
Rotfeste i bratt terreng

INTERVJU

ANNE KATHRINE SEBJØRNSEN

annekaths@hotmail.com

Suraj Thapa vokste opp i fattige kår i Katmandu da millionbyen var mest for en landsby å regne. Lite lå til rette for å realisere planen om å bli lege.



Foto: John Trygve Tollefsen

I Katmandu bodde det omtrent 200 000 mennesker da Suraj Thapa vokste opp. Dalen var full av risplanter om sommeren. Gatene krydde av kuer og hunder, og man kunne høre fuglesangen fra jungelen på fjellet. Det var så grønt der, og det var lite av det meste, erindrer han. Lite forurensning, få hus, få mennesker, få biler og mangel på veier ut i distriktene. Også leger var det få av. Suraj Thapa var knapt fylt elleve da lillesøsteren plutselig ble syk og døde.

– Hun fikk en eller annen infeksjon. Jeg tror kanskje det var en lungebetennelse. Sannsynligvis kunne hun vært reddet om hun hadde fått legehjelp og antibiotikabehandling i tide, sier han vemodig. Den dagen bestemte elleveårige Suraj seg for at han skulle bli lege. Koste hva det koste ville.

– Der og da bestemte jeg meg. Jeg ville bli lege så jeg kunne sørge for at det samme ikke skjedde med noen andre, sier han på sin sedvanlige, lavmælte måte.

Veien til legeyrket skulle imidlertid ikke bli enkel. Nåløyet var trangt i et land med bare noen titalls studieplasser på medisinsk fakultet.

– Nepal var preget av betydelig fattigdom, og økonomisk sett var det en tøff barndom. Foreldrene mine drev med landbruk, og var ikke høyt utdannet. De rike hadde barna på privatskoler, mens jeg gikk på offentlig skole. Ingen i min familie hadde universitetsutdannelse, og i Nepal fantes det på den tiden kun ett universitet som utdannet leger. De hadde bare tretti plasser, og mange valgte å reise utenlands for å utdanne seg, forteller han.

Har grepet mulighetene

Suraj Thapa har denne spesielle roen og ydmykheten over seg. Til tross for at han kommer litt heseblesende til avtalen fordi han gikk av på feil T-banestopp, inngir han ro. Det er lett å få hvilepuls i hans selskap. Sola steker denne ettermiddagen i Nydalen.

– Jeg kan hente kaffekoppene selv, sier han, og gir med det servitøren et pusterom.

Suraj Thapa omtales som en som har evnen til å få de rundt seg til å føle seg sett og verdsatt.

– Bøker var forresten veldig dyrt i Nepal på den tiden, og studentene reiste faktisk til India for å kjøpe pensumlitteratur, forteller han.

Den innbitte elleveåringen vokste seg til en målrettet, ambisiøs ungdom. Han jobbet hardt år etter år før innsatsen omsider ga uttelling. På andre forsøk kom han inn på medisinstudiet på Universitetet i Katmandu, Tribhuvan University.

– Det var landets største og første universitet. Det var høye karakterkrav og en vanskelig opptaksprøve, men jeg kunne ikke gi meg, sier han, mens han prøver å overdøve Akerselva som buldrer i bakgrunnen.

Kombinasjonen av åpenhet, et lyst hode og en god porsjon stahet har gitt mange spennende muligheter og en karriere på tvers av landegrensene.



Foto: John Trygve Tollefsen

– Jeg har møtt mange spennende mennesker og fått mange muligheter ved å være åpen og nysgjerrig, sier han og myser mot den lave ettermiddagssola.

Møtet med Norden

Universitetet i Katmandu hadde en utvekslingsavtale med flere europeiske land, deriblant Sverige. Suraj Thapa fikk tilbud om en måneds utvekslingsopphold i Uppsala, og nølte ikke med å takke ja.

– Jeg hadde aldri vært utenfor Nepal før, og det ble på mange måter et sjokk.

Møtet med et velfungerende offentlig helsevesen, og hvor annerledes leger jobbet i Sverige enn i Nepal, var en skjellsettende opplevelse.

– Jeg fikk møte medisinstudenter fra hele verden, og faglig sett var det utrolig spennende. Jeg møtte hivpasienter på et tidspunkt da hiv ikke fantes i Nepal, og jeg fikk for eksempel oppleve hjertetransplantasjoner for første gang, noe jeg bare hadde lest om i bøker. Det var uvirkelig og nesten ufattelig for meg som medisinstudent fra Nepal, forteller han engasjert.

Også infrastrukturen og organiseringen av samfunnet var noe helt fremmed og nytt. Han trekker frem offentlig kommunikasjon som en av de største overraskelsene i møtet med det svenske samfunnet. Han bryter ut i spontan latter.

– Det var helt uforventet at offentlig transport var så presis. I Nepal kommer bussen aldri presis! Den kan komme når som helst, og stoppe når og hvor som helst, sier han, mens han smiler og trekker litt på skuldrene.

Veien til Norge

Tilbake i Nepal ferdigstilte han legestudiet, turnustjenesten, forsket litt og ville deretter gå videre med spesialisering. Helst ville han bli barnelege eller ortoped, men kom i stedet inn på spesialisering innen øre-nese-hals.

– Jeg likte det ikke og sluttet etter fire måneder. Det fantes ikke så mange muligheter for å spesialisere seg i Nepal på den tiden. Mange av de nepalesiske legene reiste derfor til USA, og jeg hadde også planer om det.

– Men det ble Norge?

– Ja, litt tilfeldig, egentlig. Både broren min, som er ingeniør, og jeg ønsket oss til utlandet. Vi søkte begge Norad-stipend, og jeg fikk tilbud om opptak på masterprogrammet i internasjonal helse ved Universitetet i Oslo. Egentlig ville jeg bli kliniker, men bestemte meg for å dra til Oslo for å se hvordan det var, forteller han.

Akademiske muligheter

I august 1999 ankom han Oslo første gang. Ikke med en tanke om å bli værende, men åpen for å utforske det livet måtte bringe i hans retning.

I Oslo møtte han professor i transkulturell psykiatri ved Universitetet i Oslo, Edvard Hauff. Han kjente til noe av forskningen Thapa hadde publisert i Nepal, og ønsket å samarbeide med ham. Dette var akademiske møter som åpnet for nye muligheter. Suraj Thapa fullførte masterstudiet under veiledning av professor Hauff, men dro så tilbake til Nepal.



Foto: John Trygve Tollefsen

– Jeg likte virkelig ikke å bo i Norge det første året. Jeg savnet familien min, kulturen og klimaet i Nepal forferdelig, og syntes at det norske språket var veldig vanskelig, sier han på upåklagelig østlandsk, riktignok med en tydelig aksent.

Etter ett år ble hjemlengselen for stor. Han flyttet hjem til Nepal, hvor han forsket i ett år, før han igjen ble kontaktet av professor Hauff, denne gangen med spørsmål om å bli doktorgradsstipendiat.

– Det var en pågående borgerkrig i Nepal på den tiden, og det opplevdes utrygt å være der. Det påvirket nok valget mitt, sier han og kaster et blikk mot den buldrende Akerselva.

Tilbake i Norge rullet ballen raskt. Han satte i gang med et doktorgradsarbeid der han blant annet undersøkte flyktingers psykiske helse i Nepal, og hvor han så på den psykiske helsesituasjonen blant innvandrere til Norge. Nå gikk han aktivt inn for å lære seg norsk, tok nasjonal fagprøve i medisin og gjennomførte nødvendig praksis for å kunne praktisere som lege i Norge.

– Jeg hadde turnustjeneste i Skien med distriktstjeneste i Sogn og Fjordane. Det var en fantastisk opplevelse å komme hjem til folk på legebesøk, sier han entusiastisk.

Han disputerte mens han var i turnustjeneste.

– Jeg fikk to ukers permisjon i forkant av disputasen, sier han og ler litt.

Kultur og psykiatri

Veien videre gikk til akuttpsykiatrien, noe han opplevde som utfordrende. Legeutdannelsen fra Nepal hadde bare inneholdt to uker psykiatri, og han følte seg faglig usikker.

– Det var tøft i starten, men heldigvis hadde jeg litt drahjelp fra doktorgradsarbeidet mitt, sier han ydmykt.

Psykiatrifaget gikk fra utfordrende, via spennende, til noe han opplevde glede og mestring i. I 2010 var han ferdig spesialist i klinisk voksenpsykiatri. Han ble værende som overlege ved Søndre Oslo DPS i mange år, hvor han stortrivedes med å jobbe med en kulturelt mangfoldig befolkning. At veien derfra ledet til å bli professor i transkulturell psykiatri, var ikke helt overraskende.

«– Jeg elsker å prate med folk, og synes det er spennende hvordan kultur og holdninger påvirker alt fra symptombilde til barneoppdragelse og forventninger til helsetjenesten»

– Jeg elsker å prate med folk, og synes det er spennende hvordan kultur og holdninger påvirker alt fra symptombilde til barneoppdragelse og forventninger til helsetjenesten. I mange land forventer man at legen kan noe om alt, og det er kanskje også vanlig at legen bestemmer alt. I noen land finnes det ingen psykiatrisk helsetjeneste, og man har kanskje mer tro på piller enn terapi.

– Hvorfor trenger vi transkulturell psykiatri som et eget fagfelt?

– Det norske samfunnet har endret seg, og nå møter vi alle etnisiteter også i helsevesenet. Kjennskap til menneskers kulturelle bagasje er viktig for å forstå både symptombilder og hva de er uttrykk for. I mange u-land er for eksempel psykiske lidelser så stigmatisert at somatisering blir en alternativ uttrykksform for indre smerte eller psykisk lidelse. Samtidig kan det være nesten umulig å

vurdere om noe er en vrangforestilling uten å kjenne vedkommendes kultur eller religion. På den annen side er det viktig å kjenne til infeksjonssykdommer som kan debutere med psykiatriske uttrykksformer, eksemplifiserer han.



Foto: John Trygve Tollefsen

Suraj Thapa har trivdes med å kombinere forskning med klinisk praksis, men han har erfart at han lett tar på seg litt for mye.

– Jeg klarer ikke å si nei, og da blir det alltid mer enn hundre prosent stilling totalt.

For tiden er han mest opptatt av forskning og fagutvikling, samt å veilede doktorgradsstipendiater.

– For tiden veileder jeg seks stipendiater, og de er så kreative og flinke. Det er veldig moro, utbryter han.

Røtter og ansvarsfølelse

Suraj Thapa og familien har med tiden fått sterke røtter i Norge.

– Kona mi jobber som helsefagarbeider på sykehjem. Hun liker å hjelpe eldre, og har tatt videreutdanning som helsefagarbeider. Alle de tre barna våre er født her, men de forstår og snakker heldigvis nepalesisk med besteforeldrene, som ikke snakker engelsk. De har en sterk tilknytning til Nepal og liker å reise dit. To av dem studerer medisin ved Universitetet i Oslo, og begge har tenkt å ha et opphold ved et Universitetssykehus i Katmandu i sine utdanningsløp. Det er jeg glad for, understreker han.

I Nepal begynner foreldrene å bli gamle, i et land hvor det knapt finnes alders- eller sykehjem. En bror bor i Canada, mens den yngste broren har flyttet tilbake til Nepal etter flere år i Dubai. Det kan føles tungt å være langt unna.

– Det skjer heldigvis mange positive endringer i Nepal nå, både politisk, innen infrastruktur og i helsevesenet. Jeg har mye dårlig samvittighet for å ha forlatt landet jeg fikk oppveksten og utdanningen min i, og forsøker å gi noe tilbake på andre måter. Når jeg går av som pensjonist, kan jeg tenke meg å jobbe litt i Nepal.

– Har vi i helsevesenet i Norge noe å lære av hvordan man organiserer seg i Nepal?

– Nepal har eksempelvis totalt 200 psykiatere til en befolkning på over 30 millioner, og en psykiater må se 30–40 pasienter daglig. Legene kan derfor ikke bruke tid på papirarbeid. I så måte kan det norske helsevesenet ha noe å lære i forhold til å bruke ressursene bedre, mener han.

Fruktbart samarbeid over landegrensene

En vakker dag skal Suraj Thapa gå til Everest Base Camp, det har han bestemt seg for. Foreløpig er det fotturer i Norge og sosiale treff med familien og det store nettverket som gir glede på fritiden.

– Jeg er veldig glad i å treffe nye mennesker og har et stort nettverk, forteller han blidt.

Suraj Thapa har tidligere vært leder for den nepalesiske foreningen i Norge. Han har vært aktiv i Utvalg for transkulturell psykiatri, Norsk psykiatrisk forening, og er engasjert i flere samarbeidsprosjekter mellom Norge og Nepal innenfor mental helse. Blant hans engasjementer er NORPART, et prosjekt der

han er engasjert i samarbeid rundt utveksling mellom Norge og Nepal for psykiatere, psykologer, forskere og professorer, samt å bygge opp utdanning og forskning innenfor voksenpsykiatri og barne- og ungdomspsykiatri i Nepal.

Suraj Thapa

Født 28. juni 1968 i Nepal

Cand.med., Institute of Medicine, Tribhuvan University, Nepal, 1995

Mastergrad i internasjonal helse, Universitetet i Oslo, 2001

Ph.d. i transkulturell psykiatri, Universitetet i Oslo, 2006

Spesialist i voksenpsykiatri, 2010

Overlege Søndre Oslo DPS, Oslo universitetssykehus, 2010–2016

Førsteamanuensis ved Det medisinske fakultet, Universitetet i Oslo, 2016–2022

Forskningsleder, Klinikk for psykisk helse og avhengighet, Oslo, 2020–d.d.

Professor i transkulturell psykiatri / voksenpsykiatri, Det medisinske fakultet, Universitetet i Oslo, 2023–d.d

Gjesteprofessor ved Institute of Medicine, Tribhuvan University, Nepal, 2019–d.d.

– Jeg har hatt gleden av å være med å bygge opp et barne- og ungdomspsykiatrisk tilbud i Nepal, et arbeid som ble startet av Cecilie Javo, tidligere leder for Utvalg for transkulturell psykiatri. Fra at det ikke fantes noe tilbud, har Katmandu nå en av de største klinikkene i Nepal, med 20 ansatte. Samarbeidet muliggjorde at man kunne sende to voksenpsykiatere til India for å bli barnepsykiatere, med økonomisk støtte fra Norsk barne- og ungdomspsykiatrisk forening og Norsk psykiatrisk forening. Landets første barne- og ungdomspsykiatriske klinikk er nå ferdig bygget ved et barnesykehus i Katmandu, med støtte fra FORUT og private donorer. Fire psykiatere og to psykologer vil nå få doktorgrad fra to norske universiteter gjennom NORPART-prosjektet, forteller han med stolthet i stemmen.

Suraj Thapa og kona har for første gang kjøpt et hus med hage, attpåtil en hage der lite var gjort fra før. Suraj Thapa hadde ingen tanker om at hagearbeid skulle bli en interesse for han, men oppdaget plutselig en ny rekreasjonsmulighet i det å stelle med planter og blomster.

– Vi har plantet hekk og vekster i ulendt og bratt terreng, og det er masse å holde på med av hagearbeid. Jeg har oppdaget at det er rekreasjon for meg å holde på i hagen på kveldene, at jeg liker å få noe til å vokse og gro. Jeg liker også å holde på med forskjellige typer håndverk og fikse og ordne ting. Det har jeg lært av min far, sier han med mild stemme.

Publisert: 2. oktober 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0512

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.