

Sviðalykt og kalsár

Jólahefti *Utposten*, tímarits norskra heimilislækna, er helgað kærleik lækna til starfs síns. Nokkrir heimilislæknar skrifa pistla um ást sína á starfinu, www.utposten.no. Það er orðið of langt síðan ég heyrði um slíkt meðal íslenskra lækna. Þó held ég að íslenskum læknum eins og þeim norsku þyki í raun vænt um þann heiður sem okkur er sýndur með því að fólk skuli treysta okkur fyrir heilsu sinni og meðferð, njóta þess að ráða við verkefni starfsins og upplifa í gegnum það samhengi og tilgang. Margir læknar tengjast samstarfsfólki vináttuböndum og gleðjast yfir fjölbreytileika skjól-stæðinganna.

Á haustmánuðum stóð Læknafélag Íslands fyrir áhugaverðri könnun á líðan íslenskra lækna. Margt mjög athyglisvert kom í ljós og kannski var það besta sú einlægni sem skín út úr svörum. Mun fleiri tjáðu sig opið um streitu sína og þreytu en hefði verið hægt að gera sér í hugarlund fyrir nokkrum árum. Könnunin sýndi að meirihluti lækna er ánægður í sínu fjölbreytta starfi og þeim finnst þeir geta haft áhrif á skipulag vinnu sinnar. Læknar eru flestir ánægðir með starfsaðstæður sínar og samstarf á vinnustað. Mjög margir eru undir álagi í starfi og upplifa mikil streitueinkenni. Læknar vinna mjög mikið og það kemur ekki á óvart. Of margir læknar upplifa þessi streitueinkenni svo sterk að þeir hafa íhugað breytingu á starfsháttum sínum. Ég hlakka til að sjá samanburð við líðan annarra háskólamenntaðra stétta á Íslandi sem sumar eiga jafnvel ekki vísa greiðslu fyrir störf sín og alls ekki vísa vinnu. Þannig aðstæður vænti ég að séu streituvaldandi ekki síður en langir dagar. Streita og kulnun er, eins og við vitum öll sem hlustum á fólk í vanda alla daga, síður en svo einkamál lækna. Þessi streita er algeng og félagslega viðurkennd sem ástæða til breytinga á lífi sínu til að fyrirbyggja alvarlegri veikindi.

Í nýlegum auglýsingum frá Virk starfsendurhæfingarsjóði er gert góðlátlegt grín að því aðalsmerki Íslendinga að hafa „brjálað að gera“. Þetta á ekki bara við um lækna. Á Íslandi hefur lengst af verið mörgum nauðsyn, en öðrum virðingarkerki, að vinna langa vinnudaga, til sjá fyrir sér og sínum eða bara til að draga meiri björg í bú en nágranninn. Ef til vill er sú afstaða að breytast. Ef til vill trúum við því að „erlendis“ vinni fólk styttri vinnudaga og fyllumst tilfinningu um að við séum

órétti beitt. Ég ætla mér ekki að halda því fram að ég viti mikið um vinnufyrirkomulag lækna erlendis en mér hefur ekki heyrst á þeim sem hafa starfað vestanhafs að þar sé vinnudagur styttri en hér og austanhafs kvarta að minnsta kosti heimilislæknar undan óhóflegu álagi.

Læknisþjónusta hefur fyrir löngu orðið iðnvæðingunni að bráð eins og flest störf nútímans. Samkvæmt Chaplin í kvikmyndinni *Modern times* er það óhjákvæmileg afleiðing færibandavinnu að færibaldið fer hraðar og hraðar, líklega til að þóknast hagnaðarkröfu, og dregur með sér starfsfólkið inn í hrundið. Krafa um aukin afköst eru hluti af meinloku nútímans, auk kröfunnar um aukna skrásetningu. Krafan um aukin afköst nær ekki bara til vinnutímans heldur er haldið á lofti lofi um stöðugan óróleika og upplifanafjöld í frítímanum líka, sem getur ekki síður aukið á streitutilfinningu. Samtímis vitum við að störf heilbrigðiskerfisins eru í eðli sínu ekki hagnaðardröfin. Okkar vinna mun aldrei borga sig, nema kannski á himnum. Samkvæmt landlækni er vægi heilbrigðiskerfisins sem svarar til 20% af lífslíkum okkar og er þá ekki tekið tillit til þess hvort þessi viðbættu ár bæta við að þjóðarbúsins.

Velvilji og samviskusemi heilbrigðisstarfsmanna er ótvíræður. Við erum flest vakin og sofin yfir starfinu okkar, svo mjög að ekki er að undra að eitthvað gefi eftir og skilji eftir kalsár kulnunar og sviðalykt útbrunans. Meðferð kulnunar og streitu er bæði fólgin í breytingum á aðstæðum þeim sem valda streitu, til dæmis eins og að útrýma kjánalegu vaktafyrirkomulagi og manna vinnustaði í samræmi við aðstæður. En meðferð kulnunar og streitu felst líka í breytingu á hugarfari. Við vitum að mikið álag í skemmtilegu starfi er gefandi og þroskandi. Samræming annasams starfs og umönnunarstarfa í fjölskyldu er flókið verkefni og getur krafist þess að maður leiti sér aðstoðar og minnki kröfur til sjálfs síns.

Ég trúir því að væntumþykja til læknisstarfsins geti verið haldreipi í stormviðri dagsins. Kærleikurinn geti hnytt okkur saman í stolti yfir starfinu okkar. Eigum við að sammælast um að vinna að því að við fáum tíma og tækifæri til að meta þann heiður sem það er að vera treyst fyrir heilsu fólks í erfiðleikum svo þetta áhugaverða ábyrgðarstarf okkar geti haldið áfram að vera hluti af góðu lífi?



Salóme Ásta Arnardóttir

heimilislæknir

Salome@hglagmul.is

Í pistlunum *Úr þenna stjórnarmanna LÍ* birta þeir sínar eigin skoðanir en ekki félagsins.

Stjórn Læknafélags Íslands

Reynir Arngrímsson
formaður
Björn Gunnarsson
gjaldkeri

FAL
Guðrún Ása Björnsdóttir
Ýmir Óskarsson

FÍH
Salóme Ásta Arnardóttir
Jörundur Kristinsson
varaformaður

FS
María I. Gunnbjörnsdóttir
Gunnar Mýrdal
ritari

LR
Þórarinn Guðnason
Guðmundur Örn Guðmundsson