

---

# Presenterer infeksjonsmedisin i Pestpodden

---

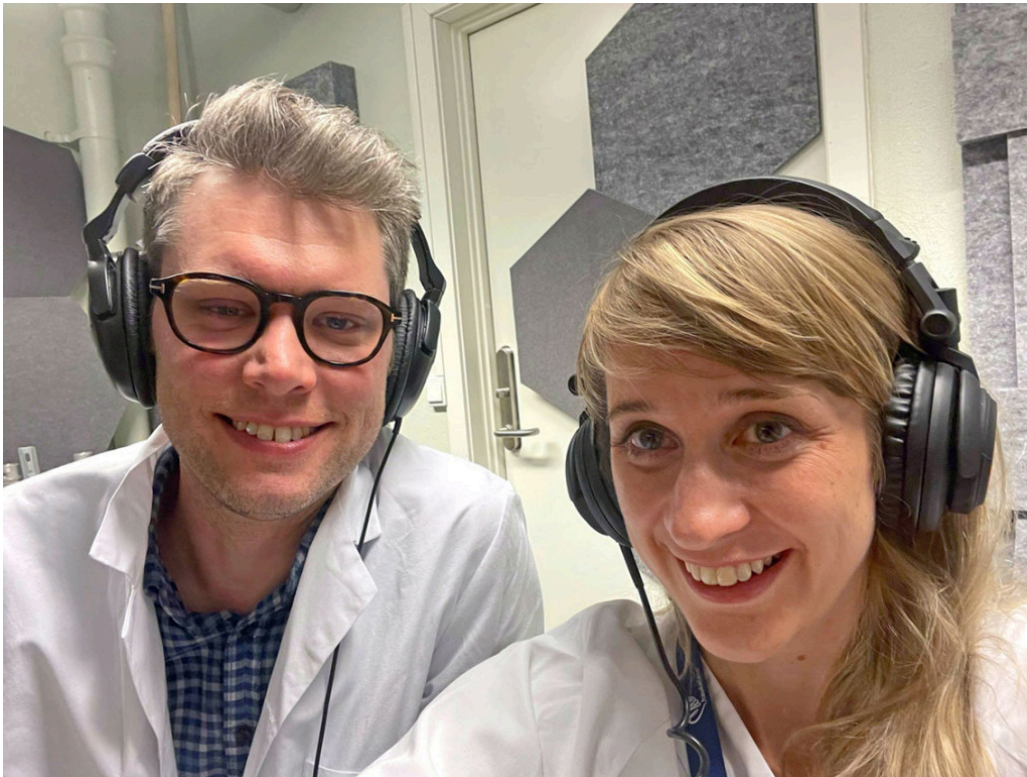
AKTUELT I FORENINGEN

VILDE BAUGSTØ

[vilde.baugsto@legeforeningen.no](mailto:vilde.baugsto@legeforeningen.no)  
Kommunikasjonsavdelingen

---

**Infeksjonsmedisin er en spesialisering med mye pasienthistorie og detektivarbeid – perfekt for podkast, tenkte infeksjonsmedisinerne Ingrid Hoff og Jørgen Østensjø. Dermed så Pestpodden dagens lys.**



**PODKASTINNSPILLING:** I Pestpodden prøver de to infeksjonsmedisinere å gjøre det vanskelige enkelt og det kjedelige morsomt. Foto: Privat

«Pestpodden – en podkast for deg som vil bli infeksjons- eller tropemedisiner i verdens minst tropiske land. Eller bare lære litt om infeksjonsmedisin». Slik introduser Ingrid Hoff og Jørgen Østensjø den splitter nye podkasten Pestpodden.

De er nesten ferdige spesialister i infeksjonsmedisin ved Haukeland universitetssjukehus og har i noen måneder tatt for seg ulike temaer innenfor infeksjonsmedisin i podkastformat. Episodene dreier seg om alt fra historien til syfilis, hvordan man håndterer malaria i praksis, vanlige myter og misforståelser rundt antibiotika, til diagnostikk av urinveisinfeksjon.

– Jeg har alltid vært glad i å høre på podkast. Innenfor infeksjonsmedisin har det vært litt mangel på norske podkaster, og det er heller ikke alt som lar seg omsette fra engelsk, forteller Ingrid Hoff.

Slik dukket ideen til en egen podkast om infeksjonsmedisin opp. Hun spurte kollega Jørgen Østensjø om han ville være med, og dermed var Pestpodden et faktum.

– Infeksjonsmedisin er et fag som egner seg veldig for prateformatet som podkast er. Ofte handler det mye om historien til pasienten, hvor hen reist og hva hen har utsatt seg for. I motsetning til for eksempel kirurgi der det er mange prosedyrer og mye håndverk, så må man ofte drive litt mer detektivarbeid i infeksjonsmedisinen, sier Jørgen.

---

## Bredt fag

I Pestpodden prøver de to å gjøre det vanskelige enkelt og det kjedelige morsomt.

– De aller fleste har hatt en infeksjonssykdom – to vanlige tilfeller her til lands er for eksempel urinveisinfeksjon og lungebetennelse. Infeksjonsmedisin dreier seg også om tropemedisin, noe mange synes er ekstra spennende. Her i vårt kalde nord ser vi jo begrensede tilfeller av tropiske infeksjoner, og nettopp derfor er det nyttig og ikke minst interessant å spre kunnskap om dem – i tillegg til alt det «vanlige» som vi behandler hele tiden.

At faget er såpass bredt, var en av flere grunner til at de fikk øynene opp for infeksjonsmedisin.

– Alle leger og helsearbeidere kommer borti infeksjoner, på en eller annen måte. Det gjør at vi samarbeider med mange ulike spesialister, sier de.

---

## Mye research

Når Aktuelt i foreningen snakker med de to infeksjonsmedisinerne, har de tatt en pause fra vakttelefonen på jobb som for øyeblikket er på Mikrobiologisk avdeling. Podkastprosjektet er noe de gjør på fritiden.

– Vi har fått veldig god hjelp og råd fra Marius Fimland ved kommunikasjonsavdelingen til Helse Bergen, og har også lånt deres podkaststudio. Nikolai Myklebust, som er LIS3 i indremedisin og i tillegg jazzmusiker, har skrevet musikken til podkasten. Han er også gjest i flere episoder, forteller Ingrid.

I skrivende stund er seks episoder publisert, og fremover er planen å publisere en episode i måneden. Kommende temaer vil blant annet omhandle lepra, analysemetoden PCR og bakterier i munnhulen.

Infeksjonsmedisinerne legger heller ikke skjul på at de selv lærer mye i arbeidet med podkasten.

– Vi gjør mye research til hver episode. Senest i går kveld satt jeg oppe og leste forskning om sopp og dinosaurer, ler Ingrid.

Å sette temaene i en historisk sammenheng er viktig, forteller de.

– Det er et poeng å vinkle episodene annerledes enn man typisk gjør ellers i akademia. Som lytter faller jeg selv fort av hvis det jeg hører på er for tørt. Vi ønsker å være undrende og nysgjerrige i tilnærmingen vår, sier Jørgen.

– Det er ikke noe poeng med en podkast som i teorien er kjempebra, hvis lytteren sovner etter tre minutter, supplerer Ingrid.

---

## Mottar gjerne tips

Tidligere i år presenterte de Pestpodden på vårmøtet til Norsk forening for infeksjonsmedisin. Mottakelsen så langt har vært entusiastisk, forteller legene. Etersom målgruppen til Pestpodden er relativt smal, har de heller ikke forventet en stor lytterskare.

– Men vi er positivt overrasket over at den har truffet bredere enn den harde kjernen. Vi har fått tilbakemeldinger fra de som ikke er helsepersonell, til studenter og fagfolk som liker de nerdete, små detaljene, sier Ingrid og understreker at de gjerne mottar tips til episodetema eller andre innspill på [pestpodden@helse-bergen.no](mailto:pestpodden@helse-bergen.no).

Det infeksjonsmedisinske fagmiljøet i Norge er lite, men spredt. Denne høsten drar også Ingrid Hoff tre måneder til Liverpool for å ta et kurs i tropemedisin før hun deretter blir overlege i Skien, mens Jørgen Østensjø blir konstituert overlege ved Seksjon for infeksjonssykdommer på Haukeland. Men det betyr ikke at Pestpodden opphører.

– Planen er å holde podkasten gående inn i evigheten. Vi er verken geografiske eller tematiske sneversynte, avslutter de to infeksjonsmedisinerne.

---

Publisert: 25. september 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.13.14  
© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra [tidsskriftet.no](http://tidsskriftet.no) 24. juni 2026.