem BS-verkefni læknanema enda verða ákveðin þáttaskil í náminu eftir þriðja árið. Erna Sif segir að misjafnt sé hvernig læknanemar vinna verkefnið, „Þetta er 18 eininga verkefni sem unnið er á síðari önn þriðja ársins. Sumir gera eigin rannsókn en sumir vinna með gögn frá öðrum og í lok námsársins eru verkefnin kynnt og þar með er því oftast nær lokið. En við höldum áfram með okkar verkefni og höfum bætt við það jafnt og þétt og erum nú búin að

kynna það á þremur ráðstefnum lyflækna að þeirri síðustu meðtalinni. Í fyrra forúm við til Glasgow og Tallin og núna í haust til Amsterdam.“

Auk Ernu Sifjar eru það Linda Björk Kristinsdóttir og Steinar Orri Hafþórsson sem unnið hafa að rannsókninni undir handleiðslu Karls Andersen og Þórarins Árna en hvert þeirra um sig valdi sér eigin leið út frá meginrannsókninni.

## Tengsl D-vítamíns við sykurlösl

„Í stóru rannsókninni var Þórarinn Árni að skoða sjúklinga sem komu inn á hjarta-deildina með brátt kransæðaeinkenni og sykurlösl hjá þeim. Mitt verkefni snerist um að rannsaka hvort finna mætti samband á milli styrks D-vítamíns í blóði og sykurlösl hjá þessum sjúklingahópi. Samkvæmt fyrstu niðurstöðum, sem náðu til rúmlega 100 sjúklinga, kom í ljós að því lakari sem D-vítamínþéttleikinn var, því meiri líkur voru á að sykurefnaskiptin væru óeðlileg; annaðhvort forstíga-einkenni sykursýki eða sjúklingurinn var með áður ógreinda sykursýki af tegund tvö. Síðan eigum við gögn yfir töluvert fleiri sjúklinga sem ég er að vinna úr núna tölfraðilega og er með grein í vinnslu. Af þessum fyrsta sjúklingahópi voru aðeins 28% með eðlileg sykurefnaskipti en við vorum einnig búin að útiloka þá sem voru með áður greinda sykursýki. Hlutfall þeirra sem voru með óeðlileg sykurefnaskipti er því nokkuð hærra en í almennu þýði. Vissulega þarf að rannsaka þetta mun betur en það má velta því fyrir sér

hvort D-vítamíngjöf til þessara sjúklinga myndi draga úr þróun sykursýki og vera þá eins konar forvörn. Það þyrfti þó að skoðast vandlega.“

Erna Sif segir að þetta hafi ekki verið rannsakað áður hjá þessum tiltekna sjúklingahópi en vissulega hafi tengsl D-vítamíns við sykurbúskap líkamans verið rannsökuð. „Niðurstöður eru reyndar nokkuð misvísandi en margar aðrar rannsóknir hafa sýnt svipaðar niðurstöður.“

Veggspjald Ernu Sifjar um niðurstöður rannsóknarinnar var samþykkt inn á sýningu ráðstefnunnar í Amsterdam. „Tíu dögum fyrir ráðstefnuna var svo hringt í mig og mér tilkynnt að veggspjaldið mitt hefði verið valið eitt af þremur bestu og ég beðin um að halda 10 mínútna fyrirlestur um efni rannsóknarinnar. Sem ég og gerði ásamt tveimur öðrum. Daginn eftir var síðan tilkynnt hver væri sigurvegari af þessum þremur. Þetta var frábær viðurkenning fyrst og fremst en henni fylgdi þessi fína karfa með hollensku sælgæti, virðulegt viðurkenningarskjal og verðlaunafé að upphæð 500 evrur.“

Veggspjald af þessu tagi er sannarlega ekki eins og hvert annað plaggat á vegg heldur úthugsuð lýsing í fáum orðum á yfirleitt mjög flóknu efni. „Það getur verið meiriháttar höfuðverkur að koma efni rannsóknar frá sér í til dæmis 250 orðum enda oft erfiðara að skrifa stuttan og skýran texta heldur en langan. Það er kannski galdurinn við gott veggspjald að það sé skýrt og öll efnisatriði komist til skila þrátt fyrir knappan texta. Uppsetningin skiptir



*„Verkefnið snerist um að rannsaka hvort finna mætti samband á milli D-vítamíns í blóði og sykurlögs hjá sjúklingum með bráð kransæðaeinkenni,“ segir Erna Sif Oskarsdóttir.*

Ég var sem sagt nýbúin með þetta allt saman og tilbúin að hefja feril sem flugmaður þegar hrúnið skall á haustið 2008. Atvinnuhorfur fyrir nýja flugmenn á þeim tíma voru vægast sagt slæmar og ég hefði sjálf sagt ekkert fengið að gera hér heima í fluginu enda verið að skera niður á öllum póstum. Ég var síðan í fæðingarorlofi með yngsta barnið haustið 2009 og ákvað þá að taka nokkra kúrsa í næringarfræði í HÍ um veturinn. Þetta var í upphafi hugsað af minni hálfu til að brúa bilið þar til ég fengi starf í fluginu hér heima en ég var ekki tilbúin að flytja til útlanda með þrjú börn til að starfa sem flugmaður. En ég fann mig vel í næringarfræðinni og mestan áhuga hafði ég á þeim fögum sem tengdust læknisfræðinni og eftir tvö ár í næringarfræðinni lét ég slag standa og tók inntökuprófið í læknisfræðina. Það gekk bara vel og ég hóf nám í læknadeildinni haustið 2011.“

Og hvað ætlar svo flugmaðurinn, næringarfræðingurinn og lækni Erna Sif að starfa við?

„Ég ætla að verða lækni, það er ekki spurning. Ég á ekki von á því að starfa sem flugmaður heldur fljúga mér til ánægju þegar tækifæri gefst. Næringarfræðin er góð viðbót við læknisfræðina og á eflaust eftir nýttast mér vel í læknisstarfinu.“

að sjálfsögðu einnig máli og svo kannski síðast en ekki síst að efnið sé áhugavert.“

#### Atvinnuflugmaður og næringarfræðingur

Erna Sif verður að teljast ein af þessum íslensku ofurkonum sem virðast geta allt sem þær taka sér fyrir hendur. Hún er að ljúka læknisfræðinámi frá Háskóla Íslands næsta vor en áður en hún hóf nám í læknisfræðinni var hún langt komin í námi í næringarfræði og gerði sér reyndar lítið fyrir og lauk BS-prófi samhliða fyrsta ári í læknisfræðinni og hélt síðan áfram og lauk mastersgráðu í næringarfræði í desember 2014. Hvernig fer hún að þessu?

„Ég á góða að,“ segir hún og brosir og mikilvægi þess verður skiljanlegra þegar fram kemur að hún er þriggja barna móðir og með atvinnuflugmannsréttindi að auki. Byrjum bara á byrjuninni.

„Ég lauk stúdentsprófi í desember 2004 og hafði átt elsta barnið mitt tveimur árum áður. Á þessum tíma var ég ákveðin í að verða flugmaður og tók allan þakkann á næstu árum. Fyrst einkaflugmannsprófið, síðan atvinnuflugmannsréttindi, áhafnar-samstarf og loks flugkennararéttindi. Þetta var mjög skemmtilegur tími sem endaði á því að við fórum út til Flórida fjölskyldan í þrjá mánuði í byrjun árs 2008 þar sem ég var að safna mér flugtímum.