

„Meira er ekki alltaf betra“

Snjallt val í heilbrigðiskerfinu

Læknafélög í tuttugu ríkjum hafa ráðist í verkefnið *Choosing Wisely* til að hvetja sjúklinga og aðstandendur þeirra, og ekki síst lækna, til að hverfa frá oflækningum og óþarfa meðferðum á sjúklingum. Stefán Hjörleifsson, heimilislæknir í Haukeland í Noregi, er í framvarðasveit verkefnisins þar; *Gjör kloke valg*. Læknafélag Íslands íhugar að slást í hópinn. Oflækningar séu vandamál hér sem þar.

■ ■ ■ Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Nú af hverjum tíu barna-, röntgen- og heimilislæknum í Noregi telja að oflækningar séu stundaðar í landinu. Átta af tíu telja þær vandamál í Noregi og tveir af hverjum þremur segjast taka þátt í oflækningum. Þetta eru niðurstöður könnunnar norska læknafélagsins, Legeforeningen, sem það réðst í að gera í aðdraganda þess að ákveðið var að taka þátt í herferð á alþjóðavísu um snjallt, skynsamlegt val í lækningum. Alls voru 1.500 lækna spurðir.

„Meira er ekki alltaf betra,“ segir Stefán Hjörleifsson, læknir á háskólasjúkrahúsinu í Björgvin í Noregi, og vísar þar til slagorðs norska læknafélagsins sem ýtti herferðinni úr vör í september. Stefán er formaður nefndar norska læknafélagsins sem heldur utan um átakið þar í landi.

Íslenskir lækna í herferð

Læknafélag Íslands íhugar nú að feta í fótspor norska læknafélagsins og þar með læknafélaga og skyldra fagfélaga í tuttugu ríkjum og fara í herferð gegn oflækningum. Markmiðið er að vernda heilsu fólks og forða því frá skaða og óþarfa óþægindum.

Stefán telur ólíklegt annað en að oflækningar séu veruleiki hér á landi rétt eins og í Noregi. „Norsku lækna telja

helstu ástæðu oflækninga þrýsting og óþarfa tilvísanir heimilislækna til sérfræðinga,“ segir Stefán. „Þá telja lækna að þeir geri þetta til að forðast óvissu og af því að kollegarnir ætlist til þess.“ Hann bendir á að meðferðarleiddbeiningar leggi einnig meiri áherslu á hvað eigi að gera en hvað eigi ekki að gera.

„Þær eru sjaldnast skrifaðar með það í huga að útskýra fyrir mönnum hvenær rétt sé að sleppa því að gera hlutina. Tímaskortur og fjárhagslegar ástæður voru einnig nefndar meðal helstu ástæðna oflækninga norskra lækna,“ segir Stefán. Áhugavert sé að lækna telji þrýstinginn vega þyngra en fjármögnun heilbrigðisþjónustunnar.

Óþarfi að gera of mikið

Stefán segir ólíka nálgun milli héraða hafa gefið sterka vísbendingu um oflækningar í Noregi því í sumum þeirra hafi verið gert tíu til tuttugfalt meira fyrir sjúklinga en í öðrum.

„Þegar þetta var gert opinbert fóru læknafélögin að sýna þessari herferð áhuga,“ segir Stefán. Hann var á lokametrinum maímánaðar gestur stjórnar Læknafélagsins. Á fundinum kom fram að margir heimilislækna finni að þrýstingurinn á oflækningum sé að aukast hér á landi. Það

hafi gerst með tilkomu samfélagsmiðla og ýmissa lífsstílhópa.

„Já, það er rétt að óraunhæfar væntingar magnast stundum upp í afmörkuðum hópum. Stundum eru það gróðaöfl sem hvetja til oflækninga en svo verðum við lækna einnig að líta í eigin barm,“ segir Stefán. „Við getum gert meira og meira, en það er ekki alltaf til bóta. Stundum er einfaldlega of mikið af því góða.“ Fólki geti orðið fyrir skaða við oflækningar.

„Stundum valda rannsóknir óþarfa ótta hjá fólki. Stundum finnst eitthvað sem þurfti ekki að finna, stundum er fólk sett í meðferð sem það þurfti ekki. Fólk hefur fengið lyf sem það þurfti ekki eða farið í aðgerðir að óþörfu.“

Stefán nefnir sem gott dæmi hvernig viðhorf fólks til sýklalyfja hafi kollvarpast á örfáum árum. Hér áður hafi börn fengið sýklalyf við kvefi en nú hafi óttinn við sýklaónæmi gert það að verkum að foreldrar forðist þau sem heitan eldinn. „Nú vonar fólk að barnið þurfi ekki pensilín,“ segir hann. Þessi viðsnúningur sýni að hægt er að koma í veg fyrir oflækningar.

„Við getum nefnt PPI, prótöndæluhamla fyrir ungabörn þegar þau gubba upp móðurmjólkinni, sem dæmi. Sum fá aukaverkanir af þessum lyfjum. Ef hins vegar börnin braggast og vaxa er óþarfi að



Stefán Hjörleifsson var gestur stjórnar Læknafélagsins í lok maí. Hann fór yfir undirbúning og fyrstu skref átaksins Gjör kloke valg sem læknar hafa ráðist í gegn oflækningum. Mynd/gag

gefa þeim þetta lyf,” segir hann. Þá þurfi að huga betur að geislun vegna myndgreininga. „Fólk fær krabbamein af slíku svo vert er að forðast þær ef hægt er.“

Horfa til sjúklinga

Stefán leggur mikla áherslu á að heilsa fólks sé í fyrirrúmi í áttakinu, ekki sparnaður, þótt átakið komi vissulega í veg fyrir soun.

„Þessi herferð er sjúklingum í hag. Hún er ekki sett á stofn til að heilbrigðisstofnanir, heilbrigðisyfirvöld eða aðrir spari peninga,” segir hann og leggur áherslu á orð sín. „Tilgangurinn er að forðast tjón.“ Hann segir því mikilvægt að læknafélögin geri þetta upp á eigin spýtur, án aðkomu heilbrigðisyfirvalda, því aðkoma þeirra myndi skapa vantraust um tilganginn.

„Þegar við byrjuðum í Noregi undirbyggum við verkefnið vel. Við töluðum við lækna og sjúklinga og vorum með markhópa. Fólk varð undrandi þegar sagt

var að herferðin væri að undirlagi lækna-samtaka. Það vakti traust almennings og heilbrigðisyfirvalda líka,” sagði hann.

Sjö ár frá fyrstu herferð

Sjö ár eru nú frá því að átakið gegn oflækningum hófst í Bandaríkjunum. Það barst hratt til Kanada. „Þeim hefur orðið mest ágengt og eru í forsvari fyrir alþjóðahreyfinguna,” segir Stefán. Þar sem enn sé innan við ár síðan áttakinu var ýtt úr vör í Noregi sé of snemmt að segja til um árangur.

Í **Choosing Wisely** er sjúklingum bent á að snjallt sé að spyrja lækinn fjögurra spurninga:

1. Þarf ég virkilega á þessu prófi, rannsókn eða meðferð að halda?
2. Hverjar eru aukaverkanirnar?
3. Er einfaldari eða öruggari leiðir í boði?
4. Hvað gerist ef ég geri ekki neitt?

Þar sem áttakinu er ekki aðeins beint að almenningi heldur einnig að læknum setjast hópar úr hverri sérgrein saman og búa sér til leikreglur sem henta hverri sérgrein til að koma í veg fyrir oflækningar.

„Kollegar eru hrifnir og við fáum jákvæð viðbrögð frá heilbrigðisyfirvöldum líka,” segir Stefán. Alls staðar nefnist átakið *Choosing Wisely*, en Ítalir tali um hægjar lækningar, Svisslendingar um skynsamlega læknisfræði. „Þetta er alltaf sama hugmyndafræðin þótt útfærslan sé misjöfn; að forðast það sem er óþarft og skaðlegt.“