
Holtermann Eriksens metode

INTERVJU

MARTIN HOTVEDT

martin@hotvedt.no

Universitetssykehuset Nord-Norge

Hans-Olav Holtermann Eriksen sjonglerer med familieliv, to kommuneoverlegejobber og fem reiselivsbedrifter, og vil erobre verden med sin prisvinnende gin. Men han mener at landets fastleger har altfor mye å gjøre.



Alle foto: Marius Fiskum

Det starter litt trøblete.

– Vi har et problem!

– Ja?

– Jeg står på andre sida av tunnelen. Den er fader meg stengt!

– Å.

– Jeg skj...n... ing...ting! ...elt ...anvittig! ...vetes veiarbeid! ...ir så forb...na!

Telefonsignalet spraker i sin kamp for å passere de stupbratte fjellene i Lyngsalpene som skiller oss. Hans-Olav Holtermann Eriksen prøver å redde intervjuavtalen som er i ferd med å slå sprekker.

Han er sjef for legetjenesten noen mil inn i fylket, men ville møte oss ute på destilleriet han også driver. Ut fra E8, inn på snirklete kystveier ved de rasutsatte fjellsidene på Lyngenhavøya, helt ytterst i Troms.

Men nå står vi altså på hver vår side av Pollfjelltunnelen. Det er 15 mil å kjøre rundt, mørkt allerede, og fotografen er nedstemt.

– Hør her! Et forslag!

Eriksen roper i telefonen.

– Kjør tilbake til byen! Jeg møter dere! Må lade elbilen og delta på generalforsamling i en bedrift først, og du vet, sånne møter *må* man jo være fysisk til stede på, klarer vi 15:45?

Tre timer, to pølser og en fergetur seinere er vi i Tromsø sentrum. Slaps og brøytekanter overalt. Det nærmer seg jul.

– Det kan gå litt fort i svingene når det kommer til avtaler og sånn.

Eriksen gliser. Frakken ser dyr ut, og lakkskoene på de lange beina er blanke. Han kunne ha vært med i en reklame for Dressmann.

– Jeg lever fra dag til dag. Sier ja, og satser på at jeg finner ledig tid i løpet av de neste dagene, sier han.

Legesjef for to kommuner

Det ballet på seg i turnustida i Hammerfest. Holtermann Eriksen fikk ekstra ansvar som turnuslege. Han viste seg som en kløpper på organisering. Begynte å prate med direktøren. Var effektiv.

– Det å gripe fatt i et problem, løse det og bygge opp tjenester er nok noe jeg har et talent for. Og det er noe som jeg har gjort masse av. På mange fronter, sier han.

Og det er nok av fronter å ta av. Helse først: Holtermann Eriksen er både fastlege, avdelingsleder for legetjenesten og snart kommuneoverlege i de to nabokommunene Balsfjord og Storfjord i Troms. Han har også skapt fire reiselivsbedrifter og produsert prisvinnende alkoholprodukter, og er – kanskje ikke overraskende – også involvert i restauranten vi sitter i.



– Det var ikke nok med én jobb i én kommune?

Han humrer.

– Det har ballet på seg, smiler han, og utdyper: Jeg begynte tidlig å kjenne på et ønske om å styre en tjeneste. Kanskje fordi jeg så at min metode fungerte.

– Hva er din metode?

– Hovedtanken er at fastlegene mine ikke må jobbe for mye klinisk. Åtte timer daglig med tjue–tretti pasienter med tre–fire problemstillinger hver – det går ikke.

Han rister febrilsk på det blanke hodet.

– Du daue!

– Såpass?

– Klart! Jeg har selv kjent på en viss mennesketrøtthet tidlig i karrieren. Farlige greier. De fastlegene jeg kjenner med sånne lister, de ser ut som spøkelser etter et par år i jobben!

Han lener seg engasjert over bordet, nærmest i angrepsposisjon, mens han forklarer Holtermann Eriksens metode:

– Hos oss jobber legene tre dager i uka, hvor den ene dagen er en lang vakt, og så har de noen dager fri. Lufte hodene og nullstiller. Så må vi ha tett kontakt med de andre i tjenesten vår, fysioterapeutene, NAV, psykiatritjenesten, vi må gi plass til det. Vi har et lagarbeid som gjør at vi dekker opp for hverandre, og dette fører til en bunnsolid tjeneste. Du som pasient får kanskje ikke tak i legen din i dag, men i morgen! I hvert fall innen fem dager, det er en streng grense, sier han.

Han osrer en urokkelig tro på sin egen metode.

Da han tok over som sjef i Balsfjord kommune, splittet han flere større fastlegelister i mindre biter og la en turnuslege på toppen. Det førte til at ventelistene ble kuttet ned fra tolv uker til én uke på seks måneder.

– Er ikke dette dyrt for kommunen?

- Vi var billigst i hele fylket sist jeg sjekket. Fastlegene våre har ikke spesielt gunstige lønnsvilkår.
- Så dette er løsninga på landets fastlegekrise?
- Tror det! Jeg har spilt det inn til fylkeslegen og politikerne flere ganger. De vil ikke høre på meg. Jeg har blitt vant til det. De ... er ... så ... treige, sukker han demonstrativt, og rister på hodet igjen.
- Du får være helseminister for en dag og gir alle fastleger i landet tredagersuke?
- Jeg ville i hvert fall sikte på at alle får en liste på rundt 800 pasienter og firedagersuke med pasienter, og at basistilskuddet økes. Smekk-smekk-smekk, sier han og klapper tre ganger i hendene.
- Førstelinjetjenesten er det jeg ville brukt alle kreftene på å forbedre. Sikre befolkningens helse. Konkrete tiltak, rask igangsettelse, konkluderer han.

Utålmodig type

Han legger armene i kors, lener seg tilbake. Forteller om sin allergi mot et treigt offentlig system, sakspapirer og saksbehandling. Møteallergien han lider av, er visstnok av den alvorlige sorten.



- Vi skulle bygge om venterommet på legevakta og sendte kommunen en e-post om det. Fram og tilbake. Flere ukers svartid. Syv e-poster med purringer tok det før jeg fikk svar! Syv!

Han slår syv store fingre ut i lufta. Rundt dem henger en giftering og en spesiallaget familiering med våpenskjold.

- I mange møter jeg deltar på, spør jeg deltakerne før vi starter: Hvorfor sitter vi her? Må vi sitte her? Kunne vi gjort noe mer fornuftig? Jeg har så full kalender at jeg ikke har et unødvendig minutt å avse, forklarer han.
- Du er en utålmodig type?

– Det kommer an på. Kanskje. Jeg er i hvert fall konkret og effektiv. Jeg skjønner at noen kan oppfatte meg som skremmende. De kalte meg «bulldoseren fra Nord-Norge» da jeg jobbet sørpå et år, smiler han selvsikkert.

Bodde tolv steder i oppveksten

Det er vanskelig å forestille seg at mannen som nå messer som en predikant foran oss, en gang var den stille gutten bakerst i klasserommet med sinnemestringsproblemer. En som ble lagt i bakken av rektor på skolen en gang, og som sto sist i køen på alle idrettsaktiviteter, på fest og i det sosiale.

Hans-Olav Holtermann Eriksen

Født 1976

Cand.med., Universitetet i Tromsø 2000

Turnuslege, Hammerfest sykehus 2000–02

Turnuslege/fastlege, Hammerfest kommune 2002–03

Fastlege/kommunelege 1, Gol 2003–04

Fastlege/kommunelege 2, Balsfjord 2008–

Avdelingsleder, legetjenesten Balsfjord 2019–

Konstituert kommuneoverlege, Balsfjord 2019–

Avdelingsleder, legetjenesten Storfjord 2019–

Leder, legevakten Balsfjord-Storfjord 2019–

Gründer og daglig leder, Lyngsfjord Adventure 2007–18

Medgründer / div. roller i Aurora Spirit Distillery, Malangen Resort, Tromsø Travel, Amtmandens Restaurant, Varde Kvalitet og Arctic Circle Expedition

– Vi flytta så mye i barndommen at jeg aldri helt slo rot. Fant ikke min plass, forteller han, litt mer dempet nå.

– Jeg bodde tolv forskjellige steder før jeg var tolv år.

Faren jobbet i forsvaret. Overingeniør.

– Vi bodde i små forsvarsleiligheter hele oppveksten. Vi manglet ingenting, men bodde i områder med store hus og litt fancy biler. Jeg kunne kikke ut av vinduet og drømme om å leve i store hus med store hager, slik som vennene mine, forteller han.

– Når jeg blir voksen, skal jeg ha et stort hus, skal han ha sagt ved middagsbordet, tolv år gammel.

– Hva jobbet moren din med?

Han stopper opp. Drar litt på det.

– Hun hadde flere jobber innenfor helse, både på legekantor og apotek. Men hun har slitt med sitt, sier han.

En pustepause.

– Med hva?

– Psykisk sykdom. I perioder angst, og i seinere år depresjoner.

Han retter seg opp, kremter forsiktig. Veier ordene sine nå.

– Familien vår på morssiden har hatt mye psykisk sykdom. Det har vært vanskelig, men også viktig, å erkjenne at det er vanskelig med psykisk sykdom i nær familie. Å forstå hvorfor mamma ble stille i perioder. Følelsen av å ikke kunne hjelpe, strekke til. Og det er viktig å være åpen om dette, sier han, og fortsetter:

– Det var andre tider, man snakket ikke om sånt. Seinere i livet ble jeg selv rammet av det, og forsto bedre hvordan hun hadde det.

Han holder blikket fast.

– Var det hun som motiverte deg til å bli lege?

– Ja. Det at mamma og pappa fikk meg som 17-åringer, spilte inn. Du vet, unge foreldre. I hjembygda var det liten tro på at jeg skulle få til noe. Mamma merket tidlig at jeg var flink på skolen, og var særdeles tydelig på at jeg ikke skulle skusle bort evnene mine. Hun fulgte meg opp på skolen, tett. Å få høy utdanning med alle mulighetene som fulgte med, var utrolig viktig for henne. Den evige referansen var å ikke bli møkkakjører, forklarer han med et lite smil om munnen.

«Jeg har selv kjent på en viss mennesketrøtthet tidlig i karrieren»

Da Holtermann Eriksen seinere kom inn på medisinstudiet rett fra videregående, ble det forsideoppslag i lokalavisa.

– Mormor hadde avisutklippet med seg i veska, dro det stadig fram på kafeen. Det ble en revansje for henne òg.

Han smiler varmt. Ansiktet mykner opp.

– Jeg har stor respekt for foreldrene mine, å ta voksne valg i ung alder.

– Hva har du arvet fra dem?

– Pappa er nøysom og arbeidsom som få. Mamma er viljesterk og veldig målrettet. Det har nok skapt noen mekanismer i meg for hvordan jeg håndterer ting. Fra pappa har jeg fått arbeidskapasiteten min, fra mamma staheten og ståpåviljen. Aldri gi opp. I dag spøker hun med at hun gjorde en altfor god jobb.

– Har du mange eks-kollegaer?

– Jeg brukte å si at jeg har et fotballag som hatet meg. Ti-elleve stykker.

Han flirer.

– Bortsett fra det har jeg veldig gode og ekstremt nære venner og kollegaer. Jeg har kanskje kompensert litt i voksen alder, sett i lys av den noe rotløse oppveksten min. Jeg får ofte høre at jeg er nær og omsorgsfull.

Ble alvorlig deprimert

I barndommen var han introvert han, forklarer han selv. Malte. Tegnet. Skrev lange historier. Han gjør det samme i dag, som en slags avspenningsteknikk, og må alltid ha penn og papir tilgjengelig.

I studietida begynte han å bli ekstrovert.

– Jeg ble ganske ekstrem. Festet hardt. Høyt tempo. Det er så mye inni meg som må ut, forklarer han, og legger til:

– Akkurat nå, i vår samtale, slurer jeg på 50 % av det som skjer oppi her, sier han og setter en finger mot hodeskallen.

«Førstelinjetjenesten er det jeg ville brukt alle kreftene på å forbedre»

Men å kjøre i sjette gir over lang tid har sin pris. På femte studieår ble det bekmørkt.



– Jeg ble alvorlig deprimert med sosial angst. Det gikk til det punktet at jeg fikk venner til å handle mat til meg i to måneder. Sleit med det i flere år etterpå.

– Men fortsatt kjører du i sjette gir?

– Det er som å jogge. Trening. Du blir vant til det. Jeg kan kjenne at, nei, nå har jeg den ene foten nede i avgrunnen. Hvis jeg fysisk ikke klarer å komme meg opp fra senga en morgen, har jeg fått nok. Det bruker å skje annethvert år, forklarer han, analytisk og alvorlig.

– Hva gjør du da?

– Skrur av mobilen i én dag. Du kan tro det blir et helsikes kaos etterpå, humrer han.

Suksess som reiselivsgründer

Det er nemlig ikke bare helsepersonell som skal ha tak i den høyreiste mannen med den utvaska Senja-dialekten.

Firenze, 2005. En eksklusiv middag på en tostjerners Michelin-restaurant med barndomskompisen og legekollega Vidar Bjørnås. En heftig diskusjon i bunnen av vinglassene – om norsk reiseliv. Holtermann Eriksen sto urokkelig på sitt. Nord-Norge hadde et ekstremt og uutnyttet potensial som reiselivsdestinasjon.

– Vi ble høylytte. De kastet oss ut.

Et år seinere startet de reiselivsbedriften Lyngsfjord Adventure. Etter et år til drakk de jordbærlikør i en badestamp sammen en reiseier, en hundesledeier og en snøscootereier. Kompisgjengen slo sammen hodene, og vips – en suksess for utenlandske turister sultne på arktiske opplevelser. I 2015 vant de prisen for beste reiselivsbedrift i Norge, i konkurranse med både Røros og Lofoten.

I 2016 åpnet de verdens nordligste destilleri i Lyngen, med produksjon av akevitt, gin, whisky og vodka. To år etterpå fikk de gull under World Gin Awards i konkurranse med 2 300 andre giner. Nå skal produktene deres videre ut i verden.

– Du har ett bein i næringslivet og ett i helsevesenet. Hva kan disse områdene lære av hverandre?

– I næringslivet tar jeg med meg perspektiv fra helsevesenet. Er det virkelig «alvorlig» med et lite underskudd? Nei, kreftsykdom er alvorlig!

Han hytter med pekefingeren.

– I helsevesenet er vi ikke redde for røde tall – vi er opptatt av dem! For eksempel blodprøvesvar. Hva er problemet her, og hvordan skal vi behandle det? Der kan næringslivet lære litt.

«Dattera mi trodde jeg var lei meg her om dagen, bare fordi jeg satt stille og drakk kaffe»

En slurk av espresso nummer to, før ordene fosser videre.

– Og i helsevesenet prøver jeg å bruke møteeffektiviteten jeg har lært i næringslivet. Så ja, du kan si det er en synergieffekt.

I fjor omsatte en av reiselivsbedriftene hans for 25 millioner kroner og hadde 17 000 besøkende.

– Suksessen vil ingen ende ta?

– Men dæven han søkke, jeg har jo ikke hatt et liv.

– Å?

– Jeg tror jeg mista gleden med businesslivet mitt for ...

Han teller på fingrene.

– Fem–seks år siden, kanskje. Nå er det mer som en stor maskin jeg bare må holde gående. Jeg øver meg på å feire ting.

– Såpass.

– Jeg har vært styrt av stress. Man blir jo oppstemt av det. For to uker siden solgte vi hele reiselivsbedriften til internasjonale eiere. Da har jeg i hvert fall fått *litt* mindre å gjøre.

– Hvordan føles det?

– Det er nesten et helvete. Får jo ikke sove. Dattera mi trodde jeg var lei meg her om dagen, bare fordi jeg satt stille og drakk kaffe. Og kona blir redd for at jeg skal begynne å styre med nye prosjekter. Jeg kan bli veldig energisk. Jeg kan få litt taleflom også, når jeg bærer på for mye energi.

– Energisk, oppstemt, taleflom. Det høres ut som hypomaniske trekk?

– Ja, faktisk.

– Men du klarer å kontrollere det på en måte?

– Jeg jobber aktivt med å dempe meg, ja.

Målbundet av kona

Han bruker fysiske parametere for å følge med på sitt eget stressnivå. Puls klokka på håndleddet sender ut varsler om hvilepuls og søvnkvalitet.

– Nylig mistet jeg en god kollega, og hvilepuls min steg fra 58 til 68 over natta. Jeg kan overstyre mye med hjernen, men kroppen sier ifra.

Holtermann Eriksen trenger noe og noen som sier ifra.

– Det er jo det beste med hun som ble kona mi. Vi hadde tidlig en heftig diskusjon og jeg ble helt fascinert over hvor tydelig hun sa ifra. Satte grenser. Det tiltrakk meg, jeg ble betatt. Jeg hadde jo kjørt på som en bulldoser uten sperrer i flere år. Hun får som regel viljen sin, smiler han lurt.

– Hun har taket på meg.

I dag har de fire barn sammen, mens han har ett fra før.

– Hun har den myke tilnærmingen og er opptatt av å forme komplette mennesker. Jeg er mer utsvevende og litt vill. Jeg girer opp ungene på kvelden.

– Er du et B-menneske?

– Hva var A og hva var B igjen?

– B legger seg helst seint og sover lenge.

– Å. Jeg er begge. Sovner seint og står opp tidlig. Lite søvn. Kanskje dumt.

Han trekker på skuldrene.

– Kona skal selvfølgelig ha masse av æren for at dette livet går rundt. Det er hun som har tålmodighet til å hjelpe med leksene, smiler han.

– Men du skriver nattabøker til ungene dine?

– Ja, men det er jo også et egoistisk motiv bak det. Jeg synes nattabøker for barn er så kjedelige å lese. Da gjør jeg det om til en mer interessant greie for meg ved å lage dem selv. Ordentlige greier. Om kongen Leonidas av Sparta.

Han smiler som en guttunge. Det dunkle lyset i restauranten sprer seg over den mørke skjorta.

Hans-Olav Holtermann Eriksen jobber med å senke ambisjonene sine. Slappe av. Ikke jage. Drikke vin med kona. Sove syv timer på hytta. Se alle Harry Potter-filmene og stå ansvarlig for sprø svor på juleribba.

– Er du redd for å miste momentum?

Han legger hodet på skakke.

– Litt. Jeg har tenkt på hva som skjer hvis motoren stopper. Blir det svart, liksom?

– Ja, blir det svart?

– Nei. Jeg har jo prøvd å pause motoren i det siste. Det blir ikke svart. Men jeg vet at jeg har et indre, iboende behov for å skape. Og det er faktisk så sterkt at det holder meg våken om natta hvis jeg ikke gjør det.

– Men da kan du jo bare lese dine egne nattabøker?

– Haha, det er sant! Selvmedisinering!

Publisert: 9. desember 2019. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0726

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 21. juli 2026.