

# „Við vinnum með lífið svo lengi sem það varir“

Ekki er hægt að segja annað en Valgerður Sigurðardóttir hafi verið á tímamótum í apríl. Líknardeildin, þar sem hún er yfirlæknir, varð tvítug í mánuðinum, hún varð amma og náði sjálf löggiltum starfslokaaldri. „En vinna ekki allir læknar lengur?“ spyr hún á þrítugasta ári sínu við líkn. Við Valgerður setjumst niður í einu litlu eldhúsanna á líknardeild, sem hefur vaxið og dafnað í húsakynnum gamla Kópavogshælisins. Þrátt fyrir ríka sögu og erfiðar stundir undir þaki hússins er andinn þar góður. Á þessum tímamótum ræðum við starfsemina og starfið sjálft, sem er umvafið einu stærsta áfalli í lífi hvernar fjölskyldu, því að missa nákominn.

## ■ ■ ■ Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Síminn hringir þegar við Valgerður erum rétt sestar niður. Þetta eru spennandi tímar. Dóttir hennar bíður eftir henni á fæðingardeild Landspítala. Hún er á heimleið með nýfæddan litla ömmustrákinn, fyrsta ömmubarnið, og dóttir bíður móður sinnar. Það leynir sér ekki að Valgerður er spennt. Nýtt líf og svo mikil gleði. En við ætlum að ræða störf hennar fyrir líknardeildina, starf sem umkringtt er sorg. Eða hvað? Valgerður bendir á að það sé ekki gefið.

„Það getur líka verið sorg í kringum fæðingar rétt eins og það getur ríkt gleði hér á líknardeildinni. Við erum ekkert alltaf að tala um dauðann. Við erum að tala um lífið. Við vinnum með lífið svo lengi sem það varir.“

## Hver með sitt bjargráð

Valgerður segir misjafnt hvort síðustu dagar hvernar manneskju fari í uppgjör á lífi hennar. „Við höfum öll mismunandi bjargráð. Sumir þurfa að fara í gegnum alla hluti og tjá sig. Aðrir reyna eins og þeir geta að halda í hversdaginn. Lifa eins og áður,“ segir hún. „Það þýðir ekki að þeir séu í afneitun. Þeir nota önnur bjargráð.“ Það skiptir hana máli að átta sig á hverri manneskju því þannig nái hún árangri í starfi. „Samskipti og traust eru númer eitt, tvö og þrjú.“

Hún fer í gegnum sögu líknardeildarinnar. Hvernig Ingibjörg Pálmadóttir heilbrigðisráðherra vígði starfsemina til leiks fyrir tveimur áratugum. Hvernig

líknardeildin var byggð á þróunarverkefni Krabbameinsfélagsins um heimaþjónustu. Sjálf er Valgerður með sérmenntun í krabbameinslækningum og hefur allt frá upphafi stýrt deildinni. Hún telur deildina vart hafa komist í gagnið nema fyrir tilstuðlan Oddfellow-reglunnar sem árið 1997 varð 100 ára og réðst í verkefnið að því tilefni.

„Ekki aðeins hafa meðlimir Oddfellow byggt deildina upp öll þessi ár heldur hafa þeir sópað og skúrað eftir sig,“ segir hún og er þakklát.

## Konur drifkraftar líknar

Athygli vekur að konur eru máttarstólpar og drifkraftar líknardeildarinnar, ekki aðeins þegar kom að uppbyggingunni heldur einnig í starfseminni sjálfri.

„Sigríður Kristjánsdóttir hjúkrunarfræðingur og félagi í Oddfellow barðist fyrir þessu verkefni innan hreyfingarinnar. Hún hafði sjálf fengið krabbamein. Síðan áttum við hæk í horni sem var Vigdís heitin Magnúsdóttir, forstjóri Landspítalans.“ Hún nefnir einnig Önnu Stefánsdóttur þáverandi hjúkrunarframkvæmdastjóra.

Fyrst afhenti Oddfellow vestasta húsið. Unnu frá foheldu, innrétuðu og afhentu Landspítalanum fullbúið 16. apríl 1999. Smám saman hefur reglan byggt við starfsemina; dagdeild, 5 daga deild og kapellu. Árið 2012 var líknardeild aldgraða á Landakoti sameinuð starfseminni og rýmum fjölgað úr 8 í 12. Það sé nóg samkvæmt

stöðlum, segir Valgerður. Í það minnsta fyrir höfuðborgarsvæðið.

„En það er mikilvægt að byggja þjónustu til að styrkja landið og miðin,“ segir hún. „Það hefur gengið hægt og rólega.“ Líknardeildin sé ekki aðeins í kringum þessi 12 rými því um 150 sjúklingar njóti heimaþjónustu hennar.

## Líkn af fagmennsku

Einn karlkyns sérfræðilæknir vinnur nú á líknardeildinni, annars allt konur. „Ég segi að það sé miður.“ En svona sé staðan einnig í Bandaríkjunum og Evrópu. „Líkn er ekki endilega hátt skrifuð innan læknisfræðinnar. Margir halda að við séum í handayfirlagningum eða svo góðar stúlkur. En ég er ekkert góð stúlka. Ég er fagleg eins og ég verð að vera til að lifa af í svona starfi áratugum saman.“ Líknarlæknar verði að kunna að setja mörk og vita hvernig best sé að bregðast við ólíkum upptakomum.

„Við verðum að hafa þjálfun í samskiptum, geta tekið á móti erfiðum ásökunum, verðum að hafa færni til að flytja erfiðar fréttir og vera hreinskiptin og heiðarleg. Ég lít svo á að styrkur minn liggja þar og hef trúnað því að ég geti notað sjálfa mig sem verkfæri í samskiptum,“ segir Valgerður.

## Fleiri njóta líknardeildarinnar

Valgerður segir mikilvægt að víkka út líknarþjónustuna. Hún hafi þjónað þeim



Valgerður Sigurðardóttir hélt upp á 20 ára afmæli líknardeildarinnar þann 16. apríl. Sjálf hefur hún unnið við að líkna í þrjá áratugi. Mynd/gag

vel sem greinast með krabbamein. „Hins vegar hefur gengið erfiðlegar að ná til annarra sjúklingahópa. Það er mikill misskilningur að aðeins krabbameinssjúklingar þurfi á líknandi nálgun að halda. Það er stóra verkefnið framundan,“ segir hún.

„Innan heilbrigðisráðuneytisins hefur staðið yfir vinna við samþættingu líknar- og lífslokameðferðar á landinu öllu. Það er mikið fagnaðarefni sem vonandi verður til þess að fleiri njóta þeirrar þjónustu sem þurfa á henni að halda.“

En af hverju fór Valgerður í krabbameinlækningu og endaði í líknarlækningum? „Ég var kannski ekki alveg nógu ánægð í læknisfræðinni en þegar ég fór að vinna í þeirri litlu starfsemi sem var í kringum krabbameinssjúklinga fann ég mig,“ segir hún. „Það hefur alltaf átt betur við mig að takast á við flókin verkefni. Einfaldar lausir höfðu ekki til mín.“

Hún lærði á Radiumhemmet, sem er hluti af Karolinska sjúkrahúsinu í Stokkhólmi. „Þar fékk ég fljótt áhuga á öðrum hliðargreinum krabbameinlækninga. Ég var um tíma hjá sálfélagslegri einingu. Svo sótti ég ráðstefnur um líknarþjónustu.

Þannig að þegar ég kom heim byrjaði ég strax að vinna við líkn,“ segir hún. Starfið felist í að finna lausnir við hæfi hvers og eins.

„Maður þarf að hugsa út fyrir boxið,“ segir hún. „Það skiptir ekki máli hvort

einstaklingur á tvo daga, tvær vikur eða tvö ár ólífað. Við getum gert mjög margt og notum alla tækni sem hægt er ef við teljum það hjálpa viðkomandi.“

### Lífið er fallvalt

En hugsar fólk öðruvísi um lífið þegar unnið er í kringum dauðann? „Við skynjum vel hversu fallvalt lífið er og að lífshamingjan er ekki eitthvað sem allt í einu dettur í fangið á manni eða maður getur krafist, heldur gerist á hverjum degi í litlum augnablikum,“ segir hún.

„Vissulega getur verið erfitt séu mörg andlát með mikilli sorg og erfiðleikum. En það getur verið fullnæging í starfi að sjá að einstaklingi líður betur, nýtur daganna betur og samskipta við sína nánustu af því að tekist hefur með lyfjum og aðbúnaði að bæta líðan hans – að fólk geti lifað betur þangað til það deyr.“

## Á móti líknardrápi

Þjáningar og lífslok. Hver er afstaða Valgerðar Sigurðardóttur yfirlæknis á líknardeild Landspítala til líknardrápa? „Ég hef séð mig tilneydda til að taka opinbera afstöðu til málsins,“ segir hún.

„Ég upplifi sterkan lobbisma í fyrsta skipti. Þingsályktunartillögur hafa verið settar fram tvö ár í röð. Ég hef alltaf verið andstæðingur líknardráps og lít svo á að það eigi ekki samleið með líknarmedferð, þó að ég skilji alveg að í læknisfræðinni er ekkert svart og hvítt,“ segir hún.

„Áhersla mín er á lífið, ekki dauðann. Mitt er að bæta lífið þannig að dauðinn geti komið með ró og reisn. Í öll þessi 30 ár sem ég hef unnið í líknarþjónustu, frá árinu 1989, eru ekki margir sjúklingar sem hafa óskað eftir að ég stytta líf þeirra. Auðvitað kemur alltaf öðru hvoru einhver sem vill ræða þetta: Get ég ekki fengið stóru sprautuna? En þegar við ræðum það nánar er ljóst að fólk er þreytt. Það sér ekki hvernig það á að halda út. Það hefur kannski ekki fengið góða einkenameðferð. „Eitt er að ræða þetta og annað að taka ákvörðun,“ segir hún. „Svo er alltaf eitthvað sem hægt er að gera til að bæta líðan,“ segir hún.

„Það gleymist hvað lífsviljinn er sterkur. Það er eins og maður geti alltaf bætt við sig klukkustundum, dögum eða vikum.“