
Tilbakeblikk på et langt og trofast fastlegeliv

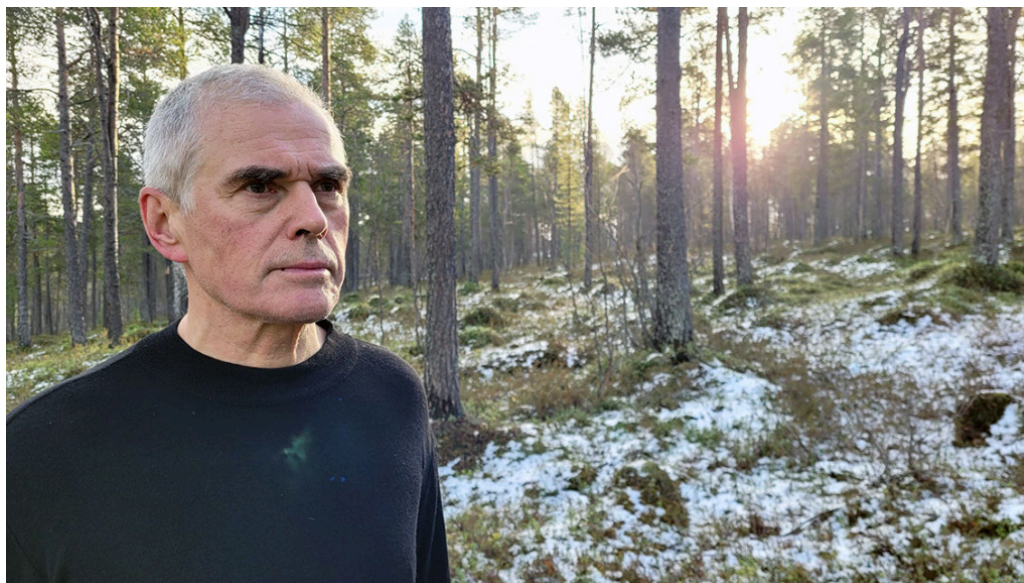
AKTUELT I FORENINGEN

LISBET T. KONGSVIK

lisbet.kongsvik@legeforeningen.no

Helsepolitisk avdeling

Jostein Tørstad (69) trer snart inn i pensjonistenes rekker. Men den tidligere lederen av Finnmark legeforening har ikke roet ned arbeidstempoet av den grunn.



MER FRILUFTSLIV VENTER: Jostein Tørstad skuer ut på pensjonistlivet som nå er rett rundt hjørnet. Foto: Privat

Tørstad, som er født i Trondheim og oppvokst i Drammen, kom til Kirkenes som ung turnuslege for 44 år siden. Etter turnusen jobbet han som distriktslege i Sør-Trøndelag og som sivilarbeider i Hasvik i Vest-Finnmark, før han i 1987 vendte tilbake til Kirkenes. Her har han slått rot og stiftet familie. I dag er han fastlege ved Kirkenes legesenter.

– I 1987 hadde jeg allerede begynt i allmennpraksis, men tok sideutdanning på sykehuset. Det ble to år med kirurgi ved Kirkenes sykehus. Jeg var på vippen til å fortsette med kirurgien, men valget falt til slutt på allmenmedisinen. Jeg har aldri sett meg tilbake og angret på det, sier Tørstad.

Han forteller at han tok et veivalg da fastlegeordningen ble innført i 2001. Han ville være fastlege og ikke offentlig lege.

– Jeg trakk meg litt tilbake fra de mer samfunnsmessige oppgavene, men har hele tiden hatt 20 prosent kommunal bistilling knyttet til eldreomsorg.

Tørstad var leder av Finnmark legeforening i perioden 2011 - 2015, og var sentral i planlegging og gjennomføring av landsstyremøtet i Alta i 2013. Ellers forteller han at samhandlingsreformen, rekruttering av leger til fylket, turnusordningen og sykestuenes eksistens var aktuelle saker som den gangen engasjerte ham som lokalforeningsleder.

Godt kollegialt fellesskap

Flere av legene ved Kirkenes legesenter var i sin tid turnusleger på stedet, forteller Tørstad. Ingen av dem hadde noe forhold til Kirkenes eller Finnmark før trekningen av turnusplass førte dem nordover. Legesenteret samler alle fastlegene i Sør-Varanger – en kommune med cirka 10 000 innbyggere.

– Fastlegene har driftet legekantoret sammen siden åpningen i 2001. Kantoret drives etter vanlig forretningsmodell med per capita tilskudd fra kommunen.

Kantoret har tolv legehjemler, hvorav den første fastlønnede begynte nylig. Tre hjemler er per i dag vikarbetjent, men kantoret vil bli fulltallig neste år, forteller Tørstad. I tillegg er det ansatt en daglig leder, to sykepleiere, hvorav én er personalleder, én bioingeniør og ni helsefagarbeidere.

– Flere av de ansatte har jobbet på legesenteret i mer enn ti år, sier Tørstad og påpeker at det betyr mye for arbeidsmiljøet med erfarne ansatte som drar lasset sammen.

– Måten vårt legesenter er organisert på fungerer meget bra. Vi har grei økonomi og kort beslutningsvei. Vi har styremøter en gang i måneden. Det er kort vei fra idé til effektivering. Vår daglige leder gjør unna en del oppgaver som nok en del leger sliter med selv i små praksiser. Vi fastleger slipper administrative oppgaver, og kan bruke tiden vår på pasientene, sier han.

Tid til pasientene

Den erfarne fastlegen forteller at de ikke merket noe særlig til fastlegekrisen da den begynte å gjøre seg gjeldende i store deler av landet.

– Men vi var redde for at ordskiftet om fastlegekrisen ville skape rekrutteringsproblemer for oss. Etter hvert kunne vi merke et stemningsskifte blant yngre leger. Tidligere hadde vi ikke hatt problemer med å rekruttere unge

leger etter gjennomført turnustjeneste her i Finnmark, men etter hvert ble det vanskeligere å få dem til å bli, forteller han.

Tørstad viser til en av sine kollegaer som har en tese om at det tar tre år å komme inn i en fastlegejobb.

– Tre harde år før du får et visst grep om pasientene på listen din. Hvis du vurderer å bytte jobb når du allerede er godt innarbeidet et sted, er det greit å vite det, påpeker han.

Han legger imidlertid ikke skjul på at det i perioder har vært slitsomt å være fastlege.

– Vi skal jo levere en tjeneste til en befolkning døgnet og året rundt, så vi er sårbare for små og store svingninger når det for eksempel gjelder rekruttering. Men i det store og hele vil jeg beskrive årene som har gått siden fastlegeordningen kom som veldig gode, understreker Tørstad, og legger til:

– I dag tar fastlegene et mye større ansvar for oppfølging av medisiner og kontroller enn tidligere. Det gjør det jo selvfølgelig mer arbeidskrevende i det daglige.

Lange arbeidsdager

Da fastlegeordningen trådte i kraft hadde Tørstad 1400 pasienter på listen, i dag er han nede i 1000. Det er ingen gigantisk liste i landsmålestokk, men han har i alle år jobbet mye utover ordinær arbeidstid.

– Arbeidsdagen blir ofte på 10 - 11 timer. Jeg jobber til jeg er ferdig. Jeg tror eldre leger føler et ekstra stort ansvar for pasientene sine. Nå er det vel slik at det var lettere å betjene 1400 for 20 år siden enn 1000 i dag.

Tørstad har fulgt mange av pasientene sine gjennom livet, noe som har gitt ham god oversikt og større kapasitet. Slik mestrer han godt å ha mange pasienter. Den gode arbeidssituasjonen som følge av den autonomien og kollegialiteten de har hatt på Kirkenes legesenter, har han satt ekstra stor pris på, forteller han.

– Skal jeg se tilbake på fastlegelivet mitt, så vil jeg fremheve det faglige med jobben og alle de trivelige pasienter som man etter hvert får et forhold til.

Tørstad har også vært veileder i allmennmedisin i mange år.

– Det har vært en veldig fin ting som godt voksen lege, og noe jeg kan anbefale. Det er en måte å holde seg litt skjerpet på.

Kirkenes er et lite miljø og Tørstad forteller at han ofte treffer på pasientene sine på fritiden.

– Det kan føles litt tett på, men det har blitt en livsstil for meg å være lege i dette samfunnet her. Folk er forskjellige, noen er relativt direkte i slike sammenhenger, mens andre ikke bruker private arenaer, og respekter at du som lege har behov for fritid. Men det er morsommere å ta en «tur på by'n» i Tromsø enn i Kirkenes, for å si det slik, humrer han.

Mer tid til friluftsliv

Tørstad er glad for å ha flere bein å stå på utenom jobben. Han er med på å drive en stall, og har i alle år vært engasjert i idrett.

– Jeg har bestandig holdt på med enten fotball, skigåing eller svømming som ren mosjon. Det blir nok allikevel en stor overgang når jeg til våren blir pensjonist på heltid, men jeg ser frem til å få mer tid til friluftsliv, sier han og legger til at han håper de vil klare å rekruttere legene de trenger i Finnmark i fremtiden.

– Jeg må slå et slag for kvaliteten ved å bo i Kirkenes, og spesielt den fantastiske naturen med jaktterreng, lakseelver og fiskevann rett utenfor stuedøren, avslutter han.

Alt dette gleder Jostein Tørstad seg til å kunne nyte mer av nå som han snart blir pensjonist.

Publisert: 20. november 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.17.13
© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 20. juni 2026.