

# Ólafur ánægður með einlægni lækna

## ■ ■ ■ Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Ólafur Þór Ævarsson geðlæknir segir vinnuálag á læknum meira en hann hugði. Það hafi komið honum á óvart hve margir upplifi kvíða og depurð.

Læknar eru ekki hvattir nægilega áfram í vinnu, starfsaðstæður þeirra eru ekki alltaf nægilega góðar og starfslýsingum er ábótavant. Þetta sagði Ólafur Þór Ævarsson geðlæknir við *Læknablaðið* eftir að hafa kynnt læknum niðurstöðu könnunar sinnar á líðan og starfsumhverfi lækna á Læknadögum. Ólafur segir ljóst að vinnuálag á læknum sé mikið.

„Það er heldur meira, algengara heldur en ég bjóst við. Það eru meiri einkenni, eins og svefntruflanir hjá fleirum en ég átti von á. Það kom mér á óvart hvað margir eru með kvíða og depurð. Þessar tölur eru allar í hærra lagi og skrifast á álagið.“

## Áreittar þrátt fyrir góða menntun

Ólafur segir kynbundna áreitið einnig hafa komið á óvart. „Ég hafði ímyndað mér að okkar konur yrðu minna fyrir þessu. Þær eru vel menntaðar; eru í hærri stöðu.“ Ólafur segir að niðurstöðurnar sýni að læknar hafi ekki viljað þegja heldur tala opið um aðstæður sínar. „Fyrst með því að svara könnuninni einlægt, og svo með því að spyrja: Hvað getum við gert?“

Hver eru næstu skref? „Að við vinnum sem félag úr upplýsingunum. Brjótum þær niður í þær einingar sem hafa mest gagn af því og að við síðan tökum upp umræðu við okkar vinnuveitendur og stjórnendur og fáum þá með okkur í leikinn, sem og heilbrigðisyfirvöld, um hvernig við getum bætt stöðuna,“ segir Ólafur.

## Áætlana þörf til að bregðast við

Ólafur telur að álagið á læknum eigi eftir verða meira í umræðunni. „Núna erum við búin að opna umræðuna. Nú er eðlilegast að fræða fólk meira um eðli streitu, fræða fólk um hvað hægt er að gera í stjórnun til þess að draga úr streitu og búa til forvarnar- og aðgerðaáætlanir,“ segir hann og útskýrir betur.



Ólafur Þór Ævarsson kynnti niðurstöðu umfangsmikillar rannsóknar Læknafélagsins á Læknadögum í Hörpu. Rannsóknin hefur fengið mikla athygli samfélagsins. Mynd/Védís

„Forvarnaráætlanir eru víðtækari til þess að takast á við hvernig við verndum geðheilsuna og heilsuna almennt í vinnunni. Aðgerðaráætlanir eru skipulag á því hvernig bregðast á við þegar fólk telur sig til dæmis hafa orðið fyrir einelti eða alvarlegum hegðunartruflunum,“ segir Ólafur.

En hvað eiga læknar að gera nú þegar ef þeir finna fyrir streitu? „Læknar eiga að ræða um steituna, hugsa meira um það hvernig þeir geta brugðist við og reyna að átta sig á streituvöldum í lífi sínu og hverju þeir geta breytt. Umfram allt eiga þeir að hvílast.“

**„Læknar eiga að ræða um steituna, hugsa meira um það hvernig þeir geta brugðist við og reyna að átta sig á streituvöldum í lífi sínu og hverju þeir geta breytt. Umfram allt eiga þeir að hvílast.“**