

---

## **Fastlege og visesanger – eller omvendt**

---

INTERVJU

MARIT TVEITO

marit.tveito@aldringoghelse.no

Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse

---

**Fastlege Trygve Kongshavn spiller på mange strenger. Den mest populære barnesangen han har laget, har over en million avspillinger på Spotify.**



Alle foto: Christian Tunge

Når konsertene blir utsolgt og barna synger med på Spotify-hiten «Æsj, bæsj, promp og fis», virker avstanden stor til fastlegelivet. Men Kongshavn er godt fornøyd med valget om å bli lege med musikken som hobby, selv om det betød å takke nei til platekontrakt og i stedet fullføre turnustjenesten.

– Så blir man jo fanget i faget, det er nesten ikke til å unngå, konstaterer han.

- Hvorfor ville du bli lege?
- Da jeg var ni år gammel, fikk jeg en stygg brannskade og var innlagt i en måned ved Ullevål sykehus. Jeg likte å være der, med snille sykepleiere og leger som hjalp folk. Jeg tror jeg fikk lyst til å kunne jobbe der og blafre nedover gangene med hvit frakk.

---

## Miles og Bob

Det er ikke mangel på kreative og musikalske årer i familien. Kona er lektor i drama og datteren er teaterregissør. Sønnen er musiker og spiller i bandet til Karpe (tidligere Karpe Diem), som igjen har ført til at Kongshavn har bandet til Karpe med seg på sine konserter for barn. Niesen Emilie Nicolas vinner stadig flere spellemannpriser.

Selv spilte Kongshavn i en visegruppe på gymnaset. Da han flyttet til Danmark for å studere, startet han en gruppe der også.

- Vi spilte inn to plater og spilte på flere festivaler. Roskilde er vel den best kjente, forteller han.
- Fra 1976 var jeg med på å starte Midtfyns Festival. Den ble stor etter hvert. Vi fikk større og større navn. Jeg har truffet Bob Dylan, Miles Davis og mange andre av de store musikerne fra den tiden. Jeg var så heldig å få være konferansier, introdusere dem på den store scenen og snakke med dem på forhånd. Vi var like store som Roskilde i en periode. På det meste var det 65 000 deltakere på festivalen.

---

## Trygve Kongshavn

Født 3. august 1953

Cand.med. 1984, Universitetet i Odense

Spesialist i allmennmedisin 1993

Leder i Buskerud legeforening 2006–07

Fastlege ved Fjell legesenter 1990–

Leder av praksiskonsulentordningen ved Vestre Viken helseforetak

Har gitt ut platene «For liten og for stor» og «Verdens snilleste barn»

---

- Eksisterer den fortsatt?
  - Den har ligget nede i noen år med nye eiere og et generasjonsskifte. Vi booket inn musikken vi kunne og kjente band som alle likte. Roskilde var nok mer nyskapende og klarte seg bedre på sikt av den grunn.
- Festivalen gjenoppsto i 2019, nå uten Kongshavn som konferansier. Sjangermessig er det et sprang til musikken han lager for barn.

– Mitt første barnebarn, Jakob, var inspirasjonen til den mest spilte sangen. Han lagde sine egne varianter av barnesanger, hvor enkelte ord stadig ble byttet ut med bæsje.

Da han fikk høre første versjon av «Æsj, bæsje, promp og fis», lo han som aldri før.

– Da skjønnte jeg at jeg var inne på noe, smiler Kongshavn.

– Det er noe av det jeg liker med å spille for barn. De er helt ærlige på hva de liker, og gir umiddelbar tilbakemelding.

---

## Fastlege på Fjell

Etter turnustjeneste i Horten fikk Kongshavn sansen for allmenntillegger. Det var lyst ut en stilling på Fjell i Drammen, stedet som for noen bare forbindes med Therese-saken i 1988 og for andre som et av områdene i Norge der varsellampene blinker, med stor andel innvandrere og dårlige levekår.

Helse hos innvandrere er blitt en rød tråd i yrkeskarrieren. Rådet for psykisk helse har nylig gitt ut en bok med tittelen *Asylsøkere og flyktninger – psykisk helse og livsmestring*, og Kongshavn har skrevet et kapittel om erfaringer som fastlege på Fjell legesenter.

– Hvordan er det å være fastlege på Fjell?

– God tid er viktig. Du kan ikke ha så mange konsultasjoner i løpet av en dag. Hvis jeg skal ha en tolkesamtale, setter jeg alltid av en halvtime. Hvis et familiemedlem følger med og tolker, sier vi alltid at vi bestiller tolk til neste gang. Familie skal ikke måtte ta på seg ansvaret for tolkingen. Noen ganger ønsker vi å snakke med pasienten uten pårørende, for eksempel når en kvinne er pasient og mannen fører ordet. Hvis man sier ifra på en hyggelig måte, så godtas det.

### «Jeg synes alle i landet bør få helsehjelp»

En kjent problemstilling er folkesykdommen diabetes.

– Jeg har vært opptatt av diabetes, og det er en hyppig diagnose på legekantoret. Tyrkerne, som er den største innvandrergruppen på Fjell, spiser mye dessert som nærmest er sukkerbomber. Det er viktig å kunne litt om deres kosthold for å gi råd og veiledning. Hele legesenteret dro faktisk på studietur til Tyrkia en gang. Vi reiste til små og store byer hvor pasientene våre kommer fra opprinnelig, og traff til og med noen gamle pasienter.

– Du har vært opptatt av papirløse flyktninger?

– Jeg tror ikke innvandrere eller papirløse blir i Norge på grunn av helsehjelpen. Jeg tror det kan være samfunnsøkonomisk nyttig at de får behandling før det spisser seg til og blir en situasjon som krever øyeblikkelig hjelp. Jeg synes alle i landet bør få helsehjelp. Det skulle ikke vært behov for et «hemmelig» legekantore, i regi av Kirkens Bymisjon og Røde Kors, for personer uten papirer.

Kongshavn har jobbet der også, men andre har bidratt mer, understreker han.

---

## **Innvandrermedisinsk klinikk**

– I Danmark har de laget flere «innvandrermedisinske klinikker». Det har jeg lyst til å lære mer om. Jeg tror det er behov for å etablere et tilbud til mennesker med komplekse, multimorbide og utfordrende problemstillinger hvor språk og kultur vanskeliggjør likeverdig behandling.

Tilbudet favner både psykiske og somatiske lidelser og sosiale problemer. Ved klinikken i Odense har man utvidet tilbudet til også å gjelde ikke-innvandrere.



– Det dreier seg om pasienter med så komplekse tilstander at et godt teamarbeid er nødvendig. Pasienten blir ikke nødvendigvis frisk, men målet er å hjelpe pasienten til å mestre sin sykdom og sine plager bedre. Vi har ikke noe slikt i Norge, det hadde vært interessant å prøve. I Danmark ligger dette under infeksjonsmedisinsk avdeling, og både kulturkonsulent og praksiskonsulenter er ansatt.

*«Vi må gi leger lyst til å bli allmennleger»*

– Er det nødvendig?

– Jeg har møtt noen motforestillinger. Enkelte spør om det trenger å være et eget tilbud for innvandrere. Jeg tror et tilbud til nevnte målgruppe kan være klokt, både med tanke på likeverdighet og samfunnsøkonomi. Vi kan kanskje ikke kalle det innvandrermedisin her i landet, da. I Danmark er de ikke så politisk korrekte. De kaller en spade for en spade.

---

## Fastlegeopprøret

- Hva tenker du om den eskalerende fastlegekrisen?
- Jeg tror ikke det handler så mye om de konkrete oppgavene, men kanskje mer om at bøtta er helt full. Vi trenger flere bøtter. Eller leger, da. Vi må få til noen gode økonomiske løsninger for de som vil inn og de som skal ut av fastlegeordningen.
- Én ting er det økonomiske, hvordan skal man få leger til å bli fastleger og fortsette?
- De fleste jeg kjenner trives godt med å være fastleger. Det er veldig mange engasjerte, flinke og pliktoppfyllende leger der ute. Vi må formidle hvor interessant jobben er. Du får lov til å være detektiv, følge opp sykdommer og ha gode samtaler. Folk åpner seg om det utroligste når en er flink til å prate med folk.
- Hva skal fastlegene gjøre mindre av?
- Kanskje kunne vi spart inn litt på byråkratiet. Vi må gi leger lyst til å bli allmennleger. Vi er viktige aktører for helsesystemet, både portåpnere og portvoktere. Gjør vi fastlegene en god jobb og samarbeider godt, er det utrolig hva vi kan få til. Det jobber jeg med på sykehuset, der jeg leder praksiskonsulentordningen i Vestre Viken.
- Dette bryr du deg om?
- Ja, det har tradisjonelt vært et skille mellom primærhelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten. Vi må øke forståelsen for hverandres oppgaver. Alt handler om å få til gode pasientløp. Pasientløpet begynner ikke når de kommer inn døra på sykehuset, det begynner før og slutter lenge etter at de forlater sykehuset.

---

## Badminton og Beatles

- Du angrer ikke på yrkesvalget?
- Jeg er glad for at jeg ikke hadde mer tro på meg selv som musiker, eller singer-songwriter som det vel er mer passende å kalle meg. Jeg tror ikke jeg hadde hatt nok talent til å bli musiker på heltid.



De musikalske ambisjonene har allikevel ikke manglet.

- Da jeg var ti år gammel ville jeg helst vært medlem av The Beatles, humrer han.
- Musikken gir deg mye påfyll, er det annet du liker?
- Jeg liker å reise og jeg liker å gå tur. Jeg er ikke så glad i sand og strand. Mange går nok mer i fjellet enn meg, men jeg liker det godt. Jeg er glad i badminton og tennis. Da jeg var student, startet jeg med badminton og spilte i serien i Danmark, i sjetten divisjon eller noe sånt. Der er badminton en folkesport.

*«Jeg blir ekstra stolt når barn husker sangene mine»*

- Du setter pris på å skrive?
- Jeg liker å skrive sangtekster til barn, først og fremst.
- Er det noe du skulle ønske du hadde gjort?
- Ikke i legelivet, tror jeg. Jeg trives med livet mitt. Jeg har en god balanse når jeg jobber både i sykehus, allmennpraksis og rekker å dyrke noen hobbyer. Jeg blir ekstra stolt når barn husker sangene mine. Jeg skulle kanskje ønske at jeg hadde vært tidligere ute med barnemusikk, men så hadde jeg kanskje ikke inspirasjonen før jeg fikk barnebarn.
- Kommer det mer?
- Ja, svarer han raskt.
- Jeg vet ikke om det kommer en plate, men det kommer noen singler. Jeg lager nye sanger, og så lager jeg en bok for tiden.
- En barnebok?

– Fra en dyrelandsby i Afrika. En gammel elefant forteller historien, og det skjer mye rart med mange ulike dyr. Jeg fletter sammen historiene, samarbeider med en svensk illustratør og skriver sanger som hører til. Jeg håper det er et prosjekt jeg klarer å lande. Det er gøy å skrive for barn, du kan hente frem barnet i deg.

– Du har snart barnebarn som er tenåringer? Blir det annen musikk da?

Han trenger ikke å tenke seg om.

– Jeg tror ikke jeg skal hente frem tenåringen i meg.

---

Publisert: 14. oktober 2019. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0534

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 26. juni 2026.