



Tidsskriftet
DEN NORSKE LEGEFORENING

Langs nye legeveier

INTERVJU

TORI FLAATTEN HALVORSEN
tori.f.halvorsen@gmail.com

Anne Kristine Bergem er psykiater, men har nesten ikke sett pasienter siden 2012. I stedet har hun snakket om psykisk helse med utallige innfallsvinkler og til ulike målgrupper, skrevet bøker og dikt samt jobbet for og med de pårørende.



Foto: Birgit Solhaug

– Det startet av alle ting med Anders Behring Breivik. Høsten 2012 var jeg avdelingsoverlege på sikkerhetsavdelingen på Dikemark. Jeg ble den som skulle fortelle Norge hva det vil si å bli dømt til psykisk helsevern. Alle var interessert i å forstå. Sjøførene fra kjørekontoret på Dikemark kjørte meg fra redaksjon til redaksjon. Kommunikasjonsmedarbeiderne på Oslo universitetssykehus ble viktige samarbeidspartnere. Å få være der ute likte jeg. Jeg har alltid likt å jobbe på tvers.

På nyhetssendingene hørte vi Anne Kristine Bergems stemme. Den snertne og fargerike psykiateren med korte mørke krøller og et rolig ansikt var stadig å se på TV-skjermen. Hun var engasjert, brukte folkelige ord og hadde en behagelig og rolig stemme. Når vi nå møter

henne hjemme i egen stue, er engasjementet der fortsatt. Hun er som alltid fargerik i klærne. De grå krøllene lar hun få flyte fritt. Huset er fylt med uttrykksfulle kunstverk på veggene, røde glass på hyllene og masse puter i sofaen.

«Jeg ble den som skulle fortelle Norge hva det vil si å bli dømt til psykisk helsevern»

Tidligere hadde hun over 100 reisedøgn, gullkort på SAS og platinakort på Thon hotell. Da holdt hun enda flere foredrag enn det hun gjør nå. Psykiateren som for tiden jobber som eneste lege på Pårørendesenteret, tar sitt omsorgsansvar på alvor. Hver eneste dag får foreldrene, som bor i etasjen over, servert middag. Det eldste barnet har flyttet ut, men fire katter og en hund samt mannen, som er president i Tannlegeforeningen, holder stand i huset rett ved Dikemark sykehus. Det var der faren var prest da Bergem vokste opp.

Ansvar og pågangsmot

– Hvordan var det å ta så mye ansvar for norsk sikkerhetspsykiatri så tidlig i karrieren?

– Jeg har alltid hatt lett for å ta ansvar. Som barn fortalte pappa om alle de vanskelige samtalene blant mennesker med alvorlige psykiske lidelser. Han måtte ta alt som dukket opp. Det har også jeg gjort, godt hjulpet av gode veiledere underveis. Jeg ble faktisk konstituert overlege i psykiatri bare halvveis i utdanningsløpet.

Bergem har alltid vært opptatt av at leger må ta ansvar i alle deler av menneskers liv.

– Under turnustjenesten ble jeg betenkt da en kreftsyk kvinne fortalte at legen hadde skygget banen da livet hennes var i ferd med å ebbe ut. Legen kjente sikkert på makteløshet i møtet med døden. Jeg snakket med den døende om det hun hadde behov for, selv om jeg «bare» var turnuslegen. Det var ikke vanskelig.

Tidlig begynte Bergem å trekke pasientenes familie og pårørende inn i behandlingen, både for pasientens del og for familiens. Kollegaene på Dikemark ble overrasket da hun som underordnet lege foreslo å invitere både barna til den alvorlig syke pasienten og representanter fra barnevernet. Fellesmøtet ble holdt inne på den psykiatriske avdelingen.

– Jeg er sikker på at pasienten ble raskere bedre fordi vi sammen fant muligheter for å bevare relasjonen mellom mor og barn. Barna trengte også å se hvor moren oppholdt seg selv om hun var veldig syk, konkluderer Bergem.

Yrkeskarriere utenom det vanlige

Psykiaterens CV er lang og inneholder andre prosjekter og roller enn det som er vanlig for en lege. Hun har alltid hatt frivillige prosjekter og flere deltidsjobber samtidig. Bergem gjør opp status rundt arbeidslivet en gang i året. Hun har lett for å legge ting bak seg og lar seg like lett begeistre av nye oppgaver, akkurat slik som da hun sluttet på Dikemark. Da hadde hun ved siden av avdelingsoverlegejobben ferdigstilt en mastergrad på BI og vært i mediekjøret rundt Anders Behring Breivik i over ett år.



Foto: Birgit Solhaug

– Hvordan var det å være fagpersonen som svarte pressen?

– Jeg ble sliten av mediekjøret, selv om jeg var imponert over journalistene. De feilsiterte meg aldri. Riktignok skvatt jeg da Aftenposten dagen før dommen fylte førstesiden med et bilde av meg med overskriften «Dikemark kan nekte å behandle Breivik». Desken smurte tykt på, men journalisten hadde forstått meg riktig. Saken var at vi ville gjøre vår egen vurdering med tanke på diagnose og behandling hvis Breivik skulle bli vår pasient. En person som vurderes som ikke-psykotisk, vil naturlig nok ikke bli tvangsmedisinert med antipsykotika selv om sakkyndige i en retts sak har ment noe annet. Det skjønner vi leger, men det er ikke like opplagt for andre. Det var befriende å snakke om prinsipielle spørsmål og ikke om Breivik, som jeg aldri har møtt.

«Jo lenger jeg har jobbet, desto tydeligere har det blitt for meg at det som skjer med én, rammer mange»

Bergem har aldri likt å se seg selv på skjermen, men ble likevel motivert til å fortsette med formidling og arbeid med fag og ikke minst pårønderarbeid. Ny jobb i Rådet for psykisk helse var perfekt for en ny retning. Men først ramlet hun over en annen mulighet.

Forfatter for flere barnefagbøker

– Som vanlig i mitt liv handler det om tilfeldigheter. På en kongress ble jeg introdusert for en redaktør i Fagbokforlaget. Hun lurte på om jeg hadde en bokidé. Jeg avslørte drømmen om å skrive en bok for barn som pårørende. Raskt skrev jeg førsteutkastet til det som ble *Pappan min er syk i tankene sine*.

Boken inneholder et eget kapittel med informasjon til den voksne som skal lese høyt for barna – det være seg voksne familiemedlemmer eller barnehage- eller småskoleansatte. Det samme oppsettet brukte hun for den neste boken, *Da pappa fikk kreft*. Siden har hun skrevet om barn med foreldre som sliter med rusavhengighet. En av bøkene er oversatt til et samisk språk.

– Har du gått på skrivekurs?

– Nei, men både farfar og pappa har skrevet mye og vært gode formidlere. Når mamma og vi ungene var på ferie, sendte pappa brev fulle av historier. Mamma er dessuten kreativ. Huset her, Villa Solfrid, er oppkalt etter henne. Hun kan alle typer håndarbeid, men tegnet også huset vårt. Jeg tror jeg har fått noe fra dem alle.

Betydningsfull foredragsvirksomhet

– Hvordan får du alle undervisningsoppdragene?

– Det har gått helt av seg selv. Ingen hjemmeside, ingen markedsføring. Folk av alle slag har tatt og tar fortsatt kontakt. På et tidspunkt var det så mye at jeg kunne leve av det. Jeg har vært heldig og vært på rett sted til rett tid.

– For hvem og om hva underviser du?

– For veldig mange ulike profesjoner og grupper, ikke minst om den psykiske delen av prehospital medisin. Det var også tilfeldig at jeg kom inn i det akuttmedisinske fagmiljøet. Derfra ballet det på seg, alt fra undervisning av ambulanspersonell lokalt til en *Emergency Medical Services*-konferanse i Madrid, til en treningsleir for Norsk Luftambulans kalt Camp Torpomoen. Der fikk jeg en helikoptertur på kjøpet. Jeg har hatt opptredener med ulike temaer om ungdoms psykiske helse på frokost-TV, og i podkasten *Pia og psyken* har jeg vært «huspsykiateren». Ikke minst er det spennende å være faglig konsulent for programserier på TV og teater.

Bergem har vært ansatt både på avdelingen for psykisk helsearbeid og på paramedisinstudiet ved OsloMet. Sammen med en jurist, en paramedisiner (som også er sykepleier) og en sykepleier med forskningsbakgrunn ferdigstiller hun for tiden den første læreboken om psykisk akuttmedisin for paramedisinstudenter. Den handler om alt fra tvangsinnleggelse til kommunikasjon i akutsituasjoner. Bergem understreker hvor viktig det er at alle i behandlingsskjeden kan nok for å kunne gjøre de riktige beslutningene for både pasient og pårørende.

Verdifullt pårørendearbeid

Temaer rundt barn i krise, barn som lider av omsorgssvikt og barn og voksne som pårørende har vært sentralt i foredragene til Bergem. Hun har vært pådriver for at Norsk indeks for medisinsk nødhjelp alltid skal sette søkelys på omsorg for tilstedeværende barn når det skjer noe akutt. Gjennom jobb i Pårørendesenteret og BarnsBeste – nasjonalt kompetansesenter for barn som pårørende – har hun blant annet vært med på å utvikle kommunikasjonsverktøy og podkaster for barn og unge.



Foto: Birgit Solhaug

– Underviser du ikke leger?

– Jo, på LIS-legeutdanningen har jeg undervist om pårønderarbeid. Leger vil jo ofte ha leger som undervisere.

– Men hva med legeutdanningene på universitetene?

– Nei, de har aldri spurt etter meg, men jeg var nylig invitert som gjest i en podkast som Jan Ivar Røssberg lager på Universitetet i Oslo. Den brukes i studentundervisningen på legestudiet. Det kan hende at døren står på gløtt, men ennå er det kanskje ikke så vanlig å verdsette den undervisningskompetansen jeg har som universitetslektor og førstelektor? Jeg har jo ikke doktorgrad.

– Hvorfor er legene så lite opptatt av pårønderarbeid?

– Det har jeg tenkt mye på, men aldri forstått. En ting kan være at det i likhet med psykiatrien gir liten akademisk status. Status spiller ingen rolle for meg. Men det kan også handle om den høyspesialiserte hverdagen og at klinikerne drukner i altfor mange arbeidsoppgaver. Helheten kan forsvinne, det være seg å tenke på pårørende, tilrettelegge for hus og jobb for den som er psykisk syk eller annet som er viktig for pasientens og de pårørendes hverdag. Alt dette er avgjørende for at pasienten skal kunne ta imot medisinsk behandling.

– Hva tenker du er det aller viktigste dere gjør på Pårørendesenteret?

– Jo lenger jeg har jobbet, desto tydeligere har det blitt for meg at det som skjer med én, rammer mange. På Pårørendesenteret anerkjenner vi de pårørendes tanker, følelser og bekymringer, og vi kan gi dem støtte, slik at de orker å være der for sine nære og kjære som er syke. Vi veileder dem om rettigheter og hvilke tilbud som finnes. De siste to årene har stadig flere fagpersoner som jobber med pårørende, ringt oss. De ønsker veiledning og støtte i arbeidet sitt.

Anne Kristine Bergem

Født 1969 på Levanger

Cand.med., Universitetet i Oslo, 1997

Spesialist i psykiatri, 2006 (gruppeterapeut, 2008)

Overlege og avdelingsoverlege Regional Sikkerhetsavdeling, Helse Sør-Øst, 2006–12

Executive Master of Management, 2012

Fagrådgiver i Rådet for psykisk helse og BarnsBeste, 2013–17

Leder av Norsk psykiatrisk forening og Norsk forening for traumatologi, akutt- og katastrofemedisin, 2015–17

Universitetslektor og førstelektor i psykisk helsearbeid og paramedisin, OsloMet, 2018–22

Fagrådgiver ved Pårørendesenteret, 2021–d.d.

Spesialrådgiver i Norsk psykiatrisk forening, 2021–d.d.

Har forfattet syv bøker og hatt formidlingsoppgaver i ulike medier

– Lengter du etter samtale eller terapiene med pasientene?

– Jeg savner sjelden noe, ettersom jeg hele tiden finner eller blir tilbudt nye, spennende oppgaver. Men for å være ærlig, så snakker jeg mye mer med folk nå enn da jeg var kliniker. Psykiaterne i dag blir satt til mye papirarbeid, tvangsvurderinger, legeattester, medisiner og annet. Motivasjonen til å oppdatere meg på psykofarmaka er ikke så stor. Medisiner har heller aldri vært mitt favorittinteressefelt.

«Men for å være ærlig, så snakker jeg mye mer med folk nå enn da jeg var kliniker»

Når samtalen kommer inn på verdien av å være i et legefelleskap, ler hun og sier at hun stadig minnes den sentrale lærdommen hun fikk under videreutdanningen på Institutt for gruppeterapi. Hun sikter til at vi mennesker gjerne veksler mellom et inderlig ønske om å tilhøre en gruppe, men samtidig stadig vil være den som er eller gjør noe spesielt.

– Jeg har fortsatt gode venner som er leger, men jeg har mange som ikke er det. Ingen i familien verken oppad eller nedad er legeutdannet. Som spesialrådgiver i Norsk psykiatrisk forening treffer jeg jo mange legekolleger, og sist høst var jeg med på åpningen av Primærmedisinsk uke. Samtidig er det litt komisk at tannlegemannen min for tiden jobber tett med Norsk psykiatrisk forening, Norsk forening for allmennmedisin og Psykologforeningen, uten at jeg er involvert. Deres felles mål er å bedre rettighetene for gratis tannbehandling for mennesker med rusmiddelavhengighet og/eller alvorlige psykiske lidelser.

– Du bidro nylig med et kapittel om psykisk helse og tannbehandling i en bok om tannhelse. Det virker som at dere begge tenker på tvers?

– Det kan du ha rett i.

– Hva gjorde du som psykiater på Primærmedisinsk uke 2022?

– På åpningsdagen fikk jeg æren av å lese noen dikt jeg har laget selv, med en fiolinist som medspiller. Det var fint.

– Publiserte du dikt også?

– Jeg skriver litt innimellom, gjerne på mobilen mens jeg venter på ett eller annet. Det har blitt et par diktbøker på eget forlag. Innimellom legger jeg ut dikt på Instagram. Jeg tenker at hvis det kan være noen som har glede og nytte av å lese dem, så er det også en måte å jobbe på. For meg trenger ikke folk defineres som pasienter for at jeg som psykiater kan bidra, avslutter hun.

Publisert: 27. mars 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0075

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2023. Lastet ned fra tidsskriftet.no 30. september 2023.