

---

## Vi er fortsatt på vakt

---

AKTUELT I FORENINGEN

ANNE-KARIN RIME

anne-karin.rime@legeforeningen.no

President

---

**Over to år med ekstraordinære utfordringer i helsevesenet har tæret på mange. Nå forbereder vi oss igjen på en ekstraordinær situasjon: Å ta imot og tilby helsehjelp til flyktninger fra Ukraina.**



Det er nå over to år siden landet ble stengt ned grunnet pandemien. Allerede sommeren 2020 snakket vi om at helsepersonell var slitne, samtidig som tusenvis av pasienter hadde fått utsatt sine timer hos legen. Heldigvis ble godt virksomme vaksiner utviklet i rekordfart, og i løpet av ett år har de av oss som har ønsket det fått tre doser.

All ære til dere som har stått i førstelinjen. Både kommuneoverleger, fastleger, sykehusleger og alle dere andre som har jobbet utallige overtidstimer i helsetjenesten vår under pandemien. Også studenter og pensjonerte leger har bistått og gjort en formidabel innsats.

I dag er det omikronvarianten av koronaviruset som dominerer. Heldigvis gir ikke omikron alvorlig sykdom hos de fleste, men nesten alle blir syke og sykefraværet har vært skyhøyt. Noe som fører til ekstra stor belastning på de som er på jobb. Spesielt i helsevesenet. Vi har ingen på innbytterbenken.

Da Norge åpnet opp igjen og livet så lysere ut for de fleste av oss, skjedde det ingen trodde ville skje. Russland invaderte Ukraina. Fortsatt pågår det blodige kamper i landet. Det har ikke vært så mange mennesker på flukt i Europa siden andre verdenskrig. Norge har nå sagt at vi kan ta imot 550 ukrainske pasienter, fordelt på ulike sykehusavdelinger. I tillegg regner myndighetene med at det kan komme mellom 30 000 og 100 000 flyktninger hit. Vi skal selvfølgelig bidra slik at disse får god helsehjelp når de trenger det.

Dermed må myndighetene igjen legge til rette for at både leger, medisinstudenter og pensjonerte leger kan bidra, blant annet til helseundersøkelsene som hver enkelt flyktning skal ha. I tillegg er det viktig at hverdagen for flyktningene blir gjort så normal som mulig, med skolegang og fritidsaktiviteter for barna. Slik kan vi forebygge psykiske lidelser og avlaste helsetjenesten i størst mulig grad.

For det blir utfordrende. Det har vært to år med ekstraordinære utfordringer, og flere merker at arbeidsbelastningen har vært stor over tid. Spesielt vaktbelastningen er utfordrende for mange. Å ha kompetente leger på vakt døgnet rundt over hele Norge krever at hver enkelt lege jobber mye. For noen blir løsningen å bytte til en jobb der de ikke må være forberedt på vakt til enhver tid.

Det er viktigere enn noen gang at hver enkelt av oss setter av tid til å ta vare på egen helse.

Det vil sannsynligvis bli tøffe tider i lang tid fremover, og som sagt har vi ingen på innbytterbenken. Bruk kolleger eller støttekollegaordningen gjennom Legeforeningen om du kjenner at det hadde vært fint å snakke med noen. Ressursenteret Villa Sana er også et tilbud Legeforeningen har til deg som trenger hjelp og støtte i krise. God egenhelse er nemlig en forutsetning for å kunne hjelpe andre.

---

Publisert: 4. april 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.06.11

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 20. juni 2026.